

Jadłospisy za okres od dnia 2026-05-25 do dnia 2026-06-07 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
2026-05-25 poniedziałek	Śniadanie	Platki jęczmienne na mleku 300 ml ( <u>MLE, GLU JECZ.</u> ) Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 150 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Chleb Graham 50 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> ) Pasztet rybny z warzywami (Mintaj) ** 60 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, RYB, SEL.</u> ) Ogórek świeży 50 g	Platki jęczmienne na mleku 300 ml ( <u>MLE, GLU JECZ.</u> ) Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Bułka pszenna długa krojona 150 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> ) Pasztet rybny z warzywami (Mintaj) ** 60 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, RYB, SEL.</u> ) Salata zielona 10 g	Platki jęczmienne na mleku 300 ml ( <u>MLE, GLU JECZ.</u> ) Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> ) Pasztet rybny z warzywami (Mintaj) ** 60 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, RYB, SEL.</u> ) Salata zielona 10 g	Platki jęczmienne na mleku 300 ml ( <u>MLE, GLU JECZ.</u> ) Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> ) Pasztet rybny z warzywami (Mintaj) ** 80 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, RYB, SEL.</u> ) Salata zielona 10 g	Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Chleb Graham 200 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> ) Pasztet rybny z warzywami (Mintaj) ** 60 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, RYB, SEL.</u> ) Ogórek świeży 50 g	Platki jęczmienne na mleku 300 ml ( <u>MLE, GLU JECZ.</u> ) Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> ) Pasztet rybny z warzywami (Mintaj) ** 60 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, RYB, SEL.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> ) Poledwica Sopotcka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 40 g ( <u>SOJ.</u> ) Pasta warzywna* 50 g ( <u>SEL.</u> )
	II SN					Jabłko 1 szt 1 szt	
	Obiad	Brokułowa z ryżem * 350 ml ( <u>MLE, SEL.</u> ) Ziemniaki gotowane 250 g Kotlet z jaj-pieczony 70 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> ) Surówka z marchwi i jabłka b/c 75 g ( <u>MLE.</u> ) Cukinia pieczona z olejem * 75 g Kompot owocowy* z/c 300 ml	Brokułowa z ryżem * 350 ml ( <u>MLE, SEL.</u> ) Ziemniaki gotowane 250 g Kotlet z jaj-pieczony 70 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> ) Marchew gotowana z olejem 75 g Kompot owocowy* z/c 300 ml Cukinia pieczona z olejem * 75 g	Brokułowa z ryżem * 350 ml ( <u>MLE, SEL.</u> ) Ziemniaki gotowane 250 g Kotlet z jaj-pieczony 70 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> ) Marchew gotowana z olejem 75 g Cukinia pieczona z olejem * 75 g Kompot owocowy* z/c 300 ml	Brokułowa z ryżem * 350 ml ( <u>MLE, SEL.</u> ) Ziemniaki gotowane 250 g Kotlet z jaj-pieczony 2 [Por] x 70 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> ) Marchew gotowana z olejem 75 g Cukinia pieczona z olejem * 75 g Kompot owocowy* z/c 300 ml	Brokułowa z ryżem * 350 ml ( <u>MLE, SEL.</u> ) Ziemniaki gotowane 250 g Kotlet z jaj-pieczony 70 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> ) Surówka z marchwi i jabłka b/c 75 g ( <u>MLE.</u> ) Kompot owocowy* b/c 300 ml Cukinia pieczona z olejem * 75 g	Brokułowa z ryżem * 350 ml ( <u>MLE, SEL.</u> ) Ziemniaki gotowane 250 g Pulpet drobiowy 70 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> ) Sos koperkowy * 70 ml ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> ) Marchew gotowana z olejem 75 g Cukinia pieczona z olejem * 75 g Kompot owocowy* z/c 300 ml
	PD			Ciastka różne 40 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE.</u> )	Kefir 1,5% tł 150g 1 Por ( <u>MLE.</u> )		
	Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 150 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Chleb Graham 50 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> ) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy parzony w osłonce niejadalnej 40 g ( <u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.</u> ) Pomidor 50 g	Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> ) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy parzony w osłonce niejadalnej 40 g ( <u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.</u> ) Pomidor 50 g	Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> ) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy parzony w osłonce niejadalnej 60 g ( <u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.</u> ) Pomidor 50 g	Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> ) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy parzony w osłonce niejadalnej 40 g ( <u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.</u> ) Pomidor 50 g	Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Chleb Graham 200 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> ) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy parzony w osłonce niejadalnej 40 g ( <u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.</u> ) Pomidor 50 g	Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> ) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy parzony w osłonce niejadalnej 40 g ( <u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.</u> ) Kalafor gotowany* 50 g
	PN	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE.</u> ) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 20 g Salata zielona 5 g		Bułka pszenna długa krojona 30 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE.</u> ) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 20 g Salata zielona 5 g		Chleb Graham 30 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE.</u> ) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 20 g Salata zielona 5 g	Bułka pszenna długa krojona 30 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE.</u> ) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 20 g Salata zielona 5 g
		Wartość energetyczna: 2599.41 kcal; Białko ogółem: 87.89 g; Tłuszcz: 65.86 g; Kw. tł. nasy.: 27.66 g; Węglowodany ogółem: 447.25 g; W tym cukry: 56.46 g; Błonnik pok.: 33.81 g; Sód: 4455.14 mg;	Wartość energetyczna: 2555.38 kcal; Białko ogółem: 90.07 g; Tłuszcz: 66.41 g; Kw. tł. nasy.: 27.01 g; Węglowodany ogółem: 420.69 g; W tym cukry: 59.28 g; Błonnik pok.: 25.33 g; Sód: 3535.65 mg;	Wartość energetyczna: 2632.18 kcal; Białko ogółem: 90.06 g; Tłuszcz: 78.14 g; Kw. tł. nasy.: 33.65 g; Węglowodany ogółem: 409.94 g; W tym cukry: 59.64 g; Błonnik pok.: 23.23 g; Sód: 3177.25 mg;	Wartość energetyczna: 2835.58 kcal; Białko ogółem: 111.34 g; Tłuszcz: 86.88 g; Kw. tł. nasy.: 32.04 g; Węglowodany ogółem: 421.66 g; W tym cukry: 64.10 g; Błonnik pok.: 25.08 g; Sód: 3659.38 mg;	Wartość energetyczna: 2296.61 kcal; Białko ogółem: 90.03 g; Tłuszcz: 63.62 g; Kw. tł. nasy.: 25.75 g; Węglowodany ogółem: 387.94 g; W tym cukry: 33.09 g; Błonnik pok.: 42.52 g; Sód: 3710.08 mg;	Wartość energetyczna: 2269.61 kcal; Białko ogółem: 80.95 g; Tłuszcz: 60.53 g; Kw. tł. nasy.: 25.62 g; Węglowodany ogółem: 368.49 g; W tym cukry: 60.89 g; Błonnik pok.: 22.79 g; Sód: 3399.16 mg;

Jadłospisy za okres od dnia 2026-05-26 do dnia 2026-06-07 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
2026-05-26 wtorek	Śniadanie	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml ( <b>MLE</b> ) Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 150 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Chleb Graham 50 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Pasztet drobiowo- wieprzowy z wątróbką 50 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, SEL, może zawierać: JAJ, MLE, GOR, GLU OW</b> ) Sałata zielona 10 g	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml ( <b>MLE</b> ) Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Szynka z indykiem prasowana z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa, parzona 40 g ( <b>SOJ</b> ) Sałata zielona 10 g	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml ( <b>MLE</b> ) Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Szynka z indykiem prasowana z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa, parzona 60 g ( <b>SOJ</b> ) Sałata zielona 10 g	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml ( <b>MLE</b> ) Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Chleb Graham 200 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Szynka z indykiem prasowana z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa, parzona 40 g ( <b>SOJ</b> ) Sałata zielona 10 g	Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Chleb Graham 200 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Szynka z indykiem prasowana z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa, parzona 40 g ( <b>SOJ</b> ) Sałata zielona 10 g	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml ( <b>MLE</b> ) Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Szynka z indykiem prasowana z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa, parzona 40 g ( <b>SOJ</b> ) Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml ( <b>może zawierać: GLU PSZ, SEL, GOR</b> )
	II SN					Sok pomidorowy 0,3l 1 szt	
	Obiad	Pieczarkowa z ziemniakami * 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL, SO2</b> ) Makaron 250 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Bitka schabowa duszona 70 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Sos pieczeniowy 100 ml ( <b>GLU PSZ</b> ) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem 75 g Kalańior gotowany* 75 g Kompot owocowy* z/c 300 ml	Solferino * 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL</b> ) Makaron 250 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Bitka schabowa duszona 70 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Sos własny () 70 ml ( <b>GLU PSZ, SEL</b> ) Buraczki gotowane drobno tarte 75 g Kalańior gotowany* 75 g Kompot owocowy* z/c 300 ml	Pieczarkowa z ziemniakami * 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL, SO2</b> ) Makaron 250 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Bitka schabowa duszona 70 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Sos pieczeniowy 70 g ( <b>GLU PSZ, JAJ</b> ) Sos własny () 70 ml ( <b>GLU PSZ, SEL</b> ) Buraczki gotowane drobno tarte 75 g Kalańior gotowany* 75 g Kompot owocowy* z/c 300 ml	Solferino * 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL</b> ) Makaron pełnoziarnisty 250 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Bitka schabowa duszona 70 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Sos pieczeniowy 70 ml ( <b>GLU PSZ</b> ) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem 75 g Kalańior gotowany* 75 g Kompot owocowy* b/c 300 ml	Solferino * 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL</b> ) Makaron 250 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Bitka schabowa duszona 70 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Sos własny () 70 ml ( <b>GLU PSZ, SEL</b> ) Buraczki gotowane drobno tarte 150 g Kompot owocowy* z/c 300 ml	
	PD		Sok pomarańczowy 0,2L-kartonik 1 szt	Jogurt truskawkowy 100 g 1 szt ( <b>MLE</b> )	Jogurt naturalny 100g 1 szt ( <b>MLE</b> )		
	Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 150 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Chleb Graham 50 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE</b> ) Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadanej 40 g ( <b>SOJ, SEL, może zawierać: MLE, GOR</b> ) Pomidor 50 g	Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE</b> ) Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadanej 40 g ( <b>SOJ, SEL, może zawierać: MLE, GOR</b> ) Pomidor 50 g	Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE</b> ) Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadanej 60 g ( <b>SOJ, SEL, może zawierać: MLE, GOR</b> ) Pomidor 50 g	Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Chleb Graham 200 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE</b> ) Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadanej 40 g ( <b>SOJ, SEL, może zawierać: MLE, GOR</b> ) Pomidor 50 g	Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE</b> ) Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadanej 40 g ( <b>SOJ, SEL, może zawierać: MLE, GOR</b> ) Cukinia pieczona z olejem * 50 g	
	PN		Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 szt ( <b>MLE</b> )		Chleb Graham 30 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE</b> ) Twaróg półtłusty 20 g ( <b>MLE</b> ) Sałata zielona 5 g	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 szt ( <b>MLE</b> )	
		Wartość energetyczna: 2672.08 kcal; Białko ogółem: 99.65 g; Tłuszcz: 71.27 g; Kw. tł. nasy.: 29.71 g; Węglowodany ogółem: 435.54 g; W tym cukry: 63.26 g; Błonnik pok.: 26.37 g; Sód: 3831.49 mg;	Wartość energetyczna: 2395.88 kcal; Białko ogółem: 96.95 g; Tłuszcz: 58.50 g; Kw. tł. nasy.: 25.87 g; Węglowodany ogółem: 384.95 g; W tym cukry: 70.53 g; Błonnik pok.: 16.85 g; Sód: 2599.54 mg;	Wartość energetyczna: 2485.88 kcal; Białko ogółem: 98.15 g; Tłuszcz: 58.50 g; Kw. tł. nasy.: 25.87 g; Węglowodany ogółem: 404.95 g; W tym cukry: 90.53 g; Błonnik pok.: 16.85 g; Sód: 2599.54 mg;	Wartość energetyczna: 2709.65 kcal; Białko ogółem: 120.09 g; Tłuszcz: 73.20 g; Kw. tł. nasy.: 30.04 g; Węglowodany ogółem: 407.00 g; W tym cukry: 73.63 g; Błonnik pok.: 16.78 g; Sód: 3133.81 mg;	Wartość energetyczna: 2295.34 kcal; Białko ogółem: 101.74 g; Tłuszcz: 62.50 g; Kw. tł. nasy.: 24.14 g; Węglowodany ogółem: 377.34 g; W tym cukry: 21.34 g; Błonnik pok.: 40.05 g; Sód: 4311.01 mg;	Wartość energetyczna: 2532.65 kcal; Białko ogółem: 96.55 g; Tłuszcz: 59.85 g; Kw. tł. nasy.: 25.93 g; Węglowodany ogółem: 416.22 g; W tym cukry: 96.54 g; Błonnik pok.: 16.45 g; Sód: 2666.64 mg;

Jadłospisy za okres od dnia 2026-05-25 do dnia 2026-06-07 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
2026-05-27 środa	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> ) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy parzony w osłonce niejadalnej 40 g ( <u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.</u> ) Salatka szwedzka z olejem b/c 50 g ( <u>GOR.</u> )	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> ) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy parzony w osłonce niejadalnej 40 g ( <u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.</u> ) Pomidor 50 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> ) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy parzony w osłonce niejadalnej 60 g ( <u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.</u> ) Pomidor 50 g	Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Chleb Graham 200 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> ) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy parzony w osłonce niejadalnej 40 g ( <u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.</u> ) Salatka szwedzka z olejem b/c 50 g ( <u>GOR.</u> )	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> ) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy parzony w osłonce niejadalnej 40 g ( <u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.</u> ) Kisiel o smaku cytrynowym z/c 150 ml ( <u>może zawierać: GLU PSZ, SÉL, GOR.</u> )
		II ŚN			Kefir 1,5% tł 150g 1 Por ( <u>MLE.</u> )	
Obiad	Zupa z soczewicy i ziemniakami * 350 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Ziemniaki gotowane 250 g Pulpet drobiowy 70 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> ) Sos jarzynowy * 70 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 75 g Brokuł gotowany* 75 g Kompot owocowy* z/c 300 ml	Grysikowa * 350 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Ziemniaki gotowane 250 g Pulpet drobiowy 70 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> ) Sos jarzynowy * 70 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Marchew gotowana z olejem 75 g Brokuł gotowany* 75 g Kompot owocowy* z/c 300 ml	Grysikowa * 350 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Ziemniaki gotowane 250 g Pulpet drobiowy 70 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> ) Sos jarzynowy* 70 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Marchew gotowana z olejem 75 g Kompot owocowy* z/c 300 ml Brokuł gotowany* 75 g	Grysikowa * 350 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Ziemniaki gotowane 250 g Pulpet drobiowy 140 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> ) Sos jarzynowy* 70 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Marchew gotowana z olejem 75 g Kompot owocowy* z/c 300 ml Brokuł gotowany* 75 g	Zupa z soczewicy i ziemniakami * 350 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Ziemniaki gotowane 250 g Pulpet drobiowy 70 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> ) Sos jarzynowy * 70 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 75 g Kompot owocowy* b/c 300 ml Brokuł gotowany* 75 g	Grysikowa * 350 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Ziemniaki gotowane 250 g Pulpet drobiowy 70 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> ) Sos jarzynowy * 70 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Marchew gotowana z olejem 75 g Kompot owocowy* z/c 300 ml Brokuł gotowany* 75 g
	PD		Chrupki kukurydziane 25 g	Kefir 1,5% tł 150g 1 Por ( <u>MLE.</u> )	Surówka z marchwi i jabłka b/c 100 g ( <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> ) Ser żółty 40 g ( <u>MLE.</u> ) Jabłko 1 szt 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> ) Serek twarogowy homogenizowany 60 g ( <u>MLE.</u> ) Jabłko 1 szt 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> ) Serek twarogowy homogenizowany 80 g ( <u>MLE.</u> ) Jabłko 1 szt 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> ) Serek twarogowy homogenizowany 80 g ( <u>MLE.</u> ) Jabłko 1 szt 1 szt	Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Chleb Graham 200 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> ) Ser żółty 40 g ( <u>MLE.</u> ) Jabłko 1 szt 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> ) Serek twarogowy homogenizowany 60 g ( <u>MLE.</u> ) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt
	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> ) Szynka szkolna- wp. parzona 20 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u> ) Salata zielona 5 g	Ciasto drożdżowe 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u> )
	Wartość energetyczna: 2857.33 kcal; Białko ogółem: 93.92 g; Tłuszcz: 72.16 g; Kw. tł. nasy.: 31.16 g; Węglowodany ogółem: 465.45 g; W tym cukry: 71.92 g; Błonnik pok.: 36.87 g; Sód: 4406.48 mg;	Wartość energetyczna: 2430.66 kcal; Białko ogółem: 83.57 g; Tłuszcz: 53.34 g; Kw. tł. nasy.: 23.71 g; Węglowodany ogółem: 394.50 g; W tym cukry: 78.96 g; Błonnik pok.: 23.37 g; Sód: 2616.85 mg;	Wartość energetyczna: 2521.41 kcal; Białko ogółem: 85.79 g; Tłuszcz: 54.09 g; Kw. tł. nasy.: 23.79 g; Węglowodany ogółem: 414.22 g; W tym cukry: 78.96 g; Błonnik pok.: 25.27 g; Sód: 2619.85 mg;	Wartość energetyczna: 2691.84 kcal; Białko ogółem: 106.44 g; Tłuszcz: 66.78 g; Kw. tł. nasy.: 27.82 g; Węglowodany ogółem: 406.95 g; W tym cukry: 83.84 g; Błonnik pok.: 23.58 g; Sód: 2996.87 mg;	Wartość energetyczna: 2405.47 kcal; Białko ogółem: 96.70 g; Tłuszcz: 73.34 g; Kw. tł. nasy.: 32.29 g; Węglowodany ogółem: 389.89 g; W tym cukry: 33.01 g; Błonnik pok.: 46.87 g; Sód: 4198.05 mg;	Wartość energetyczna: 2534.45 kcal; Białko ogółem: 83.12 g; Tłuszcz: 53.24 g; Kw. tł. nasy.: 23.68 g; Węglowodany ogółem: 420.79 g; W tym cukry: 100.16 g; Błonnik pok.: 22.74 g; Sód: 2628.60 mg;

Jadłospisy za okres od dnia 2026-05-28 do dnia 2026-06-07 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	
2026-05-28 czwartek	Śniadanie	Zacierka na mleku 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE,</u> ) Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 150 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ) Chleb Graham 50 g ( <u>GLU PSZ,</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE,</u> ) Pasta z twarogu ze szczypiorkiem 60 g ( <u>MLE,</u> ) Pomidor 50 g	Zacierka na mleku 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE,</u> ) Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g ( <u>GLU PSZ,</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE,</u> ) Pasta z twarogu z natką pietruszki 60 g ( <u>MLE,</u> ) Salata zielona 10 g	Zacierka na mleku 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE,</u> ) Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g ( <u>GLU PSZ,</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE,</u> ) Pasta z twarogu ze szczypiorkiem 80 g ( <u>MLE,</u> ) Salata zielona 10 g	Zacierka na mleku 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE,</u> ) Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g ( <u>GLU PSZ,</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE,</u> ) Pasta z twarogu ze szczypiorkiem 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> ) Pasta z twarogu ze szczypiorkiem 60 g ( <u>MLE,</u> ) Pomidor 50 g	Zacierka na mleku 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE,</u> ) Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g ( <u>GLU PSZ,</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE,</u> ) Pasta z twarogu z natką pietruszki 60 g ( <u>MLE,</u> ) Mus z jabłek (j) z/c 50 g	
	II ŚN					Jogurt naturalny 100g 1 szt ( <u>MLE,</u> )		
	Obiad	Żurek z ziemniakami* 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT,</u> ) Sos pomidorowy 70 ml ( <u>GLU PSZ,</u> ) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami* 350 g ( <u>SEL, GLU JECZ,</u> ) Salata zielona z jogurtem 75 g ( <u>MLE,</u> ) Kompot owocowy* z/c 300 ml	Ziemniaczana* 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u> ) Sos pomidorowy 70 ml ( <u>GLU PSZ,</u> ) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami* 350 g ( <u>SEL, GLU JECZ,</u> ) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 75 g Kompot owocowy* z/c 300 ml	Ziemniaczana* 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u> ) Sos pomidorowy 70 ml ( <u>GLU PSZ,</u> ) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami* 350 g ( <u>SEL, GLU JECZ,</u> ) Pulpet wieprzowy 70 g ( <u>GLU PSZ, JAJ,</u> ) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 75 g Kompot owocowy* z/c 300 ml	Żurek z ziemniakami* 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT,</u> ) Sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU PSZ,</u> ) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami* 350 g ( <u>SEL, GLU JECZ,</u> ) Salata zielona z jogurtem 75 g ( <u>MLE,</u> ) Kompot owocowy* b/c 300 ml	Ziemniaczana* 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u> ) Sos pomidorowy 70 ml ( <u>GLU PSZ,</u> ) Pulpet wieprzowy 70 g ( <u>GLU PSZ, JAJ,</u> ) Ryż na sytko 200 g Warzywa po grecku 75 g ( <u>GLU PSZ, SEL,</u> ) Kompot owocowy* z/c 300 ml		
	PD			Sok jablkowy 100 % 0,2l w kartoniku 1 szt	Chleb Graham 30 g ( <u>GLU PSZ,</u> ) Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE,</u> ) Połędwica Sopocka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody i białka sojowego 20 g ( <u>SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR,</u> )	Surówka z marchwi i selera z olejem 100 g ( <u>SEL,</u> )		
	Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 150 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ) Chleb Graham 50 g ( <u>GLU PSZ,</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE,</u> ) Połędwica Sopocka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody i białka sojowego 40 g ( <u>SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR,</u> ) Salatka jarzynowa z olejem 100 g ( <u>SEL,</u> )	Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g ( <u>GLU PSZ,</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE,</u> ) Połędwica Sopocka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody i białka sojowego 40 g ( <u>SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR,</u> ) Salatka jarzynowa z olejem 100 g ( <u>SEL,</u> )	Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g ( <u>GLU PSZ,</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE,</u> ) Połędwica Sopocka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody i białka sojowego 60 g ( <u>SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR,</u> ) Salatka jarzynowa z olejem 100 g ( <u>SEL,</u> )	Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Chleb Graham 200 g ( <u>GLU PSZ,</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE,</u> ) Połędwica Sopocka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody i białka sojowego 40 g ( <u>SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR,</u> ) Salatka jarzynowa z olejem 100 g ( <u>SEL,</u> )	Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g ( <u>GLU PSZ,</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE,</u> ) Połędwica Sopocka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody i białka sojowego 40 g ( <u>SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR,</u> ) Salatka jarzynowa z olejem 100 g ( <u>SEL,</u> )		
	PN			Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 20 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> ) Salata zielona 5 g	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	
		Wartość energetyczna: 2542.97 kcal; Białko ogółem: 91.22 g; Tłuszcz: 60.89 g; Kw. tł. nasy.: 25.00 g; Węglowodany ogółem: 436.69 g; W tym cukry: 62.68 g; Błonnik pok.: 33.33 g; Sód: 3700.96 mg;	Wartość energetyczna: 2368.84 kcal; Białko ogółem: 90.72 g; Tłuszcz: 59.79 g; Kw. tł. nasy.: 24.38 g; Węglowodany ogółem: 380.58 g; W tym cukry: 60.06 g; Błonnik pok.: 20.71 g; Sód: 2330.09 mg;	Wartość energetyczna: 2452.84 kcal; Białko ogółem: 90.72 g; Tłuszcz: 59.79 g; Kw. tł. nasy.: 24.38 g; Węglowodany ogółem: 400.58 g; W tym cukry: 80.06 g; Błonnik pok.: 20.71 g; Sód: 2330.09 mg;	Wartość energetyczna: 2718.88 kcal; Białko ogółem: 120.44 g; Tłuszcz: 76.04 g; Kw. tł. nasy.: 31.24 g; Węglowodany ogółem: 404.22 g; W tym cukry: 60.99 g; Błonnik pok.: 22.59 g; Sód: 2985.43 mg;	Wartość energetyczna: 2346.33 kcal; Białko ogółem: 100.52 g; Tłuszcz: 71.98 g; Kw. tł. nasy.: 27.66 g; Węglowodany ogółem: 371.09 g; W tym cukry: 30.82 g; Błonnik pok.: 46.23 g; Sód: 3486.99 mg;	Wartość energetyczna: 2426.71 kcal; Białko ogółem: 85.80 g; Tłuszcz: 56.66 g; Kw. tł. nasy.: 24.07 g; Węglowodany ogółem: 410.37 g; W tym cukry: 77.07 g; Błonnik pok.: 21.12 g; Sód: 2230.21 mg;	

Jadłospisy za okres od dnia 2026-05-20 do dnia 2026-06-07 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
2026-05-29 piątek	Śniadanie	Płatki pszenne na mleku 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE</u> ) Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 150 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Chleb Graham 50 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Pasta z twarogu z dżemem brzoskwinowym 60 g ( <u>MLE</u> ) Jabłko 1 szt 1 szt	Płatki pszenne na mleku 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE</u> ) Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Pasta z twarogu z dżemem brzoskwinowym 60 g ( <u>MLE</u> ) Jabłko 1 szt 1 szt	Płatki pszenne na mleku 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE</u> ) Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Pasta z twarogu z dżemem brzoskwinowym 100 g ( <u>MLE</u> ) Jabłko 1 szt 1 szt	Płatki pszenne na mleku 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE</u> ) Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Pasta z twarogu z dżemem brzoskwinowym 100 g ( <u>MLE</u> ) Jabłko 1 szt 1 szt	Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Chleb Graham 200 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Twarożek 60 g ( <u>MLE</u> ) Jabłko 1 szt 1 szt	Płatki pszenne na mleku 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE</u> ) Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Twarożek 60 g ( <u>MLE</u> ) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt
	II SN					Kefir 1,5% tł 150g 1 Por ( <u>MLE</u> )	
	Obiad	Marchewkowa z zacierką* 350 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL</u> ) Ziemniaki gotowane 250 g Ryba smażona (Morszczuk) 70 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, RYB</u> ) Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 75 g Szpinak gotowany z olejem* 75 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Kompot owocowy* z/c 300 ml	Marchewkowa z zacierką* 350 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL</u> ) Ziemniaki gotowane 250 g Ryba pieczona (Morszczuk) 70 g ( <u>RYB</u> ) Szpinak gotowany z olejem* 75 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 75 g ( <u>SEL</u> ) Kompot owocowy* z/c 300 ml	Marchewkowa z zacierką* 350 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL</u> ) Ziemniaki gotowane 250 g Ryba pieczona (Morszczuk) 70 g ( <u>RYB</u> ) Sos ziołowy* 70 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Szpinak gotowany z olejem* 75 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 75 g ( <u>SEL</u> ) Kompot owocowy* z/c 300 ml	Marchewkowa z zacierką* 350 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, 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> ) Szpinak gotowany z olejem* 75 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 75 g ( <u>SEL</u> ) Kompot owocowy* z/c 300 ml	Marchewkowa z zacierką* 350 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL</u> ) Ziemniaki gotowane 250 g Ryba pieczona (Morszczuk) 70 g ( <u>RYB</u> ) Szpinak gotowany z olejem* 75 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 75 g Kompot owocowy* b/c 300 ml	Marchewkowa z zacierką* 350 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL</u> ) Ziemniaki gotowane 250 g Ryba pieczona (Morszczuk) 70 g ( <u>RYB</u> ) Szpinak gotowany z olejem* 75 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 75 g ( <u>SEL</u> ) Kompot owocowy* z/c 300 ml
	PD			Mus- przecier owocowy jabłko 100g (tubka) 1 szt	Jogurt naturalny 100g 1 szt ( <u>MLE</u> )	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	
	Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 150 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Chleb Graham 50 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ</u> ) Pomidor 50 g	Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 150 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ</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> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ</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> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ</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> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ</u> ) Pomidor 50 g	Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> ) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Kisiel o smaku wiśniowym z/c 150 ml ( <u>może zawierać: GLU PSZ, SEL, GOR.</u> )
	PN	Sok jabłkowy 100 % 0,2l w kartoniku 1 szt					Chleb Graham 30 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE</u> ) Poledwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 20 g ( <u>SOJ</u> ) Sałata zielona 5 g
	Wartość energetyczna: 2539.93 kcal; Białko ogółem: 86.60 g; Tłuszcz: 58.52 g; Kw. tł. nasy.: 22.80 g; Węglowodany ogółem: 447.17 g; W tym cukry: 88.73 g; Błonnik pok.: 33.37 g; Sód: 3361.94 mg;	Wartość energetyczna: 2398.94 kcal; Białko ogółem: 87.91 g; Tłuszcz: 51.60 g; Kw. tł. nasy.: 22.06 g; Węglowodany ogółem: 417.08 g; W tym cukry: 93.82 g; Błonnik pok.: 28.16 g; Sód: 2721.95 mg;	Wartość energetyczna: 2339.40 kcal; Białko ogółem: 88.37 g; Tłuszcz: 51.32 g; Kw. tł. nasy.: 21.99 g; Węglowodany ogółem: 397.82 g; W tym cukry: 98.19 g; Błonnik pok.: 25.38 g; Sód: 2157.54 mg;	Wartość energetyczna: 2572.18 kcal; Białko ogółem: 119.26 g; Tłuszcz: 61.79 g; Kw. tł. nasy.: 24.69 g; Węglowodany ogółem: 401.89 g; W tym cukry: 100.53 g; Błonnik pok.: 25.38 g; Sód: 2385.08 mg;	Wartość energetyczna: 2162.42 kcal; Białko ogółem: 99.83 g; Tłuszcz: 54.33 g; Kw. tł. nasy.: 23.81 g; Węglowodany ogółem: 364.60 g; W tym cukry: 30.40 g; Błonnik pok.: 42.27 g; Sód: 2991.85 mg;	Wartość energetyczna: 2365.07 kcal; Białko ogółem: 92.39 g; Tłuszcz: 48.05 g; Kw. tł. nasy.: 21.21 g; Węglowodany ogółem: 407.66 g; W tym cukry: 117.15 g; Błonnik pok.: 24.38 g; Sód: 2489.07 mg;	

Jadłospisy za okres od dnia 2026-05-25 do dnia 2026-06-07 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	
2026-05-30 sobota	Śniadanie	Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 150 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Chleb Graham 50 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> ) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa, parzony 40 g ( <u>SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR.</u> ) Pomidor 50 g	Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> ) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa, parzony 40 g ( <u>SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR.</u> ) Pomidor 50 g	Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> ) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa, parzony 60 g ( <u>SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR.</u> ) Pomidor 50 g	Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Chleb Graham 200 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> ) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa, parzony 40 g ( <u>SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR.</u> ) Pomidor 50 g	Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> ) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa, parzony 40 g ( <u>SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR.</u> ) Marchew gotowana z olejem 50 g		
	II SN					Jogurt naturalny 100g 1 szt ( <u>MLE.</u> )		
	Obiad	Grochowa z ziemniakami* 350 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Kasza jęczmienna/sypko 250 g ( <u>GLU JECZ.</u> ) Watróbka drobiowa smażona z cebulką 150 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Ogórek kiszony z cebulką z olejem 75 g Buraczki gotowane 75 g Kompot owocowy* z/c 300 ml	Selerowa z ziemniakami* 350 ml ( <u>MLE, SEL.</u> ) Kasza jęczmienna/sypko 250 g ( <u>GLU JECZ.</u> ) Gulasz wieprzowy z warzywami* 150 g ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Buraczki gotowane 75 g Cukinia pieczona z olejem* 75 g Kompot owocowy* z/c 300 ml	Selerowa z ziemniakami* 350 ml ( <u>MLE, SEL.</u> ) Kasza jęczmienna/sypko 250 g ( <u>GLU JECZ.</u> ) Gulasz wieprzowy z warzywami* 150 g ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Szynka wieprzowa pieczona 70 g Buraczki gotowane 75 g Cukinia pieczona z olejem* 75 g Kompot owocowy* z/c 300 ml	Grochowa z ziemniakami* 350 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Kasza jęczmienna/sypko 250 g ( <u>GLU JECZ.</u> ) Gulasz wieprzowy z warzywami* 150 g ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Ogórek kiszony z cebulką z olejem 75 g Buraczki gotowane 75 g Kompot owocowy* b/c 300 ml	Selerowa z ziemniakami* 350 ml ( <u>MLE, SEL.</u> ) Kasza jęczmienna/sypko 250 g ( <u>GLU JECZ.</u> ) Gulasz wieprzowy z warzywami* 150 g ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Cukinia pieczona z olejem* 150 g Kompot owocowy* z/c 300 ml		
	PD			Wafelki 30 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u> )	Jogurt naturalny 100g 1 szt ( <u>MLE.</u> )	Surówka z marchwi z olejem b/c 100 g		
	Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 150 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Chleb Graham 50 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> ) Parówki drobiowe (kiel drobno rozdr wędz, parz w osłonce niejadalnej) 80 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Musztarda 20 g ( <u>GOR.</u> ) Sałata zielona 10 g	Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> ) 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> ) Sałata zielona 10 g	Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> ) Parówki drobiowe (kiel drobno rozdr wędz, parz w osłonce niejadalnej) 80 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Sałata zielona 10 g	Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> ) Parówki drobiowe (kiel drobno rozdr wędz, parz w osłonce niejadalnej) 120 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Sałata zielona 10 g	Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Chleb Graham 200 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> ) 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> ) 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> ) 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> ) Kisiel o smaku truskawkowym z/c 200 ml ( <u>może zawierać: GLU PSZ, SEL, GOR.</u> )	
	PN		Jabłko 1 szt 1 szt			Chleb Graham 30 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE.</u> ) Ser żółty 20 g ( <u>MLE.</u> ) Sałata zielona 5 g	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	
		Wartość energetyczna: 2661.81 kcal; Białko ogółem: 94.28 g; Tłuszcz: 76.03 g; Kw. tł. nasy.: 24.59 g; Węglowodany ogółem: 433.39 g; W tym cukry: 60.96 g; Błonnik pok.: 37.35 g; Sód: 4747.07 mg;	Wartość energetyczna: 2065.53 kcal; Białko ogółem: 71.45 g; Tłuszcz: 47.56 g; Kw. tł. nasy.: 19.20 g; Węglowodany ogółem: 356.06 g; W tym cukry: 63.54 g; Błonnik pok.: 24.39 g; Sód: 2521.44 mg;	Wartość energetyczna: 2355.59 kcal; Białko ogółem: 77.52 g; Tłuszcz: 68.22 g; Kw. tł. nasy.: 28.85 g; Węglowodany ogółem: 375.98 g; W tym cukry: 63.16 g; Błonnik pok.: 24.39 g; Sód: 2877.92 mg;	Wartość energetyczna: 2486.56 kcal; Białko ogółem: 108.53 g; Tłuszcz: 73.15 g; Kw. tł. nasy.: 28.51 g; Węglowodany ogółem: 366.61 g; W tym cukry: 67.36 g; Błonnik pok.: 24.39 g; Sód: 3510.77 mg;	Wartość energetyczna: 2387.91 kcal; Białko ogółem: 99.34 g; Tłuszcz: 70.19 g; Kw. tł. nasy.: 28.10 g; Węglowodany ogółem: 389.05 g; W tym cukry: 23.86 g; Błonnik pok.: 47.14 g; Sód: 4231.41 mg;	Wartość energetyczna: 2239.66 kcal; Białko ogółem: 71.30 g; Tłuszcz: 50.96 g; Kw. tł. nasy.: 19.40 g; Węglowodany ogółem: 392.18 g; W tym cukry: 91.90 g; Błonnik pok.: 24.85 g; Sód: 2633.41 mg;	

Jadłospisy za okres od dnia 2026-05-20 do dnia 2026-06-07 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
2026-05-31 niedziela	Śniadanie	Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 150 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Chleb Graham 50 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> ) Twarożek ze słonecznikiem 60 g ( <u>MLE.</u> ) Pomidor 50 g	Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> ) Bułka pszenna długa krojona 150 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> ) Pasta z twarogu z koperkiem 60 g ( <u>MLE.</u> ) Pomidor 50 g	Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> ) Bułka pszenna długa krojona 150 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> ) Pasta z twarogu z koperkiem 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> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> ) Pasta z twarogu z koperkiem 80 g ( <u>MLE.</u> ) Pomidor 50 g	Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Chleb Graham 200 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> ) Twarożek ze słonecznikiem 60 g ( <u>MLE.</u> ) Pomidor 50 g	Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> ) Bułka pszenna długa krojona 150 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> ) Pasta z twarogu z koperkiem 60 g ( <u>MLE.</u> ) Jabłko pieczone 1 szt. 1 szt
	II ŚN					Jabłko 1 szt 1 szt	
	Obiad	Rosół z makaronem * 350 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Ziemniaki gotowane 250 g Udziec z kurczaka gotowany b/k b/s 70 g Sos jarzynowy * 70 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Surówka z kapusty białej z koperkiem i z olejem 75 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 75 g ( <u>SEL.</u> ) Kompot owocowy* z/c 300 ml	Rosół z makaronem * 350 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Ziemniaki gotowane 250 g Udziec z kurczaka gotowany b/k b/s 70 g Sos jarzynowy * 70 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 75 g ( <u>SEL.</u> ) Kalafior gotowany* 75 g Kompot owocowy* z/c 300 ml	Rosół z makaronem * 350 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Ziemniaki gotowane 250 g Udziec z kurczaka gotowany b/k b/s 70 g Sos jarzynowy * 70 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 75 g ( <u>SEL.</u> ) Kalafior gotowany* 75 g Kompot owocowy* z/c 300 ml	Rosół z makaronem * 350 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Ziemniaki gotowane 250 g Udziec z kurczaka gotowany b/k b/s 70 g Sos jarzynowy * 70 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Surówka z kapusty białej z koperkiem i z olejem 75 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 75 g ( <u>SEL.</u> ) Kompot owocowy* b/c 300 ml	Rosół z makaronem * 350 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Ziemniaki gotowane 250 g Udziec z kurczaka gotowany b/k b/s 70 g Sos jarzynowy * 70 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Surówka z kapusty białej z koperkiem i z olejem 75 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 75 g ( <u>SEL.</u> ) Kompot owocowy* b/c 300 ml	Rosół z makaronem * 350 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Ziemniaki gotowane 250 g Udziec z kurczaka gotowany b/k b/s 70 g Sos jarzynowy * 70 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 150 g ( <u>SEL.</u> ) Kompot owocowy* z/c 300 ml
	PD		Jogurt owoce leśne 100g 1 szt ( <u>MLE.</u> )	Kefir 1,5% tł 150g 1 Por ( <u>MLE.</u> )		Surówka z marchwi z olejem b/c 100 g	
	Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 150 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Chleb Graham 50 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> ) Poledwica Sopocka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody i białka sojowego 40 g ( <u>SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR.</u> ) Salata zielona 10 g	Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> ) Poledwica Sopocka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody i białka sojowego 40 g ( <u>SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR.</u> ) Salata zielona 10 g	Bułka pszenna długa krojona 150 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> ) Poledwica Sopocka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody i białka sojowego 40 g ( <u>SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR.</u> ) Salata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 150 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> ) Poledwica Sopocka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody i białka sojowego 60 g ( <u>SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR.</u> ) Salata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z/c 300 ml	Chleb Graham 200 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> ) Poledwica Sopocka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody i białka sojowego 40 g ( <u>SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR.</u> ) Ogórek świeży 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> ) Poledwica Sopocka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody i białka sojowego 40 g ( <u>SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR.</u> ) Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml ( <u>może zawierać: GLU PSZ, SEL, GOR.</u> ) Herbata czarna granulowana z/c 300 ml
	PN	Mus- przecier owocowy jablko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt				Chleb Graham 30 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE.</u> ) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy parzony w osłonce niejadalnej 20 g ( <u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.</u> ) Salata zielona 5 g	Mus- przecier owocowy jablko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt
		Wartość energetyczna: 2285.48 kcal; Białko ogółem: 87.34 g; Tłuszcz: 52.05 g; Kw. tł. nasy.: 22.42 g; Węglowodany ogółem: 397.84 g; W tym cukry: 67.65 g; Błonnik pok.: 29.63 g; Sód: 3678.65 mg;	Wartość energetyczna: 2038.76 kcal; Białko ogółem: 85.93 g; Tłuszcz: 45.43 g; Kw. tł. nasy.: 21.57 g; Węglowodany ogółem: 337.74 g; W tym cukry: 66.84 g; Błonnik pok.: 18.73 g; Sód: 2426.12 mg;	Wartość energetyczna: 2128.76 kcal; Białko ogółem: 89.53 g; Tłuszcz: 47.93 g; Kw. tł. nasy.: 22.48 g; Węglowodany ogółem: 351.74 g; W tym cukry: 72.24 g; Błonnik pok.: 19.13 g; Sód: 2474.12 mg;	Wartość energetyczna: 2132.69 kcal; Białko ogółem: 96.02 g; Tłuszcz: 48.77 g; Kw. tł. nasy.: 23.61 g; Węglowodany ogółem: 343.38 g; W tym cukry: 71.61 g; Błonnik pok.: 18.74 g; Sód: 2668.35 mg;	Wartość energetyczna: 2209.41 kcal; Białko ogółem: 96.78 g; Tłuszcz: 60.82 g; Kw. tł. nasy.: 24.62 g; Węglowodany ogółem: 366.18 g; W tym cukry: 37.11 g; Błonnik pok.: 44.73 g; Sód: 3545.30 mg;	Wartość energetyczna: 2242.77 kcal; Białko ogółem: 85.25 g; Tłuszcz: 48.23 g; Kw. tł. nasy.: 21.76 g; Węglowodany ogółem: 384.50 g; W tym cukry: 103.96 g; Błonnik pok.: 21.95 g; Sód: 2484.52 mg;

Jadłospisy za okres od dnia 2026-05-25 do dnia 2026-06-07 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
2026-06-01 poniedziałek	Śniadanie	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml ( <b>MLE</b> ) Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 150 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Chleb Graham 50 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Pasztecik drobiowo- wieprzowy z wątróbką 50 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, SEL, może zawierać: JAJ, MLE, GOR, GLU OW</b> ) Pomidor 50 g	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml ( <b>MLE</b> ) Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Serek twarogowy homogenizowany 60 g ( <b>MLE</b> ) Pomidor 50 g	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml ( <b>MLE</b> ) Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Serek twarogowy homogenizowany 80 g ( <b>MLE</b> ) Pomidor 50 g	Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Chleb Graham 200 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Pasztecik drobiowo- wieprzowy z wątróbką 50 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, SEL, może zawierać: JAJ, MLE, GOR, GLU OW</b> ) Pomidor 50 g	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml ( <b>MLE</b> ) Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Szynek krucha z pieca wieprzowa, parzona 40 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SOJ</b> ) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 50 g ( <b>SEL</b> )	
	II SN					Jabłko 1 szt 1 szt	
	Obiad	Barszcz ukraiński z ziemniakami* 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL</b> ) Gulasz z soczewicy i papryki () 150 g ( <b>GLU PSZ, SEL</b> ) Ryż na sypko 200 g Fasolka szparagowa z wody* 75 g Kompot owocowy* z/c 300 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami* 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL</b> ) Gulasz warzywny z tofu dieta* 150 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, SEL</b> ) Ryż na sypko 200 g Brokuł gotowany* 75 g Kompot owocowy* z/c 300 ml	Barszcz ukraiński z ziemniakami* 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL</b> ) Gulasz warzywny z tofu dieta* 150 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, SEL</b> ) Ryż na sypko 200 g Brokuł gotowany* 75 g Kompot owocowy* z/c 300 ml	Barszcz ukraiński z ziemniakami* 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL</b> ) Gulasz z soczewicy i papryki () 150 g ( <b>GLU PSZ, SEL</b> ) Ryż na sypko (brązowy) 200 g Fasolka szparagowa z wody* 75 g Kompot owocowy* b/c 300 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami* 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL</b> ) Gulasz warzywny z tofu dieta* 150 g ( <b>GLU PSZ, SEL</b> ) Ryż na sypko 200 g Marchew gotowana z olejem 75 g Kompot owocowy* z/c 300 ml	
	PD			Budyń o smaku śmietankowym z/c 150 ml ( <b>MLE</b> )		Serek homo naturalny 150g 1 szt ( <b>MLE</b> )	
	Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 150 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Chleb Graham 50 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE</b> ) Salceson z indykami z dodatkami surowców wieprzowych parzony 40 g ( <b>SOJ, SEL</b> ) Rzodkiewka 50 g	Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE</b> ) Szynek z pierśią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalanej 40 g ( <b>SOJ, SEL, może zawierać: MLE, GOR</b> ) Salata zielona 10 g	Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE</b> ) Szynek z pierśią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalanej 60 g ( <b>SOJ, SEL, może zawierać: MLE, GOR</b> ) Salata zielona 10 g	Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Chleb Graham 200 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE</b> ) Szynek z pierśią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalanej 40 g ( <b>SOJ, SEL, może zawierać: MLE, GOR</b> ) Rzodkiewka 50 g	Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE</b> ) Szynek z pierśią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalanej 40 g ( <b>SOJ, SEL, może zawierać: MLE, GOR</b> ) Kisiel o smaku wiśniowym z/c 150 ml ( <b>może zawierać: GLU PSZ, SEL, GOR</b> )	
PN		Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt ( <b>może zawierać: MLE</b> )			Chleb Graham 30 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE</b> ) Twaróg półtłusty 20 g ( <b>MLE</b> ) Salata zielona 5 g	Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt ( <b>może zawierać: MLE</b> )	
		Wartość energetyczna: 2515.18 kcal; Białko ogółem: 77.63 g; Tłuszcz: 55.18 g; Kw. tł. nasy.: 23.46 g; Węglowodany ogółem: 457.36 g; W tym cukry: 73.26 g; Błonnik pok.: 34.97 g; Sód: 3748.90 mg;	Wartość energetyczna: 2204.65 kcal; Białko ogółem: 72.40 g; Tłuszcz: 47.71 g; Kw. tł. nasy.: 20.83 g; Węglowodany ogółem: 384.43 g; W tym cukry: 75.89 g; Błonnik pok.: 18.79 g; Sód: 2325.07 mg;	Wartość energetyczna: 2355.70 kcal; Białko ogółem: 77.40 g; Tłuszcz: 50.73 g; Kw. tł. nasy.: 22.62 g; Węglowodany ogółem: 410.35 g; W tym cukry: 94.64 g; Błonnik pok.: 18.82 g; Sód: 2391.57 mg;	Wartość energetyczna: 2396.42 kcal; Białko ogółem: 84.39 g; Tłuszcz: 52.26 g; Kw. tł. nasy.: 23.37 g; Węglowodany ogółem: 410.58 g; W tym cukry: 96.58 g; Błonnik pok.: 20.09 g; Sód: 2586.90 mg;	Wartość energetyczna: 2356.09 kcal; Białko ogółem: 96.61 g; Tłuszcz: 62.44 g; Kw. tł. nasy.: 23.87 g; Węglowodany ogółem: 397.82 g; W tym cukry: 34.02 g; Błonnik pok.: 50.83 g; Sód: 3289.88 mg;	Wartość energetyczna: 2326.75 kcal; Białko ogółem: 69.14 g; Tłuszcz: 51.80 g; Kw. tł. nasy.: 20.55 g; Węglowodany ogółem: 414.84 g; W tym cukry: 99.14 g; Błonnik pok.: 20.70 g; Sód: 2647.00 mg;

Jadłospisy za okres od dnia 2026-05-20 do dnia 2026-06-07 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	
2026-06-02 wtorek	Śniadanie	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml ( <u>MLE, GLU JECZ.</u> ) Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 150 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Chleb Graham 50 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> ) Ogórek świeży 50 g	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml ( <u>MLE, GLU JECZ.</u> ) Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> ) Salata zielona 10 g	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml ( <u>MLE, GLU JECZ.</u> ) Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> ) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa, parzony 40 g ( <u>SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR.</u> ) Salata zielona 10 g	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml ( <u>MLE, GLU JECZ.</u> ) Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> ) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa, parzony 40 g ( <u>SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR.</u> ) Salata zielona 10 g	Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Chleb Graham 200 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> ) Ogórek świeży 50 g	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml ( <u>MLE, GLU JECZ.</u> ) Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> ) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa, parzony 40 g ( <u>SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR.</u> ) Kalańfort gotowany* 50 g	
	II ŚN					Jogurt naturalny 100g 1 szt ( <u>MLE.</u> )		
	Obiad	Jarzynowa z makaronem* dieta 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Ziemniaki gotowane 250 g Pulpet wołowo-wieprzowy 70 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> ) Sos cygański 70 g ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Surówka z kapusty białej z olejem b/c 75 g Buraczki gotowane drobno tarte 75 g Kompot owocowy* z/c 300 ml	Jarzynowa z makaronem* dieta 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Ziemniaki gotowane 250 g Pulpet wołowo-wieprzowy 70 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> ) Sos pietruszkowy* 70 ml ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> ) Szpinak gotowany z olejem* 75 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Buraczki gotowane drobno tarte 75 g Kompot owocowy* z/c 300 ml	Jarzynowa z makaronem* dieta 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Ziemniaki gotowane 250 g Pulpet wołowo-wieprzowy 140 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> ) Sos pietruszkowy* 70 ml ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> ) Szpinak gotowany z olejem* 75 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Buraczki gotowane drobno tarte 75 g Kompot owocowy* z/c 300 ml	Jarzynowa z makaronem* dieta 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Ziemniaki gotowane 250 g Pulpet wołowo-wieprzowy 140 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> ) Sos cygański 70 g ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Surówka z kapusty białej z olejem b/c 75 g Szpinak gotowany z olejem* 75 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Buraczki gotowane drobno tarte 75 g Kompot owocowy* b/c 300 ml	Jarzynowa z makaronem* dieta 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Ziemniaki gotowane 250 g Pulpet wołowo-wieprzowy 70 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> ) Sos cygański 70 g ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Surówka z kapusty białej z olejem b/c 75 g Szpinak gotowany z olejem* 75 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Buraczki gotowane drobno tarte 75 g Kompot owocowy* b/c 300 ml	Jarzynowa z makaronem* dieta 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Ziemniaki gotowane 250 g Pulpet wołowo-wieprzowy 70 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> ) Sos pietruszkowy* 70 ml ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> ) Szpinak gotowany z olejem* 75 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Buraczki gotowane drobno tarte 75 g Kompot owocowy* z/c 300 ml	Jarzynowa z makaronem* dieta 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Ziemniaki gotowane 250 g Pulpet wołowo-wieprzowy 70 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> ) Sos cygański 70 g ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Surówka z kapusty białej z olejem b/c 75 g Szpinak gotowany z olejem* 75 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Buraczki gotowane drobno tarte 75 g Kompot owocowy* z/c 300 ml
	PD		Biszkopty b/ml 30 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> )	Chleb Graham 30 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE.</u> ) Ser żółty 20 g ( <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> )	Serek homo naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE.</u> )		
	Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 150 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Chleb Graham 50 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> ) Poledwica Sopotcka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 40 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> ) Poledwica Sopotcka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 40 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> ) Poledwica Sopotcka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 60 g ( <u>SOJ.</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 Sopotcka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 40 g ( <u>SOJ.</u> ) Pomidor 50 g	Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Chleb Graham 200 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> ) Poledwica Sopotcka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 40 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> ) Poledwica Sopotcka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 40 g ( <u>SOJ.</u> ) Kisiel o smaku truskawkowym z/c 200 ml ( <u>może zawierać: GLU PSZ, SEL, GOR.</u> )	
	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> ) 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	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	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 szt ( <u>MLE.</u> )	
		Wartość energetyczna: 2432.18 kcal; Białko ogółem: 86.27 g; Tłuszcz: 60.57 g; Kw. tł. nasy.: 27.20 g; Węglowodany ogółem: 416.57 g; W tym cukry: 69.33 g; Błonnik pok.: 31.18 g; Sód: 4051.50 mg;	Wartość energetyczna: 2210.79 kcal; Białko ogółem: 85.72 g; Tłuszcz: 55.93 g; Kw. tł. nasy.: 26.47 g; Węglowodany ogółem: 357.09 g; W tym cukry: 67.75 g; Błonnik pok.: 19.41 g; Sód: 2665.66 mg;	Wartość energetyczna: 2327.79 kcal; Białko ogółem: 88.15 g; Tłuszcz: 58.06 g; Kw. tł. nasy.: 26.47 g; Węglowodany ogółem: 378.99 g; W tym cukry: 67.75 g; Błonnik pok.: 19.41 g; Sód: 2665.66 mg;	Wartość energetyczna: 2602.70 kcal; Białko ogółem: 116.55 g; Tłuszcz: 75.30 g; Kw. tł. nasy.: 35.52 g; Węglowodany ogółem: 384.04 g; W tym cukry: 67.97 g; Błonnik pok.: 21.32 g; Sód: 3709.27 mg;	Wartość energetyczna: 2209.37 kcal; Białko ogółem: 102.21 g; Tłuszcz: 63.77 g; Kw. tł. nasy.: 23.79 g; Węglowodany ogółem: 351.44 g; W tym cukry: 17.80 g; Błonnik pok.: 38.20 g; Sód: 3672.74 mg;	Wartość energetyczna: 2329.03 kcal; Białko ogółem: 84.33 g; Tłuszcz: 51.96 g; Kw. tł. nasy.: 24.95 g; Węglowodany ogółem: 397.29 g; W tym cukry: 97.51 g; Błonnik pok.: 19.78 g; Sód: 3045.55 mg;	

Jadłospisy za okres od dnia 2026-05-25 do dnia 2026-06-07 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
2026-06-03 środa	Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 300 ml ( <b>MLE, GLU OW, OW</b> ) Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 150 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Chleb Graham 50 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Ser topiony 60 g ( <b>MLE</b> ) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem 50 g	Płatki owsiane na mleku 300 ml ( <b>MLE, GLU OW, OW</b> ) Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Twarożek na słodko 60 g ( <b>MLE</b> ) Jabłko 1 szt 1 szt	Płatki owsiane na mleku 300 ml ( <b>MLE, GLU OW, OW</b> ) Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Twarożek na słodko 80 g ( <b>MLE</b> ) Jabłko 1 szt 1 szt	Płatki owsiane na mleku 300 ml ( <b>MLE, GLU OW, OW</b> ) Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Twarożek na słodko 80 g ( <b>MLE</b> ) Jabłko 1 szt 1 szt	Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Chleb Graham 200 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Twarożek 60 g ( <b>MLE</b> ) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem 50 g	Płatki owsiane na mleku 300 ml ( <b>MLE, GLU OW, OW</b> ) Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Twarożek 60 g ( <b>MLE</b> ) Cukinia pieczona z olejem * 50 g
	II SN					Jabłko 1 szt 1 szt	
	Obiad	Kapuśniak z kapusty białej* 350 ml ( <b>GLU PSZ, SEL, GOR</b> ) Kasza jęczmienna/sypko 200 g ( <b>GLU JECZ</b> ) Udziec z kurczaka gotowany b/k b/s 70 g Sos pieczarkowy 70 ml ( <b>GLU PSZ, MLE</b> ) Surówka z marchwi i pomarańczy z olejem 75 g Cukinia pieczona z olejem * 75 g Kompot owocowy* z/c 300 ml	Ziemniaczana * 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL</b> ) Kasza jęczmienna/sypko 200 g ( <b>GLU JECZ</b> ) Udziec z kurczaka gotowany b/k b/s 70 g Sos jarzynowy * 70 ml ( <b>GLU PSZ, SEL</b> ) Cukinia pieczona z olejem * 75 g Marchew gotowana z olejem 75 g Kompot owocowy* z/c 300 ml	Ziemniaczana * 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL</b> ) Kasza jęczmienna/sypko 200 g ( <b>GLU JECZ</b> ) Udziec z kurczaka gotowany b/k b/s 2 [Por] x 70 g Sos jarzynowy * 70 ml ( <b>GLU PSZ, SEL</b> ) Cukinia pieczona z olejem * 75 g Marchew gotowana z olejem 75 g Kompot owocowy* z/c 300 ml	Ziemniaczana * 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL</b> ) Kasza jęczmienna/sypko 200 g ( <b>GLU JECZ</b> ) Udziec z kurczaka gotowany b/k b/s 70 g Sos pieczarkowy 70 ml ( <b>GLU PSZ, MLE</b> ) Surówka z marchwi i pomarańczy z olejem 75 g Cukinia pieczona z olejem * 75 g Kompot owocowy* b/c 300 ml	Ziemniaczana * 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL</b> ) Kasza jęczmienna/sypko 200 g ( <b>GLU JECZ</b> ) Udziec z kurczaka gotowany b/k b/s 70 g Sos pieczarkowy 70 ml ( <b>GLU PSZ, MLE</b> ) Surówka z marchwi i pomarańczy z olejem 75 g Cukinia pieczona z olejem * 75 g Kompot owocowy* b/c 300 ml	Ziemniaczana * 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL</b> ) Kasza jęczmienna/sypko 200 g ( <b>GLU JECZ</b> ) Udziec z kurczaka gotowany b/k b/s 70 g Sos jarzynowy * 70 ml ( <b>GLU PSZ, SEL</b> ) Cukinia pieczona z olejem * 75 g Marchew gotowana z olejem 75 g Kompot owocowy* z/c 300 ml
	PD		Sok pomarańczowy 0,2L-kartonik 1 szt	Jogurt truskawkowy 100 g 1 szt ( <b>MLE</b> )	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt		
	Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 150 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Chleb Graham 50 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE</b> ) Paprykarz rybno (morszczuk)-warzywny* 60 g ( <b>RYB, SEL</b> ) Sałata zielona 10 g	Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE</b> ) Paprykarz rybno (morszczuk)-warzywny* 60 g ( <b>RYB, SEL</b> ) Sałata zielona 10 g	Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE</b> ) Paprykarz rybno (morszczuk)-warzywny* 80 g ( <b>RYB, SEL</b> ) Sałata zielona 10 g	Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Chleb Graham 200 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE</b> ) Paprykarz rybno (morszczuk)-warzywny* 60 g ( <b>RYB, SEL</b> ) Sałata zielona 10 g	Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE</b> ) Szynka zielonogórska- wieprzowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 40 g ( <b>SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR</b> ) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	
	PN		Bulka maślana 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE</b> )	Chleb Graham 30 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE</b> ) Serek twarogowy śmietankowy 16,67g (kiri,haga) 1 szt ( <b>MLE</b> ) Sałata zielona 5 g	Bulka maślana 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE</b> )		
		Wartość energetyczna: 2748.59 kcal; Białko ogółem: 91.71 g; Tłuszcz: 81.28 g; Kw. tł. nasy.: 32.62 g; Węglowodany ogółem: 443.99 g; W tym cukry: 62.62 g; Błonnik pok.: 33.72 g; Sód: 3915.64 mg;	Wartość energetyczna: 2401.38 kcal; Białko ogółem: 90.36 g; Tłuszcz: 53.34 g; Kw. tł. nasy.: 22.04 g; Węglowodany ogółem: 407.26 g; W tym cukry: 76.20 g; Błonnik pok.: 24.16 g; Sód: 2054.40 mg;	Wartość energetyczna: 2491.38 kcal; Białko ogółem: 91.56 g; Tłuszcz: 53.34 g; Kw. tł. nasy.: 22.04 g; Węglowodany ogółem: 427.26 g; W tym cukry: 96.20 g; Błonnik pok.: 24.16 g; Sód: 2054.40 mg;	Wartość energetyczna: 2676.13 kcal; Białko ogółem: 117.38 g; Tłuszcz: 63.28 g; Kw. tł. nasy.: 25.07 g; Węglowodany ogółem: 426.69 g; W tym cukry: 83.48 g; Błonnik pok.: 24.91 g; Sód: 2252.04 mg;	Wartość energetyczna: 2285.21 kcal; Białko ogółem: 91.84 g; Tłuszcz: 62.84 g; Kw. tł. nasy.: 26.76 g; Węglowodany ogółem: 384.71 g; W tym cukry: 34.19 g; Błonnik pok.: 42.93 g; Sód: 3757.22 mg;	Wartość energetyczna: 2373.63 kcal; Białko ogółem: 90.10 g; Tłuszcz: 55.17 g; Kw. tł. nasy.: 22.41 g; Węglowodany ogółem: 395.72 g; W tym cukry: 74.25 g; Błonnik pok.: 23.28 g; Sód: 2385.58 mg;

Jadłospisy za okres od dnia 2026-05-25 do dnia 2026-06-07 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
2026-06-04 czwartek	Śniadanie	Kasza manna na mleku 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE</u> ) Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 150 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Chleb Graham 50 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Poledwica Sopocka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody i białka sojowego 40 g ( <u>SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR.</u> ) Pasztet z fasoli* 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> )	Kasza manna na mleku 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> ) Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> ) Poledwica Sopocka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody i białka sojowego 40 g ( <u>SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR.</u> ) Salata zielona 10 g	Kasza manna na mleku 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> ) Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> ) Salata zielona 10 g Poledwica Sopocka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody i białka sojowego 60 g ( <u>SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR.</u> )	Kasza manna na mleku 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> ) Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> ) Salata zielona 10 g Poledwica Sopocka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody i białka sojowego 60 g ( <u>SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR.</u> )	Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Chleb Graham 200 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> ) Poledwica Sopocka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody i białka sojowego 40 g ( <u>SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR.</u> ) Pasztet z fasoli* 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> )	Kasza manna na mleku 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> ) Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> ) Poledwica Sopocka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody i białka sojowego 40 g ( <u>SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR.</u> ) Marchew gotowana z olejem 100 g
	II ŚN					Kefir 1,5% tł 150g 1 Por ( <u>MLE.</u> )	
	Obiad	Szpinakowa z ziemniakami * 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Makaron 250 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Sos boloński z mięsa wp (-)dieta 150 g ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Kompot owocowy* z/c 300 ml Bukiet warzyw gotowanych królewski* 75 g Surówka z selera i jabłka b/c 75 g ( <u>MLE, SEL.</u> )	Szpinakowa z ziemniakami * 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Makaron 250 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Sos boloński z mięsa wp (-)dieta 150 g ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Kompot owocowy* z/c 300 ml Bukiet warzyw gotowanych królewski* 75 g Fasolka szparagowa z wody* 75 g	Szpinakowa z ziemniakami * 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Makaron 250 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Sos boloński z mięsa wp (-)dieta 150 g ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Kompot owocowy* z/c 300 ml Bukiet warzyw gotowanych królewski* 75 g Fasolka szparagowa z wody* 75 g	Szpinakowa z ziemniakami * 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Makaron 250 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Sos boloński z mięsa wp (-)dieta 150 g ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Kompot owocowy* z/c 300 ml Bukiet warzyw gotowanych królewski* 75 g Fasolka szparagowa z wody* 75 g	Szpinakowa z ziemniakami * 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Makaron pełnoziarnisty 250 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Sos boloński z mięsa wp (-)dieta 150 g ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Kompot owocowy* b/c 300 ml Bukiet warzyw gotowanych królewski* 75 g Surówka z selera i jabłka b/c 75 g ( <u>MLE, SEL.</u> )	Szpinakowa z ziemniakami * 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Makaron 250 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Sos boloński z mięsa wp (-)dieta 150 g ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Kompot owocowy* z/c 300 ml Bukiet warzyw gotowanych królewski* 75 g Dynia pieczona z natką pietruszki 75 g ( <u>GLU PSZ.</u> )
	PD			Biszkopty b/ml 30 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> )	Chleb Graham 30 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE.</u> ) Szynka szkolna- wp. parzona 20 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u> )	Chleb Graham 30 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Szynka szkolna- wp. parzona 20 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u> ) Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE.</u> )	
	Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 150 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Chleb Graham 50 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> ) Twarożek 60 g ( <u>MLE.</u> ) Pomidor 50 g	Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> ) Twarożek 60 g ( <u>MLE.</u> ) Pomidor 50 g	Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> ) Twarożek 80 g ( <u>MLE.</u> ) Pomidor 50 g	Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> ) Twarożek 80 g ( <u>MLE.</u> ) Pomidor 50 g	Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Chleb Graham 200 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> ) Twarożek 60 g ( <u>MLE.</u> ) Pomidor 50 g	Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> ) Twarożek 60 g ( <u>MLE.</u> ) Mus z jabłek () b/c 100 g
	PN		Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 20 g			Chleb Graham 30 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE.</u> ) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 20 g Salata zielona 5 g	Biszkopty b/ml 20 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> )
	Wartość energetyczna: 2680.45 kcal; Białko ogółem: 97.81 g; Tłuszcz: 62.70 g; Kw. tł. nasy.: 25.36 g; Węglowodany ogółem: 460.50 g; W tym cukry: 57.69 g; Błonnik pok.: 32.39 g; Sód: 3430.62 mg;	Wartość energetyczna: 2338.04 kcal; Białko ogółem: 91.56 g; Tłuszcz: 51.64 g; Kw. tł. nasy.: 23.21 g; Węglowodany ogółem: 389.29 g; W tym cukry: 59.76 g; Błonnik pok.: 17.45 g; Sód: 2114.73 mg;	Wartość energetyczna: 2455.04 kcal; Białko ogółem: 93.99 g; Tłuszcz: 53.77 g; Kw. tł. nasy.: 23.21 g; Węglowodany ogółem: 411.19 g; W tym cukry: 59.76 g; Błonnik pok.: 17.45 g; Sód: 2114.73 mg;	Wartość energetyczna: 2715.57 kcal; Białko ogółem: 120.76 g; Tłuszcz: 69.68 g; Kw. tł. nasy.: 30.02 g; Węglowodany ogółem: 416.45 g; W tym cukry: 60.68 g; Błonnik pok.: 19.46 g; Sód: 2818.67 mg;	Wartość energetyczna: 2486.38 kcal; Białko ogółem: 110.21 g; Tłuszcz: 71.10 g; Kw. tł. nasy.: 29.65 g; Węglowodany ogółem: 400.48 g; W tym cukry: 22.47 g; Błonnik pok.: 47.13 g; Sód: 3651.96 mg;	Wartość energetyczna: 2496.35 kcal; Białko ogółem: 92.50 g; Tłuszcz: 57.99 g; Kw. tł. nasy.: 24.09 g; Węglowodany ogółem: 418.00 g; W tym cukry: 64.63 g; Błonnik pok.: 22.96 g; Sód: 2173.51 mg;	

Jadłospisy za okres od dnia 2026-05-25 do dnia 2026-06-07 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	
2026-06-05 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> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ,</u> ) Salata zielona 5 g	Zacierka na mleku 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE,</u> ) Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g ( <u>GLU PSZ,</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE,</u> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ,</u> ) Salata zielona 5 g			Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Chleb Graham 200 g ( <u>GLU PSZ,</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE,</u> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ,</u> ) Salata zielona 5 g	Zacierka na mleku 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE,</u> ) Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g ( <u>GLU PSZ,</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE,</u> ) Szynka z indykiem prasowana z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa, parzona 40 g ( <u>SOJ,</u> ) Kalafor gotowany* 50 g	
	II ŚN						Jogurt naturalny 100g 1 szt ( <u>MLE,</u> )	
	Obiad	Krupnik jęczmienny * 350 ml ( <u>MLE, SEL, GLU JĘCZ,</u> ) Ziemniaki gotowane 250 g Ryba smażona (Morszczuk) 70 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, RYB,</u> ) Surówka z kapusty młodej z olejem 75 g Kompot owocowy* z/c 300 ml Warzywa po grecku 75 g ( <u>GLU PSZ, SEL,</u> )	Krupnik jęczmienny * 350 ml ( <u>MLE, SEL, GLU JĘCZ,</u> ) Ziemniaki gotowane 250 g Pulpet rybny (Morszczuk) 70 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, RYB,</u> ) Warzywa po grecku 75 g ( <u>GLU PSZ, SEL,</u> ) Kompot owocowy* z/c 300 ml Brokuł gotowany* 75 g	Krupnik jęczmienny * 350 ml ( <u>MLE, SEL, GLU JĘCZ,</u> ) Ziemniaki gotowane 250 g Pulpet rybny (Morszczuk) 140 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, RYB,</u> ) Warzywa po grecku 75 g ( <u>GLU PSZ, SEL,</u> ) Kompot owocowy* z/c 300 ml Brokuł gotowany* 75 g	Krupnik jęczmienny * 350 ml ( <u>MLE, SEL, GLU JĘCZ,</u> ) Ziemniaki gotowane 250 g Pulpet rybny (Morszczuk) 70 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, RYB,</u> ) Surówka z kapusty młodej z olejem 75 g Kompot owocowy* b/c 300 ml Warzywa po grecku 75 g ( <u>GLU PSZ, SEL,</u> )	Krupnik jęczmienny * 350 ml ( <u>MLE, SEL, GLU JĘCZ,</u> ) Ziemniaki gotowane 250 g Pulpet rybny (Morszczuk) 70 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, RYB,</u> ) Warzywa po grecku 75 g ( <u>GLU PSZ, SEL,</u> ) Kompot owocowy* z/c 300 ml Brokuł gotowany* 75 g		
	PD			Jogurt truskawkowy 100 g 1 szt ( <u>MLE,</u> )	Chleb Graham 30 g ( <u>GLU PSZ,</u> ) Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE,</u> ) Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalanej 20 g ( <u>SOJ, SEL, może zawierać: MLE, GOR,</u> )	Surówka z marchwi i jabłka b/c 100 g ( <u>MLE,</u> )		
	Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 150 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ) Chleb Graham 50 g ( <u>GLU PSZ,</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE,</u> ) Pasta z twarogu waniliowa 40 g ( <u>MLE,</u> ) Dżem 20 g Jabłko 1 szt 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g ( <u>GLU PSZ,</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE,</u> ) Dżem 20 g Pasta z twarogu waniliowa 40 g ( <u>MLE,</u> ) Jabłko 1 szt 1 szt	Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g ( <u>GLU PSZ,</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE,</u> ) Dżem 20 g Pasta z twarogu waniliowa 40 g ( <u>MLE,</u> ) Jabłko 1 szt 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g ( <u>GLU PSZ,</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE,</u> ) Dżem 20 g Pasta z twarogu waniliowa 80 g ( <u>MLE,</u> ) Jabłko 1 szt 1 szt	Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Chleb Graham 200 g ( <u>GLU PSZ,</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE,</u> ) Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalanej 40 g ( <u>SOJ, SEL, może zawierać: MLE, GOR,</u> ) Jabłko 1 szt 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g ( <u>GLU PSZ,</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE,</u> ) Pasta z twarogu waniliowa 40 g ( <u>MLE,</u> ) Dżem 20 g Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	
	PN	Sok warzywno-owocowy tłoczony 100% 0,2l 1 szt				Chleb Graham 30 g ( <u>GLU PSZ,</u> ) Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE,</u> ) Ser żółty 20 g ( <u>MLE,</u> ) Salata zielona 5 g	Sok warzywno-owocowy tłoczony 100% 0,2l 1 szt	
		Wartość energetyczna: 2587.35 kcal; Białko ogółem: 86.45 g; Tłuszcz: 60.28 g; Kw. tł. nasy.: 22.98 g; Węglowodany ogółem: 455.23 g; W tym cukry: 79.45 g; Błonnik pok.: 32.11 g; Sód: 3363.10 mg;	Wartość energetyczna: 2295.11 kcal; Białko ogółem: 84.49 g; Tłuszcz: 47.77 g; Kw. tł. nasy.: 21.82 g; Węglowodany ogółem: 397.95 g; W tym cukry: 81.13 g; Błonnik pok.: 21.09 g; Sód: 2196.84 mg;	Wartość energetyczna: 2344.40 kcal; Białko ogółem: 87.29 g; Tłuszcz: 50.27 g; Kw. tł. nasy.: 22.70 g; Węglowodany ogółem: 401.77 g; W tym cukry: 76.45 g; Błonnik pok.: 21.39 g; Sód: 2243.73 mg;	Wartość energetyczna: 2643.61 kcal; Białko ogółem: 116.11 g; Tłuszcz: 60.43 g; Kw. tł. nasy.: 28.84 g; Węglowodany ogółem: 427.81 g; W tym cukry: 83.67 g; Błonnik pok.: 23.11 g; Sód: 2744.03 mg;	Wartość energetyczna: 2237.20 kcal; Białko ogółem: 91.72 g; Tłuszcz: 62.07 g; Kw. tł. nasy.: 27.29 g; Węglowodany ogółem: 376.02 g; W tym cukry: 35.84 g; Błonnik pok.: 43.60 g; Sód: 3594.22 mg;	Wartość energetyczna: 2273.62 kcal; Białko ogółem: 83.55 g; Tłuszcz: 44.28 g; Kw. tł. nasy.: 20.75 g; Węglowodany ogółem: 402.24 g; W tym cukry: 82.19 g; Błonnik pok.: 22.18 g; Sód: 2535.14 mg;	

Jadłospisy za okres od dnia 2026-05-25 do dnia 2026-06-07 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	
2026-06-06 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> ) Pomidor 50 g	Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> ) Poledwica Sopocka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody i białka sojowego 40 g ( <u>SOJ. MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR.</u> ) Salata zielona 10 g	Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> ) Pasztet z soczewicy * 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> ) Salata 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> ) Twarożek z natką pietruszki 60 g ( <u>MLE.</u> ) Pomidor 50 g	Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> ) Kociołek meksykański z kurczakiem i fasolą 150 g ( <u>SEL.</u> ) Salatka z buraczków i jabłka z olejem 75 g Kompot owocowy* z/c 300 ml Surówka z marchwi i jabłka b/c 75 g ( <u>MLE.</u> )	Kefir 1,5% tł 150g 1 Por ( <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> ) Poledwica Sopocka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody i białka sojowego 40 g ( <u>SOJ. MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR.</u> ) Cukinia pieczona z olejem * 50 g
	II ŚN							
	Obiad	Ogórkowa z ziemniakami * 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Ryż na sypko 250 g Kociołek meksykański z kurczakiem i fasolą 150 g ( <u>SEL.</u> ) Salatka z buraczków i jabłka z olejem 75 g Kompot owocowy* z/c 300 ml Surówka z marchwi i jabłka b/c 75 g ( <u>MLE.</u> )	Koperkowa z ziemniakami * 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Ryż na sypko 250 g Potrawka drobiowa z warzywami * 150 g ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Buraczki gotowane 75 g Kompot owocowy* z/c 300 ml Marchew gotowana z olejem 75 g	Koperkowa z ziemniakami * 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Ryż na sypko 250 g Potrawka drobiowa z warzywami * 150 g ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Udziec z kurczaka gotowany b/k b/s 70 g Buraczki gotowane 75 g Kompot owocowy* z/c 300 ml Marchew gotowana z olejem 75 g	Ogórkowa z ziemniakami * 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Ryż na sypko (brązowy) 250 g Kociołek meksykański z kurczakiem i fasolą 150 g ( <u>SEL.</u> ) Salatka z buraczków i jabłka z olejem 75 g Kompot owocowy* b/c 300 ml Surówka z marchwi i jabłka b/c 75 g ( <u>MLE.</u> )	Ogórkowa z ziemniakami * 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Ryż na sypko 250 g Potrawka drobiowa z warzywami * 150 g ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Udziec z kurczaka gotowany b/k b/s 70 g Buraczki gotowane 75 g Kompot owocowy* z/c 300 ml Marchew gotowana z olejem 75 g		Koperkowa z ziemniakami * 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Ryż na sypko 250 g Potrawka drobiowa z warzywami * 150 g ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Buraczki gotowane 75 g Kompot owocowy* z/c 300 ml Marchew gotowana z olejem 75 g
	PD			Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml ( <u>może zawierać: GLU PSZ, SEL, GOR.</u> )	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> ) Parówki drobiowe (kiel drobno rozdr. wędz. parz w osłonce niejadalnej) 80 g ( <u>SOJ.</u> ) Ketchup 20 g ( <u>SEL.</u> ) Pomidor 50 g	Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> ) Poledwica Sopocka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody i białka sojowego 40 g ( <u>SOJ. MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR.</u> ) Pomidor 50 g	Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> ) Parówki drobiowe (kiel drobno rozdr. wędz. parz w osłonce niejadalnej) 80 g ( <u>SOJ.</u> ) 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 z/c 300 ml Chleb Graham 200 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> ) Poledwica Sopocka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody i białka sojowego 40 g ( <u>SOJ. MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR.</u> ) Ketchup 20 g ( <u>SEL.</u> ) Pomidor 50 g		Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> ) Poledwica Sopocka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody i białka sojowego 40 g ( <u>SOJ. MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR.</u> ) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt
	PN			Banan 1szt. 1 szt		Chleb Graham 30 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE.</u> ) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy parzony w osłonce niejadalnej 20 g ( <u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.</u> ) Salata zielona 5 g		Herbatniki 20 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u> )
	Wartość energetyczna: 2632.69 kcal; Białko ogółem: 68.09 g; Tłuszcz: 67.19 g; Kw. tł. nasy.: 22.98 g; Węglowodany ogółem: 469.44 g; W tym cukry: 88.36 g; Błonnik pok.: 35.89 g; Sód: 4124.47 mg;	Wartość energetyczna: 2156.51 kcal; Białko ogółem: 71.13 g; Tłuszcz: 40.53 g; Kw. tł. nasy.: 18.01 g; Węglowodany ogółem: 393.52 g; W tym cukry: 88.00 g; Błonnik pok.: 21.94 g; Sód: 2406.48 mg;	Wartość energetyczna: 2422.46 kcal; Białko ogółem: 73.45 g; Tłuszcz: 55.15 g; Kw. tł. nasy.: 21.97 g; Węglowodany ogółem: 424.66 g; W tym cukry: 110.80 g; Błonnik pok.: 22.04 g; Sód: 2772.98 mg;	Wartość energetyczna: 2749.27 kcal; Białko ogółem: 101.98 g; Tłuszcz: 80.26 g; Kw. tł. nasy.: 27.30 g; Węglowodany ogółem: 422.90 g; W tym cukry: 93.48 g; Błonnik pok.: 25.02 g; Sód: 3011.84 mg;	Wartość energetyczna: 2236.76 kcal; Białko ogółem: 82.60 g; Tłuszcz: 58.08 g; Kw. tł. nasy.: 24.81 g; Węglowodany ogółem: 386.70 g; W tym cukry: 40.60 g; Błonnik pok.: 47.81 g; Sód: 3646.05 mg;	Wartość energetyczna: 2136.78 kcal; Białko ogółem: 71.48 g; Tłuszcz: 44.16 g; Kw. tł. nasy.: 18.17 g; Węglowodany ogółem: 379.49 g; W tym cukry: 70.69 g; Błonnik pok.: 21.61 g; Sód: 2512.31 mg;		

Jadłospisy za okres od dnia 2026-05-25 do dnia 2026-06-07 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	
2026-06-07 niedziela	Śniadanie	Kawa zbożowa z mlekiem z/c 300 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 150 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Chleb Graham 50 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> ) Serek a la homogenizowany o smaku wanilinowym 60 g ( <u>MLE.</u> ) Jabłko 1 szt 1 szt	Kawa zbożowa z mlekiem z/c 300 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> ) Bułka pszenna długa krojona 150 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> ) Serek a la homogenizowany o smaku wanilinowym 60 g ( <u>MLE.</u> ) Jabłko 1 szt 1 szt	Kawa zbożowa z mlekiem z/c 300 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> ) Bułka pszenna długa krojona 150 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> ) 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	Kawa zbożowa z mlekiem z/c 300 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> ) Bułka pszenna długa krojona 150 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> ) Serek a la homogenizowany o smaku wanilinowym 80 g ( <u>MLE.</u> ) Jabłko 1 szt 1 szt	Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Chleb Graham 200 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> ) Serek twarogowy homogenizowany 80 g ( <u>MLE.</u> ) Jabłko 1 szt 1 szt	Kawa zbożowa z mlekiem z/c 300 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> ) Bułka pszenna długa krojona 150 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> ) 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 SN						Jogurt naturalny 100g 1 szt ( <u>MLE.</u> )	
	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> ) Kompot owocowy* z/c 300 ml Fasolka szparagowa z wody* 75 g	Pomidorowa z makaronem * 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Ziemniaki gotowane 250 g Schab gotowany 70 g Sos własny () 70 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Fasolka szparagowa z wody* 75 g Kompot owocowy* z/c 300 ml Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 75 g ( <u>SEL.</u> )	Pomidorowa z makaronem * 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Ziemniaki gotowane 250 g Schab gotowany 2 [Por] x 70 g Sos własny () 70 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Fasolka szparagowa z wody* 75 g Kompot owocowy* z/c 300 ml Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 75 g ( <u>SEL.</u> )	Pomidorowa z makaronem * 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Ziemniaki gotowane 250 g Schab gotowany 2 [Por] x 70 g Sos własny () 70 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Fasolka szparagowa z wody* 75 g Kompot owocowy* z/c 300 ml Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 75 g ( <u>SEL.</u> )	Pomidorowa z makaronem * 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Ziemniaki gotowane 250 g Schab gotowany 70 g Sos własny () 70 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Mizeria 75 g ( <u>MLE.</u> ) Kompot owocowy* b/c 300 ml Fasolka szparagowa z wody* 75 g	Pomidorowa z makaronem * 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Ziemniaki gotowane 250 g Schab gotowany 70 g Sos własny () 70 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Fasolka szparagowa z wody* 75 g Kompot owocowy* z/c 300 ml Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 75 g ( <u>SEL.</u> )	
	PD			Chrupki kukurydziane 25 g	Jogurt truskawkowy 100 g 1 szt ( <u>MLE.</u> )	Salatka szwedzka z olejem b/c 100 g ( <u>GOR.</u> )		
	Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 150 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Chleb Graham 50 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> ) 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 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> ) Pasta warzywna* 50 g ( <u>SEL.</u> )		
PN	Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt					Chleb Graham 30 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE.</u> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> ) Salata zielona 5 g	Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt	
		Wartość energetyczna: 2397.91 kcal; Białko ogółem: 80.81 g; Tłuszcz: 51.68 g; Kw. tł. nasy.: 22.17 g; Węglowodany ogółem: 433.85 g; W tym cukry: 86.05 g; Błonnik pok.: 30.62 g; Sód: 3598.65 mg;	Wartość energetyczna: 2148.70 kcal; Białko ogółem: 87.33 g; Tłuszcz: 42.44 g; Kw. tł. nasy.: 21.04 g; Węglowodany ogółem: 372.36 g; W tym cukry: 90.75 g; Błonnik pok.: 21.92 g; Sód: 2378.17 mg;	Wartość energetyczna: 2239.45 kcal; Białko ogółem: 89.55 g; Tłuszcz: 43.19 g; Kw. tł. nasy.: 21.13 g; Węglowodany ogółem: 392.09 g; W tym cukry: 90.75 g; Błonnik pok.: 23.82 g; Sód: 2381.17 mg;	Wartość energetyczna: 2418.68 kcal; Białko ogółem: 119.88 g; Tłuszcz: 50.49 g; Kw. tł. nasy.: 24.38 g; Węglowodany ogółem: 389.18 g; W tym cukry: 98.14 g; Błonnik pok.: 22.22 g; Sód: 2723.15 mg;	Wartość energetyczna: 2237.58 kcal; Białko ogółem: 106.90 g; Tłuszcz: 57.64 g; Kw. tł. nasy.: 26.15 g; Węglowodany ogółem: 367.60 g; W tym cukry: 36.46 g; Błonnik pok.: 39.57 g; Sód: 3816.43 mg;	Wartość energetyczna: 2179.17 kcal; Białko ogółem: 87.64 g; Tłuszcz: 45.00 g; Kw. tł. nasy.: 21.21 g; Węglowodany ogółem: 374.49 g; W tym cukry: 91.40 g; Błonnik pok.: 23.20 g; Sód: 2437.95 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,  
SO2 - 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,