

	ŁÓDŹ- WWCOiT Podstawowa	ŁÓDŹ- WWCOiT Łatwo strawna	ŁÓDŹ- WWCOiT Cukrzycowa	ŁÓDŹ- WWCOiT Niskotłuszczowa	ŁÓDŹ- WWCOiT Bogatobiałkowa	ŁÓDŹ- WWCOiT Cukrzyca bogatobiałkowa	
2024-01-03 środa	Śniadanie	Ryż na mleku 300 ml (<u>MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Chleb Graham 60 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Serek homo. naturalny 100 g (<u>MLE</u>) Jabłko 1 szt 1 szt (.) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>) Miód (25g) 1 szt (.)	Ryż na mleku 300 ml (<u>MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Bułka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Serek homo. naturalny 100 g (<u>MLE</u>) Serek homo. naturalny 100 g (<u>MLE</u>) Jabłko 1 szt 1 szt (.) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>) Miód (25g) 1 szt (.)	Ryż na wywarze jarzynowym () 300 ml (<u>SEL</u>) Chleb Graham 150 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Serek homo. naturalny 100 g (<u>MLE</u>) Jabłko 1 szt 1 szt (.) Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml (.)	Ryż na mleku 300 ml (<u>MLE</u>) Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Serek homo. naturalny 100 g (<u>MLE</u>) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt (.) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml (.) Miód (25g) 1 szt (.)	Ryż na mleku 300 ml (<u>MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Bułka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Szyńska Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (<u>SOJ</u>) Serek homo. naturalny 100 g (<u>MLE</u>) Jabłko 1 szt 1 szt (.) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>) Miód (25g) 1 szt (.)	Ryż na mleku 300 ml (<u>MLE</u>) Chleb Graham 150 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Serek homo. naturalny 100 g (<u>MLE</u>) Szyńska Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (<u>SOJ</u>) Jabłko 1 szt 1 szt (.) Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml (.)
	II ŚN		Pomarańcza 150 g (.)			Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<u>MLE</u>)	
	Obiad	Grysikowa () 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Ziemniaki z koperkiem () 200 g (.) Gyros z kurczaka 100 g (<u>GOR</u>) Fasolka szparagowa z bułką tartą i z olejem * 200 g (<u>GLU PSZ</u>) Kompot owocowy* z/c 250 ml (.)	Grysikowa () 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Ziemniaki z koperkiem () 200 g (.) Mięso drobiowe pieczone z udźca kurczaka 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Sos ziołowy () 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Dymna duszona z olejem* 200 g (<u>GLU PSZ</u>) Kompot owocowy* z/c 250 ml (.)	Grysikowa () 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Ziemniaki z koperkiem () 200 g (.) Gyros z kurczaka 100 g (<u>GOR</u>) Sos ziołowy () 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Fasolka szparagowa z bułką tartą i z olejem * 200 g (<u>GLU PSZ</u>) Kompot owocowy* b/c 250 ml (.)	Grysikowa () 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Ziemniaki z koperkiem () 200 g (.) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g (.) Sos ziołowy () 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Dymna duszona z olejem* 200 g (<u>GLU PSZ</u>) Kompot owocowy* z/c 250 ml (.)	Grysikowa () 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Ziemniaki z koperkiem () 200 g (.) Pieczeń rzymska drobiowa 60 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Mięso drobiowe pieczone z udźca kurczaka 60 g (<u>GLU PSZ</u>) Sos ziołowy () 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Fasolka szparagowa z bułką tartą i z olejem * 200 g (<u>GLU PSZ</u>) Kompot owocowy* z/c 250 ml (.)	Grysikowa () 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Ziemniaki z koperkiem () 200 g (.) Gyros z kurczaka 100 g (<u>GOR</u>) Mięso drobiowe pieczone z udźca kurczaka 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Sos ziołowy () 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Fasolka szparagowa z bułką tartą i z olejem * 200 g (<u>GLU PSZ</u>) Kompot owocowy* b/c 250 ml (.)
	PD			Surówka wykwinтна z olejem b/c 100 g (<u>JAJ, GOR</u>)		Surówka wykwinтна z olejem b/c 100 g (<u>JAJ, GOR</u>)	
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Chleb Graham 60 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Paszтет Ciechanowski-Paszтет drobiowy z dodatkami surowcow wierzpnych pieczony 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE</u>) Pomidor 100 g (.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml (.) Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<u>MLE</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Bułka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Baton szynkowy z kurczak 50 g (.) Baton szynkowy z kurczak 50 g (.) Pomidor 100 g (.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml (.) Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<u>MLE</u>)	Chleb Graham 150 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Baton szynkowy z kurczak 50 g (.) Pomidor 100 g (.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml (.) Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<u>MLE</u>)	Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Baton szynkowy z kurczak 50 g (.) Dżem 50 g (.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml (.) Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<u>MLE</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Bułka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Baton szynkowy z kurczak 50 g (.) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>) Pomidor 100 g (.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml (.) Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<u>MLE</u>)	Chleb Graham 150 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Baton szynkowy z kurczak 50 g (.) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>) Pomidor 100 g (.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml (.)
	PN	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Szyńska Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 20 g (<u>SOJ</u>) Salata zielona 5 g (.)	Szyńska Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 20 g (<u>SOJ</u>) Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Salata zielona 5 g (.)	Szyńska Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 20 g (<u>SOJ</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Salata zielona 5 g (.)	Bułka pszenna długa krojona 30 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Szyńska Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 20 g (<u>SOJ</u>) Salata zielona 5 g (.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Szyńska Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 20 g (<u>SOJ</u>) Salata zielona 5 g (.)	Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Szyńska Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 20 g (<u>SOJ</u>) Salata zielona 5 g (.)
	E: 2739.16 kcal; B: 110.08 g; T: 81.62 g; Kw. tł. nasy.: 32.55 g; W: 405.77 g;	E: 2775.04 kcal; B: 109.70 g; T: 73.12 g; Kw. tł. nasy.: 30.18 g; W: 428.68 g;	E: 2468.09 kcal; B: 105.29 g; T: 82.68 g; Kw. tł. nasy.: 26.46 g; W: 348.09 g;	E: 2745.67 kcal; B: 108.74 g; T: 68.08 g; Kw. tł. nasy.: 28.10 g; W: 432.67 g;	E: 2924.96 kcal; B: 129.39 g; T: 79.56 g; Kw. tł. nasy.: 31.79 g; W: 436.78 g;	E: 2859.93 kcal; B: 154.13 g; T: 104.47 g; Kw. tł. nasy.: 33.22 g; W: 347.24 g;	

	ŁÓDŹ- WWCOIT Podstawowa	ŁÓDŹ- WWCOIT Łatwo strawna	ŁÓDŹ- WWCOIT Cukrzycowa	ŁÓDŹ- WWCOIT Niskotłuszczowa	ŁÓDŹ- WWCOIT Bogatobiałkowa	ŁÓDŹ- WWCOIT Cukrzyca bogatobiałkowa	
2024-01-04 czwartek	Śniadanie	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE ,) Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (GLU PSZ, GLU ŻYT ,) Chleb Graham 60 g (GLU PSZ ,) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE ,) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 30 g (może zawierać: MLE, GOR ,) Sałatka z ciecierzycy, pomidora i ogórka kiszzonego 100 g (.) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ ,) Miód (25g) 1 szt (.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (GLU PSZ, GLU ŻYT ,) Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ ,) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE ,) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (może zawierać: MLE, GOR ,) Pomidor 100 g (.) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ ,) Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE ,) Miód (25g) 1 szt (.)	Chleb Graham 150 g (GLU PSZ ,) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE ,) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 30 g (może zawierać: MLE, GOR ,) Sałatka z ciecierzycy, pomidora i ogórka kiszzonego 100 g (.) Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml (.) Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym (.) 300 ml (SEL ,)	Bułka pszenna długa krojona 150 g (GLU PSZ ,) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE ,) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (może zawierać: MLE, GOR ,) Bukiet jarzyn gotowany z olejem (.) 100 g (SEL ,) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml (.) Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE ,) Miód (25g) 1 szt (.)	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE ,) Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (GLU PSZ, GLU ŻYT ,) Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ ,) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE ,) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (może zawierać: MLE, GOR ,) Sałatka z ciecierzycy, pomidora i ogórka kiszzonego 100 g (.) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ ,) Miód (25g) 1 szt (.)	Chleb Graham 150 g (GLU PSZ ,) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE ,) Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (GLU PSZ, GLU ŻYT ,) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (może zawierać: MLE, GOR ,) Sałatka z ciecierzycy, pomidora i ogórka kiszzonego 100 g (.) Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml (.) Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE ,)
	II ŚN		jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE ,)			jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE ,)	
	Obiad	Barszcz czerwony z ziemniakami (.) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL ,) Makaron z sosem mięsno-warzywnym, z miesa wieprzowego (.) 300 g (GLU PSZ, SEL ,) Surówka Coleslaw (.) 200 g (JAJ, MLE, GOR ,) Kompot owocowy* z/c 250 ml (.)	Barszcz czerwony z ziemniakami (.) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL ,) Makaron z sosem mięsno-warzywnym, z miesa wieprzowego (.) 300 g (GLU PSZ, SEL ,) Brokuł gotowany* 200 g (.) Kompot owocowy* z/c 250 ml (.)	Barszcz czerwony z ziemniakami (.) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL ,) Makaron (pełnoziarnisty) z sosem mięsno-warzywnym, z miesa wieprzowego (.) 300 g (GLU PSZ, SEL ,) Surówka Coleslaw b/c (.) 200 g (JAJ, MLE, GOR ,) Kompot owocowy* b/c 250 ml (.)	Barszcz czerwony z ziemniakami (.) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL ,) Makaron 200 g (GLU PSZ ,) Pulpet wieprzowy 120 g (GLU PSZ, JAJ ,) Sos własny (.) 80 ml (GLU PSZ, SEL ,) Marchew gotowana z olejem (.) 200 g (.) Kompot owocowy* z/c 250 ml (.)	Barszcz czerwony z ziemniakami (.) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL ,) Makaron z sosem mięsno-warzywnym, z miesa wieprzowego (.) 300 g (GLU PSZ, SEL ,) Pulpet wieprzowy 120 g (GLU PSZ, JAJ ,) Brokuł gotowany* 200 g (.) Kompot owocowy* z/c 250 ml (.)	Barszcz czerwony z ziemniakami (.) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL ,) Makaron (pełnoziarnisty) z sosem mięsno-warzywnym, z miesa wieprzowego (.) 300 g (GLU PSZ, SEL ,) Pulpet wieprzowy 120 g (GLU PSZ, JAJ ,) Surówka Coleslaw b/c (.) 200 g (JAJ, MLE, GOR ,) Kompot owocowy* b/c 250 ml (.)
	PD			Jabłko 1 szt 1 szt (.)		Jabłko 1 szt 1 szt (.)	
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (GLU PSZ, GLU ŻYT ,) Chleb Graham 60 g (GLU PSZ ,) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE ,) Knedle z truskawkami * 200 g (GLU PSZ ,) jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE ,) Herbata miętowa ekspresowa z/c 250 ml (.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (GLU PSZ, GLU ŻYT ,) Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ ,) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE ,) Knedle z truskawkami * 200 g (GLU PSZ ,) jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE ,) Herbata miętowa ekspresowa z/c 250 ml (.)	Chleb Graham 150 g (GLU PSZ ,) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE ,) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g (.) Cukinia pieczona z olejem * 100 g (.) Herbata miętowa ekspresowa b/c 250 ml (.)	Bułka pszenna długa krojona 150 g (GLU PSZ ,) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE ,) Knedle z truskawkami * 200 g (GLU PSZ ,) Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml (.) Herbata miętowa ekspresowa z/c 250 ml (.) jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE ,)	Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (GLU PSZ, GLU ŻYT ,) Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ ,) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE ,) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g (.) Knedle z truskawkami * 200 g (GLU PSZ ,) jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE ,) Herbata miętowa ekspresowa z/c 250 ml (.)	Chleb Graham 150 g (GLU PSZ ,) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE ,) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g (.) Ser żółty 50 g (MLE ,) Cukinia pieczona z olejem * 100 g (.) Herbata miętowa ekspresowa b/c 250 ml (.)
	PN	Banan 1szt. 1 szt (.) Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 15 g (.)		Chleb Graham 30 g (GLU PSZ ,) Masło extra 82% 5 g (MLE ,) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ ,)	Banan 1szt. 1 szt (.) Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 15 g (.)		Chleb Graham 30 g (GLU PSZ ,) Masło extra 82% 5 g (MLE ,) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ ,)
		E: 3142.90 kcal; B: 91.05 g; T: 76.20 g; Kw. tł. nasy.: 27.85 g; W: 540.75 g;	E: 2997.77 kcal; B: 91.97 g; T: 64.07 g; Kw. tł. nasy.: 26.90 g; W: 529.57 g;	E: 2483.61 kcal; B: 94.63 g; T: 81.91 g; Kw. tł. nasy.: 27.60 g; W: 360.01 g;	E: 3386.27 kcal; B: 107.29 g; T: 77.14 g; Kw. tł. nasy.: 28.28 g; W: 586.17 g;	E: 3485.10 kcal; B: 135.23 g; T: 88.69 g; Kw. tł. nasy.: 32.54 g; W: 550.74 g;	E: 3136.21 kcal; B: 148.91 g; T: 119.90 g; Kw. tł. nasy.: 45.44 g; W: 384.06 g;

	ŁÓDŹ- WWCOIT Podstawowa	ŁÓDŹ- WWCOIT Łatwo strawna	ŁÓDŹ- WWCOIT Cukrzycowa	ŁÓDŹ- WWCOIT Niskotłuszczowa	ŁÓDŹ- WWCOIT Bogatobiałkowa	ŁÓDŹ- WWCOIT Cukrzyca bogatobiałkowa		
2024-01-05, piątek	Śniadanie	Zacierka na mleku 300 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE) Ciasto drożdżowe 60 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, SO2) Mandarynka 1 szt (.) Powidła śliwkowe 50 g (.) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ) Miód (25g) 1 szt (.)	Zacierka na mleku 300 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE) Ciasto drożdżowe 60 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, SO2) Dżem. 50 g (.) Jabłko 1 szt 1 szt (.) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ) Miód (25g) 1 szt (.)	Zacierka na wywarze jarzynowym (.) 300 ml (GLU PSZ, JAJ, SEL) Chleb Graham 150 g (GLU PSZ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE) Twaróg półtłusty 100 g (MLE) Mandarynka 1 szt (.) Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml (.)	Zacierka na mleku 300 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE) Bułka pszenna długa krojona 90 g (GLU PSZ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE) Ciasto drożdżowe 60 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, SO2) Jabłko pieczone 1 szt. 1 szt (.) Dżem. 50 g (.) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml (.) Miód (25g) 1 szt (.)	Zacierka na mleku 300 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE) Ciasto drożdżowe 60 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, SO2) Twaróg półtłusty 100 g (MLE) Dżem. 50 g (.) Mandarynka 1 szt (.) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ) Miód (25g) 1 szt (.)	Zacierka na mleku 300 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE) Chleb Graham 150 g (GLU PSZ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE) Twaróg półtłusty 100 g (MLE) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (SOJ) Mandarynka 1 szt (.) Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml (.)	
		II SN		jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE)			jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE)	
		Obiad	Kalafiolorowa z ryżem (.) 400 ml (MLE, SEL) Ziemniaki z koperkiem (.) 200 g (.) Dorsz panierowany 120 g (GLU PSZ, JAJ, RYB) Surówka z kapusty kiszzonej z olejem (.) 200 g (.) Kompot owocowy* z/c 250 ml (.)	Ryżowa (.) 400 ml (MLE, SEL) Ziemniaki z koperkiem (.) 200 g (.) Ryba gotowana (Dorsz) 120 g (RYB) Warzywa po grecku (.) 200 g (GLU PSZ, SEL) Kompot owocowy* z/c 250 ml (.)	Kalafiolorowa z ryżem (.) 400 ml (MLE, SEL) Ziemniaki z koperkiem (.) 200 g (.) Ryba gotowana (Dorsz) 120 g (RYB) Surówka z kapusty kiszzonej z olejem b/c (.) 200 g (.) Kompot owocowy* b/c 250 ml (.)	Ryżowa (.) 400 ml (MLE, SEL) Ziemniaki z koperkiem (.) 200 g (.) Ryba gotowana (Dorsz) 120 g (RYB) Warzywa po grecku (.) 200 g (GLU PSZ, SEL) Kompot owocowy* z/c 250 ml (.)	Kalafiolorowa z ryżem (.) 400 ml (MLE, SEL) Ziemniaki z koperkiem (.) 200 g (.) Dorsz panierowany 120 g (GLU PSZ, JAJ, RYB) Ryba gotowana (Dorsz) 120 g (RYB) Warzywa po grecku (.) 200 g (GLU PSZ, SEL) Kompot owocowy* z/c 250 ml (.)	Kalafiolorowa z ryżem (.) 400 ml (MLE, SEL) Ziemniaki z koperkiem (.) 200 g (.) Dorsz panierowany 120 g (GLU PSZ, JAJ, RYB) Ryba gotowana (Dorsz) 120 g (RYB) Surówka z kapusty kiszzonej z olejem b/c (.) 200 g (.) Kompot owocowy* b/c 250 ml (.)
			PD		Surówka z selera i jabłka b/c (.) 100 g (MLE, SEL)			Surówka z selera i jabłka b/c (.) 100 g (MLE, SEL)
Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Chleb Graham 60 g (GLU PSZ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 100 g (JAJ, MLE) Papryka konserwowa 100 g (.) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml (.) Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE)	Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 100 g (JAJ, MLE) Brokuł gotowany* 100 g (.) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml (.) Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE)	Chleb Graham 150 g (GLU PSZ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 100 g (JAJ, MLE) Papryka konserwowa 100 g (.) Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml (.)	Bułka pszenna długa krojona 150 g (GLU PSZ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE) Baton szynkowy z kurcząt 50 g (.) może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml (.) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml (.) Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE)	Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 100 g (JAJ, MLE) Baton szynkowy z kurcząt 50 g (.) może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR Papryka konserwowa 100 g (.) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml (.) Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE)	Chleb Graham 150 g (GLU PSZ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 100 g (JAJ, MLE) Baton szynkowy z kurcząt 50 g (.) może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR Papryka konserwowa 100 g (.) Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml (.)		
	FN	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Ser zółty 20 g (MLE) Masło extra 82% 5 g (MLE) Salata zielona 5 g (.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 20 g (.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Salata zielona 5 g (.)	Chleb Graham 30 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 5 g (MLE) Ser zółty 20 g (MLE) Salata zielona 5 g (.)	Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 20 g (.) Masło extra 82% 5 g (MLE)	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Ser zółty 20 g (MLE) Masło extra 82% 5 g (MLE) Salata zielona 5 g (.)	Chleb Graham 30 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 5 g (MLE) Ser zółty 20 g (MLE) Salata zielona 5 g (.)	
	E: 3117.68 kcal; B: 103.37 g; T: 106.88 g; Kw. tł. nasy.: 39.06 g; W: 449.07 g;	E: 2921.76 kcal; B: 108.12 g; T: 74.18 g; Kw. tł. nasy.: 33.00 g; W: 469.92 g;	E: 2364.02 kcal; B: 117.21 g; T: 78.70 g; Kw. tł. nasy.: 35.20 g; W: 319.94 g;	E: 2892.41 kcal; B: 99.74 g; T: 66.73 g; Kw. tł. nasy.: 27.80 g; W: 486.43 g;	E: 3524.18 kcal; B: 158.52 g; T: 112.28 g; Kw. tł. nasy.: 41.60 g; W: 484.10 g;	E: 3018.41 kcal; B: 167.87 g; T: 112.59 g; Kw. tł. nasy.: 40.00 g; W: 356.79 g;		

	ŁÓDŹ- WWCOiT Podstawowa	ŁÓDŹ- WWCOiT Łatwo strawna	ŁÓDŹ- WWCOiT Cukrzycowa	ŁÓDŹ- WWCOiT Niskotłuszczowa	ŁÓDŹ- WWCOiT Bogatobiałkowa	ŁÓDŹ- WWCOiT Cukrzyca bogatobiałkowa	
2024-01-06 sobota	Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb Graham 60 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Sałatka z ryżu, brokułów i wędliny drob wp () 100 g (<u>JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Poledwica Sopocka wiewprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody. 30 g (<u>SOJ, MLE.</u>) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Miód (25g) 1 szt (.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g (.) Sałatka zielona 10 g (.) Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml (.) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 90 g (<u>SEL.</u>)	Chleb Graham 150 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g (.) Sałata zielona 10 g (.) Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml (.) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 90 g (<u>SEL.</u>)	Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g (.) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 100 g (<u>SEL.</u>) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml (.) Miód (25g) 1 szt (.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Sałatka z ryżu, brokułów i wędliny drob wp () 100 g (<u>JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g (.) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g (.) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Miód (25g) 1 szt (.)	Chleb Graham 150 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Sałatka z ryżu, brokułów i wędliny drob wp () 100 g (<u>JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g (.) Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml (.)
	II ŚN		Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)			Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)	
	Obiad	Ogórkowa z ziemniakami () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Kasza gryczana 200 g (.) Gulasz z żołądków drobiowych* 150 g (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g (.) Kompot owocowy* z/c 250 ml (.)	Ziemniaczana () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JECZ.</u>) Potrawka drobiowa () 150 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Buraczki gotowane drobno tarte () 200 g (.) Kompot owocowy* z/c 250 ml (.)	Ogórkowa z ziemniakami () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Kasza gryczana 200 g (.) Potrawka drobiowa () 150 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g (.) Kompot owocowy* b/c 250 ml (.)	Ziemniaczana () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JECZ.</u>) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g (.) Sos koperkowy () 80 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Marchew gotowana z olejem () 200 g (.) Kompot owocowy* z/c 250 ml (.)	Ogórkowa z ziemniakami () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JECZ.</u>) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g (.) Potrawka drobiowa () 150 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Buraczki gotowane drobno tarte () 200 g (.) Kompot owocowy* z/c 250 ml (.)	Ogórkowa z ziemniakami () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JECZ.</u>) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g (.) Potrawka drobiowa () 150 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g (.) Kompot owocowy* b/c 250 ml (.)
	PD			Sok pomidorowy 0,3l 1 szt (.)			Sok pomidorowy 0,3l 1 szt (.)
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb Graham 60 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Fasolka po bretońsku 150 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Pomidor 100 g (.) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml (.) jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>MLE.</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (<u>SOJ.</u>) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (<u>SOJ.</u>) Pomidor 100 g (.) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml (.) jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>MLE.</u>)	Chleb Graham 150 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (<u>SOJ.</u>) Pomidor 100 g (.) Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml (.) jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>MLE.</u>)	Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (<u>SOJ.</u>) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt (.) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml (.) jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>MLE.</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Pasztet z soczewicy () 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (<u>SOJ.</u>) Pomidor 100 g (.) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml (.) jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>MLE.</u>)	Chleb Graham 150 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (<u>SOJ.</u>) Pasztet z soczewicy () 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Pomidor 100 g (.) Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml (.) jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>MLE.</u>)
	PN	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (<u>MLE.</u>) Biszkopty b/m 15 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ.</u>)		Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Twaróg półtłusty 20 g (<u>MLE.</u>)	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (<u>MLE.</u>) Biszkopty b/m 15 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ.</u>)		Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ,</u>) Twaróg półtłusty 20 g (<u>MLE.</u>)
	E: 2729.43 kcal; B: 94.72 g; T: 85.65 g; Kw. tł. nasy.: 30.74 g; W: 412.70 g;	E: 2478.16 kcal; B: 92.77 g; T: 57.89 g; Kw. tł. nasy.: 25.39 g; W: 413.56 g;	E: 2326.61 kcal; B: 113.24 g; T: 75.24 g; Kw. tł. nasy.: 26.11 g; W: 322.20 g;	E: 2542.23 kcal; B: 97.47 g; T: 64.09 g; Kw. tł. nasy.: 24.62 g; W: 412.96 g;	E: 3054.75 kcal; B: 136.02 g; T: 88.13 g; Kw. tł. nasy.: 30.35 g; W: 446.59 g;	E: 2917.65 kcal; B: 152.27 g; T: 102.69 g; Kw. tł. nasy.: 30.77 g; W: 369.81 g;	

	ŁÓDŹ- WWCOIT Podstawowa	ŁÓDŹ- WWCOIT Łatwo strawna	ŁÓDŹ- WWCOIT Cukrzycowa	ŁÓDŹ- WWCOIT Niskotłuszczowa	ŁÓDŹ- WWCOIT Bogatobiałkowa	ŁÓDŹ- WWCOIT Cukrzyca bogatobiałkowa	
2024-01-07 niedziela	Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 60 g (GLU PSZ, MLE.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Ser żółty 50 g (MLE.) Pomidor 100 g (.) Kakao z mlekiem 250 ml (MLE.) Miód (25g) 1 szt (.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ, MLE.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Twarożek z ziołami 100 g (MLE.) Pomidor 100 g (.) Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml (.)	Chleb Graham 150 g (GLU PSZ, MLE.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Twarożek z ziołami 100 g (MLE.) Pomidor 100 g (.) Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml (.)	Bułka pszenna długa krojona 150 g (GLU PSZ, MLE.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (może zawierać: MLE, GOR.) Miód (25g) 1 szt (.) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml (.) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt (.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ, MLE.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Twarożek z ziołami 100 g (MLE.) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (może zawierać: MLE, GOR.) Pomidor 100 g (.) Kakao z mlekiem 250 ml (MLE.) Miód (25g) 1 szt (.)	Chleb Graham 150 g (GLU PSZ, MLE.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Twarożek z ziołami 100 g (MLE.) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (może zawierać: MLE, GOR.) Pomidor 100 g (.) Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml (.)
		II ŚN		Jabłko 1 szt 1 szt (.)		Jabłko 1 szt 1 szt (.)	
	Obiad	Pomidorowa z makaronem () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem () 200 g (.) Kotlet schabowy 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Surówka z kapusty białej z olejem () 200 g (.) Kompot owocowy* z/c 250 ml (.)	Pomidorowa z makaronem () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem () 200 g (.) Schab gotowany 100 g (.) Sos własny () 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Bukiet warzyw gotowanych (march, kalafior, brokuł)* 200 g (.) Kompot owocowy* z/c 250 ml (.)	Pomidorowa z makaronem () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem () 200 g (.) Schab gotowany 100 g (.) Sos własny () 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Surówka z kapusty białej z olejem () 200 g (.) Kompot owocowy* b/c 250 ml (.)	Pomidorowa z makaronem () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem () 200 g (.) Schab gotowany 100 g (.) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g (SEL.) Kompot owocowy* z/c 250 ml (.) Sos własny () 80 ml (GLU PSZ, SEL.)	Pomidorowa z makaronem () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem () 200 g (.) Kotlet schabowy 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Schab gotowany 100 g (.) Sos własny () 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Bukiet warzyw gotowanych (march, kalafior, brokuł)* 200 g (.) Kompot owocowy* z/c 250 ml (.)	Pomidorowa z makaronem () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem () 200 g (.) Schab gotowany 100 g (.) Pulpet wieprzowy 120 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos własny () 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Surówka z kapusty białej z olejem () 200 g (.) Kompot owocowy* b/c 250 ml (.)
		PD		Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE.)		Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE.)	
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 60 g (GLU PSZ, MLE.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Kielbasa Rawska- produkt wieprzowy 50 g (GLU PSZ, SOJ.) Salata zielona 10 g (.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml (.) Cukinia pieczona z olejem* 90 g (.) Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ, MLE.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i białek mleka, wędzona, parzona 50 g (SOJ, MLE, GLU OW.) Salata zielona 10 g (.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml (.) Cukinia pieczona z olejem* 90 g (.) Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE.)	Chleb Graham 150 g (GLU PSZ, MLE.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Kielbasa Rawska- produkt wieprzowy 50 g (GLU PSZ, SOJ.) Salata zielona 10 g (.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml (.) Cukinia pieczona z olejem* 90 g (.)	Bułka pszenna długa krojona 150 g (GLU PSZ, MLE.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i białek mleka, wędzona, parzona 50 g (SOJ, MLE, GLU OW.) Salata zielona 10 g (.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml (.) Cukinia pieczona z olejem* 90 g (.) Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ, MLE.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Kielbasa Rawska- produkt wieprzowy 50 g (GLU PSZ, SOJ.) Ser żółty 50 g (MLE.) Salata zielona 10 g (.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml (.) Cukinia pieczona z olejem* 90 g (.) Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE.)	Chleb Graham 150 g (GLU PSZ, MLE.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Kielbasa Rawska- produkt wieprzowy 50 g (GLU PSZ, SOJ.) Ser żółty 50 g (MLE.) Salata zielona 10 g (.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml (.) Cukinia pieczona z olejem* 90 g (.)
		PN	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Salata zielona 5 g (.)	Chleb Graham 30 g (GLU PSZ, MLE.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Salata zielona 5 g (.)	Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ, MLE.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Szynka z indykiem drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa parzona 20 g (SOJ.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Salata zielona 5 g (.)	Chleb Graham 30 g (GLU PSZ, MLE.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Salata zielona 5 g (.)
	E: 2840.71 kcal; B: 105.68 g; T: 102.64 g; Kw. tł. nasy.: 43.02 g; W: 389.22 g;	E: 2555.15 kcal; B: 120.38 g; T: 67.08 g; Kw. tł. nasy.: 33.11 g; W: 379.54 g;	E: 2339.21 kcal; B: 116.93 g; T: 75.32 g; Kw. tł. nasy.: 32.69 g; W: 318.64 g;	E: 2562.44 kcal; B: 107.02 g; T: 68.59 g; Kw. tł. nasy.: 27.13 g; W: 393.98 g;	E: 3210.51 kcal; B: 166.06 g; T: 110.22 g; Kw. tł. nasy.: 47.70 g; W: 400.59 g;	E: 2908.17 kcal; B: 168.35 g; T: 110.19 g; Kw. tł. nasy.: 47.56 g; W: 331.31 g;	

	ŁÓDŹ- WWCOIT Podstawowa	ŁÓDŹ- WWCOIT Łatwo strawna	ŁÓDŹ- WWCOIT Cukrzycowa	ŁÓDŹ- WWCOIT Niskotłuszczowa	ŁÓDŹ- WWCOIT Bogatobiałkowa	ŁÓDŹ- WWCOIT Cukrzyca bogatobiałkowa	
2024-01-08 poniedziałek	Śniadanie	Platki jęczmienne na mleku 300 ml (MLE, GLU, JECZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 60 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Pasta z makreli wędzonej z warzywami** 100 g (RYB, SEL.) Ogórek kiszony 100 g (.) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Miód (25g) 1 szt (.)	Platki jęczmienne na mleku 300 ml (MLE, GLU, JECZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Pasta z makreli wędzonej z warzywami** 100 g (RYB, SEL.) Ogórek kiszony 100 g (.) Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml (.)	Platki jęczmienne na wywarze jarzynowym (.) 300 ml (SEL, GLU, JECZ.) Chleb Graham 150 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Pasta z makreli wędzonej z warzywami** 100 g (RYB, SEL.) Ogórek kiszony 100 g (.) Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml (.)	Platki jęczmienne na mleku 300 ml (MLE, GLU, JECZ.) Bułka pszenna długa krojona 150 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Baton szynkowy z kurcząt 50 g (.) może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR. Miód (25g) 1 szt (.) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml (.) Pasta warzywna (.) 100 g (SEL.)	Platki jęczmienne na mleku 300 ml (MLE, GLU, JECZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Pasty z kurcząt 50 g (.) Paprykarz szczeciński 100 g (RYB, SOJ.) Baton szynkowy z kurcząt 50 g (.) może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR. Sałata zielona 10 g (.) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Miód (25g) 1 szt (.) Pomidor 90 g (.)	Platki jęczmienne na mleku 300 ml (MLE, GLU, JECZ.) Chleb Graham 150 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Pasta z makreli wędzonej z warzywami** 100 g (RYB, SEL.) Baton szynkowy z kurcząt 50 g (.) może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR. Ogórek kiszony 100 g (.) Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml (.)
		II ŚN		Jabłko 1 szt 1 szt (.)		Jabłko 1 szt 1 szt (.)	
	Obiad	Brokułowa z ryżem (.) 400 ml (MLE, SEL.) Pierogi z serem* 300 g (GLU PSZ, MLE.) Sos jogurtowo-truskawkowy* 150 g (MLE.) Kompot owocowy* z/c 250 ml (.)	Brokułowa z ryżem (.) 400 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem (.) 200 g (.) Pulpet drobiowy 120 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos chrzanowy 80 ml (GLU PSZ, MLE, SOJ.) Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c (.) 200 g (.) Kompot owocowy* b/c 250 ml (.)	Jarzynowa z ryżem dieta (.) (b/kalaftora i brokuła) 400 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem (.) 200 g (.) Pulpet drobiowy 120 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos koperkowy* 80 ml (GLU PSZ, MLE.) Marchew gotowana z olejem (.) 200 g (.) Kompot owocowy* z/c 250 ml (.)	Brokułowa z ryżem (.) 400 ml (MLE, SEL.) Pierogi z serem* 300 g (GLU PSZ, MLE.) Sos jogurtowo-truskawkowy* 200 g (MLE.) Kompot owocowy* z/c 250 ml (.)	Brokułowa z ryżem (.) 400 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem (.) 200 g (.) Mięso drobiowe gotowane z udzka kurczaka 100 g (.) Pulpet drobiowy 120 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos chrzanowy 80 ml (GLU PSZ, MLE, SOJ.) Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c (.) 200 g (.) Kompot owocowy* b/c 250 ml (.)	
		PD		Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE.)		Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE.)	
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 60 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka w siatce- wieprzowa, parzona, wędzona z pol. kaw. mięsa 50 g (GLU PSZ, SOJ.) Pomidor 100 g (.) Herbata miętowa ekspresowa z/c 250 ml (.) Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE.)	Chleb Graham 150 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka w siatce- wieprzowa, parzona, wędzona z pol. kaw. mięsa 50 g (GLU PSZ, SOJ.) Pomidor 100 g (.) Herbata miętowa ekspresowa b/c 250 ml (.)	Bułka pszenna długa krojona 150 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka w siatce- wieprzowa, parzona, wędzona z pol. kaw. mięsa 50 g (GLU PSZ, SOJ.) Dyńka duszona z olejem* 100 g (GLU PSZ.) Herbata miętowa ekspresowa z/c 250 ml (.) Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Hummus 100 g (SEZ.) Szynka w siatce- wieprzowa, parzona, wędzona z pol. kaw. mięsa 50 g (GLU PSZ, SOJ.) Pomidor 100 g (.) Herbata miętowa ekspresowa z/c 250 ml (.) Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE.)	Chleb Graham 150 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka w siatce- wieprzowa, parzona, wędzona z pol. kaw. mięsa 50 g (GLU PSZ, SOJ.) Hummus 100 g (SEZ.) Pomidor 100 g (.) Herbata miętowa ekspresowa b/c 250 ml (.)	
		PN	Banan 1szt. 1 szt (.) Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 15 g (.)	Baton szynkowy z kurcząt 20 g (.) może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR. Chleb Graham 30 g (GLU PSZ.) Sałata zielona 5 g (.) Masło extra 82% 5 g (MLE.)	Banan 1szt. 1 szt (.) Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 15 g (.)	Baton szynkowy z kurcząt 20 g (.) może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR. Chleb Graham 30 g (GLU PSZ.) Sałata zielona 5 g (.) Masło extra 82% 5 g (MLE.)	
		E: 2997.12 kcal; B: 111.52 g; T: 82.71 g; Kw. tł. nasy.: 34.11 g; W: 458.10 g;	E: 2874.84 kcal; B: 106.87 g; T: 63.26 g; Kw. tł. nasy.: 29.95 g; W: 474.23 g;	E: 2461.66 kcal; B: 98.57 g; T: 90.31 g; Kw. tł. nasy.: 31.05 g; W: 336.86 g;	E: 2890.94 kcal; B: 102.48 g; T: 77.09 g; Kw. tł. nasy.: 27.36 g; W: 464.82 g;	E: 3416.30 kcal; B: 127.86 g; T: 103.59 g; Kw. tł. nasy.: 33.48 g; W: 494.28 g;	E: 3183.27 kcal; B: 148.13 g; T: 136.68 g; Kw. tł. nasy.: 38.75 g; W: 359.60 g;

	ŁÓDŹ- WWCOIT Podstawowa	ŁÓDŹ- WWCOIT Łatwo strawna	ŁÓDŹ- WWCOIT Cukrzycowa	ŁÓDŹ- WWCOIT Niskotłuszczowa	ŁÓDŹ- WWCOIT Bogatobiałkowa	ŁÓDŹ- WWCOIT Cukrzyca bogatobiałkowa	
2024-01-09 wtorek	Śniadanie	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE ,) Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (GLU PSZ, GLU ŻYT ,) Chleb Graham 60 g (GLU PSZ ,) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE ,) Pasztecik Ciecchanowski-Pasztecik drobiowy z dodatkami surowców wiewprzowych pieczony 50 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE ,) Mandarynka 1 szt (.) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ ,) Miód (25g) 1 szt (.)	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE ,) Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (GLU PSZ, GLU ŻYT ,) Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ ,) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE ,) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (może zawierać: MLE, GOR ,) Mandarynka 1 szt (.) Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml (.)	Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym (.) 300 ml (SEL ,) Chleb Graham 150 g (GLU PSZ ,) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE ,) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (może zawierać: MLE, GOR ,) Mandarynka 1 szt (.) Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml (.)	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE ,) Bułka pszenna długa krojona 150 g (GLU PSZ ,) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE ,) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (może zawierać: MLE, GOR ,) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt (.) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml (.) Miód (25g) 1 szt (.)	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE ,) Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (GLU PSZ, GLU ŻYT ,) Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ ,) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE ,) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (może zawierać: MLE, GOR ,) Serek Fromage 100 g (GLU PSZ, MLE ,) Mandarynka 1 szt (.) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ ,) Miód (25g) 1 szt (.)	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE ,) Chleb Graham 150 g (GLU PSZ ,) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE ,) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (może zawierać: MLE, GOR ,) Serek Fromage 100 g (GLU PSZ, MLE ,) Mandarynka 1 szt (.) Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml (.)
	II ŚN			Sok pomidorowy 0,3l 1 szt (.)		Sok pomidorowy 0,3l 1 szt (.)	
	Obiad	Pieczarkowa z ziemniakami (.) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL ,) Makaron pełnoziarnisty 200 g (GLU PSZ ,) Bitka wiewprzowa z szynki 100 g (GLU PSZ ,) Sos własny (.) 80 ml (GLU PSZ ,) Sos pieczeniowy 80 ml (GLU PSZ ,) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem (.) 200 g (.) Kompot owocowy* z/c 250 ml (.)	Solferino (.) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL ,) Makaron 200 g (GLU PSZ ,) Bitka wiewprzowa z szynki 100 g (GLU PSZ ,) Sos własny (.) 80 ml (GLU PSZ, SEL ,) Dyńia duszona z olejem* 200 g (GLU PSZ ,) Kompot owocowy* z/c 250 ml (.)	Pieczarkowa z ziemniakami (.) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL ,) Makaron pełnoziarnisty 200 g (GLU PSZ ,) Bitka wiewprzowa z szynki 100 g (GLU PSZ ,) Sos własny (.) 80 ml (GLU PSZ, SEL ,) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem (.) 200 g (.) Kompot owocowy* b/c 250 ml (.)	Solferino (.) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL ,) Makaron drobny 200 g (GLU PSZ ,) Bitka wiewprzowa z szynki 100 g (GLU PSZ ,) Sos własny (.) 80 ml (GLU PSZ, SEL ,) Dyńia duszona z olejem* 200 g (GLU PSZ ,) Kompot owocowy* z/c 250 ml (.)	Solferino (.) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL ,) Makaron 200 g (GLU PSZ ,) Bitka wiewprzowa z szynki 100 g (GLU PSZ ,) Klopsik wiewprzowy 120 g (GLU PSZ, JAJ ,) Sos własny (.) 80 ml (GLU PSZ, SEL ,) Dyńia duszona z olejem* 200 g (GLU PSZ ,) Kompot owocowy* z/c 250 ml (.)	Pieczarkowa z ziemniakami (.) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL ,) Makaron pełnoziarnisty 200 g (GLU PSZ ,) Bitka wiewprzowa z szynki 100 g (GLU PSZ ,) Klopsik wiewprzowy 120 g (GLU PSZ, JAJ ,) Sos pieczeniowy 80 ml (GLU PSZ ,) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem (.) 200 g (.) Kompot owocowy* b/c 250 ml (.)
	PD			jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE ,)		jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE ,)	
Koleja	Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (GLU PSZ, GLU ŻYT ,) Chleb Graham 60 g (GLU PSZ ,) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE ,) Galaretki drobiowa z udźca kurczaka (.) 100 g (SEL ,) Papryka konserwowa 100 g (.) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml (.) jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE ,)	Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (GLU PSZ, GLU ŻYT ,) Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ ,) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE ,) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (może zawierać: MLE, GOR ,) Pomidor 100 g (.) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml (.) jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE ,)	Chleb Graham 150 g (GLU PSZ ,) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE ,) Galaretki drobiowa z udźca kurczaka (.) 100 g (SEL ,) Papryka konserwowa 100 g (.) Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml (.)	Bułka pszenna długa krojona 150 g (GLU PSZ ,) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE ,) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (może zawierać: MLE, GOR ,) Marchew gotowana z olejem (.) 100 g (.) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml (.) jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE ,)	Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (GLU PSZ, GLU ŻYT ,) Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ ,) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE ,) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (może zawierać: MLE, GOR ,) Jajko gotowane kl L 1 szt (JAJ ,) Papryka konserwowa 100 g (.) Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml (.)	Chleb Graham 150 g (GLU PSZ ,) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE ,) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (może zawierać: MLE, GOR ,) Jajko gotowane kl L 1 szt (JAJ ,) Papryka konserwowa 100 g (.) Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml (.)	
PN	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT ,) Masło extra 82% 5 g (MLE ,) Salata zielona 5 g (.) Ser żółty 20 g (MLE ,)	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT ,) Masło extra 82% 5 g (MLE ,) Salata zielona 5 g (.) Twaróg półtłusty 20 g (MLE ,)	Chleb Graham 30 g (GLU PSZ ,) Masło extra 82% 5 g (MLE ,) Salata zielona 5 g (.) Ser żółty 20 g (MLE ,)	Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ ,) Masło extra 82% 5 g (MLE ,) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 20 g (.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT ,) Masło extra 82% 5 g (MLE ,) Salata zielona 5 g (.) Twaróg półtłusty 20 g (MLE ,)	Chleb Graham 30 g (GLU PSZ ,) Masło extra 82% 5 g (MLE ,) Salata zielona 5 g (.) Ser żółty 20 g (MLE ,)	
	E: 2891.19 kcal; B: 117.93 g; T: 91.41 g; Kw. tł. nasy.: 38.06 g; W: 410.40 g;	E: 2929.01 kcal; B: 118.91 g; T: 80.41 g; Kw. tł. nasy.: 31.70 g; W: 438.04 g;	E: 2419.58 kcal; B: 111.55 g; T: 81.24 g; Kw. tł. nasy.: 31.40 g; W: 325.49 g;	E: 2955.25 kcal; B: 120.17 g; T: 80.23 g; Kw. tł. nasy.: 29.63 g; W: 445.80 g;	E: 3723.30 kcal; B: 165.09 g; T: 137.58 g; Kw. tł. nasy.: 63.48 g; W: 459.47 g;	E: 3343.15 kcal; B: 167.03 g; T: 144.00 g; Kw. tł. nasy.: 65.55 g; W: 355.25 g;	

	ŁÓDŹ- WWCOIT Podstawowa	ŁÓDŹ- WWCOIT Łatwo strawna	ŁÓDŹ- WWCOIT Cukrzycowa	ŁÓDŹ- WWCOIT Niskotłuszczowa	ŁÓDŹ- WWCOIT Bogatobiałkowa	ŁÓDŹ- WWCOIT Cukrzyca bogatobiałkowa	
2024-01-10 środa	Śniadanie	Platki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 60 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Sałatka z soczewicy, pomidora i ogórka kiszzonego 100 g (SEL.) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b. sojowego i wody 30 g (SOJ.) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Miód (25g) 1 szt (.)	Platki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Sałatka z soczewicy, pomidora i ogórka kiszzonego 100 g (SEL.) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b. sojowego i wody 50 g (SOJ.) Marchew pieczona w słupki (.) 100 g (.) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Miód (25g) 1 szt (.)	Platki owsiane na wywarze jarzynowym (.) 300 ml (SEL, GLU OW.) Chleb Graham 150 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Sałatka z soczewicy, pomidora i ogórka kiszzonego 100 g (SEL.) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b. sojowego i wody 30 g (SOJ.) Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml (.)	Platki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) Bułka pszenna długa krojona 15 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b. sojowego i wody 50 g (SOJ.) Marchew pieczona w słupki (.) 100 g (.) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml (.) Miód (25g) 1 szt (.)	Platki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b. sojowego i wody 50 g (SOJ.) Sałatka z soczewicy, pomidora i ogórka kiszzonego 100 g (SEL.) Marchew pieczona w słupki (.) 100 g (.) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Miód (25g) 1 szt (.)	Platki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) Chleb Graham 150 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b. sojowego i wody 50 g (SOJ.) Sałatka z soczewicy, pomidora i ogórka kiszzonego 100 g (.) Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml (.)
	II ŚN						Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c (.) 100 g (.)
Obiad	Grycikowa (.) 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Kopytka ziemniaczane * 200 g (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g (.) Sos jarzynowy (.) 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Buraczki zasmażane z olejem (.) 200 g (GLU PSZ.) Kompot owocowy* z/c 250 ml (.)	Grycikowa (.) 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Kopytka ziemniaczane * 200 g (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g (.) Sos jarzynowy (.) 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Buraczki oprószone (.) 200 g (GLU PSZ.) Kompot owocowy* z/c 250 ml (.)	Grycikowa (.) 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki z koperkiem (.) 200 g (.) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g (.) Sos jarzynowy (.) 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Cwikła z jabłkiem b/c (.) 200 g (.) Kompot owocowy* b/c 250 ml (.)	Grycikowa (.) 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki z koperkiem (.) 200 g (.) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g (.) Sos jarzynowy (.) 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Buraczki oprószone (.) 200 g (GLU PSZ.) Kompot owocowy* z/c 250 ml (.)	Grycikowa (.) 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Kopytka ziemniaczane * 200 g (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g (.) Mięso drobiowe pieczone z udźca kurczaka 100 g (GLU PSZ.) Sos jarzynowy (.) 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Cwikła z jabłkiem (.) 200 g (.) Kompot owocowy* z/c 250 ml (.)	Grycikowa (.) 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki z koperkiem (.) 200 g (.) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g (.) Mięso drobiowe pieczone z udźca kurczaka 100 g (GLU PSZ.) Sos jarzynowy (.) 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Cwikła z jabłkiem b/c (.) 200 g (.) Kompot owocowy* b/c 250 ml (.)	
	PD		Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE.)			Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE.)	
Kolejacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 60 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Ser żółty 50 g (MLE.) Jabłko 1 szt 1 szt (.) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml (.) Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Serek homo. naturalny 100 g (MLE.) Jabłko 1 szt 1 szt (.) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml (.) Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE.)	Chleb Graham 150 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Ser żółty 50 g (MLE.) Jabłko 1 szt 1 szt (.) Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml (.)	Bułka pszenna długa krojona 150 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Serek homo. naturalny 100 g (MLE.) Jabłko pieczone 1 szt. 1 szt (.) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml (.) Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g (.) Serek homo. naturalny 100 g (MLE.) Jabłko 1 szt 1 szt (.) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml (.) Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE.)	Chleb Graham 150 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Serek homo. naturalny 100 g (MLE.) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g (.) Jabłko 1 szt 1 szt (.) Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml (.)	
	PN	Herbatniki 20 g (GLU PSZ, SOJ, MLE.) Sok pomarańczowy 0,2L-kartonik 1 szt (.)	Sok pomarańczowy 0,2L-kartonik 1 szt (.) Herbatniki 20 g (GLU PSZ, SOJ, MLE.)	Chleb Graham 30 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Sałata zielona 5 g (.) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 20 g (.)	Sok pomarańczowy 0,2L-kartonik 1 szt (.) Herbatniki 20 g (GLU PSZ, SOJ, MLE.)	Herbatniki 20 g (GLU PSZ, SOJ, MLE.) Sok pomarańczowy 0,2L-kartonik 1 szt (.)	Chleb Graham 30 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 20 g (.) Sałata zielona 5 g (.)
	E: 3009.92 kcal; B: 109.67 g; T: 89.77 g; Kw. tł. nasy.: 40.04 g; W: 451.57 g;	E: 2892.71 kcal; B: 112.30 g; T: 68.41 g; Kw. tł. nasy.: 29.23 g; W: 466.65 g;	E: 2354.62 kcal; B: 102.57 g; T: 75.19 g; Kw. tł. nasy.: 35.99 g; W: 340.56 g;	E: 2342.24 kcal; B: 98.33 g; T: 58.09 g; Kw. tł. nasy.: 25.17 g; W: 369.62 g;	E: 3232.79 kcal; B: 149.84 g; T: 85.90 g; Kw. tł. nasy.: 32.59 g; W: 475.35 g;	E: 2683.83 kcal; B: 151.99 g; T: 80.65 g; Kw. tł. nasy.: 31.76 g; W: 360.15 g;	

<nazwa jednostki>

<ulica>, <kod>

Oznaczenia wskaźników odż.:

E - Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal],

B - Białko ogółemwg rozp. 1169/2011,

T - Tłuszcz,

W - Węglowodany ogółem,

Sól - Sól,

K - Potas,

Kw. tł. nasy. - Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem,

Bł. - Błonnik pokarmowy,

Ener. z B - % energii z białka,

Ener. z T - % energii z tłuszczu,

Ener. z W - % energii z węglowodanów,

Ener. z Bł. - % energii z błonnika,

W tym cukry - w tym cukry,

WW - WW,