

Jadłospisy za okres od dnia 2026-04-27 do dnia 2026-05-10 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	
2026-04-27 poniedziałek	Śniadanie	Platki jęczmienne na mleku 300 ml ( <b>MLE, GLU, JECZ.</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> ) Pasta z makreli wędzonej z warzywami** 60 g ( <b>RYB, SEL.</b> ) Ogórek kiszony 50 g	Platki jęczmienne na mleku 300 ml ( <b>MLE, GLU, JECZ.</b> ) Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 150 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Pasta z ryby gotowanej (morszczuk) z warzywami* 60 g ( <b>RYB, SEL.</b> ) Sałata zielona 10 g	Platki jęczmienne na mleku 300 ml ( <b>MLE, GLU, JECZ.</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> ) Pasta z ryby gotowanej (morszczuk) z warzywami* 60 g ( <b>RYB, SEL.</b> ) Sałata zielona 10 g	Platki jęczmienne na mleku 300 ml ( <b>MLE, GLU, JECZ.</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> ) Pasta z ryby gotowanej (morszczuk) z warzywami* 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% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Pasta z makreli wędzonej z warzywami** 60 g ( <b>RYB, SEL.</b> ) Ogórek kiszony 50 g	Platki jęczmienne na mleku 300 ml ( <b>MLE, GLU, JECZ.</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> ) Polewka Sopotka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 40 g ( <b>SOJ.</b> ) Pasta warzywna* 50 g ( <b>SEL.</b> )
		II ŚN				Jabłko 1 szt 1 szt	
	Obiad	Brokułowa z ryżem * 350 ml ( <b>MLE, SEL.</b> ) Ziemniaki gotowane 250 g Kotlet z jaj-pieczony 70 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> ) Surówka z marchwi i jabłka b/c 75 g ( <b>MLE.</b> ) Cukinia pieczona z olejem * 75 g Kompot owocowy* z/c 300 ml	Brokułowa z ryżem * 350 ml ( <b>MLE, SEL.</b> ) Ziemniaki gotowane 250 g Kotlet z jaj-pieczony 70 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> ) Marchew gotowana z olejem 75 g Kompot owocowy* z/c 300 ml	Brokułowa z ryżem * 350 ml ( <b>MLE, SEL.</b> ) Ziemniaki gotowane 250 g Kotlet z jaj-pieczony 70 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> ) Marchew gotowana z olejem 75 g Cukinia pieczona z olejem * 75 g Kompot owocowy* z/c 300 ml	Brokułowa z ryżem * 350 ml ( <b>MLE, SEL.</b> ) Ziemniaki gotowane 250 g Kotlet z jaj-pieczony 2 [Por] x 70 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> ) Marchew gotowana z olejem 75 g Cukinia pieczona z olejem * 75 g Kompot owocowy* z/c 300 ml	Brokułowa z ryżem * 350 ml ( <b>MLE, SEL.</b> ) Ziemniaki gotowane 250 g Kotlet z jaj-pieczony 70 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> ) Surówka z marchwi i jabłka b/c 75 g ( <b>MLE.</b> ) Kompot owocowy* b/c 300 ml Cukinia pieczona z olejem * 75 g	Brokułowa z ryżem * 350 ml ( <b>MLE, SEL.</b> ) Ziemniaki gotowane 250 g Pulpet drobiowy 70 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> ) Sos koperkowy * 70 ml ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> ) Marchew gotowana z olejem 75 g Cukinia pieczona z olejem * 75 g Kompot owocowy* z/c 300 ml
		PD		Ciastka różne 40 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE.</b> )	Kefir 1,5% tł 150g 1 Por ( <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> ) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy parzony w osłonce niejadalnej 40 g ( <b>może zawierać: GLU PSZ, 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> ) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy parzony w osłonce niejadalnej 40 g ( <b>może zawierać: GLU PSZ, 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> ) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy parzony w osłonce niejadalnej 60 g ( <b>może zawierać: GLU PSZ, 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> ) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy parzony w osłonce niejadalnej 40 g ( <b>może zawierać: GLU PSZ, 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> ) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy parzony w osłonce niejadalnej 40 g ( <b>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.</b> ) Kalaifior gotowany* 50 g	
		PN	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE.</b> ) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 20 g Sałata zielona 5 g	Bułka pszenna długa krojona 30 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE.</b> ) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 20 g Sałata zielona 5 g		Chleb Graham 30 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE.</b> ) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 20 g Sałata zielona 5 g	Bułka pszenna długa krojona 30 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE.</b> ) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 20 g Sałata zielona 5 g
	Wartość energetyczna: 2617.57 kcal; Białko ogółem: 79.56 g; Tłuszcz: 79.54 g; Kw. tł. nasy.: 30.08 g; Węglowodany ogółem: 428.56 g; W tym cukry: 55.77 g; Błonnik pok.: 32.50 g; Sód: 5132.98 mg;	Wartość energetyczna: 2491.36 kcal; Białko ogółem: 83.89 g; Tłuszcz: 69.33 g; Kw. tł. nasy.: 27.18 g; Węglowodany ogółem: 403.88 g; W tym cukry: 59.96 g; Błonnik pok.: 24.53 g; Sód: 3477.18 mg;	Wartość energetyczna: 2568.16 kcal; Białko ogółem: 83.88 g; Tłuszcz: 81.06 g; Kw. tł. nasy.: 33.82 g; Węglowodany ogółem: 393.13 g; W tym cukry: 60.32 g; Błonnik pok.: 22.43 g; Sód: 3118.78 mg;	Wartość energetyczna: 2750.23 kcal; Białko ogółem: 103.10 g; Tłuszcz: 90.76 g; Kw. tł. nasy.: 32.27 g; Węglowodany ogółem: 399.25 g; W tym cukry: 65.01 g; Błonnik pok.: 24.00 g; Sód: 3581.43 mg;	Wartość energetyczna: 2314.77 kcal; Białko ogółem: 81.70 g; Tłuszcz: 77.30 g; Kw. tł. nasy.: 28.17 g; Węglowodany ogółem: 369.25 g; W tym cukry: 32.40 g; Błonnik pok.: 41.21 g; Sód: 4387.93 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 2026-04-27 do dnia 2026-05-10 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					
2026-04-28 wtorek	Śniadanie	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml ( <u>MLE</u> ) Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 150 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Chleb Graham 50 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Paszтет drobiowo- wieprzowy z wątróbką 50 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, SEL, może zawierać: JAJ, MLE, GOR, GLU OW.</u> ) Sałata zielona 10 g		Kasza kukurydziana na mleku 300 ml ( <u>MLE</u> ) Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Szynka z indykiem prasowana z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa, parzona 40 g ( <u>SOJ.</u> ) Sałata zielona 10 g		Kasza kukurydziana na mleku 300 ml ( <u>MLE</u> ) Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Szynka z indykiem prasowana z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa, parzona 40 g ( <u>SOJ.</u> ) Sałata zielona 10 g		Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Chleb Graham 200 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Szynka z indykiem prasowana z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa, parzona 40 g ( <u>SOJ.</u> ) Sałata zielona 10 g		Kasza kukurydziana na mleku 300 ml ( <u>MLE</u> ) Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Szynka z indykiem prasowana z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa, parzona 40 g ( <u>SOJ.</u> ) Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml	
		II ŚN					Sok pomidorowy 0,3l 1 szt				
2026-04-28 wtorek	Obiad	Solferino* 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Makaron 250 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Bitka schabowa duszona 70 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Sos własny () 70 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Buraczki gotowane drobno tarte 75 g Kalańior gotowany* 75 g Kompot owocowy* z/c 300 ml		Solferino* 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Makaron 250 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Bitka schabowa duszona 70 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Sos własny () 70 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Buraczki gotowane drobno tarte 75 g Kalańior gotowany* 75 g Kompot owocowy* z/c 300 ml		Solferino* 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Makaron 250 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Bitka schabowa duszona 70 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Klopsik wieprzowy 70 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> ) Sos własny () 70 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Buraczki gotowane drobno tarte 75 g Kalańior gotowany* 75 g Kompot owocowy* z/c 300 ml		Solferino* 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Makaron pełnoziarnisty 250 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Bitka schabowa duszona 70 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Sos własny () 70 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Sałata z buraczków i jabłka z olejem 75 g Kalańior gotowany* 75 g Kompot owocowy* b/c 300 ml		Solferino* 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Makaron 250 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Bitka schabowa duszona 70 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Sos własny () 70 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) 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 ( <u>MLE.</u> )				
2026-04-28 wtorek	Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 150 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Chleb Graham 50 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> ) Szynka z pierśią indyczą- wędlna drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w ostonce niejadalanej 40 g ( <u>SOJ, SEL, może zawierać: MLE, GOR.</u> ) Pomidor 50 g		Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> ) Szynka z pierśią indyczą- wędlna drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w ostonce niejadalanej 40 g ( <u>SOJ, SEL, może zawierać: MLE, GOR.</u> ) Pomidor 50 g		Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> ) Szynka z pierśią indyczą- wędlna drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w ostonce niejadalanej 60 g ( <u>SOJ, SEL, może zawierać: 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> ) Szynka z pierśią indyczą- wędlna drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w ostonce niejadalanej 40 g ( <u>SOJ, SEL, może zawierać: MLE, GOR.</u> ) Pomidor 50 g		Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> ) Szynka z pierśią indyczą- wędlna drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w ostonce niejadalanej 40 g ( <u>SOJ, SEL, może zawierać: MLE, GOR.</u> ) Cukinia pieczona z olejem* 50 g	
		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> ) Twaróg półtusty 20 g ( <u>MLE</u> ) Sałata zielona 5 g		Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 szt ( <u>MLE</u> )		
		Wartość energetyczna: 2691.98 kcal; Białko ogółem: 100.48 g; Tłuszcz: 71.56 g; Kw. tł. nasy.: 29.73 g; Węglowodany ogółem: 439.54 g; W tym cukry: 65.77 g; Błonnik pok.: 27.05 g; Sód: 3836.78 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: 2729.55 kcal; Białko ogółem: 120.92 g; Tłuszcz: 73.49 g; Kw. tł. nasy.: 30.06 g; Węglowodany ogółem: 411.00 g; W tym cukry: 76.15 g; Błonnik pok.: 17.46 g; Sód: 3139.10 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;				

	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
2026-04-29 środa	Śniadanie	Platki owsiane na mleku 300 ml ( <b>MLE, GLU OW.</b> ) Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 150 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Chleb Graham 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy parzony w osłonce niejadalnej 40 g ( <b>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.</b> ) Sałatka szwedzka z olejem b/c 50 g ( <b>GOR.</b> )	Platki owsiane na mleku 300 ml ( <b>MLE, GLU 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> ) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy parzony w osłonce niejadalnej 40 g ( <b>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.</b> ) Pomidor 50 g	Platki owsiane na mleku 300 ml ( <b>MLE, GLU 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> ) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy parzony w osłonce niejadalnej 60 g ( <b>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.</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> ) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy parzony w osłonce niejadalnej 40 g ( <b>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.</b> ) Sałatka szwedzka z olejem b/c 50 g ( <b>GOR.</b> )	Platki owsiane na mleku 300 ml ( <b>MLE, GLU 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> ) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy parzony w osłonce niejadalnej 40 g ( <b>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.</b> ) Kisiel o smaku cytrynowym z/c 150 ml
		II ŚN			Surówka z marchwi i jabłka b/c 100 g ( <b>MLE.</b> )	
Obiad	Zupa z soczewicy i ziemniakami * 350 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Ziemniaki gotowane 250 g Pulpet drobiowy 70 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> ) Sos jarzynowy* 70 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 75 g Brokuł gotowany* 75 g Kompot owocowy* z/c 300 ml	Grysikowa * 350 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Ziemniaki gotowane 250 g Pulpet drobiowy 70 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> ) Sos jarzynowy* 70 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Marchew gotowana z olejem 75 g Brokuł gotowany* 75 g Kompot owocowy* z/c 300 ml	Grysikowa * 350 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Ziemniaki gotowane 250 g Pulpet drobiowy 70 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> ) Sos jarzynowy* 70 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Marchew gotowana z olejem 75 g Brokuł gotowany* 75 g	Grysikowa * 350 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Ziemniaki gotowane 250 g Pulpet drobiowy 140 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> ) Sos jarzynowy* 70 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Marchew gotowana z olejem 75 g Kompot owocowy* z/c 300 ml Brokuł gotowany* 75 g	Zupa z soczewicy i ziemniakami * 350 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Ziemniaki gotowane 250 g Pulpet drobiowy 250 g Pulpet drobiowy 70 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> ) Sos jarzynowy* 70 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 75 g Kompot owocowy* b/c 300 ml Brokuł gotowany* 75 g	Grysikowa * 350 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Ziemniaki gotowane 250 g Pulpet drobiowy 70 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> ) Sos jarzynowy* 70 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) 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 ( <b>MLE.</b> )		
Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 150 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Chleb Graham 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Ser żółty 40 g ( <b>MLE.</b> ) Pomarańcza 1/2 szt. 1 Por	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> ) Pasta z tofu i marchewki 60 g ( <b>SOJ.</b> ) Jabłko 1 szt. 1 szt	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> ) Pasta z tofu i marchewki 80 g ( <b>SOJ.</b> ) Pomarańcza 1/2 szt. 1 Por	Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Chleb Graham 200 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Ser żółty 40 g ( <b>MLE.</b> ) Pomarańcza 1/2 szt. 1 Por	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> ) Serek twarogowy homogenizowany 60 g ( <b>MLE.</b> ) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	
	PN	Ciasto drożdżowe 50 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE.</b> )			Chleb Graham 30 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka szkolna- wp. parzona 20 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE.</b> ) Sałata zielona 5 g	Ciasto drożdżowe 50 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE.</b> )
	Wartość energetyczna: 2852.83 kcal; Białko ogółem: 94.67 g; Tłuszcz: 71.86 g; Kw. tł. nasy.: 31.13 g; Węglowodany ogółem: 464.25 g; W tym cukry: 70.42 g; Błonnik pok.: 36.72 g; Sód: 4407.98 mg;	Wartość energetyczna: 2418.75 kcal; Białko ogółem: 78.84 g; Tłuszcz: 53.89 g; Kw. tł. nasy.: 22.59 g; Węglowodany ogółem: 395.52 g; W tym cukry: 79.21 g; Błonnik pok.: 24.33 g; Sód: 2684.39 mg;	Wartość energetyczna: 2509.50 kcal; Białko ogółem: 81.06 g; Tłuszcz: 54.64 g; Kw. tł. nasy.: 22.67 g; Węglowodany ogółem: 415.24 g; W tym cukry: 79.21 g; Błonnik pok.: 26.23 g; Sód: 2687.39 mg;	Wartość energetyczna: 2671.46 kcal; Białko ogółem: 100.89 g; Tłuszcz: 67.21 g; Kw. tł. nasy.: 26.29 g; Węglowodany ogółem: 407.11 g; W tym cukry: 82.67 g; Błonnik pok.: 24.71 g; Sód: 3088.42 mg;	Wartość energetyczna: 2400.97 kcal; Białko ogółem: 97.45 g; Tłuszcz: 73.04 g; Kw. tł. nasy.: 32.26 g; Węglowodany ogółem: 388.69 g; W tym cukry: 31.51 g; Błonnik pok.: 46.72 g; Sód: 4199.55 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 2026-04-27 do dnia 2026-05-10 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
2026-04-30 czwartek	Śniadanie	Zacierka na mleku 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> ) Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 150 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Chleb Graham 50 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> ) Twarożek z papryką 60 g ( <u>MLE.</u> ) Pomidor 50 g	Zacierka na mleku 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> ) Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> ) Pasta z twarogu z natką pietruszki 60 g ( <u>MLE.</u> ) Sałata zielona 10 g	Zacierka na mleku 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> ) Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> ) Twarożek z papryką 60 g ( <u>MLE.</u> ) Pomidor 50 g	Zacierka na mleku 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> ) Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> ) Twarożek z papryką 60 g ( <u>MLE.</u> ) Pomidor 50 g	Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Chleb Graham 200 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> ) Twarożek z papryką 60 g ( <u>MLE.</u> ) Pomidor 50 g	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 () 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> ) Surówka wielowarzywna z olejem b/c 75 g ( <u>SEL.</u> ) Kompot owocowy* z/c 300 ml	Ziemniaczana * 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Sos pomidorowy 70 ml ( <u>GLU PSZ.</u> ) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami* 350 g ( <u>SEL, GLU 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	Ziemniaczana * 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> ) Surówka wielowarzywna z olejem b/c 75 g ( <u>SEL.</u> ) Kompot owocowy* b/c 300 ml	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> ) Surówka wielowarzywna z olejem b/c 75 g ( <u>SEL.</u> ) Kompot owocowy* b/c 300 ml	Ziemniaczana * 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Sos pomidorowy 70 ml ( <u>GLU PSZ.</u> ) Pulpet wieprzowy 70 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> ) Ryż na sypko 200 g Warzywa po grecku 75 g ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Kompot owocowy* z/c 300 ml
	PD			Sok jabłkowy 100 % 0,2l w kartoniku 1 szt	Chleb Graham 30 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE.</u> ) Połudwica 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> ) Połudwica Sopocka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody i białka sojowego 40 g ( <u>SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR.</u> ) Sałatka jarzynowa 100 g ( <u>JAJ, MLE, SEL, GOR.</u> )	Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> ) Połudwica Sopocka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody i białka sojowego 40 g ( <u>SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR.</u> ) Sałatka jarzynowa - dieta 100 g ( <u>MLE, SEL.</u> )	Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> ) Połudwica Sopocka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody i białka sojowego 60 g ( <u>SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR.</u> ) Sałatka jarzynowa - dieta 100 g ( <u>MLE, SEL.</u> )	Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Chleb Graham 200 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> ) Połudwica Sopocka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody i białka sojowego 40 g ( <u>SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR.</u> ) Sałatka jarzynowa - dieta 100 g ( <u>MLE, SEL.</u> )	Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> ) Połudwica Sopocka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody i białka sojowego 40 g ( <u>SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR.</u> ) Sałatka jarzynowa - dieta 100 g ( <u>MLE, SEL.</u> )	Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> ) Połudwica Sopocka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody i białka sojowego 40 g ( <u>SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR.</u> ) Sałatka jarzynowa - dieta 100 g ( <u>MLE, SEL.</u> )
	PN			Pieczyczo 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> ) Sałata zielona 5 g	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt
		Wartość energetyczna: 2579.21 kcal; Białko ogółem: 90.41 g; Tłuszcz: 65.43 g; Kw. tł. nasy.: 25.42 g; Węglowodany ogółem: 436.58 g; W tym cukry: 64.27 g; Błonnik pok.: 34.32 g; Sód: 3867.59 mg;	Wartość energetyczna: 2329.55 kcal; Białko ogółem: 91.28 g; Tłuszcz: 55.07 g; Kw. tł. nasy.: 24.21 g; Węglowodany ogółem: 380.42 g; W tym cukry: 60.61 g; Błonnik pok.: 20.51 g; Sód: 2337.99 mg;	Wartość energetyczna: 2413.55 kcal; Białko ogółem: 91.28 g; Tłuszcz: 55.07 g; Kw. tł. nasy.: 24.21 g; Węglowodany ogółem: 400.42 g; W tym cukry: 80.61 g; Błonnik pok.: 20.51 g; Sód: 2337.99 mg;	Wartość energetyczna: 2680.00 kcal; Białko ogółem: 121.02 g; Tłuszcz: 71.32 g; Kw. tł. nasy.: 31.07 g; Węglowodany ogółem: 404.15 g; W tym cukry: 61.54 g; Błonnik pok.: 22.43 g; Sód: 2993.84 mg;	Wartość energetyczna: 2324.13 kcal; Białko ogółem: 99.96 g; Tłuszcz: 68.94 g; Kw. tł. nasy.: 27.25 g; Węglowodany ogółem: 373.18 g; W tym cukry: 32.68 g; Błonnik pok.: 47.19 g; Sód: 3564.80 mg;	Wartość energetyczna: 2387.42 kcal; Białko ogółem: 86.36 g; Tłuszcz: 51.94 g; Kw. tł. nasy.: 23.90 g; Węglowodany ogółem: 410.21 g; W tym cukry: 77.62 g; Błonnik pok.: 20.92 g; Sód: 2238.11 mg;

Jadłospisy za okres od dnia 2026-04-27 do dnia 2026-05-10 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
2026-05-01 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 ŚN					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 Szpinał 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> ) Szosziolowy* 70 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Szpinał gotowany z olejem* 75 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 75 g ( <u>SEL.</u> ) Kompot owocowy* z/c 300 ml	Marchewkowa z zacierką* 350 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u> ) Ziemniaki gotowane 250 g Ryba pieczona (Morszczuk) 70 g ( <u>RYB.</u> ) Szosziolowy* 70 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Szpinał gotowany z olejem* 75 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 75 g ( <u>SEL.</u> ) Kompot owocowy* z/c 300 ml	Marchewkowa z 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> ) Szosziolowy* 70 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Szpinał gotowany z olejem* 75 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 75 g ( <u>SEL.</u> ) Kompot owocowy* z/c 300 ml	Marchewkowa z zacierką* 350 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u> ) Ziemniaki gotowane 250 g Ryba pieczona (Morszczuk) 70 g ( <u>RYB.</u> ) Szosziolowy* 70 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Szpinał gotowany z olejem* 75 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 75 g Kompot owocowy* b/c 300 ml	Marchewkowa z zacierką* 350 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u> ) Ziemniaki gotowane 250 g Ryba pieczona (Morszczuk) 70 g ( <u>RYB.</u> ) Szosziolowy* 70 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</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> ) Pasta z jaj z natką pietruszki i cebulą 60 g ( <u>JAJ, MLE, GOR.</u> ) Pomidor 50 g	Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 150 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> ) Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 60 g ( <u>JAJ, MLE</u> ) Pomidor 50 g	Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> ) Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 60 g ( <u>JAJ, MLE</u> ) Pomidor 50 g	Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> ) Pasta z jaj z natką pietruszki i cebulą 80 g ( <u>JAJ, 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> ) Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 60 g ( <u>JAJ, MLE</u> ) Pomidor 50 g	Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> ) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Kisiel o smaku wiśniowym z/c 150 ml
	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> ) Połudwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 20 g ( <u>SOJ.</u> ) Sałata zielona 5 g	Sok jabłkowy 100 % 0,2l w kartoniku 1 szt
	Wartość energetyczna: 2598.79 kcal; Białko ogółem: 88.18 g; Tłuszcz: 63.97 g; Kw. tł. nasy.: 23.90 g; Węglowodany ogółem: 448.09 g; W tym cukry: 89.39 g; Błonnik pok.: 33.53 g; Sód: 3444.78 mg;	Wartość energetyczna: 2422.43 kcal; Białko ogółem: 89.83 g; Tłuszcz: 52.87 g; Kw. tł. nasy.: 22.54 g; Węglowodany ogółem: 418.16 g; W tym cukry: 94.46 g; Błonnik pok.: 28.20 g; Sód: 2784.74 mg;	Wartość energetyczna: 2362.89 kcal; Białko ogółem: 90.29 g; Tłuszcz: 52.59 g; Kw. tł. nasy.: 22.47 g; Węglowodany ogółem: 398.90 g; W tym cukry: 98.83 g; Błonnik pok.: 25.42 g; Sód: 2220.33 mg;	Wartość energetyczna: 2673.99 kcal; Białko ogółem: 123.45 g; Tłuszcz: 70.67 g; Kw. tł. nasy.: 26.66 g; Węglowodany ogółem: 403.22 g; W tym cukry: 101.41 g; Błonnik pok.: 25.60 g; Sód: 2519.03 mg;	Wartość energetyczna: 2185.91 kcal; Białko ogółem: 101.75 g; Tłuszcz: 55.60 g; Kw. tł. nasy.: 24.29 g; Węglowodany ogółem: 365.68 g; W tym cukry: 31.04 g; Błonnik pok.: 42.31 g; Sód: 3054.64 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 2026-04-27 do dnia 2026-05-10 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. łątwo przysw. węglowodanów	ŁÓDŹ- ZW Oszczędzająca		
2026-05-02 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 ŚN				Surówka z marchwi z olejem b/c 100 g		
2026-05-02 sobota	Obiad	Grochowa z ziemniakami * 350 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Kasza jęczmienna/sypko 250 g ( <u>GLU JECZ.</u> ) Wątróbka drobiowa smażona z cebulką 150 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Ogórek kiszony z cebulką z olejem 75 g Buraczki gotowane 75 g Kompot owocowy* z/c 300 ml	Selerowa z ziemniakami * 350 ml ( <u>MLE, SEL.</u> ) Kasza jęczmienna/sypko 250 g ( <u>GLU JECZ.</u> ) Gulasz wieprzowy z warzywami* 150 g ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Buraczki gotowane 75 g Cukinia pieczona z olejem * 75 g Kompot owocowy* z/c 300 ml	Selerowa z ziemniakami * 350 ml ( <u>MLE, SEL.</u> ) Kasza jęczmienna/sypko 250 g ( <u>GLU JECZ.</u> ) Gulasz wieprzowy z warzywami* 150 g ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Szynka wieprzowa pieczona 70 g Buraczki gotowane 75 g Cukinia pieczona z olejem * 75 g Kompot owocowy* z/c 300 ml	Grochowa z ziemniakami * 350 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Kasza jęczmienna/sypko 250 g ( <u>GLU JECZ.</u> ) Gulasz wieprzowy z warzywami* 150 g ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Ogórek kiszony z cebulką z olejem 75 g Buraczki gotowane 75 g Kompot owocowy* b/c 300 ml	Selerowa z ziemniakami * 350 ml ( <u>MLE, SEL.</u> ) Kasza jęczmienna/sypko 250 g ( <u>GLU JECZ.</u> ) Gulasz wieprzowy z warzywami* 150 g ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Cukinia pieczona z olejem * 150 g Kompot owocowy* z/c 300 ml		
		PD		Wafelki 30 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u> )	Jogurt naturalny 100g 1 szt ( <u>MLE.</u> )			
2026-05-02 sobota	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	
		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 2026-04-27 do dnia 2026-05-10 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
2026-05-03 niedziela	Śniadanie	Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</b> ) 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> ) Twarożek ze słonecznikiem 60 g ( <b>MLE.</b> ) Pomidor 50 g	Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 150 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Pasta z twarogu z koperkiem 60 g ( <b>MLE.</b> ) Pomidor 50 g	Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 150 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Pasta z twarogu z koperkiem 80 g ( <b>MLE.</b> ) Pomidor 50 g	Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 150 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Pasta z twarogu z koperkiem 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> ) Twarożek ze słonecznikiem 60 g ( <b>MLE.</b> ) Pomidor 50 g	Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 150 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Pasta z twarogu z koperkiem 60 g ( <b>MLE.</b> ) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt
	II ŚN					Jabłko 1 szt 1 szt	
2026-05-03 niedziela	Obiad	Rosół z makaronem * 350 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Ziemniaki gotowane 250 g Udziec z kurczaka gotowany b/k b/s 70 g Sos jarzynowy * 70 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Surówka Coleslaw b/c 75 g ( <b>JAJ, MLE, GOR.</b> ) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 75 g ( <b>SEL.</b> ) Kompot owocowy* z/c 300 ml	Rosół z makaronem * 350 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Ziemniaki gotowane 250 g Udziec z kurczaka gotowany b/k b/s 70 g Sos jarzynowy * 70 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 75 g ( <b>SEL.</b> ) Kalafior gotowany* 75 g Kompot owocowy* z/c 300 ml	Rosół z makaronem * 350 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Ziemniaki gotowane 250 g Udziec z kurczaka gotowany b/k b/s 70 g Sos jarzynowy * 70 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 75 g ( <b>SEL.</b> ) Kalafior gotowany* 75 g Kompot owocowy* z/c 300 ml	Rosół z makaronem * 350 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Ziemniaki gotowane 250 g Udziec z kurczaka gotowany b/k b/s 70 g Sos jarzynowy * 70 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Surówka Coleslaw b/c 75 g ( <b>JAJ, MLE, GOR.</b> ) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 75 g ( <b>SEL.</b> ) Kompot owocowy* b/c 300 ml	Rosół z makaronem * 350 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Ziemniaki gotowane 250 g Udziec z kurczaka gotowany b/k b/s 70 g Sos jarzynowy * 70 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Surówka Coleslaw b/c 75 g ( <b>JAJ, MLE, GOR.</b> ) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 75 g ( <b>SEL.</b> ) Kompot owocowy* z/c 300 ml	Rosół z makaronem * 350 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Ziemniaki gotowane 250 g Udziec z kurczaka gotowany b/k b/s 70 g Sos jarzynowy * 70 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 150 g ( <b>SEL.</b> ) Kompot owocowy* z/c 300 ml
	PD		Jogurt owoce leśne 100g 1 szt ( <b>MLE.</b> )	Kefir 1,5% tł 150g 1 Por ( <b>MLE.</b> )	Surówka z marchwi z olejem b/c 100 g		
2026-05-03 niedziela	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> ) Poledwica Sopotcka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody i białka sojowego 40 g ( <b>SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR.</b> ) Ogórek kiszony 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> ) Poledwica Sopotcka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody i białka sojowego 40 g ( <b>SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, 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> ) Poledwica Sopotcka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody i białka sojowego 40 g ( <b>SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, 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> ) Poledwica Sopotcka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody i białka sojowego 60 g ( <b>SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR.</b> ) Salata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z/c 300 ml	Chleb Graham 200 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Poledwica Sopotcka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody i białka sojowego 40 g ( <b>SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR.</b> ) Ogórek kiszony 50 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 150 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Poledwica Sopotcka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody i białka sojowego 40 g ( <b>SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR.</b> ) Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml Herbata czarna granulowana z/c 300 ml
	PN		Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt		Chleb Graham 30 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE.</b> ) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy parzony w osłonce niejadalnej 20 g ( <b>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.</b> ) Salata zielona 5 g	Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt	
		Wartość energetyczna: 2266.84 kcal; Białko ogółem: 87.31 g; Tłuszcz: 50.97 g; Kw. tł. nasy.: 22.38 g; Węglowodany ogółem: 395.51 g; W tym cukry: 65.45 g; Błonnik pok.: 29.53 g; Sód: 4047.96 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: 2190.76 kcal; Białko ogółem: 96.75 g; Tłuszcz: 59.74 g; Kw. tł. nasy.: 24.59 g; Węglowodany ogółem: 363.84 g; W tym cukry: 34.91 g; Błonnik pok.: 44.64 g; Sód: 3914.61 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 2026-04-27 do dnia 2026-05-10 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
2026-05-04 poniedziałek	Śniadanie	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE) Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 150 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Paszтет drobiowo- wieprzowy z wątróbką 50 g (GLU PSZ, SOJ, SEL, może zawierać: JAJ, MLE, GOR, GLU OW.) Pomidor 50 g	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE) Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Pasta mięsno-warzwna, z mięsa drobiowego z udźca* 60 g (SEL) Pomidor 50 g	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE) Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Pasta mięsno-warzwna, z mięsa drobiowego z udźca* 80 g (SEL) Pomidor 50 g	Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Chleb Graham 200 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Paszтет drobiowo- wieprzowy z wątróbką 50 g (GLU PSZ, SOJ, SEL, może zawierać: JAJ, MLE, GOR, GLU OW.) Pomidor 50 g	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE) Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 40 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SOJ) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 50 g (SEL)	
	II ŚN					Jabłko 1 szt 1 szt	
	Obiad	Barszcz czerwony z ziemniakami * 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Gulasz z soczewicy i papryki () 150 g (GLU PSZ, SEL) Ryż na sypko 200 g Fasolka szparagowa z wody* 75 g Kompot owocowy* z/c 300 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami * 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Gulasz warzwny z tofu dieta* 150 g (GLU PSZ, SOJ, SEL) Ryż na sypko 200 g Brokuł gotowany* 75 g Kompot owocowy* z/c 300 ml		Barszcz czerwony z ziemniakami * 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Gulasz z soczewicy i papryki () 150 g (GLU PSZ, SEL) Ryż na sypko (brązowy) 200 g Fasolka szparagowa z wody* 75 g Kompot owocowy* b/c 300 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami * 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Gulasz warzwny z tofu dieta* 150 g (GLU PSZ, SOJ, SEL) Ryż na sypko 200 g Marchew gotowana z olejem 75 g Kompot owocowy* z/c 300 ml	
	PD			Budyń o smaku śmietankowym z/c 150 ml (MLE)		Serek homo naturalny 150g 1 szt (MLE)	
	Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 150 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Salceson z indykiem z dodatkiem surowców wieprzowych parzony 40 g (SOJ, SEL) Rzodkiew biała 50 g	Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Szynka z piersią indyczą- wędlna drobiowa grubo rozdrobniona, parzona,w osłonce niejadalanej 40 g (SOJ, SEL, może zawierać: MLE, GOR.) Sałata zielona 10 g	Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Szynka z piersią indyczą- wędlna drobiowa grubo rozdrobniona, parzona,w osłonce niejadalanej 60 g (SOJ, SEL, może zawierać: MLE, GOR.) Sałata zielona 10 g	Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Chleb Graham 200 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Szynka z piersią indyczą- wędlna drobiowa grubo rozdrobniona, parzona,w osłonce niejadalanej 40 g (SOJ, SEL, może zawierać: MLE, GOR.) Rzodkiew biała 50 g	Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Szynka z piersią indyczą- wędlna drobiowa grubo rozdrobniona, parzona,w osłonce niejadalanej 40 g (SOJ, SEL, może zawierać: MLE, GOR.) Kisiel o smaku wiśniowym z/c 150 ml	
	PN			Przecier owocowo-warzwny jablko-malina-burak 120g 1 szt ( może zawierać: MLE.)		Chleb Graham 30g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5g (MLE) Twaróg półtusty 20g (MLE) Sałata zielona 5g	Przecier owocowo-warzwny jablko-malina-burak 120g 1 szt ( może zawierać: MLE.)
		Wartość energetyczna: 2516.78 kcal; Białko ogółem: 76.16 g; Tłuszcz: 55.04 g; Kw. tł. nasy.: 23.43 g; Węglowodany ogółem: 458.98 g; W tym cukry: 71.99 g; Błonnik pok.: 33.70 g; Sód: 3736.43 mg;	Wartość energetyczna: 2216.74 kcal; Białko ogółem: 70.21 g; Tłuszcz: 50.25 g; Kw. tł. nasy.: 20.08 g; Węglowodany ogółem: 384.74 g; W tym cukry: 75.25 g; Błonnik pok.: 20.02 g; Sód: 2399.39 mg;	Wartość energetyczna: 2367.79 kcal; Białko ogółem: 75.21 g; Tłuszcz: 53.27 g; Kw. tł. nasy.: 21.87 g; Węglowodany ogółem: 410.66 g; W tym cukry: 94.00 g; Błonnik pok.: 20.05 g; Sód: 2465.89 mg;	Wartość energetyczna: 2414.14 kcal; Białko ogółem: 80.00 g; Tłuszcz: 55.50 g; Kw. tł. nasy.: 22.33 g; Węglowodany ogółem: 412.63 g; W tym cukry: 94.46 g; Błonnik pok.: 20.47 g; Sód: 2673.51 mg;	Wartość energetyczna: 2357.69 kcal; Białko ogółem: 95.14 g; Tłuszcz: 62.30 g; Kw. tł. nasy.: 23.84 g; Węglowodany ogółem: 399.45 g; W tym cukry: 32.75 g; Błonnik pok.: 49.56 g; Sód: 3277.40 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 2026-04-27 do dnia 2026-05-10 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	
2026-05-05 wtorek	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> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> ) Ogórek kiszony 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> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> ) Sałata 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> ) 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> ) Sałata zielona 10 g	Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Chleb Graham 200 g ( <u>GLU, PSZ.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> ) Ogórek kiszony 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> ) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa, parzony 40 g ( <u>SOJ, MLE, może zawierać: GLU, PSZ, JAJ, SEL, GOR.</u> ) Kalaifior gotowany* 50 g	
		II ŚN			Jogurt naturalny 100g 1 szt ( <u>MLE.</u> )		
2026-05-05 wtorek	Obiad	Jarzynowa z makaronem* dieta 350 ml ( <u>GLU, PSZ, MLE, SEL.</u> ) Ziemniaki gotowane 250 g Pulpet wołowo-wieprzowy 70 g ( <u>GLU, PSZ, JAJ.</u> ) Sos cygański 70 g ( <u>GLU, PSZ, SEL.</u> ) Surówka z kapusty białej z olejem b/c 75 g Buraczki gotowane drobno tarte 75 g Kompot owocowy* z/c 300 ml	Jarzynowa z makaronem* dieta 350 ml ( <u>GLU, PSZ, MLE, SEL.</u> ) Ziemniaki gotowane 250 g Pulpet wołowo-wieprzowy 70 g ( <u>GLU, PSZ, JAJ.</u> ) Sos pietruszkowy* 70 ml ( <u>GLU, PSZ, MLE.</u> ) Szpinak gotowany z olejem* 75 g ( <u>GLU, PSZ.</u> ) Buraczki gotowane drobno tarte 75 g Kompot owocowy* z/c 300 ml	Jarzynowa z makaronem* dieta 350 ml ( <u>GLU, PSZ, MLE, SEL.</u> ) Ziemniaki gotowane 250 g Pulpet wołowo-wieprzowy 140 g ( <u>GLU, PSZ, JAJ.</u> ) Sos pietruszkowy* 70 ml ( <u>GLU, PSZ, MLE.</u> ) Szpinak gotowany z olejem* 75 g ( <u>GLU, PSZ.</u> ) Buraczki gotowane drobno tarte 75 g Kompot owocowy* z/c 300 ml	Jarzynowa z makaronem* dieta 350 ml ( <u>GLU, PSZ, MLE, SEL.</u> ) Ziemniaki gotowane 250 g Pulpet wołowo-wieprzowy 70 g ( <u>GLU, PSZ, JAJ.</u> ) Sos cygański 70 g ( <u>GLU, PSZ, SEL.</u> ) Surówka z kapusty białej z olejem b/c 75 g Szpinak gotowany z olejem* 75 g ( <u>GLU, PSZ.</u> ) Kompot owocowy* b/c 300 ml	Jarzynowa z makaronem* dieta 350 ml ( <u>GLU, PSZ, MLE, SEL.</u> ) Ziemniaki gotowane 250 g Pulpet wołowo-wieprzowy 70 g ( <u>GLU, PSZ, JAJ.</u> ) Sos pietruszkowy* 70 ml ( <u>GLU, PSZ, MLE.</u> ) Szpinak gotowany z olejem* 75 g ( <u>GLU, PSZ.</u> ) Buraczki gotowane drobno tarte 75 g Kompot owocowy* z/c 300 ml	
		PD		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> )	Serek homo naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE.</u> )	
2026-05-05 wtorek	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> ) 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 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	
		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> ) Sałata zielona 5 g	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 szt ( <u>MLE.</u> )
		Wartość energetyczna: 2428.18 kcal; Białko ogółem: 86.27 g; Tłuszcz: 60.54 g; Kw. tł. nasy.: 27.19 g; Węglowodany ogółem: 415.45 g; W tym cukry: 68.26 g; Błonnik pok.: 31.08 g; Sód: 4395.15 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: 2205.37 kcal; Białko ogółem: 102.21 g; Tłuszcz: 63.74 g; Kw. tł. nasy.: 23.78 g; Węglowodany ogółem: 350.32 g; W tym cukry: 16.73 g; Błonnik pok.: 38.10 g; Sód: 4016.38 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 2026-04-27 do dnia 2026-05-10 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	
2026-05-06 środa	Śniadanie	Platki owsiane na mleku 300 ml ( <b>MLE, GLU 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	Platki owsiane na mleku 300 ml ( <b>MLE, GLU 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	Platki owsiane na mleku 300 ml ( <b>MLE, GLU 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	Platki owsiane na mleku 300 ml ( <b>MLE, GLU 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 ŚN					Jabłko 1 szt 1 szt		
	Obiad	Kapuśniak z kapusty kiszzonej * 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 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 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 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 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		Bułka maślana 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE.</b> )		Chleb Graham 30g ( <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	Bułka maślana 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE.</b> )		
		Wartość energetyczna: 2735.33 kcal; Białko ogółem: 91.17 g; Tłuszcz: 81.26 g; Kw. tł. nasy.: 32.62 g; Węglowodany ogółem: 440.92 g; W tym cukry: 59.98 g; Błonnik pok.: 33.17 g; Sód: 4039.67 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 2026-04-27 do dnia 2026-05-10 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
2026-05-07 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 ZYT,</u> ) Chleb Graham 50 g ( <u>GLU PSZ,</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE,</u> ) Połędwica Sopotcka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody i białka sojowego 40 g ( <u>SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR,</u> ) Sałatka z ryżu*- meksykańska 50 g ( <u>JAJ, SEL, GOR,</u> )	Kasza manna na mleku 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE,</u> ) Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g ( <u>GLU PSZ,</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE,</u> ) Połędwica Sopotcka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody i białka sojowego 40 g ( <u>SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR,</u> ) Sałatka 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> ) Sałatka zielona 10 g Połędwica Sopotcka 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> ) Połędwica Sopotcka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody i białka sojowego 40 g ( <u>SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR,</u> ) Sałatka z ryżu*- meksykańska 50 g ( <u>JAJ, SEL, GOR,</u> )	Kasza manna na mleku 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE,</u> ) Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g ( <u>GLU PSZ,</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE,</u> ) Połędwica Sopotcka 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> ) Klopsik wieprzowy 70 g ( <u>GLU PSZ, JAJ,</u> ) Kompot owocowy* z/c 300 ml Bukiet warzyw gotowanych królewski* 75 g Fasolka szparagowa z wody* 75 g	Szpinakowa z ziemniakami * 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u> ) Makaron pełnoziarnisty 250 g ( <u>GLU PSZ,</u> ) Sos boloński z mięsa wp (-)dieta 150 g ( <u>GLU PSZ, SEL,</u> ) Kompot owocowy* b/c 300 ml Bukiet warzyw gotowanych królewski* 75 g Surówka z selera i jabłka b/c 75 g ( <u>MLE, SEL,</u> )	Szpinakowa z ziemniakami * 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u> ) Sos boloński z mięsa wp (-)dieta 150 g ( <u>GLU PSZ, SEL,</u> ) Makaron 250 g ( <u>GLU PSZ,</u> ) Kompot owocowy* z/c 300 ml Bukiet warzyw gotowanych królewski* 75 g Dynia pieczona z natką pietruszki 75 g ( <u>GLU PSZ,</u> )	
	PD		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 ZYT,</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 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 () z/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 kiełbasa grubo rozdrobniona 20 g Sałatka zielona 5 g	Biszkopty b/ml 20 g ( <u>GLU PSZ, JAJ,</u> )
		Wartość energetyczna: 2608.29 kcal; Białko ogółem: 93.09 g; Tłuszcz: 58.79 g; Kw. tł. nasy.: 24.85 g; Węglowodany ogółem: 454.84 g; W tym cukry: 56.95 g; Błonnik pok.: 30.01 g; Sód: 3459.49 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: 2414.23 kcal; Białko ogółem: 105.50 g; Tłuszcz: 67.19 g; Kw. tł. nasy.: 29.14 g; Węglowodany ogółem: 394.82 g; W tym cukry: 21.73 g; Błonnik pok.: 44.75 g; Sód: 3680.83 mg;	Wartość energetyczna: 2516.30 kcal; Białko ogółem: 92.50 g; Tłuszcz: 57.99 g; Kw. tł. nasy.: 24.09 g; Węglowodany ogółem: 422.99 g; W tym cukry: 69.62 g; Błonnik pok.: 22.96 g; Sód: 2173.56 mg;

Jadłospisy za okres od dnia 2026-04-27 do dnia 2026-05-10 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
2026-05-08 piątek	Śniadanie	Zacierka na mleku 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> ) Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 150 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Chleb Graham 50 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> ) Pasta z jaj z cebulą i koperkiem 60 g ( <u>JAJ, GOR.</u> ) Salata zielona 5 g	Zacierka na mleku 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> ) Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> ) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 60 g ( <u>JAJ, MLE.</u> ) Salata zielona 5 g	Zacierka na mleku 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> ) Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> ) Pasta z jaj z cebulą i koperkiem 80 g ( <u>JAJ, GOR.</u> ) Salata zielona 5 g	Zacierka na mleku 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> ) Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> ) Pasta z jaj z cebulą i koperkiem 80 g ( <u>JAJ, GOR.</u> ) Salata zielona 5 g	Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Chleb Graham 200 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> ) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 60 g ( <u>JAJ, MLE.</u> ) Salata zielona 5 g	Zacierka na mleku 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> ) Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> ) Szynka z indykiem prasowana z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa, parzona 40 g ( <u>SOJ.</u> ) Kalańfort 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 kiszzonej z olejem b/c 75 g Kompot owocowy* z/c 300 ml Warzywa po grecku 75 g ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> )	Krupnik jęczmienny * 350 ml ( <u>MLE, SEL, GLU 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 kiszzonej z olejem b/c 75 g Kompot owocowy* b/c 300 ml Warzywa po grecku 75 g ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> )	Krupnik jęczmienny * 350 ml ( <u>MLE, SEL, GLU JĘCZ.</u> ) Ziemniaki gotowane 250 g Pulpet rybny (Morszczuk) 70 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u> ) Surówka z marchwi i jabłka b/c 100 g ( <u>MLE.</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- wędlna drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalanej 20 g ( <u>SOJ, SEL, może zawierać: MLE, 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> ) 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- wędlna 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: 2624.96 kcal; Białko ogółem: 87.41 g; Tłuszcz: 64.93 g; Kw. tł. nasy.: 23.56 g; Węglowodany ogółem: 452.84 g; W tym cukry: 77.42 g; Błonnik pok.: 31.72 g; Sód: 3601.00 mg;	Wartość energetyczna: 2318.28 kcal; Białko ogółem: 86.38 g; Tłuszcz: 49.04 g; Kw. tł. nasy.: 22.30 g; Węglowodany ogółem: 398.97 g; W tym cukry: 81.76 g; Błonnik pok.: 21.11 g; Sód: 2259.28 mg;	Wartość energetyczna: 2367.57 kcal; Białko ogółem: 89.18 g; Tłuszcz: 51.54 g; Kw. tł. nasy.: 23.18 g; Węglowodany ogółem: 402.79 g; W tym cukry: 77.08 g; Błonnik pok.: 21.41 g; Sód: 2306.17 mg;	Wartość energetyczna: 2735.31 kcal; Białko ogółem: 120.23 g; Tłuszcz: 68.26 g; Kw. tł. nasy.: 28.10 g; Węglowodany ogółem: 428.97 g; W tym cukry: 84.58 g; Błonnik pok.: 23.34 g; Sód: 2895.38 mg;	Wartość energetyczna: 2246.70 kcal; Białko ogółem: 93.03 g; Tłuszcz: 63.33 g; Kw. tł. nasy.: 27.77 g; Węglowodany ogółem: 373.85 g; W tym cukry: 33.75 g; Błonnik pok.: 43.05 g; Sód: 3798.66 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 2026-04-27 do dnia 2026-05-10 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
2026-05-09 sobota	Śniadanie	Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 150 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Chleb Graham 50 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> ) Sałatka z makaronu z wędliną drobiowo wieprzową 100 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, GOR.</u> ) Pomidor 50 g	Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> ) Sałatka z makaronu z wędliną drobiowo wieprzową-dieta* 100 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, 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% 15 g ( <u>MLE.</u> ) Sałatka z makaronu z wędliną drobiowo wieprzową-dieta* 150 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, SEL.</u> ) Sałata zielona 10 g	Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Chleb Graham 200 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> ) Twarożek z natką pietruszki 60 g ( <u>MLE.</u> ) Pomidor 50 g	Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Chleb Graham 200 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> ) Twarożek z 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> ) Połędwica Sopotcka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody i białka sojowego 40 g ( <u>SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR.</u> ) Cukinia pieczona z olejem * 50 g
	II ŚN					Kefir 1,5% tł 150g 1 Por ( <u>MLE.</u> )	
	Obiad	Ogórkowa z ziemniakami * 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Ryż na sypko 250 g Kociolek meksykański z kurczakiem i fasolą 150 g ( <u>SEL.</u> ) Sałatka 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 250 g Kociolek meksykański z kurczakiem i fasolą 150 g ( <u>SEL.</u> ) Sałatka 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 Kociolek meksykański z kurczakiem i fasolą 150 g ( <u>SEL.</u> ) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem 75 g Kompot owocowy* b/c 300 ml Surówka z marchwi i jabłka b/c 75 g ( <u>MLE.</u> )	Koperkowa z ziemniakami * 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Ryż na sypko 250 g Potrawka drobiowa z warzywami * 150 g ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Buraczki gotowane 75 g Kompot owocowy* z/c 300 ml Marchew gotowana z olejem 75 g
	PD		Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml	Jogurt naturalny 100g 1 szt ( <u>MLE.</u> )	Jabłko 1 szt 1 szt		
	Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 150 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Chleb Graham 50 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> ) Parówki drobiowe (kieł 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> ) Połędwica Sopotcka 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 (kieł 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 (kieł drobno rozdr. wędz. parz w osłonce niejadalnej) 120 g ( <u>SOJ.</u> ) Pomidor 50 g	Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Chleb Graham 200 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> ) Połędwica Sopotcka 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> ) Połędwica Sopotcka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody i białka sojowego 40 g ( <u>SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR.</u> ) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt
	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> ) Sałata zielona 5 g	Herbatniki 20 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u> )	
		Wartość energetyczna: 2613.89 kcal; Białko ogółem: 65.03 g; Tłuszcz: 65.64 g; Kw. tł. nasy.: 23.31 g; Węglowodany ogółem: 470.25 g; W tym cukry: 88.30 g; Błonnik pok.: 33.92 g; Sód: 4321.57 mg;	Wartość energetyczna: 2263.19 kcal; Białko ogółem: 70.06 g; Tłuszcz: 44.81 g; Kw. tł. nasy.: 17.95 g; Węglowodany ogółem: 412.71 g; W tym cukry: 89.08 g; Błonnik pok.: 23.42 g; Sód: 2290.16 mg;	Wartość energetyczna: 2529.14 kcal; Białko ogółem: 72.37 g; Tłuszcz: 59.42 g; Kw. tł. nasy.: 21.91 g; Węglowodany ogółem: 443.85 g; W tym cukry: 111.88 g; Błonnik pok.: 23.52 g; Sód: 2656.66 mg;	Wartość energetyczna: 2777.94 kcal; Białko ogółem: 102.27 g; Tłuszcz: 79.13 g; Kw. tł. nasy.: 27.24 g; Węglowodany ogółem: 431.87 g; W tym cukry: 93.94 g; Błonnik pok.: 24.28 g; Sód: 3321.34 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 2026-04-27 do dnia 2026-05-10 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
2026-05-10 niedziela	Śniadanie	Kawa zbożowa z mlekiem z/c 300 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</b> ) 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> ) Serek a la homogenizowany o smaku wanilinowym 60 g ( <b>MLE.</b> ) Jabłko 1 szt 1 szt	Kawa zbożowa z mlekiem z/c 300 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 150 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Serek a la homogenizowany o smaku wanilinowym 60 g ( <b>MLE.</b> ) Jabłko 1 szt 1 szt	Kawa zbożowa z mlekiem z/c 300 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 150 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Serek a la homogenizowany o smaku wanilinowym 80 g ( <b>MLE.</b> ) Jabłko 1 szt 1 szt	Kawa zbożowa z mlekiem z/c 300 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 150 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Serek a la homogenizowany o smaku wanilinowym 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> ) Serek twarogowy homogenizowany 80 g ( <b>MLE.</b> ) Jabłko 1 szt 1 szt	Kawa zbożowa z mlekiem z/c 300 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 150 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Serek a la homogenizowany o smaku wanilinowym 60 g ( <b>MLE.</b> ) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt
	II ŚN					Sałatka szwedzka z olejem b/c 100 g ( <b>GOR.</b> )	
	Obiad	Pomidorowa z makaronem * 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Ziemniaki gotowane 250 g Kotlet schabowy 70 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> ) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 75 g Kompot owocowy* z/c 300 ml Fasolka szparagowa z wody* 75 g	Pomidorowa z makaronem * 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Ziemniaki gotowane 250 g Schab gotowany 70 g Sos własny () 70 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Fasolka szparagowa z wody* 75 g Kompot owocowy* z/c 300 ml Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 75 g ( <b>SEL.</b> )	Pomidorowa z makaronem * 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Ziemniaki gotowane 250 g Schab gotowany 2 [Por] x 70 g Sos własny () 70 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Fasolka szparagowa z wody* 75 g Kompot owocowy* z/c 300 ml Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 75 g ( <b>SEL.</b> )	Pomidorowa z makaronem * 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Ziemniaki gotowane 250 g Schab gotowany 70 g Sos własny () 70 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 75 g Kompot owocowy* b/c 300 ml Fasolka szparagowa z wody* 75 g	Pomidorowa z makaronem * 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Ziemniaki gotowane 250 g Schab gotowany 70 g Sos własny () 70 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Fasolka szparagowa z wody* 75 g Kompot owocowy* z/c 300 ml Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 75 g ( <b>SEL.</b> )	Pomidorowa z makaronem * 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Ziemniaki gotowane 250 g Schab gotowany 70 g Sos własny () 70 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Fasolka szparagowa z wody* 75 g Kompot owocowy* z/c 300 ml Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 75 g ( <b>SEL.</b> )
	PD			Chrupki kukurydziane 25 g	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> ) Poledwica z Majerankiem, wyrób drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa, parzony 40 g ( <b>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, MLE, SEL.</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> ) Poledwica z Majerankiem, wyrób drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa, parzony 40 g ( <b>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, MLE, SEL.</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> ) Poledwica z Majerankiem, wyrób drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa, parzony 60 g ( <b>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, MLE, SEL.</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> ) Poledwica z Majerankiem, wyrób drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa, parzony 40 g ( <b>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, MLE, SEL.</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> ) Poledwica z Majerankiem, wyrób drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa, parzony 40 g ( <b>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Pastora warzywna* 50 g ( <b>SEL.</b> )	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> ) Poledwica z Majerankiem, wyrób drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa, parzony 40 g ( <b>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Pastora warzywna* 50 g ( <b>SEL.</b> )
	PN		Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt			Chleb Graham 30 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE.</b> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ.</b> ) Sałata zielona 5 g	Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt
		Wartość energetyczna: 2409.46 kcal; Białko ogółem: 80.83 g; Tłuszcz: 52.85 g; Kw. tł. nasy.: 21.66 g; Węglowodany ogółem: 434.80 g; W tym cukry: 85.68 g; Błonnik pok.: 32.05 g; Sód: 3589.12 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: 2249.13 kcal; Białko ogółem: 106.93 g; Tłuszcz: 58.81 g; Kw. tł. nasy.: 25.63 g; Węglowodany ogółem: 368.55 g; W tym cukry: 36.09 g; Błonnik pok.: 41.00 g; Sód: 3806.91 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,  
S02 - Dwutlenek siarki / siarczyny,  
ŁUB - Łubin i produkty pochodne,  
MCK - Mięczaki i pochodne,  
MLE b/LAK - Mleko i pochodne bez laktozy,  
GLU ŻYT - Zboża zawierające gluten żytni,  
GLU OW - Zboża zawierające gluten owsiany,  
GLU JĘCZ - Zboża zawierające gluten jęczmienny,

## **Oznaczenia wskaźników odż.:**

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