

Jadłospisy za okres od dnia 2025-02-03 do dnia 2025-02-16 KUCHNIA ŁÓDŹ

	ŁÓDŹ- ZW 1 Podstawowa	ŁÓDŹ- ZW 2 Łatwo strawna	ŁÓDŹ- ZW P2 Łatwo strawna dziecięca	ŁÓDŹ- ZW 9 Bogatobiałkowa	ŁÓDŹ- ZW 6 Z ogr. łatwo przysw. węglowodanów	ŁÓDŹ- ZW 11/M Oszczędzająca	
2025-02-03 poniedziałek	Śniadanie	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (MLE, GLU JĘCZ.) Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 150 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Pasta z makreli wędzonej z warzywami + 80 g (RYB, SEL.) Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 5 g	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (MLE, GLU JĘCZ.) Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 150 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Pasta z miruny gotowanej z warzywami + 80 g (RYB, SEL.) Sałata zielona 10 g	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (MLE, GLU JĘCZ.) Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Pasta z miruny gotowanej z warzywami + 100 g (RYB, SEL.) Sałata zielona 10 g	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (MLE, GLU JĘCZ.) Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Masło extra 82% 15 g (MLE.) Pasta z makreli wędzonej z warzywami + 80 g (RYB, SEL.) Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 5 g	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (MLE, GLU JĘCZ.) Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Chleb Graham 200 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Pasta z makreli wędzonej z warzywami + 80 g (RYB, SEL.) Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 5 g	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (MLE, GLU JĘCZ.) Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Poledwica z Majerankiem, drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, parzona 60 g (SOJ.) Pasta warzywna + 80 g (SEL.)
		II ŚN				Jabłko 1 szt 1 szt	
2025-02-03 poniedziałek	Obiad	Zupa brokułowa z ryżem + 350 g (SOJ, MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane (l) 250 g Kotlet z jaj-pieczony 70 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos chrzanowy + 70 g (MLE, SO2.) Surówka z marchwi i jabłka b/c + 75 g Kompot owocowy* z/c 300 ml Cukinia gotowana + 75 g	Zupa brokułowa z ryżem + 350 g (SOJ, MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane (l) 250 g Kotlet z jaj-pieczony 70 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos koperkowy dieta + 70 g (MLE, SEL.) Marchew gotowana plastry z olejem + 75 g Kompot owocowy* z/c 300 ml Cukinia gotowana + 75 g	Zupa brokułowa z ryżem + 350 g (SOJ, MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane (l) 250 g Kotlet z jaj-pieczony 70 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos koperkowy dieta + 70 g (MLE, SEL.) Marchew gotowana plastry z olejem + 75 g Cukinia gotowana + 75 g Kompot owocowy* z/c 300 ml	Zupa brokułowa z ryżem + 350 g (SOJ, MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane (l) 250 g Kotlet z jaj-pieczony 140 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos koperkowy dieta + 70 g (MLE, SEL.) Marchew gotowana plastry z olejem + 75 g Cukinia gotowana + 75 g Kompot owocowy* z/c 300 ml	Zupa brokułowa z ryżem + 350 g (SOJ, MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane (l) 250 g Kotlet z jaj-pieczony 70 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos chrzanowy + 70 g (MLE, SO2.) Surówka z marchwi i jabłka b/c + 75 g Kompot owocowy* b/c 300 ml Cukinia gotowana + 75 g	Zupa brokułowa z ryżem + 350 g (SOJ, MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane (l) 250 g Pulpet z kurczaka + 70 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos koperkowy dieta + 70 g (MLE, SEL.) Marchew gotowana plastry z olejem + 75 g Cukinia gotowana + 75 g Kompot owocowy* z/c 300 ml
		PD		Ciastka różne 40 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE.)	Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE.)		
2025-02-03 poniedziałek	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.) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw osłonce niejadalnej 60 g (SOJ.) Pomidor 80 g Sałata zielona 5 g	Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw osłonce niejadalnej 60 g (SOJ.) Pomidor 80 g Sałata zielona 5 g	Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw osłonce niejadalnej 80 g (SOJ.) Pomidor 80 g Sałata zielona 5 g	Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Chleb Graham 200 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw osłonce niejadalnej 60 g (SOJ.) Pomidor 80 g Sałata zielona 5 g	Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw osłonce niejadalnej 60 g (SOJ.) Pomidor 80 g Dyńa pieczona + 80 g	
		PN	Sok jabłkowy 100 % 0,2l w kartoniku 1 szt			Sałata zielona 5 g Poledwica Sopotcka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 20 g (SOJ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Chleb Graham 30 g (GLU PSZ.)	Sok jabłkowy 100 % 0,2l w kartoniku 1 szt
	Wartość energetyczna: 2852.26 kcal; Białko ogółem: 83.86 g; Tłuszcz: 87.51 g; Kw. tł. nasy.: 29.55 g; Węglowodany ogółem: 445.86 g; W tym cukry: 83.09 g; Błonnik pok.: 36.36 g; Sól: 15.57 g;	Wartość energetyczna: 2688.70 kcal; Białko ogółem: 86.37 g; Tłuszcz: 74.88 g; Kw. tł. nasy.: 26.78 g; Węglowodany ogółem: 429.43 g; W tym cukry: 85.10 g; Błonnik pok.: 28.92 g; Sól: 12.09 g;	Wartość energetyczna: 2759.50 kcal; Białko ogółem: 85.52 g; Tłuszcz: 86.55 g; Kw. tł. nasy.: 33.43 g; Węglowodany ogółem: 420.36 g; W tym cukry: 85.10 g; Błonnik pok.: 27.27 g; Sól: 11.39 g;	Wartość energetyczna: 2936.68 kcal; Białko ogółem: 104.54 g; Tłuszcz: 95.79 g; Kw. tł. nasy.: 31.78 g; Węglowodany ogółem: 425.29 g; W tym cukry: 89.71 g; Błonnik pok.: 28.78 g; Sól: 12.65 g;	Wartość energetyczna: 2599.08 kcal; Białko ogółem: 90.49 g; Tłuszcz: 90.24 g; Kw. tł. nasy.: 30.63 g; Węglowodany ogółem: 376.78 g; W tym cukry: 39.82 g; Błonnik pok.: 46.15 g; Sól: 14.69 g;	Wartość energetyczna: 2489.11 kcal; Białko ogółem: 82.49 g; Tłuszcz: 69.04 g; Kw. tł. nasy.: 25.71 g; Węglowodany ogółem: 398.51 g; W tym cukry: 90.36 g; Błonnik pok.: 29.96 g; Sól: 13.09 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2025-02-03 do dnia 2025-02-16 KUCHNIA ŁÓDŹ

	ŁÓDŹ- ZW 1 Podstawowa	ŁÓDŹ- ZW 2 Łatwo strawna	ŁÓDŹ- ZW P2 Łatwo strawna dziecięca	ŁÓDŹ- ZW 9 Bogatobiałkowa	ŁÓDŹ- ZW 6 Z ogr. łatwo przysw. węglowodanów	ŁÓDŹ- ZW 11/M Oszczędzająca	
2025-02-04 wtorek	Śniadanie	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE ,)	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE ,)	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE ,)	Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	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 wieprzowy z warzywami + 60 g (GLUPSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL ,) Sałata zielona 10 g	Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g (GLU PSZ ,) Masło extra 82% 15 g (MLE ,) Szynka Konserwowa drobiowa z dodatkiem surowców wleprzowych z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 60 g (SOJ ,) Sałata zielona 10 g	Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g (GLU PSZ ,) Masło extra 82% 15 g (MLE ,) Szynka Konserwowa drobiowa z dodatkiem surowców wleprzowych z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 80 g (SOJ ,) Sałata zielona 10 g	Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Chleb Graham 200 g (GLU PSZ ,) Masło extra 82% 15 g (MLE ,) Szynka Konserwowa drobiowa z dodatkiem surowców wleprzowych z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 60 g (SOJ ,) Sałata zielona 10 g	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE ,) Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g (GLU PSZ ,) Masło extra 82% 15 g (MLE ,) Szynka Konserwowa drobiowa z dodatkiem surowców wleprzowych z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 60 g (SOJ ,) Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml	
	II ŚN				Sok z buraków 0,3 L produkt pasteryzowany 1 szt (SEL ,)		
	Obiad	Zupa ziemniaczana a'la solferino + 350 g (SOJ, MLE, SEL ,) Makaron 250 g (GLU PSZ ,) Bitka wieprzowa z szynki pieczona + 70 g Sos własny dieta + 70 g (SOJ ,) Dyńia pieczona + 75 g Kompot owocowy* z/c 300 ml Brokuł gotowany + 75 g	Zupa ziemniaczana a'la solferino + 350 g (SOJ, MLE, SEL ,) Makaron 250 g (GLU PSZ ,) Bitka wieprzowa z szynki pieczona + 140 g Sos własny dieta + 70 g (SOJ ,) Dyńia pieczona + 75 g Brokuł gotowany + 75 g Kompot owocowy* z/c 300 ml	Zupa ziemniaczana a'la solferino + 350 g (SOJ, MLE, SEL ,) Makaron 250 g (GLU PSZ ,) Bitka wieprzowa z szynki pieczona + 70 g Sos własny dieta + 70 g (SOJ ,) Dyńia pieczona + 75 g Brokuł gotowany + 75 g Kompot owocowy* z/c 300 ml	Zupa pieczarkowa z ziemniakami + 350 ml (SOJ, MLE, SEL ,) Makaron pełnoziarnisty 250 g (GLU PSZ ,) Bitka wieprzowa z szynki pieczona + 70 g Sos pieczeniowy + 70 g (GLU PSZ, SOJ, MLE ,) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem + 75 g Kompot owocowy* b/c 300 ml Brokuł gotowany + 75 g	Zupa ziemniaczana a'la solferino + 350 g (SOJ, MLE, SEL ,) Makaron 250 g (GLU PSZ ,) Bitka wieprzowa z szynki pieczona + 70 g Sos własny dieta + 70 g (SOJ ,) Dyńia pieczona + 75 g Kompot owocowy* z/c 300 ml Brokuł gotowany + 75 g	
	PD		Sok pomarańczowy 0,2L-kartonik 1 szt	Jogurt truskawkowy 100 g 1 szt (MLE ,)	Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE ,)		
	Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 150 g (GLU PSZ, GLU ŻYT ,) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ ,) Masło extra 82% 10 g (MLE ,) Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 60 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ ,) Pomidor 80 g Sałata zielona 5 g	Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g (GLU PSZ ,) Masło extra 82% 10 g (MLE ,) Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 80 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ ,) Pomidor 80 g Sałata zielona 5 g	Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g (GLU PSZ ,) Masło extra 82% 10 g (MLE ,) Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 80 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ ,) Pomidor 80 g Sałata zielona 5 g	Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Chleb Graham 200 g (GLU PSZ ,) Masło extra 82% 10 g (MLE ,) Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 60 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ ,) Pomidor 80 g Sałata zielona 5 g	Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g (GLU PSZ ,) Masło extra 82% 10 g (MLE ,) Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 60 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ ,) Bukiet jarzyn gotowany + 80 g (SEL ,)	
	PN	Bułka maślana 1 szt 1 szt (GLU PSZ, JAJ, MLE ,)			Sałata zielona 5 g Twaróg półtłusty 20 g (MLE ,) Masło extra 82% 5 g (MLE ,) Chleb Graham 30 g (GLU PSZ ,)	Bułka maślana 1 szt 1 szt (GLU PSZ, JAJ, MLE ,)	
		Wartość energetyczna: 3031.80 kcal; Białko ogółem: 109.44 g; Tłuszcz: 85.50 g; Kw. tł. nasy.: 32.20 g; Węglowodany ogółem: 472.51 g; W tym cukry: 71.53 g; Błonnik pok.: 33.17 g; Sól: 14.06 g;	Wartość energetyczna: 2661.18 kcal; Białko ogółem: 102.67 g; Tłuszcz: 62.41 g; Kw. tł. nasy.: 23.47 g; Węglowodany ogółem: 431.51 g; W tym cukry: 72.99 g; Błonnik pok.: 21.74 g; Sól: 10.34 g;	Wartość energetyczna: 2751.18 kcal; Białko ogółem: 103.87 g; Tłuszcz: 62.41 g; Kw. tł. nasy.: 23.47 g; Węglowodany ogółem: 451.51 g; W tym cukry: 92.99 g; Błonnik pok.: 21.74 g; Sól: 10.34 g;	Wartość energetyczna: 2911.92 kcal; Białko ogółem: 129.85 g; Tłuszcz: 70.89 g; Kw. tł. nasy.: 26.30 g; Węglowodany ogółem: 448.33 g; W tym cukry: 78.61 g; Błonnik pok.: 22.06 g; Sól: 12.02 g;	Wartość energetyczna: 2349.20 kcal; Białko ogółem: 105.10 g; Tłuszcz: 64.92 g; Kw. tł. nasy.: 25.69 g; Węglowodany ogółem: 351.26 g; W tym cukry: 45.20 g; Błonnik pok.: 44.90 g; Sól: 13.95 g;	Wartość energetyczna: 2792.24 kcal; Białko ogółem: 102.88 g; Tłuszcz: 62.47 g; Kw. tł. nasy.: 23.46 g; Węglowodany ogółem: 464.80 g; W tym cukry: 98.04 g; Błonnik pok.: 23.52 g; Sól: 10.91 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2025-02-03 do dnia 2025-02-16 KUCHNIA ŁÓDŹ

	ŁÓDŹ- ZW 1 Podstawowa	ŁÓDŹ- ZW 2 Łatwo strawna	ŁÓDŹ- ZW P2 Łatwo strawna dziecięca	ŁÓDŹ- ZW 9 Bogatobiałkowa	ŁÓDŹ- ZW 6 Z ogr. łatwo przysw. węglowodanów	ŁÓDŹ- ZW 11/M Oszczędzająca
2025-02-05 środa	Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 150 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynka luksusowa- wp. grubo rozdrob. wędzona, parzona 60 g (GLU PSZ, SOJ.) Pomidor 80 g Sałata zielona 5 g Ogórek kiszony 80 g	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynka luksusowa- wp. grubo rozdrob. wędzona, parzona 60 g (GLU PSZ, SOJ.) Pomidor 80 g Sałata zielona 5 g	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynka luksusowa- wp. grubo rozdrob. wędzona, parzona 80 g (GLU PSZ, SOJ.) Pomidor 80 g Sałata zielona 5 g	Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Chleb Graham 200 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynka luksusowa- wp. grubo rozdrob. wędzona, parzona 60 g (GLU PSZ, SOJ.) Sałata zielona 5 g Ogórek kiszony 80 g	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynka luksusowa- wp. grubo rozdrob. wędzona, parzona 60 g (GLU PSZ, SOJ.) Kisiel o smaku cytrynowym z/c 150 ml
		II ŚN			Surówka z marchwi i jabłka b/c + 100 g	
	Obiad	Zupa z soczewicą i warzywami + 350 g (GLU PSZ, SOJ, SEL.) Ziemniaki gotowane () 250 g Pulpet z kurczaka + 70 g (GLU PSZ, JAJ.) Sałatka z buraków i jabłka (z olejem) b/c + 75 g Kompot owocowy* z/c 300 ml Kalafor gotowany + 75 g	Zupa grysikowa + 350 g (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki gotowane () 250 g Pulpet z kurczaka + 70 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos jarzynowy dieta + 70 g (MLE.) Buraki tarte na ciepło + 75 g Kompot owocowy* z/c 300 ml Kalafor gotowany + 75 g	Zupa grysikowa + 350 g (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki gotowane () 250 g Pulpet z kurczaka + 140 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos jarzynowy dieta + 70 g (MLE.) Buraki tarte na ciepło + 75 g Kompot owocowy* z/c 300 ml Kalafor gotowany + 75 g	Zupa z soczewicą i warzywami + 350 g (GLU PSZ, SOJ, SEL.) Ziemniaki gotowane () 250 g Pulpet z kurczaka + 70 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos jarzynowy dieta + 70 g (MLE.) Sałatka z buraków i jabłka (z olejem) b/c + 75 g Kompot owocowy* b/c 300 ml Kalafor gotowany + 75 g	Zupa grysikowa + 350 g (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki gotowane () 250 g Pulpet z kurczaka + 70 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos jarzynowy dieta + 70 g (MLE.) Buraki tarte na ciepło + 75 g Kompot owocowy* z/c 300 ml Kalafor gotowany + 75 g
		PD		Jabłko 1 szt 1 szt	Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (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.) Ser żółty 60 g (MLE.) Jabłko 1 szt 1 szt Sałata zielona 5 g	Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Serek twarogowy homogenizowany + 80 g (MLE.) Jabłko 1 szt 1 szt Sałata zielona 5 g	Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Serek twarogowy homogenizowany + 100 g (MLE.) Jabłko 1 szt 1 szt Sałata zielona 5 g	Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Chleb Graham 200 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Ser żółty 60 g (MLE.) Jabłko 1 szt 1 szt Sałata zielona 5 g	Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Serek twarogowy homogenizowany + 80 g (MLE.) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt
		PN	Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (może zawierać: MLE.)			Chleb Graham 30 g (GLU PSZ.) Pomidor 15 g Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 20 g (SOJ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.)
	Wartość energetyczna: 2695.32 kcal; Białko ogółem: 98.23 g; Tłuszcz: 66.14 g; Kw. tł. nasy.: 32.68 g; Węglowodany ogółem: 441.28 g; W tym cukry: 84.87 g; Błonnik pok.: 37.47 g; Sól: 15.45 g;	Wartość energetyczna: 2379.37 kcal; Białko ogółem: 89.94 g; Tłuszcz: 51.65 g; Kw. tł. nasy.: 22.62 g; Węglowodany ogółem: 398.72 g; W tym cukry: 92.99 g; Błonnik pok.: 25.09 g; Sól: 7.87 g;	Wartość energetyczna: 2454.37 kcal; Białko ogółem: 90.54 g; Tłuszcz: 52.25 g; Kw. tł. nasy.: 22.68 g; Węglowodany ogółem: 416.87 g; W tym cukry: 107.54 g; Błonnik pok.: 28.09 g; Sól: 7.88 g;	Wartość energetyczna: 2583.01 kcal; Białko ogółem: 113.12 g; Tłuszcz: 60.16 g; Kw. tł. nasy.: 25.79 g; Węglowodany ogółem: 407.24 g; W tym cukry: 97.99 g; Błonnik pok.: 25.19 g; Sól: 9.06 g;	Wartość energetyczna: 2516.44 kcal; Białko ogółem: 104.22 g; Tłuszcz: 74.91 g; Kw. tł. nasy.: 33.96 g; Węglowodany ogółem: 377.90 g; W tym cukry: 43.43 g; Błonnik pok.: 48.29 g; Sól: 15.43 g;	Wartość energetyczna: 2474.81 kcal; Białko ogółem: 89.01 g; Tłuszcz: 51.45 g; Kw. tł. nasy.: 22.57 g; Węglowodany ogółem: 423.29 g; W tym cukry: 113.14 g; Błonnik pok.: 23.88 g; Sól: 7.89 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2025-02-03 do dnia 2025-02-16 KUCHNIA ŁÓDŹ

		ŁÓDŹ- ZW 1 Podstawowa	ŁÓDŹ- ZW 2 Łatwo strawna	ŁÓDŹ- ZW P2 Łatwo strawna dziecięca	ŁÓDŹ- ZW 9 Bogatobiałkowa	ŁÓDŹ- ZW 6 Z ogr. łatwo przysw. węglowodanów	ŁÓDŹ- ZW 11/M Oszczędzająca	
2025-02-06 czwartek	Śniadanie	Zacierka na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE,) Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 150 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 15 g (MLE,) Pasta twarogowa z pieczoną papryką + 80 g (MLE, GOR, S02,) Pomidor 80 g Sałata zielona 5 g	Zacierka na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE,) Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 15 g (MLE,) Pasta twarogowa pomidorowo-selerowa + 80 g (MLE, SEL,) Sałata zielona 10 g	Zacierka na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE,) Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 15 g (MLE,) Pasta twarogowa pomidorowo-selerowa + 100 g (MLE, SEL,) Sałata zielona 10 g	Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Chleb Graham 200 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 15 g (MLE,) Pasta twarogowa z pieczoną papryką + 80 g (MLE, GOR, S02,) Pomidor 80 g Sałata zielona 5 g	Zacierka na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE,) Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 15 g (MLE,) Pasta twarogowa pomidorowo-selerowa + 80 g (MLE, SEL,) Mus z jabłek prażonych 80 g		
	II ŚN				Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE,)			
	Obiad	Żurek z ziemniakami + 350 g (SOJ, MLE, GLU ŻYT, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR,) Sos pomidorowy + 70 g Mięso wieprzowe z warzywami do risotto + 150 g (MLE, SEL,) Ryż na sypko 200 g Surówka wielowarzynna z olejem b/c + 75 g (SEL,) Kompot owocowy* z/c 300 ml	Zupa ziemniaczana + 350 g (SOJ, MLE, SEL,) Sos pomidorowy + 70 g Mięso wieprzowe z warzywami do risotto + 150 g (MLE, SEL,) Ryż na sypko 200 g Bukiet warzyw gotowanych + 75 g Kompot owocowy* z/c 300 ml	Zupa ziemniaczana + 350 g (SOJ, MLE, SEL,) Sos pomidorowy + 70 g Mięso wieprzowe z warzywami do risotto + 150 g (MLE, SEL,) Pulpet wieprzowy + 140 g (GLU PSZ, JAJ,) Ryż na sypko 200 g Bukiet warzyw gotowanych + 75 g Kompot owocowy* z/c 300 ml	Żurek z ziemniakami + 350 g (SOJ, MLE, GLU ŻYT, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR,) Sos pomidorowy + 100 g Mięso wieprzowe z warzywami do risotto + 150 g (MLE, SEL,) Ryż na sypko (brązowy) 200 g Surówka wielowarzynna z olejem b/c + 75 g (SEL,) Kompot owocowy* b/c 300 ml	Zupa ziemniaczana + 350 g (SOJ, MLE, SEL,) Sos pomidorowy + 70 g Mięso wieprzowe z warzywami do risotto + 150 g (MLE, SEL,) Ryż na sypko 200 g Marchew gotowana plastry z olejem + 75 g Kompot owocowy* z/c 300 ml		
	PD		Sok jabłkowy 100 % 0,2l w kartoniku 1 szt	Chleb Graham 30 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 5 g (MLE,) Połudwica Sopocka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody. 20 g (SOJ, MLE,)	Surówka z marchwi i selera z olejem + 100 g (SEL,)			
	Kolejca	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,) Połudwica Sopocka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody. 60 g (SOJ, MLE,) Sałatka jarzynowa + 100 g (JAJ, MLE, SEL, GOR,) Sałata zielona 5 g	Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Połudwica Sopocka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody. 60 g (SOJ, MLE,) Sałatka jarzynowa dieta + 100 g (MLE, SEL,) Sałata zielona 5 g	Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Połudwica Sopocka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody. 80 g (SOJ, MLE,) Sałatka jarzynowa dieta + 100 g (MLE, SEL,) Sałata zielona 5 g	Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Chleb Graham 200 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Połudwica Sopocka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody. 60 g (SOJ, MLE,) Sałatka jarzynowa + 100 g (JAJ, MLE, SEL, GOR,) Sałata zielona 5 g	Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Połudwica Sopocka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody. 60 g (SOJ, MLE,) Sałatka jarzynowa dieta + 100 g (MLE, SEL,)		
	PN		Banan 1szt. 1 szt		Pomidor 15 g Chleb Graham 30 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 5 g (MLE,) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ,)	Sok jabłkowy 100 % 0,2l w kartoniku 1 szt		
		Wartość energetyczna: 3028.47 kcal; Białko ogółem: 95.50 g; Tłuszcz: 97.66 g; Kw. tł. nasy.: 34.52 g; Węglowodany ogółem: 450.05 g; W tym cukry: 102.25 g; Błonnik pok.: 31.83 g; Sól: 14.83 g;	Wartość energetyczna: 2509.98 kcal; Białko ogółem: 86.19 g; Tłuszcz: 58.73 g; Kw. tł. nasy.: 27.05 g; Węglowodany ogółem: 419.40 g; W tym cukry: 106.34 g; Błonnik pok.: 26.55 g; Sól: 11.15 g;	Wartość energetyczna: 2593.98 kcal; Białko ogółem: 86.19 g; Tłuszcz: 58.73 g; Kw. tł. nasy.: 27.05 g; Węglowodany ogółem: 439.40 g; W tym cukry: 126.34 g; Błonnik pok.: 26.55 g; Sól: 11.15 g;	Wartość energetyczna: 3031.18 kcal; Białko ogółem: 127.79 g; Tłuszcz: 88.89 g; Kw. tł. nasy.: 39.64 g; Węglowodany ogółem: 441.06 g; W tym cukry: 107.20 g; Błonnik pok.: 28.78 g; Sól: 13.71 g;	Wartość energetyczna: 2773.92 kcal; Białko ogółem: 104.86 g; Tłuszcz: 111.21 g; Kw. tł. nasy.: 37.37 g; Węglowodany ogółem: 349.12 g; W tym cukry: 41.41 g; Błonnik pok.: 47.23 g; Sól: 14.90 g;	Wartość energetyczna: 2516.53 kcal; Białko ogółem: 84.15 g; Tłuszcz: 63.94 g; Kw. tł. nasy.: 27.20 g; Węglowodany ogółem: 411.29 g; W tym cukry: 109.44 g; Błonnik pok.: 23.67 g; Sól: 11.18 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2025-02-03 do dnia 2025-02-16 KUCHNIA ŁÓDŹ

	ŁÓDŹ- ZW 1 Podstawowa	ŁÓDŹ- ZW 2 Łatwo strawna	ŁÓDŹ- ZW P2 Łatwo strawna dziecięca	ŁÓDŹ- ZW 9 Bogatobiałkowa	ŁÓDŹ- ZW 6 Z ogr. łatwo przysw. węglowodanów	ŁÓDŹ- ZW 11/M Oszczędzająca
Śniadanie	Płatki pszenne na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE,) Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 150 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 15 g (MLE,) Twarożek brzoskwinowy (dieta) + 80 g (MLE,) Jabłko 1 szt 1 szt Sałata zielona 5 g	Płatki pszenne na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE,) Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 15 g (MLE,) Twarożek brzoskwinowy (dieta) + 80 g (MLE,) Jabłko 1 szt 1 szt Sałata zielona 5 g	Płatki pszenne na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE,) Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 15 g (MLE,) Twarożek brzoskwinowy (dieta) + 100 g (MLE,) Sałata zielona 5 g Jabłko 1 szt 1 szt	Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Chleb Graham 200 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 15 g (MLE,) Twarożek + 80 g (MLE,) Sałata zielona 5 g Mandarynka 1 szt	Płatki pszenne na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE,) Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 15 g (MLE,) Twarożek + 80 g (MLE,) Sałata zielona 5 g Mandarynka 1 szt	Płatki pszenne na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE,) Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 15 g (MLE,) Twarożek + 80 g (MLE,) Sałata zielona 5 g Mandarynka 1 szt
	II ŚN				Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE,)	
Obiad	Zupa pomidorowa z makaronem + 350 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL,) Ziemniaki gotowane () 250 g Miruna smażona + 70 g (GLU PSZ, JAJ, RYB,) Surówka z czerwonej kapusty z natką pietruszki i sonecznikiem b/c + 75 g Szpinak gotowany z olejem + 75 g Kompot owocowy* z/c 300 ml	Zupa pomidorowa z makaronem + 350 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL,) Ziemniaki gotowane () 250 g Miruna pieczona w posypce ziołowej + 70 g (RYB,) Szpinak gotowany z olejem + 75 g Bukiet jarzyn gotowany + 75 g (SEL,) Kompot owocowy* z/c 300 ml	Zupa pomidorowa z makaronem + 350 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL,) Ziemniaki gotowane () 250 g Miruna pieczona w posypce ziołowej + 70 g (RYB,) Sos grecki + 70 g (SEL,) Szpinak gotowany z olejem + 75 g Bukiet jarzyn gotowany + 75 g (SEL,) Kompot owocowy* z/c 300 ml	Zupa pomidorowa z makaronem + 350 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL,) Ziemniaki gotowane () 250 g Miruna pieczona w posypce ziołowej + 140 g (RYB,) Sos grecki + 70 g (SEL,) Szpinak gotowany z olejem + 75 g Bukiet jarzyn gotowany + 75 g (SEL,) Kompot owocowy* z/c 300 ml	Zupa pomidorowa z makaronem + 350 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL,) Ziemniaki gotowane () 250 g Miruna pieczona w posypce ziołowej + 70 g (RYB,) Szpinak gotowany z olejem + 75 g Surówka z czerwonej kapusty z natką pietruszki i sonecznikiem b/c + 75 g Kompot owocowy* b/c 300 ml	Zupa pomidorowa z makaronem + 350 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL,) Ziemniaki gotowane () 250 g Miruna pieczona w posypce ziołowej + 70 g (RYB,) Szpinak gotowany z olejem + 75 g Bukiet jarzyn gotowany + 75 g (SEL,) Kompot owocowy* z/c 300 ml
	PD		Ciasto drożdżowe 60 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, SOJ,)	Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE,)	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	
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,) Pasta z jaj z natką pietruszki + 80 g (JAJ, MLE,) Pomidor 80 g Sałata zielona 5 g	Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 150 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Pasta z jaj z natką pietruszki + 80 g (JAJ, MLE,) Pomidor 80 g Sałata zielona 5 g	Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Pasta z jaj z natką pietruszki + 80 g (JAJ, MLE,) Pomidor 80 g Sałata zielona 5 g	Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Pasta z jaj z natką pietruszki + 100 g (JAJ, MLE,) Pomidor 80 g Sałata zielona 5 g	Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Chleb Graham 200 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Pasta z jaj z natką pietruszki + 80 g (JAJ, MLE,) Pomidor 80 g Sałata zielona 5 g	Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 60 g Kisiel o smaku wiśniowym z/c 150 ml
	PN		Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 szt (MLE,)		Sałata zielona 5 g Chleb Graham 30 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 5 g (MLE,) Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 20 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ,)	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 szt (MLE,)
	Wartość energetyczna: 2815.79 kcal; Białko ogółem: 102.82 g; Tłuszcz: 77.59 g; Kw. tł. nasy.: 29.63 g; Węglowodany ogółem: 442.19 g; W tym cukry: 84.96 g; Błonnik pok.: 36.52 g; Sól: 12.40 g;	Wartość energetyczna: 2676.62 kcal; Białko ogółem: 102.97 g; Tłuszcz: 70.85 g; Kw. tł. nasy.: 28.80 g; Węglowodany ogółem: 420.69 g; W tym cukry: 93.59 g; Błonnik pok.: 30.02 g; Sól: 11.33 g;	Wartość energetyczna: 2834.49 kcal; Białko ogółem: 110.28 g; Tłuszcz: 81.16 g; Kw. tł. nasy.: 30.42 g; Węglowodany ogółem: 427.85 g; W tym cukry: 87.76 g; Błonnik pok.: 30.05 g; Sól: 10.78 g;	Wartość energetyczna: 2842.45 kcal; Białko ogółem: 132.15 g; Tłuszcz: 82.22 g; Kw. tł. nasy.: 31.32 g; Węglowodany ogółem: 405.88 g; W tym cukry: 103.75 g; Błonnik pok.: 28.72 g; Sól: 11.62 g;	Wartość energetyczna: 2417.85 kcal; Białko ogółem: 107.88 g; Tłuszcz: 70.31 g; Kw. tł. nasy.: 25.93 g; Węglowodany ogółem: 357.96 g; W tym cukry: 34.76 g; Błonnik pok.: 45.08 g; Sól: 12.10 g;	Wartość energetyczna: 2541.37 kcal; Białko ogółem: 104.85 g; Tłuszcz: 57.98 g; Kw. tł. nasy.: 26.46 g; Węglowodany ogółem: 412.47 g; W tym cukry: 111.98 g; Błonnik pok.: 25.46 g; Sól: 10.68 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2025-02-03 do dnia 2025-02-16 KUCHNIA ŁÓDŹ

	ŁÓDŹ- ZW 1 Podstawowa	ŁÓDŹ- ZW 2 Łatwo strawna	ŁÓDŹ- ZW P2 Łatwo strawna dziecięca	ŁÓDŹ- ZW 9 Bogatobiałkowa	ŁÓDŹ- ZW 6 Z ogr. łatwo przysw. węglowodanów	ŁÓDŹ- ZW 11/M Oszczędzająca	
2025-02-08 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 wieprzowego, parzony 60 g (<u>SOJ.</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 5 g	Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 60 g (<u>SOJ.</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 5 g	Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 60 g (<u>SOJ.</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 5 g	Herbata czarna granulowana 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 wieprzowego, parzony 60 g (<u>SOJ.</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 5 g	Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 60 g (<u>SOJ.</u>) Bukiet jarzyn gotowany + 80 g (<u>SEL.</u>)	
	II ŚN				Surówka z marchwi z olejem b/c + 100 g		
	Obiad	Zupa grochowa z ziemniakami + 350 g (<u>GLU PSZ, SOJ, SEL, GOR.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 250 g (<u>GLU JĘCZ.</u>) Wątróbka drobiowa smażona z cebulką 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Ogórek kiszony z cebulką + 75 g Buraki gotowane słupki + 75 g Kompot owocowy* z/c 300 ml	Zupa selerowa z ziemniakami + 350 ml (<u>SOJ, MLE, SEL.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 250 g (<u>GLU JĘCZ.</u>) Gulasz wieprzowy z warzywami + 150 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Buraki gotowane słupki + 75 g Cukinia gotowana + 75 g Kompot owocowy* z/c 300 ml	Zupa selerowa z ziemniakami + 350 ml (<u>SOJ, MLE, SEL.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 250 g (<u>GLU JĘCZ.</u>) Gulasz wieprzowy z warzywami + 150 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Szynka pieczona w plasterach + 140 g Buraki gotowane słupki + 75 g Cukinia gotowana + 75 g Kompot owocowy* z/c 300 ml	Zupa grochowa z ziemniakami + 350 g (<u>GLU PSZ, SOJ, SEL, GOR.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 250 g (<u>GLU JĘCZ.</u>) Gulasz wieprzowy z warzywami + 150 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ogórek kiszony z cebulką + 75 g Buraki gotowane słupki + 75 g Kompot owocowy* b/c 300 ml	Zupa selerowa z ziemniakami + 350 ml (<u>SOJ, MLE, SEL.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 250 g (<u>GLU JĘCZ.</u>) Gulasz wieprzowy z warzywami + 150 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Cukinia gotowana + 150 g Kompot owocowy* z/c 300 ml	
	PD		Wafelki 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u>)	Jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>MLE.</u>)			
	Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 150 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Parówki drobiowe (kiel drobno rozdrob. wędzona, parzona 60 g w ostrońce niejadalnej) 80 g (<u>GLU PSZ.</u>) Musztarda 20 g (<u>GOR.</u>) Sałata zielona 10 g	Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Szynka luksusowa- wp. grubo rozdrob. wędzona, parzona 60 g (<u>GLU PSZ, SOJ.</u>) Sałata zielona 10 g	Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Parówki drobiowe (kiel drobno rozdrob. wędz. parz w ostrońce 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>) Szynka luksusowa- wp. grubo rozdrob. wędzona, parzona 60 g (<u>GLU PSZ, SOJ.</u>) Sałata zielona 10 g	Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Szynka luksusowa- wp. grubo rozdrob. wędzona, parzona 60 g (<u>GLU PSZ, SOJ.</u>) Mus z jabłek prażonych 80 g	
	PN	Sok 100% w kartoniku z rurką 0,2 l 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	Sok 100% w kartoniku z rurką 0,2 l 1 szt	
	Wartość energetyczna: 2701.06 kcal; Białko ogółem: 97.15 g; Tłuszcz: 80.80 g; Kw. tł. nasy.: 26.61 g; Węglowodany ogółem: 411.92 g; W tym cukry: 66.58 g; Błonnik pok.: 34.25 g; Sól: 16.50 g;	Wartość energetyczna: 2089.35 kcal; Białko ogółem: 72.85 g; Tłuszcz: 50.08 g; Kw. tł. nasy.: 19.93 g; Węglowodany ogółem: 348.43 g; W tym cukry: 71.69 g; Błonnik pok.: 23.59 g; Sól: 11.19 g;	Wartość energetyczna: 2355.10 kcal; Białko ogółem: 76.64 g; Tłuszcz: 68.94 g; Kw. tł. nasy.: 29.19 g; Węglowodany ogółem: 369.06 g; W tym cukry: 71.69 g; Błonnik pok.: 23.59 g; Sól: 11.64 g;	Wartość energetyczna: 2650.40 kcal; Białko ogółem: 129.23 g; Tłuszcz: 81.21 g; Kw. tł. nasy.: 31.12 g; Węglowodany ogółem: 362.62 g; W tym cukry: 75.99 g; Błonnik pok.: 23.63 g; Sól: 14.12 g;	Wartość energetyczna: 2433.55 kcal; Białko ogółem: 102.02 g; Tłuszcz: 77.99 g; Kw. tł. nasy.: 30.33 g; Węglowodany ogółem: 352.96 g; W tym cukry: 25.73 g; Błonnik pok.: 47.17 g; Sól: 16.59 g;	Wartość energetyczna: 2156.23 kcal; Białko ogółem: 74.51 g; Tłuszcz: 50.16 g; Kw. tł. nasy.: 19.92 g; Węglowodany ogółem: 366.46 g; W tym cukry: 90.70 g; Błonnik pok.: 25.22 g; Sól: 11.56 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2025-02-03 do dnia 2025-02-16 KUCHNIA ŁÓDŹ

		ŁÓDŹ- ZW 1 Podstawowa	ŁÓDŹ- ZW 2 Łatwo strawna	ŁÓDŹ- ZW P2 Łatwo strawna dziecięca	ŁÓDŹ- ZW 9 Bogatobiałkowa	ŁÓDŹ- ZW 6 Z ogr. łatwo przysw. węglowodanów	ŁÓDŹ- ZW 11/M Oszczędzająca
2025-02-09 niedziela	Śniadanie	Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JEJCZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 150 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 15 g (MLE) Twarożek ze słonecznikiem + 80 g (MLE) Pomidor 80 g Sałata zielona 5 g	Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JEJCZ.) Bułka pszenna długa krojona 150 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 15 g (MLE) Pasta z twarogu z koperkiem + 80 g (MLE) Pomidor 80 g Sałata zielona 5 g	Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JEJCZ.) Bułka pszenna długa krojona 150 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 15 g (MLE) Pasta z twarogu z koperkiem + 100 g (MLE) Pomidor 80 g Sałata zielona 5 g	Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Chleb Graham 200 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 15 g (MLE) Twarożek ze słonecznikiem + 80 g (MLE) Pomidor 80 g Sałata zielona 5 g	Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JEJCZ.) Bułka pszenna długa krojona 150 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 15 g (MLE) Pasta z twarogu z koperkiem + 80 g (MLE) Pomidor 80 g Sałata zielona 5 g	Jabłko 1 szt 1 szt
	II ŚN						
	Obiad	Rosół + 280 ml (SOJ, SEL) Makaron nitka 70 g (GLU PSZ) Ziemniaki gotowane () 250 g Udko z kurczaka pieczone + 150 g (SOJ) Surówka Coleslaw + 75 g (JAJ, MLE, GOR, S02) Dyńa pieczona + 75 g Kompot owocowy* z/c 300 ml	Rosół + 280 ml (SOJ, SEL) Makaron nitka 70 g (GLU PSZ) Ziemniaki gotowane () 250 g Udko z kurczaka gotowane + 150 g (SOJ) Dyńa pieczona + 75 g Bukiet jarzyn gotowany + 75 g (SEL) Kompot owocowy* z/c 300 ml	Rosół + 280 ml (SOJ, SEL) Makaron nitka 70 g (GLU PSZ) Ziemniaki gotowane () 250 g Udko z kurczaka gotowane + 300 g (SOJ) Dyńa pieczona + 75 g Bukiet jarzyn gotowany + 75 g (SEL) Kompot owocowy* z/c 300 ml	Rosół + 280 ml (SOJ, SEL) Makaron nitka 70 g (GLU PSZ) Ziemniaki gotowane () 250 g Udko z kurczaka pieczone + 150 g (SOJ) Surówka z białej kapusty z marchwią + 75 g Bukiet jarzyn gotowany + 75 g (SEL) Kompot owocowy* b/c 300 ml	Rosół + 280 ml (SOJ, SEL) Makaron nitka 70 g (GLU PSZ) Ziemniaki gotowane () 250 g Udko z kurczaka gotowane + 150 g (SOJ) Dyńa pieczona + 75 g Bukiet jarzyn gotowany + 75 g (SEL) Kompot owocowy* z/c 300 ml	
	PD		Jogurt owoce leśne 100g 1 szt (MLE)	Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE)	Surówka z marchwi z olejem b/c + 100 g		
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 150 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Poledwica Sopotcka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody. 60 g (SOJ, MLE) Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 5 g	Bułka pszenna długa krojona 150 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Poledwica Sopotcka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody. 60 g (SOJ, MLE) Sałata zielona 10 g	Bułka pszenna długa krojona 150 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Poledwica Sopotcka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody. 80 g (SOJ, MLE) Sałata zielona 10 g	Chleb Graham 200 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Poledwica Sopotcka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody. 60 g (SOJ, MLE) Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 5 g	Bułka pszenna długa krojona 150 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Poledwica Sopotcka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody. 60 g (SOJ, MLE) Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml	
	PN		Ciasto drożdżowe 60 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, S02)		Sałata zielona 5 g Chleb Graham 30 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 5 g (MLE) Poledwica Miodowa, wyrób dr. z dodatkiem białka wp, z poł. kawałków mięsa, w osłonce niejadalnej 20 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL)	Ciasto drożdżowe 60 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, S02)	
		Wartość energetyczna: 2826.56 kcal; Białko ogółem: 124.98 g; Tłuszcz: 78.63 g; Kw. tł. nasy.: 29.25 g; Węglowodany ogółem: 418.67 g; W tym cukry: 48.36 g; Błonnik pok.: 34.30 g; Sól: 15.46 g;	Wartość energetyczna: 2599.10 kcal; Białko ogółem: 123.39 g; Tłuszcz: 72.27 g; Kw. tł. nasy.: 28.33 g; Węglowodany ogółem: 374.10 g; W tym cukry: 51.38 g; Błonnik pok.: 24.97 g; Sól: 10.82 g;	Wartość energetyczna: 2689.10 kcal; Białko ogółem: 126.99 g; Tłuszcz: 74.77 g; Kw. tł. nasy.: 29.24 g; Węglowodany ogółem: 388.10 g; W tym cukry: 56.78 g; Błonnik pok.: 25.37 g; Sól: 10.92 g;	Wartość energetyczna: 2995.83 kcal; Białko ogółem: 164.28 g; Tłuszcz: 95.10 g; Kw. tł. nasy.: 35.68 g; Węglowodany ogółem: 380.69 g; W tym cukry: 56.38 g; Błonnik pok.: 25.01 g; Sól: 12.82 g;	Wartość energetyczna: 2557.07 kcal; Białko ogółem: 128.00 g; Tłuszcz: 74.50 g; Kw. tł. nasy.: 28.83 g; Węglowodany ogółem: 366.24 g; W tym cukry: 42.63 g; Błonnik pok.: 49.49 g; Sól: 15.18 g;	Wartość energetyczna: 2768.46 kcal; Białko ogółem: 122.96 g; Tłuszcz: 72.66 g; Kw. tł. nasy.: 28.34 g; Węglowodany ogółem: 416.62 g; W tym cukry: 86.01 g; Błonnik pok.: 26.66 g; Sól: 10.84 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2025-02-03 do dnia 2025-02-16 KUCHNIA ŁÓDŹ

		ŁÓDŹ- ZW 1 Podstawowa	ŁÓDŹ- ZW 2 Łatwo strawna	ŁÓDŹ- ZW P2 Łatwo strawna dziecięca	ŁÓDŹ- ZW 9 Bogatobiałkowa	ŁÓDŹ- ZW 6 Z ogr. łatwo przysw. węglowodanów	ŁÓDŹ- ZW 11/M Oszczędzająca	
2025-02-10 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 ,) Pasta z kurczaka i warzyw + 80 g (SEL ,) Pomidor 80 g Sałata zielona 5 g	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE ,) Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g (GLU PSZ ,) Masło extra 82% 15 g (MLE ,) Pasta z kurczaka i warzyw + 80 g (SEL ,) Pomidor 80 g Sałata zielona 5 g	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE ,) Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g (GLU PSZ ,) Masło extra 82% 15 g (MLE ,) Pasta z kurczaka i warzyw + 100 g (SEL ,) Pomidor 80 g Sałata zielona 5 g	Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Chleb Graham 200 g (GLU PSZ ,) Masło extra 82% 15 g (MLE ,) Pasta z kurczaka i warzyw + 80 g (SEL ,) Pomidor 80 g Sałata zielona 5 g	Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Chleb Graham 200 g (GLU PSZ ,) Masło extra 82% 15 g (MLE ,) Pasta z kurczaka i warzyw + 80 g (SEL ,) Pomidor 80 g Sałata zielona 5 g	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE ,) Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g (GLU PSZ ,) Masło extra 82% 15 g (MLE ,) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 60 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SO2 ,) Bukiet jarzyn gotowany + 50 g (SEL ,)	
	II ŚN				Jabłko 1 szt 1 szt			
	Obiad	Barszcz czerwony z ziemniakami + 350 g (SOJ, MLE, SEL ,) Kokosowy dhał z zieloną soczewicą + 150 g (MLE, GOR ,) Ryż na sypko (brązowy) 200 g Fasolka szparagowa żółta + 75 g Kompot owocowy* z/c 300 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami + 350 g (SOJ, MLE, SEL ,) Gulasz warzywny z tofu (dieta) + 150 g (SOJ, SEL ,) Ryż na sypko 200 g Brokuł gotowany + 75 g Kompot owocowy* z/c 300 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami + 350 g (SOJ, MLE, SEL ,) Kokosowy dhał z zieloną soczewicą + 150 g (MLE, GOR ,) Ryż na sypko (brązowy) 200 g Fasolka szparagowa żółta + 75 g Kompot owocowy* b/c 300 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami + 350 g (SOJ, MLE, SEL ,) Kokosowy dhał z zieloną soczewicą + 150 g (MLE, GOR ,) Ryż na sypko (brązowy) 200 g Fasolka szparagowa żółta + 75 g Kompot owocowy* b/c 300 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami + 350 g (SOJ, MLE, SEL ,) Gulasz warzywny z tofu (dieta) + 150 g (SOJ, SEL ,) Ryż na sypko 200 g Marchew talarki gotowane + 75 g Kompot owocowy* z/c 300 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami + 350 g (SOJ, MLE, SEL ,) Gulasz warzywny z tofu (dieta) + 150 g (SOJ, SEL ,) Ryż na sypko 200 g Marchew talarki gotowane + 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 ,) Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 60 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ ,) 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 ,) Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 60 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ ,) 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 ,) Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 80 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ ,) Sałata zielona 10 g	Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Chleb Graham 200 g (GLU PSZ ,) Masło extra 82% 10 g (MLE ,) Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 60 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ ,) Słupki z marchewki + 80 g Sałata zielona 5 g	Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Chleb Graham 200 g (GLU PSZ ,) Masło extra 82% 10 g (MLE ,) Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 60 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ ,) Kisiel o smaku wiśniowym z/c 150 ml	Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g (GLU PSZ ,) Masło extra 82% 10 g (MLE ,) Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 60 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ ,) Kisiel o smaku wiśniowym z/c 150 ml	
	PN			Sok pomidorowy 0,3l 1 szt	Masło extra 82% 5 g (MLE ,) Sałata zielona 5 g Chleb Graham 30g (GLU PSZ ,) Twaróg półtłusty 20 g (MLE ,)	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt		
		Wartość energetyczna: 2587.52 kcal; Białko ogółem: 81.73 g; Tłuszcz: 67.91 g; Kw. tł. nasy.: 26.97 g; Węglowodany ogółem: 427.64 g; W tym cukry: 66.00 g; Błonnik pok.: 40.61 g; Sól: 15.83 g;	Wartość energetyczna: 2251.48 kcal; Białko ogółem: 79.60 g; Tłuszcz: 58.70 g; Kw. tł. nasy.: 21.24 g; Węglowodany ogółem: 363.58 g; W tym cukry: 66.26 g; Błonnik pok.: 21.87 g; Sól: 11.83 g;	Wartość energetyczna: 2402.53 kcal; Białko ogółem: 84.60 g; Tłuszcz: 61.72 g; Kw. tł. nasy.: 23.03 g; Węglowodany ogółem: 389.50 g; W tym cukry: 85.01 g; Błonnik pok.: 21.90 g; Sól: 12.00 g;	Wartość energetyczna: 2449.00 kcal; Białko ogółem: 89.76 g; Tłuszcz: 64.02 g; Kw. tł. nasy.: 23.30 g; Węglowodany ogółem: 391.52 g; W tym cukry: 85.50 g; Błonnik pok.: 22.31 g; Sól: 12.74 g;	Wartość energetyczna: 2451.32 kcal; Białko ogółem: 99.02 g; Tłuszcz: 73.44 g; Kw. tł. nasy.: 27.10 g; Węglowodany ogółem: 370.75 g; W tym cukry: 39.48 g; Błonnik pok.: 52.04 g; Sól: 12.47 g;	Wartość energetyczna: 2312.16 kcal; Białko ogółem: 78.26 g; Tłuszcz: 56.50 g; Kw. tł. nasy.: 21.67 g; Węglowodany ogółem: 391.84 g; W tym cukry: 89.40 g; Błonnik pok.: 21.42 g; Sól: 12.57 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2025-02-03 do dnia 2025-02-16 KUCHNIA ŁÓDŹ

	ŁÓDŹ- ZW 1 Podstawowa	ŁÓDŹ- ZW 2 Łatwo strawna	ŁÓDŹ- ZW P2 Łatwo strawna dziecięca	ŁÓDŹ- ZW 9 Bogatobiałkowa	ŁÓDŹ- ZW 6 Z ogr. łatwo przysw. węglowodanów	ŁÓDŹ- ZW 11/M Oszczędzająca	
2025-02-11 wtorek	Śniadanie	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (MLE, GLU JĘCZ.) Herbata czarna granulowana z/c 300 ml 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.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 5 g	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (MLE, GLU JĘCZ.) Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Sałata zielona 10 g	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (MLE, GLU JĘCZ.) Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 60 g (SOJ.) Sałata zielona 10 g	Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Chleb Graham 200 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 5 g	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (MLE, GLU JĘCZ.) Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 60 g (SOJ.) Kisiel o smaku truskawkowym z/c 200 ml	
		IIŚN			Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE.)		
2025-02-11 wtorek	Obiad	Zupa jarzynowa z zacierką + 350 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane () 250 g Pulpet wołowo-wieprzowy dieta + 70 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos pietruszkowy + 70 g (SOJ, MLE.) Szpinak gotowany z olejem + 75 g Buraki tarte na ciepło + 75 g Kompot owocowy* z/c 300 ml	Zupa jarzynowa z zacierką + 350 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane () 250 g Pulpet wołowo-wieprzowy dieta + 70 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos pietruszkowy + 70 g (SOJ, MLE.) Szpinak gotowany z olejem + 75 g Buraki tarte na ciepło + 75 g Kompot owocowy* z/c 300 ml	Zupa jarzynowa z zacierką + 350 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane () 250 g Pulpet wołowo-wieprzowy dieta + 140 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos pietruszkowy + 70 g (SOJ, MLE.) Szpinak gotowany z olejem + 75 g Buraki tarte na ciepło + 75 g Kompot owocowy* z/c 300 ml	Zupa jarzynowa z zacierką + 350 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane () 250 g Pulpet wołowo-wieprzowy dieta + 70 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos pietruszkowy + 70 g (SOJ, MLE.) Szyrówka z kapusty białej i czerwonej + 75 g (JAJ, GOR.) Szyrówka z kapusty białej i czerwonej + 75 g (JAJ, GOR.) Szyrówka z kapusty białej i czerwonej + 75 g (JAJ, GOR.) Kompot owocowy* b/c 300 ml	Zupa jarzynowa z zacierką + 350 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane () 250 g Pulpet wołowo-wieprzowy dieta + 70 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos pietruszkowy + 70 g (SOJ, MLE.) Szpinak gotowany z olejem + 75 g Buraki tarte na ciepło + 75 g Kompot owocowy* z/c 300 ml	
		PD		Biszkopty b/ml 30 g (GLU PSZ, JAJ.)	Chleb Graham 30 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Ser żółty 20 g (MLE.)	Serek homo naturalny 150g 1 szt (MLE.)	
2025-02-11 wtorek	Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 150 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Szynka Familijna wieprzowa, z dodatkiem wody i białka wp z połączonych kawałków mięsa 60 g (SOJ, MLE.) Pomidor 80 g Sałata zielona 5 g	Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Szynka Familijna wieprzowa, z dodatkiem wody i białka wp z połączonych kawałków mięsa 60 g (SOJ, MLE.) Pomidor 80 g Sałata zielona 5 g	Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Szynka Familijna wieprzowa, z dodatkiem wody i białka wp z połączonych kawałków mięsa 80 g (SOJ, MLE.) Pomidor 80 g Sałata zielona 5 g	Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Chleb Graham 200 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Szynka Familijna wieprzowa, z dodatkiem wody i białka wp z połączonych kawałków mięsa 60 g (SOJ, MLE.) Pomidor 80 g Sałata zielona 5 g	Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Szynka Familijna wieprzowa, z dodatkiem wody i białka wp z połączonych kawałków mięsa 60 g (SOJ, MLE.) Pasta warzywna + 80 g (SEL.)	
		PN		Jabłko 1 szt 1 szt	Chleb Graham 30 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Kurczak gotowany produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony 20 g Sałata zielona 5 g	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	
		Wartość energetyczna: 2643.39 kcal; Białko ogółem: 86.66 g; Tłuszcz: 73.86 g; Kw. tł. nasy.: 28.90 g; Węglowodany ogółem: 423.89 g; W tym cukry: 77.84 g; Błonnik pok.: 37.27 g; Sól: 16.49 g;	Wartość energetyczna: 2495.90 kcal; Białko ogółem: 85.92 g; Tłuszcz: 77.09 g; Kw. tł. nasy.: 29.64 g; Węglowodany ogółem: 376.68 g; W tym cukry: 80.82 g; Błonnik pok.: 28.01 g; Sól: 12.11 g;	Wartość energetyczna: 2612.90 kcal; Białko ogółem: 88.35 g; Tłuszcz: 79.22 g; Kw. tł. nasy.: 29.64 g; Węglowodany ogółem: 398.58 g; W tym cukry: 80.82 g; Błonnik pok.: 28.01 g; Sól: 12.11 g;	Wartość energetyczna: 2952.84 kcal; Białko ogółem: 117.61 g; Tłuszcz: 105.70 g; Kw. tł. nasy.: 41.90 g; Węglowodany ogółem: 396.37 g; W tym cukry: 81.02 g; Błonnik pok.: 29.77 g; Sól: 15.67 g;	Wartość energetyczna: 2456.80 kcal; Białko ogółem: 109.40 g; Tłuszcz: 83.08 g; Kw. tł. nasy.: 30.08 g; Węglowodany ogółem: 337.64 g; W tym cukry: 21.54 g; Błonnik pok.: 41.68 g; Sól: 15.86 g;	Wartość energetyczna: 2683.98 kcal; Białko ogółem: 86.67 g; Tłuszcz: 77.69 g; Kw. tł. nasy.: 28.39 g; Węglowodany ogółem: 422.71 g; W tym cukry: 112.58 g; Błonnik pok.: 30.20 g; Sól: 14.17 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2025-02-03 do dnia 2025-02-16 KUCHNIA ŁÓDŹ

	ŁÓDŹ- ZW 1 Podstawowa	ŁÓDŹ- ZW 2 Łatwo strawna	ŁÓDŹ- ZW P2 Łatwo strawna dziecięca	ŁÓDŹ- ZW 9 Bogatobiałkowa	ŁÓDŹ- ZW 6 Z ogr. łatwo przysw. węglowodanów	ŁÓDŹ- ZW 11/M Oszczędzająca	
2025-02-12 środa	Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) 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.) Ser topiony 70 g (MLE.) Sałatka z buraków i jabłka (z olejem) b/c + 80 g Sałata zielona 5 g	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Twarożek różany + 80 g (MLE.) Jabłko 1 szt 1 szt Sałata zielona 5 g	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Twarożek różany + 100 g (MLE.) Jabłko 1 szt 1 szt Sałata zielona 5 g	Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Chleb Graham 200 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Twarożek + 80 g (MLE.) Sałatka z buraków i jabłka (z olejem) b/c + 80 g Sałata zielona 5 g	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Twarożek + 80 g (MLE.) Bukiet jarzyn gotowany + 80 g (SEL.)	
		II ŚN			Jabłko 1 szt 1 szt		
	Obiad	Kapuśniak z kapusty kiszzonej + 350 g (GLU PSZ, SOJ, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JECZ.) Udziec z kurczaka wolno gotowany z ziołami + 70 g Sos jarzynowy dieta + 70 g (MLE.) Cukinia gotowana + 75 g Marchew gotowana plastry z olejem + 75 g Kompot owocowy* z/c 300 ml	Zupa ziemniaczana + 350 g (SOJ, MLE, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JECZ.) Udziec z kurczaka wolno gotowany z ziołami + 70 g Sos jarzynowy dieta + 70 g (MLE.) Cukinia gotowana + 75 g Marchew gotowana plastry z olejem + 75 g Kompot owocowy* z/c 300 ml	Zupa ziemniaczana + 350 g (SOJ, MLE, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JECZ.) Udziec z kurczaka wolno gotowany z ziołami + 140 g Sos jarzynowy dieta + 70 g (MLE.) Cukinia gotowana + 75 g Marchew gotowana plastry z olejem + 75 g Kompot owocowy* z/c 300 ml	Zupa ziemniaczana + 350 g (SOJ, MLE, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JECZ.) Udziec z kurczaka wolno gotowany z ziołami + 70 g Sos pieczarkowy + 70 g (MLE.) Surówka z marchwi z olejem b/c + 75 g Cukinia gotowana + 75 g Kompot owocowy* b/c 300 ml	Zupa ziemniaczana + 350 g (SOJ, MLE, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JECZ.) Udziec z kurczaka wolno gotowany z ziołami + 70 g Sos jarzynowy dieta (bez mleka) + 70 g Cukinia gotowana + 75 g Marchew gotowana plastry z olejem + 75 g Kompot owocowy* z/c 300 ml	
		PD		Sok pomarańczowy 0,2L-kartonik 1 szt	Jogurt truskawkowy 100 g 1 szt (MLE.)	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt	
	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.) Domowy paprykarz szczeciński + 80 g (RYB, SOJ.) Sałata zielona 10 g	Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Paprykarz z miruny z warzywami + 80 g (RYB, SOJ, SEL.) 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.) Paprykarz z miruny z warzywami + 100 g (RYB, SOJ, SEL.) Sałata zielona 10 g	Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Chleb Graham 200 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Domowy paprykarz szczeciński + 80 g (RYB, SOJ.) Sałata zielona 10 g	Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Szynka z indykiem drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa parzona 60 g (SOJ.) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	
		PN		Drożdżówka mini 50g 50 g (GLU PSZ, JAJ.)	Szynka z indykiem drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa parzona 20 g (SOJ.) Pomidor 15 g Chleb Graham 30 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.)	Drożdżówka mini 50g 50 g (GLU PSZ, JAJ.)	
	Wartość energetyczna: 2762.85 kcal; Białko ogółem: 87.78 g; Tłuszcz: 86.79 g; Kw. tł. nasy.: 35.15 g; Węglowodany ogółem: 419.30 g; W tym cukry: 64.87 g; Błonnik pok.: 34.55 g; Sól: 14.19 g;	Wartość energetyczna: 2600.30 kcal; Białko ogółem: 93.61 g; Tłuszcz: 70.08 g; Kw. tł. nasy.: 25.40 g; Węglowodany ogółem: 398.23 g; W tym cukry: 91.50 g; Błonnik pok.: 27.77 g; Sól: 9.65 g;	Wartość energetyczna: 2690.30 kcal; Białko ogółem: 94.81 g; Tłuszcz: 70.08 g; Kw. tł. nasy.: 25.40 g; Węglowodany ogółem: 418.23 g; W tym cukry: 111.50 g; Błonnik pok.: 27.77 g; Sól: 9.65 g;	Wartość energetyczna: 2890.82 kcal; Białko ogółem: 119.11 g; Tłuszcz: 81.12 g; Kw. tł. nasy.: 28.72 g; Węglowodany ogółem: 417.22 g; W tym cukry: 101.14 g; Błonnik pok.: 28.49 g; Sól: 10.61 g;	Wartość energetyczna: 2402.35 kcal; Białko ogółem: 94.85 g; Tłuszcz: 70.93 g; Kw. tł. nasy.: 26.83 g; Węglowodany ogółem: 365.72 g; W tym cukry: 41.92 g; Błonnik pok.: 46.56 g; Sól: 14.16 g;	Wartość energetyczna: 2481.07 kcal; Białko ogółem: 91.38 g; Tłuszcz: 64.61 g; Kw. tł. nasy.: 24.37 g; Węglowodany ogółem: 397.55 g; W tym cukry: 82.82 g; Błonnik pok.: 28.97 g; Sól: 11.20 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2025-02-03 do dnia 2025-02-16 KUCHNIA ŁÓDŹ

	ŁÓDŹ- ZW 1 Podstawowa	ŁÓDŹ- ZW 2 Łatwo strawna	ŁÓDŹ- ZW P2 Łatwo strawna dziecięca	ŁÓDŹ- ZW 9 Bogatobiałkowa	ŁÓDŹ- ZW 6 Z ogr. łatwo przysw. węglowodanów	ŁÓDŹ- ZW 11/M Oszczędzająca	
2025-02-13 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>) Połudwica Sopocka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody. 60 g (<u>SOJ, MLE,</u>) Sałatka z soczewicy, pomidora i ogórka kiszzonego+ 80 g (<u>MLE,</u>) Sałata zielona 5 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>) Sałata zielona 10 g Połudwica Sopocka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody. 80 g (<u>SOJ, MLE,</u>)		Kasza manna na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Chleb Graham 200 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Połudwica Sopocka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody. 60 g (<u>SOJ, MLE,</u>) Sałatka z soczewicy, pomidora i ogórka kiszzonego+ 80 g (<u>MLE,</u>) Sałata zielona 5 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>) Sałata zielona 10 g Połudwica Sopocka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody. 60 g (<u>SOJ, MLE,</u>) Mus z jabłek prażonych 150 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>) Sałata zielona 10 g Połudwica Sopocka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody. 80 g (<u>SOJ, MLE,</u>)		Kasza manna na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Chleb Graham 200 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Połudwica Sopocka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody. 60 g (<u>SOJ, MLE,</u>) Sałata zielona 5 g	
	II ŚN					Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<u>MLE,</u>)	
	Obiad	Zupa szpinakowa z ziemniakami + 350 ml (<u>SOJ, SEL,</u>) Makaron 250 g (<u>GLU PSZ,</u>) Sos boloński z wieprzowiną (dieta) + 150 g (<u>SEL,</u>) Kompot owocowy* z/c 300 ml Bukiet warzyw gotowanych + 75 g (<u>SEL,</u>) Surówka z selera i jabłka b/c + 75 g (<u>SEL,</u>)	Zupa szpinakowa z ziemniakami + 350 ml (<u>SOJ, SEL,</u>) Makaron 250 g (<u>GLU PSZ,</u>) Sos boloński z wieprzowiną (dieta) + 150 g (<u>SEL,</u>) Kompot owocowy* z/c 300 ml Bukiet warzyw gotowanych + 75 g Dyńa pieczona + 75 g	Zupa szpinakowa z ziemniakami + 350 ml (<u>SOJ, SEL,</u>) Makaron 250 g (<u>GLU PSZ,</u>) Sos boloński z wieprzowiną (dieta) + 150 g (<u>SEL,</u>) Klopsik wieprzowy pieczony + 70 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>) Kompot owocowy* z/c 300 ml Bukiet warzyw gotowanych + 75 g Dyńa pieczona + 75 g	Zupa szpinakowa z ziemniakami + 350 ml (<u>SOJ, SEL,</u>) Makaron pełnoziarnisty 250 g (<u>GLU PSZ,</u>) Sos boloński z wieprzowiną (dieta) + 150 g (<u>SEL,</u>) Kompot owocowy* b/c 300 ml Bukiet warzyw gotowanych + 75 g Surówka z selera i jabłka b/c + 75 g (<u>SEL,</u>)	Zupa szpinakowa z ziemniakami + 350 ml (<u>SOJ, SEL,</u>) Sos boloński z wieprzowiną (dieta) + 150 g (<u>SEL,</u>) Makaron 250 g (<u>GLU PSZ,</u>) Kompot owocowy* z/c 300 ml Bukiet warzyw gotowanych + 75 g Dyńa pieczona + 75 g	Zupa szpinakowa z ziemniakami + 350 ml (<u>SOJ, SEL,</u>) Sos boloński z wieprzowiną (dieta) + 150 g (<u>SEL,</u>) Makaron 250 g (<u>GLU PSZ,</u>) Kompot owocowy* z/c 300 ml Bukiet warzyw gotowanych + 75 g Dyńa pieczona + 75 g
	PD	Mus z jabłek () z/c 100 g		Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE,</u>) Filet zapiekany drobiowy 20 g (<u>MLE,</u>)	Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ,</u>) Filet zapiekany drobiowy 20 g (<u>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>) Serek Fromage 80 g (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 5 g	Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE,</u>) Twarożek + 80 g (<u>MLE,</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 5 g	Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE,</u>) Twarożek + 100 g (<u>MLE,</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 5 g	Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Chleb Graham 200 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE,</u>) Serek Fromage 80 g (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 5 g	Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE,</u>) Twarożek + 80 g (<u>MLE,</u>) Bukiet jarzyn gotowany + 80 g (<u>SEL,</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>) Baton szynkowy z kurcząt 20 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR,</u>) Sałata zielona 5 g	Sok jabłkowy 100 % 0,2l w kartoniku 1 szt		
	Wartość energetyczna: 2873.08 kcal; Białko ogółem: 93.69 g; Tłuszcz: 87.23 g; Kw. tł. nasy.: 43.28 g; Węglowodany ogółem: 439.28 g; W tym cukry: 87.81 g; Błonnik pok.: 35.35 g; Sól: 14.25 g;	Wartość energetyczna: 2441.72 kcal; Białko ogółem: 96.64 g; Tłuszcz: 60.27 g; Kw. tł. nasy.: 24.64 g; Węglowodany ogółem: 388.13 g; W tym cukry: 89.88 g; Błonnik pok.: 23.27 g; Sól: 10.17 g;	Wartość energetyczna: 2531.67 kcal; Białko ogółem: 97.20 g; Tłuszcz: 60.83 g; Kw. tł. nasy.: 25.20 g; Węglowodany ogółem: 410.06 g; W tym cukry: 94.87 g; Błonnik pok.: 26.07 g; Sól: 10.18 g;	Wartość energetyczna: 2816.20 kcal; Białko ogółem: 126.63 g; Tłuszcz: 80.87 g; Kw. tł. nasy.: 33.61 g; Węglowodany ogółem: 406.14 g; W tym cukry: 90.91 g; Błonnik pok.: 25.08 g; Sól: 12.17 g;	Wartość energetyczna: 2724.38 kcal; Białko ogółem: 108.85 g; Tłuszcz: 97.30 g; Kw. tł. nasy.: 47.33 g; Węglowodany ogółem: 366.93 g; W tym cukry: 42.59 g; Błonnik pok.: 50.09 g; Sól: 14.48 g;	Wartość energetyczna: 2589.19 kcal; Białko ogółem: 100.11 g; Tłuszcz: 60.33 g; Kw. tł. nasy.: 24.65 g; Węglowodany ogółem: 427.39 g; W tym cukry: 130.91 g; Błonnik pok.: 26.23 g; Sól: 10.85 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2025-02-03 do dnia 2025-02-16 KUCHNIA ŁÓDŹ

		ŁÓDŹ- ZW 1 Podstawowa	ŁÓDŹ- ZW 2 Łatwo strawna	ŁÓDŹ- ZW P2 Łatwo strawna dziecięca	ŁÓDŹ- ZW 9 Bogatobiałkowa	ŁÓDŹ- ZW 6 Z ogr. łatwo przysw. węglowodanów	ŁÓDŹ- ZW 11/M Oszczędzająca
2025-02-14 piątek	Śniadanie	Zacierka na napoju sojowym 300 ml (GLU PSZ, SOJ.) Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 150 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Pasta z jaj z koperkiem dieta + 80 g (JAJ, MLE.) Sałata zielona 5 g	Zacierka na napoju sojowym 300 ml (GLU PSZ, SOJ.) Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Pasta z jaj z koperkiem dieta + 80 g (JAJ, MLE.) Sałata zielona 5 g	Zacierka na napoju sojowym 300 ml (GLU PSZ, SOJ.) Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Pasta z jaj z koperkiem dieta + 100 g (JAJ, MLE.) Sałata zielona 5 g	Zacierka na napoju sojowym 300 ml (GLU PSZ, SOJ.) Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Chleb Graham 200 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Pasta z jaj z koperkiem dieta + 80 g (JAJ, MLE.) Pomidor 15 g Sałata zielona 5 g	Zacierka na napoju sojowym 300 ml (GLU PSZ, SOJ.) Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynka Konserwowa drobiowa z dodatkiem surowców wleprzowych z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 60 g (SOJ.) Bukiet jarzyn gotowany + 80 g (SEL.)	
	II ŚN				Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE.)		
	Obiad	Krupnik jęczmienny + 350 ml (SOJ, SEL, GLU JECZ.) Ziemniaki gotowane () 250 g Kotlet z morschuczka + 70 g (GLU PSZ, JAJ, RYB, SOJ.) Surówka z kapusty kiszzonej z ogórkiem i jabłkiem + 75 g Kompot owocowy* z/c 300 ml Warzywa po grecku + 75 g (SEL.)	Krupnik jęczmienny + 350 ml (SOJ, SEL, GLU JECZ.) Ziemniaki gotowane () 250 g Pulpet z morschuczka + 70 g (GLU PSZ, JAJ, RYB.) Warzywa po grecku + 75 g (SEL.) Kompot owocowy* z/c 300 ml Brokuł gotowany + 75 g	Krupnik jęczmienny + 350 ml (SOJ, SEL, GLU JECZ.) Ziemniaki gotowane () 250 g Pulpet z morschuczka + 140 g (GLU PSZ, JAJ, RYB.) Warzywa po grecku + 75 g (SEL.) Kompot owocowy* z/c 300 ml Brokuł gotowany + 75 g	Krupnik jęczmienny + 350 ml (SOJ, SEL, GLU JECZ.) Ziemniaki gotowane () 250 g Pulpet z morschuczka + 70 g (GLU PSZ, JAJ, RYB.) Surówka z kapusty kiszzonej z ogórkiem i jabłkiem + 75 g Kompot owocowy* b/c 300 ml Warzywa po grecku + 75 g (SEL.)	Krupnik jęczmienny + 350 ml (SOJ, SEL, GLU JECZ.) Ziemniaki gotowane () 250 g Pulpet z morschuczka + 70 g (GLU PSZ, JAJ, RYB.) Warzywa po grecku + 75 g (SEL.) Kompot owocowy* z/c 300 ml Brokuł gotowany + 75 g	
	PD		Jogurt truskawkowy 100 g 1 szt (MLE.)	Chleb Graham 30 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Kurczak gotowany produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony 20 g	Surówka z marchwi i jabłka b/c + 100 g		
	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.) Dżem 40 g Twarożek z cynamonem + 40 g (MLE.) Dżem 40 g Pomarańcza 1/2 szt. 1 Por 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.) Dżem 40 g Twarożek z cynamonem + 40 g (MLE.) Jabłko 1 szt 1 szt Sałata zielona 10 g	Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Dżem 40 g Twarożek z cynamonem + 40 g (MLE.) Sałata zielona 10 g Jabłko 1 szt 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Dżem 40 g Twarożek z cynamonem + 100 g (MLE.) Jabłko 1 szt 1 szt Sałata zielona 10 g	Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Chleb Graham 200 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wleprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 60 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ.) Sałata zielona 10 g Pomarańcza 1/2 szt. 1 Por	Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Twarożek z cynamonem + 40 g (MLE.) Dżem 40 g Jabłko pieczone 1szt. 1 szt
	PN		Babka piaskowa 60 g (GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE.)		Szynka Konserwowa drobiowa z dodatkiem surowców wleprzowych z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 20 g (SOJ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Chleb Graham 30 g (GLU PSZ.)	Babka piaskowa 60 g (GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE.)	
	Wartość energetyczna: 2797.43 kcal; Białko ogółem: 86.42 g; Tłuszcz: 73.75 g; Kw. tł. nasy.: 25.26 g; Węglowodany ogółem: 460.01 g; W tym cukry: 97.32 g; Błonnik pok.: 36.28 g; Sól: 12.62 g;	Wartość energetyczna: 2594.07 kcal; Białko ogółem: 89.02 g; Tłuszcz: 67.34 g; Kw. tł. nasy.: 24.55 g; Węglowodany ogółem: 417.26 g; W tym cukry: 102.43 g; Błonnik pok.: 27.04 g; Sól: 8.45 g;	Wartość energetyczna: 2643.37 kcal; Białko ogółem: 91.82 g; Tłuszcz: 69.84 g; Kw. tł. nasy.: 25.43 g; Węglowodany ogółem: 421.08 g; W tym cukry: 97.75 g; Błonnik pok.: 27.34 g; Sól: 8.55 g;	Wartość energetyczna: 2947.72 kcal; Białko ogółem: 123.65 g; Tłuszcz: 80.36 g; Kw. tł. nasy.: 30.34 g; Węglowodany ogółem: 442.47 g; W tym cukry: 107.55 g; Błonnik pok.: 28.95 g; Sól: 10.21 g;	Wartość energetyczna: 2335.21 kcal; Białko ogółem: 92.71 g; Tłuszcz: 66.43 g; Kw. tł. nasy.: 23.36 g; Węglowodany ogółem: 363.17 g; W tym cukry: 39.16 g; Błonnik pok.: 45.77 g; Sól: 13.57 g;	Wartość energetyczna: 2538.25 kcal; Białko ogółem: 87.27 g; Tłuszcz: 57.75 g; Kw. tł. nasy.: 22.08 g; Węglowodany ogółem: 427.95 g; W tym cukry: 106.20 g; Błonnik pok.: 29.83 g; Sól: 9.79 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2025-02-03 do dnia 2025-02-16 KUCHNIA ŁÓDŹ

		ŁÓDŹ- ZW 1 Podstawowa	ŁÓDŹ- ZW 2 Łatwo strawna	ŁÓDŹ- ZW P2 Łatwo strawna dziecięca	ŁÓDŹ- ZW 9 Bogatobiałkowa	ŁÓDŹ- ZW 6 Z ogr. łatwo przysw. węglowodanów	ŁÓDŹ- ZW 11/M Oszczędzająca
2025-02-15 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 makaronowa z warzywami i szynką + 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR.</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 5 g	Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Sałatka makaronowa z warzywami i szynką dieta + 100 g (<u>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% 15 g (<u>MLE</u>) Sałatka makaronowa z warzywami i szynką dieta + 150 g (<u>GLU PSZ, MLE, 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>) Poledwica Sopocka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody. 60 g (<u>SOJ, MLE</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 5 g	Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Poledwica Sopocka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody. 60 g (<u>SOJ, MLE</u>) Cukinia gotowana + 80 g	
	II ŚN				Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<u>MLE</u>)		
	Obiad	Zupa ogórkowa z ziemniakami + 350 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL.</u>) Ryż na sypko 250 g Kociółek z kurczaka meksykański + 150 g (<u>MLE</u>) Sałatka z buraków i jabłka (z olejem) b/c + 75 g Kompot owocowy* z/c 300 ml Surówka z marchwi i jabłka b/c + 75 g	Zupa koperkowa z ziemniakami + 350 ml (<u>SOJ, MLE, SEL.</u>) Ryż na sypko 250 g Potrawka drobiowa + 150 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Buraki gotowane + 75 g Kompot owocowy* z/c 300 ml Marchew gotowana plastry z olejem + 75 g	Zupa koperkowa z ziemniakami + 350 ml (<u>SOJ, MLE, SEL.</u>) Ryż na sypko 250 g Potrawka drobiowa + 150 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Udziec z kurczaka wolno gotowany z ziołami + 70 g Buraki gotowane + 75 g Kompot owocowy* z/c 300 ml Marchew gotowana plastry z olejem + 75 g	Zupa ogórkowa z ziemniakami + 350 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL.</u>) Ryż na sypko (brązowy) 250 g Kociółek z kurczaka meksykański + 150 g (<u>MLE</u>) Sałatka z buraków i jabłka (z olejem) b/c + 75 g Kompot owocowy* b/c 300 ml Surówka z marchwi i jabłka b/c + 75 g	Zupa koperkowa z ziemniakami + 350 ml (<u>SOJ, MLE, SEL.</u>) Ryż na sypko 250 g Potrawka drobiowa + 150 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Buraki gotowane + 75 g Kompot owocowy* z/c 300 ml Marchew gotowana plastry z olejem + 75 g	
	PD		Banan 1szt. 1 szt	Jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>MLE</u>)	Jabłko 1 szt 1 szt		
	Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 150 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Parówki drobiowe (kieł drobno rozdrob. wędzona, parzona 60 g (<u>SOJ</u>) Ketchup 20 g (<u>SEL</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 5 g	Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Szynka luksusowa- wp. grubo rozdrob. wędzona, parzona 60 g (<u>GLU PSZ, SOJ</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 5 g	Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Parówki drobiowe (kieł drobno rozdrob. wędz. parz w osłonce niejadalnej) 80 g (<u>SOJ</u>) Ketchup 20 g (<u>SEL</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 5 g	Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Parówki drobiowe (kieł drobno rozdrob. wędz. parz w osłonce niejadalnej) 120 g (<u>SOJ</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 5 g	Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Chleb Graham 200 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Szynka luksusowa- wp. grubo rozdrob. wędzona, parzona 60 g (<u>GLU PSZ, SOJ</u>) Ketchup 20 g (<u>SEL</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 5 g	Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Szynka luksusowa- wp. grubo rozdrob. wędzona, parzona 60 g (<u>GLU PSZ, SOJ</u>) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt
	PN	Przecier owocowy jabłko-truskawka 120g 1 szt (<u>może zawierać: MLE</u>)				Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Sałata zielona 5 g Ser żółty 20 g (<u>MLE</u>)	Przecier owocowy jabłko-truskawka 120g 1 szt (<u>może zawierać: MLE</u>)
	Wartość energetyczna: 2675.92 kcal; Białko ogółem: 72.13 g; Tłuszcz: 78.50 g; Kw. tł. nasy.: 25.24 g; Węglowodany ogółem: 425.91 g; W tym cukry: 73.69 g; Błonnik pok.: 33.10 g; Sól: 15.02 g;	Wartość energetyczna: 2302.16 kcal; Białko ogółem: 71.27 g; Tłuszcz: 59.75 g; Kw. tł. nasy.: 19.66 g; Węglowodany ogółem: 380.00 g; W tym cukry: 69.89 g; Błonnik pok.: 24.62 g; Sól: 10.95 g;	Wartość energetyczna: 2646.54 kcal; Białko ogółem: 75.13 g; Tłuszcz: 73.50 g; Kw. tł. nasy.: 23.85 g; Węglowodany ogółem: 430.78 g; W tym cukry: 110.91 g; Błonnik pok.: 28.74 g; Sól: 11.96 g;	Wartość energetyczna: 2800.69 kcal; Białko ogółem: 101.58 g; Tłuszcz: 92.82 g; Kw. tł. nasy.: 28.68 g; Węglowodany ogółem: 399.27 g; W tym cukry: 75.44 g; Błonnik pok.: 25.57 g; Sól: 13.62 g;	Wartość energetyczna: 2467.44 kcal; Białko ogółem: 94.47 g; Tłuszcz: 69.90 g; Kw. tł. nasy.: 29.92 g; Węglowodany ogółem: 376.84 g; W tym cukry: 60.22 g; Błonnik pok.: 49.13 g; Sól: 14.30 g;	Wartość energetyczna: 2261.85 kcal; Białko ogółem: 75.50 g; Tłuszcz: 54.87 g; Kw. tł. nasy.: 20.19 g; Węglowodany ogółem: 377.76 g; W tym cukry: 81.74 g; Błonnik pok.: 25.69 g; Sól: 11.48 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2025-02-03 do dnia 2025-02-16 KUCHNIA ŁÓDŹ

	ŁÓDŹ- ZW 1 Podstawowa	ŁÓDŹ- ZW 2 Łatwo strawna	ŁÓDŹ- ZW P2 Łatwo strawna dziecięca	ŁÓDŹ- ZW 9 Bogatobiałkowa	ŁÓDŹ- ZW 6 Z ogr. łatwo przysw. węglowodanów	ŁÓDŹ- ZW 11/M Oszczędzająca
2025-02-16 niedziela	Śniadanie	Kawa zbożowa z mlekiem z/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 150 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 15 g (MLE) Serek a'la homogenizowany o smaku waniliowym + 80 g (MLE) Jabłko 1 szt 1 szt Sałata zielona 5 g	Kawa zbożowa z mlekiem z/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Bułka pszenna długa krojona 150 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 15 g (MLE) Serek a'la homogenizowany o smaku waniliowym + 80 g (MLE) Jabłko 1 szt 1 szt Sałata zielona 5 g	Kawa zbożowa z mlekiem z/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Bułka pszenna długa krojona 150 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 15 g (MLE) Serek a'la homogenizowany o smaku waniliowym + 100 g (MLE) Jabłko 1 szt 1 szt Sałata zielona 5 g	Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Chleb Graham 200 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 15 g (MLE) Serek twarogowy homogenizowany + 80 g (MLE) Jabłko 1 szt 1 szt Sałata zielona 5 g	Kawa zbożowa z mlekiem z/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Bułka pszenna długa krojona 150 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 15 g (MLE) Serek a'la homogenizowany o smaku waniliowym + 80 g (MLE) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt
		II ŚN			Sałatka szwedzka + 100 g (GOR)	
2025-02-16 niedziela	Obiad	Zupa pieczarkowa z makaronem + 350 g (GLUPSZ, SOJ, MLE, SEL) Ziemniaki gotowane () 250 g Kotlet schabowy panierowany + 70 g (GLU PSZ, JAJ) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem + 75 g Kompot owocowy* z/c 300 ml Fasolka szparagowa zielona + 75 g	Zupa marchewkowa z zacierką + 350 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL) Ziemniaki gotowane () 250 g Schab gotowany + 70 g Sos własny dieta + 70 g (SOJ) Fasolka szparagowa zielona + 75 g Kompot owocowy* z/c 300 ml Bukiet jarzyn gotowany + 75 g (SEL)	Zupa marchewkowa z zacierką + 350 g (GLUPSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL) Ziemniaki gotowane () 250 g Schab gotowany + 140 g Sos własny dieta + 70 g (SOJ) Fasolka szparagowa zielona + 75 g Kompot owocowy* z/c 300 ml Bukiet jarzyn gotowany + 75 g (SEL)	Zupa pieczarkowa z makaronem + 350 g (GLUPSZ, SOJ, MLE, SEL) Ziemniaki gotowane () 250 g Schab gotowany + 70 g Sos własny dieta + 70 g (SOJ) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem + 75 g Kompot owocowy* b/c 300 ml Fasolka szparagowa zielona + 75 g	Zupa marchewkowa z zacierką + 350 g (GLUPSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL) Ziemniaki gotowane () 250 g Schab gotowany + 70 g Sos własny dieta + 70 g (SOJ) Fasolka szparagowa zielona + 75 g Kompot owocowy* z/c 300 ml Bukiet jarzyn gotowany + 75 g (SEL)
		PD		Chrupki kukurydziane 25 g	Jogurt truskawkowy 100g 1 szt (MLE)	Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE)
2025-02-16 niedziela	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) Połędwica z Majerankiem, drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, parzona 60 g (SOJ) Pomidor 80 g Sałata zielona 5 g	Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Połędwica z Majerankiem, drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, parzona 60 g (SOJ) Pomidor 80 g Sałata zielona 5 g	Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Połędwica z Majerankiem, drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, parzona 80 g (SOJ) Pomidor 80 g Sałata zielona 5 g	Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Chleb Graham 200 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Połędwica z Majerankiem, drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, parzona 60 g (SOJ) Pomidor 80 g Sałata zielona 5 g	Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Połędwica z Majerankiem, drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, parzona 60 g (SOJ) Pasta warzywna + 80 g (SEL)
		PN	Sok pomarańczowy 0,2L-kartonik 1 szt			Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 20 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ) Sałata zielona 5 g Chleb Graham 30 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 5 g (MLE)
	Wartość energetyczna: 2454.78 kcal; Białko ogółem: 84.73 g; Tłuszcz: 49.15 g; Kw. tł. nasy.: 22.25 g; Węglowodany ogółem: 432.88 g; W tym cukry: 93.39 g; Błonnik pok.: 34.84 g; Sól: 12.45 g;	Wartość energetyczna: 2335.52 kcal; Białko ogółem: 93.07 g; Tłuszcz: 47.90 g; Kw. tł. nasy.: 22.60 g; Węglowodany ogółem: 392.44 g; W tym cukry: 100.09 g; Błonnik pok.: 26.75 g; Sól: 9.89 g;	Wartość energetyczna: 2426.27 kcal; Białko ogółem: 95.29 g; Tłuszcz: 48.65 g; Kw. tł. nasy.: 22.68 g; Węglowodany ogółem: 412.17 g; W tym cukry: 100.09 g; Błonnik pok.: 28.65 g; Sól: 9.90 g;	Wartość energetyczna: 2598.23 kcal; Białko ogółem: 123.91 g; Tłuszcz: 55.76 g; Kw. tł. nasy.: 25.86 g; Węglowodany ogółem: 409.59 g; W tym cukry: 107.08 g; Błonnik pok.: 27.07 g; Sól: 11.06 g;	Wartość energetyczna: 2379.49 kcal; Białko ogółem: 106.91 g; Tłuszcz: 63.57 g; Kw. tł. nasy.: 25.52 g; Węglowodany ogółem: 365.48 g; W tym cukry: 41.57 g; Błonnik pok.: 45.05 g; Sól: 12.67 g;	Wartość energetyczna: 2389.01 kcal; Białko ogółem: 93.66 g; Tłuszcz: 52.01 g; Kw. tł. nasy.: 22.85 g; Węglowodany ogółem: 396.94 g; W tym cukry: 101.63 g; Błonnik pok.: 29.01 g; Sól: 10.53 g;

Oznaczenia alergenów:

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

Oznaczenia wskaźników odż.:

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