

	ŁÓDŹ- WWCOIT Podstawowa	ŁÓDŹ- WWCOIT Łatwo strawna	ŁÓDŹ- WWCOIT Cukrzycowa	ŁÓDŹ- WWCOIT Niskotłuszczowa	ŁÓDŹ- WWCOIT Bogatobiałkowa	ŁÓDŹ- WWCOIT Cukrzyca bogatobiałkowa	ŁÓDŹ- WWCOIT Niskocholesterolowa	ŁÓDŹ- WWCOIT Bogatobiałkowa (OPS)
2024-01-16 wtorek	Śniadanie	Platki jęczmienne na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU, JECZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Jajko gotowane kl L 1 szt (<u>JAJ.</u>) Majonez 20 g (<u>JAJ, GOR.</u>) Ogórek kiszony 100 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Miód (25g) 1 szt Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>)	Platki jęczmienne na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU, JECZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Jajko gotowane kl L 1 szt (<u>JAJ.</u>) Brokuł gotowany* 100 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Miód (25g) 1 szt Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>)	Platki jęczmienne na wywarze jarzynowym () 300 ml (<u>SEL, GLU, JECZ.</u>) Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ, JECZ.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Jajko gotowane kl L 1 szt (<u>JAJ.</u>) Ogórek kiszony 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>)	Platki jęczmienne na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU, JECZ.</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 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 Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>)	Platki jęczmienne na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU, JECZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Jajko gotowane kl L 1 szt (<u>JAJ.</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Ogórek kiszony 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>) Miód (25g) 1 szt Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>)	Platki jęczmienne na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU, JECZ.</u>) Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ, JECZ.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Jajko gotowane kl L 1 szt (<u>JAJ.</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Ogórek kiszony 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>)	Platki jęczmienne na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU, JECZ.</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Ser żółty 50 g (<u>MLE</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Brokuł gotowany* 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml Miód (25g) 1 szt Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>)
		IFSN			Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<u>MLE</u>)			Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<u>MLE</u>)
2024-01-16 wtorek	Obiad	Jarzynowa z zacierką (-)podstawa 400 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem () 200 g Mięso drobiowe pieczone z udźca kurczaka 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Sos słodko-kwaśny* 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Surówka wykwinтна z olejem b/c 200 g (<u>JAJ, GOR.</u>) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Jarzynowa z zacierką dieta () 400 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem () 200 g Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g Sos pietruszkowy* 80 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Marchew gotowana z olejem () 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Jarzynowa z zacierką (-)podstawa 400 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem () 200 g Mięso drobiowe pieczone z udźca kurczaka 100 g Sos słodko-kwaśny* 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Surówka wykwinтна z olejem b/c 200 g (<u>JAJ, GOR.</u>) Kompot owocowy* b/c 250 ml	Jarzynowa z makaronem dieta () (b/kałafiora) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem () 200 g Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g Sos pietruszkowy* 80 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Marchew gotowana z olejem () 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Jarzynowa z zacierką dieta () 400 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem () 200 g Mięso drobiowe pieczone z udźca kurczaka 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g Sos słodko-kwaśny* 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Marchew gotowana z olejem () 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Jarzynowa z zacierką (-)podstawa 400 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem () 200 g Mięso drobiowe pieczone z udźca kurczaka 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Sos słodko-kwaśny* 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Surówka wykwinтна z olejem b/c 200 g (<u>JAJ, GOR.</u>) Kompot owocowy* b/c 250 ml	Jarzynowa z zacierką dieta () 400 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem () 200 g Mięso drobiowe pieczone z udźca kurczaka 100 g Sos słodko-kwaśny* 80 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Marchew gotowana z olejem () 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml
		PD		Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>)			Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>)	
2024-01-16 wtorek	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>) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (<u>może zawierać: MLE, GOR.</u>) Pomarańcza 150 g Herbata czarna granulowana z cytryną 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>) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (<u>może zawierać: MLE, GOR.</u>) Pomarańcza 150 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	Chleb Graham 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (<u>może zawierać: MLE, GOR.</u>) Pomarańcza 150 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (<u>może zawierać: MLE, GOR.</u>) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Herbata czarna granulowana z cytryną 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>) Pasztet z soczewicy () 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (<u>może zawierać: MLE, GOR.</u>) Pomarańcza 150 g Herbata czarna granulowana z cytryną 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>) Pasztet z soczewicy () 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (<u>może zawierać: MLE, GOR.</u>) Pomarańcza 150 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (<u>może zawierać: MLE, GOR.</u>) Pomarańcza 150 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<u>MLE</u>)
		PN	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt Wafle ryżowe 20 g		Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ.</u>) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 20 g (<u>może zawierać: MLE, GOR.</u>) Salata zielona 5 g	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt Biszkopty b/m 15 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ.</u>)	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt Wafle ryżowe 20 g	Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Salata zielona 5 g Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 20 g (<u>może zawierać: MLE, GOR.</u>)
		E: 2932.63 kcal; B: 105.10 g; T: 102.34 g; Kw. tł. nasy.: 31.73 g; W: 412.90 g; W tym cukry: 83.47 g; Bł.: 34.78 g; Sól: 11.41 g;	E: 2675.38 kcal; B: 103.52 g; T: 171.07 g; Kw. tł. nasy.: 29.53 g; W: 420.13 g; W tym cukry: 85.54 g; Bł.: 35.34 g; Sól: 10.16 g;	E: 2524.04 kcal; B: 115.66 g; T: 91.13 g; Kw. tł. nasy.: 28.60 g; W: 330.08 g; W tym cukry: 38.98 g; Bł.: 41.13 g; Sól: 10.05 g;	E: 2624.26 kcal; B: 102.30 g; T: 69.43 g; Kw. tł. nasy.: 26.44 g; W: 414.22 g; W tym cukry: 86.89 g; Bł.: 35.41 g; Sól: 10.01 g;	E: 3376.32 kcal; B: 155.96 g; T: 104.63 g; Kw. tł. nasy.: 34.34 g; W: 470.42 g; W tym cukry: 92.30 g; Bł.: 42.54 g; Sól: 12.26 g;	E: 3258.63 kcal; B: 175.11 g; T: 123.91 g; Kw. tł. nasy.: 35.91 g; W: 382.76 g; W tym cukry: 53.92 g; Bł.: 47.02 g; Sól: 12.42 g;	E: 2792.88 kcal; B: 104.24 g; T: 86.25 g; Kw. tł. nasy.: 29.00 g; W: 411.46 g; W tym cukry: 77.67 g; Bł.: 27.16 g; Sól: 9.90 g;
		E: 2996.15 kcal; B: 127.08 g; T: 99.66 g; Kw. tł. nasy.: 39.35 g; W: 407.46 g; W tym cukry: 46.17 g; Bł.: 35.93 g; Sól: 14.86 g;						

	ŁÓDŹ- WWC0IT Podstawowa	ŁÓDŹ- WWC0IT Łatwo strawna	ŁÓDŹ- WWC0IT Cukrzycowa	ŁÓDŹ- WWC0IT Niskotłuszczowa	ŁÓDŹ- WWC0IT Bogatobiałkowa	ŁÓDŹ- WWC0IT Cukrzycza bogatobiałkowa	ŁÓDŹ- WWC0IT Niskocholesterolowa	ŁÓDŹ- WWC0IT Bogatobiałkowa (OPS)	
Śniadanie	Platki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU, OW.) Chleb Graham 100 g (GLU, PSZ.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Ser topiony 50 g (MLE.) Jabłko 1 szt 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU, ŻYT, GLU, JECZ.) Miód (25g) 1 szt Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU, PSZ.)	Platki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU, OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Twaróg półtłusty 100 g (MLE.) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU, ŻYT, GLU, JECZ.) Miód (25g) 1 szt Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU, PSZ.)	Platki owsiane na wywarze jarzynowym () 300 ml (SEL, GLU, OW.) Chleb Graham 100 g (GLU, PSZ.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Twaróg półtłusty 100 g (MLE.) Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLU, PSZ.)	Platki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU, OW.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU, PSZ.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Miód (25g) 1 szt Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU, PSZ.)	Platki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU, OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Twaróg półtłusty 100 g (MLE.) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Jabłko 1 szt 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU, ŻYT, GLU, JECZ.) Miód (25g) 1 szt Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU, PSZ.)	Platki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU, OW.) Chleb Graham 100 g (GLU, PSZ.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Twaróg półtłusty 100 g (MLE.) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLU, PSZ.)	Platki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU, OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Twaróg półtłusty 100 g (MLE.) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU, PSZ.)	Platki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU, OW.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU, PSZ.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Twaróg półtłusty 100 g (MLE.) Ser topiony 25g 2 szt (MLE.) Mus z jabłek () z/c 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml Miód (25g) 1 szt Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU, PSZ.)	
	II ŚN								Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml
Obiad	Ziemniaczana () 400 ml (GLU, PSZ, MLE, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU, JECZ.) Bitka wołowa 100 g (GLU, PSZ.) Sos mięsliwski 80 g (GLU, PSZ, SOJ, SEL, GOR.) Surówka z marchwi i chrzanu () 200 g (MLE, SOJ.) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Ziemniaczana () 400 ml (GLU, PSZ, MLE, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU, JECZ.) Bitka wołowa 100 g (GLU, PSZ.) Sos pomidorowy 80 ml (GLU, PSZ.) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Ziemniaczana () 400 ml (GLU, PSZ, MLE, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU, JECZ.) Bitka wołowa 100 g (GLU, PSZ.) Sos pomidorowy 80 ml (GLU, PSZ, SOJ, SEL, GOR.) Buraczki gotowane drobno tarte () 200 g (MLE, SOJ.) Kompot owocowy* b/c 250 ml	Ziemniaczana () 400 ml (GLU, PSZ, MLE, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU, JECZ.) Bitka wołowa 100 g (GLU, PSZ.) Sos pomidorowy 80 ml (GLU, PSZ, SOJ, SEL, GOR.) Pulpet wołowy 120 g (GLU, PSZ, JA.) Bitka wołowa 100 g (GLU, PSZ.) Sos mięsliwski 80 g (GLU, PSZ, SOJ, SEL, GOR.) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Ziemniaczana () 400 ml (GLU, PSZ, MLE, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU, JECZ.) Pulpet wołowy 120 g (GLU, PSZ, JA.) Bitka wołowa 100 g (GLU, PSZ.) Sos mięsliwski 80 g (GLU, PSZ, SOJ, SEL, GOR.) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Ziemniaczana () 400 ml (GLU, PSZ, MLE, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU, JECZ.) Pulpet wołowy 120 g (GLU, PSZ, JA.) Bitka wołowa 100 g (GLU, PSZ.) Sos mięsliwski 80 g (GLU, PSZ, SOJ, SEL, GOR.) Surówka z marchwi i chrzanu b/c () 200 g (MLE, SOJ.) Kompot owocowy* b/c 250 ml	Ziemniaczana () 400 ml (GLU, PSZ, MLE, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU, JECZ.) Bitka wołowa 100 g (GLU, PSZ.) Sos mięsliwski 80 g (GLU, PSZ, SOJ, SEL, GOR.) Surówka z marchwi i chrzanu () 200 g (MLE, SOJ.) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Ziemniaczana () 400 ml (GLU, PSZ, MLE, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU, JECZ.) Pulpet wołowy 120 g (GLU, PSZ, JA.) Bitka wołowa 100 g (GLU, PSZ.) Sos mięsliwski 80 g (GLU, PSZ, SOJ, SEL, GOR.) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	
	PD			Sok pomidorowy 0,3l 1 szt			Sok pomidorowy 0,3l 1 szt		Herbatniki 30 g (GLU, PSZ, SOJ, 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.) Paprykarz szczeciński 100 g (RYB, SOJ.) Sałata zielona 10 g Herbata miętowa ekspresowa z/c 250 ml jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE.) Pomidor 90 g	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.) Paprykarz rybno (miruna)-warzywny() 100 g (RYB.) Sałata zielona 10 g Herbata miętowa ekspresowa z/c 250 ml jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE.) Pomidor 90 g	Chleb Graham 150 g (GLU, PSZ.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Paprykarz szczeciński 100 g (RYB, SOJ.) Sałata zielona 10 g Herbata miętowa ekspresowa b/c 250 ml Pomidor 90 g	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.) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 100 g (SEL.) 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.) Szynka w siatce- wieprzowa, parzona, wędzona z pol. kaw. mięsa 50 g (GLU, PSZ, SOJ.) Paprykarz szczeciński 100 g (RYB, SOJ.) Sałata zielona 10 g Herbata miętowa ekspresowa z/c 250 ml jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE.) Pomidor 90 g	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.) Paprykarz szczeciński 100 g (RYB, SOJ.) Sałata zielona 10 g Herbata miętowa ekspresowa b/c 250 ml Pomidor 90 g	Bułka pszenna długa krojona 150 g (GLU, PSZ.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Paprykarz szczeciński 100 g (RYB, SOJ.) Sałata zielona 10 g Herbata miętowa ekspresowa z/c 250 ml jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE.) Pomidor 90 g	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.) Serek twarogowy śmietankowy 16,67g (kiri,haga) 1 szt (MLE.) Brokuł gotowany* 100 g Herbata miętowa ekspresowa b/c 250 ml	
	PN	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Sałata zielona 5 g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 20 g	Chleb Graham 30 g (GLU, PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Sałata zielona 5 g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 20 g	Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU, PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 20 g	Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU, PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Sałata zielona 5 g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 20 g	Chleb Graham 30 g (GLU, PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Sałata zielona 5 g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 20 g	Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU, PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Sałata zielona 5 g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 20 g	Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU, PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Sałata zielona 5 g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 20 g
	E: 3070.59 kcal; B: 115.74 g; T: 100.40 g; Kw. tł. nasy.: 41.65 g; W: 444.61 g; W tym cukry: 91.97 g; Bł.: 40.62 g; Sól: 11.46 g;	E: 3010.39 kcal; B: 123.31 g; T: 83.09 g; Kw. tł. nasy.: 34.08 g; W: 455.77 g; W tym cukry: 87.29 g; Bł.: 31.98 g; Sól: 8.77 g;	E: 2614.44 kcal; B: 118.98 g; T: 83.79 g; Kw. tł. nasy.: 31.56 g; W: 369.36 g; W tym cukry: 47.76 g; Bł.: 46.78 g; Sól: 9.95 g;	E: 2867.65 kcal; B: 116.65 g; T: 73.52 g; Kw. tł. nasy.: 30.12 g; W: 450.86 g; W tym cukry: 93.62 g; Bł.: 33.58 g; Sól: 10.03 g;	E: 3471.27 kcal; B: 172.30 g; T: 111.78 g; Kw. tł. nasy.: 39.62 g; W: 392.91 g; W tym cukry: 86.17 g; Bł.: 31.04 g; Sól: 13.78 g;	E: 3096.56 kcal; B: 174.55 g; T: 102.14 g; Kw. tł. nasy.: 38.43 g; W: 456.63 g; W tym cukry: 60.62 g; Bł.: 46.63 g; Sól: 13.47 g;	E: 3065.99 kcal; B: 125.94 g; T: 88.53 g; Kw. tł. nasy.: 34.51 g; W: 456.63 g; W tym cukry: 90.67 g; Bł.: 32.88 g; Sól: 9.10 g;	E: 3248.82 kcal; B: 140.74 g; T: 108.75 g; Kw. tł. nasy.: 40.07 g; W: 439.51 g; W tym cukry: 59.36 g; Bł.: 26.97 g; Sól: 10.99 g;	

	ŁÓDŹ- WWCOIT Podstawowa	ŁÓDŹ- WWCOIT Łatwo strawna	ŁÓDŹ- WWCOIT Cukrzycowa	ŁÓDŹ- WWCOIT Niskotłuszczowa	ŁÓDŹ- WWCOIT Bogatobiałkowa	ŁÓDŹ- WWCOIT Cukrzycza bogatobiałkowa	ŁÓDŹ- WWCOIT Niskocholesterolowa	ŁÓDŹ- WWCOIT Bogatobiałkowa (OPS)
Śniadanie	Kasza manna na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Poledwica Sopocka wierzprowa, wędzona parzona z dodatkiem wody. 30 g (<u>SOJ, MLE</u>) Salatka z ciecierzycy, pomidora i ogórka kiszzonego 100 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>) Miód (25g) 1 szt Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ</u>)	Kasza manna na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Szynka z liściem wierzprowa z dodatkiem wody i białek mleka, wędzona, parzona 50 g (<u>SOJ, MLE, GLU OW</u>) Pomidor 100 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>) Miód (25g) 1 szt Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ</u>)	Kasza manna na wywarze jarzynowym () 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Poledwica Sopocka wierzprowa, wędzona parzona z dodatkiem wody. 30 g (<u>SOJ, MLE</u>) Salatka z ciecierzycy, pomidora i ogórka kiszzonego 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ</u>)	Kasza manna na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Szynka z liściem wierzprowa z dodatkiem wody i białek mleka, wędzona, parzona 50 g (<u>SOJ, MLE, GLU OW</u>) Marchew gotowana z olejem () 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Miód (25g) 1 szt Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ</u>)	Kasza manna na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Szynka z liściem wierzprowa z dodatkiem wody i białek mleka, wędzona, parzona 50 g (<u>SOJ, MLE, GLU OW</u>) Salatka z ciecierzycy, pomidora i ogórka kiszzonego 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ</u>) Miód (25g) 1 szt Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ</u>)	Kasza manna na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Szynka z liściem wierzprowa z dodatkiem wody i białek mleka, wędzona, parzona 50 g (<u>SOJ, MLE, GLU OW</u>) Salatka z ciecierzycy, pomidora i ogórka kiszzonego 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ</u>)	Kasza manna na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Poledwica Sopocka wierzprowa, wędzona parzona z dodatkiem wody. 30 g (<u>SOJ, MLE</u>) Salatka z ciecierzycy, pomidora i ogórka kiszzonego 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Miód (25g) 1 szt Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ</u>)	Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Ser żółty 50 g (<u>MLE</u>) Szynka z liściem wierzprowa z dodatkiem wody i białek mleka, wędzona, parzona 50 g (<u>SOJ, MLE, GLU OW</u>) Marchew gotowana z olejem () 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml Miód (25g) 1 szt Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ</u>)
	II ŚN			Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<u>MLE</u>)			Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<u>MLE</u>)	
Obiad	Żurek z ziemniakami () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT</u>) Makaron pełnoziarnisty 200 g (<u>GLU PSZ</u>) Mięso z szynki wierzprowej 100 g Sos jarzynowy () 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Surówka z selera i jabłka z olejem () 200 g (<u>SEL</u>) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Szpinakowa z ziemniakami () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Makaron 200 g (<u>GLU PSZ</u>) Mięso z szynki wierzprowej 100 g Sos jarzynowy () 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Bukiet warzyw gotowanych (march, kaliafor, brokuł)* 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Żurek z ziemniakami () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT</u>) Makaron pełnoziarnisty 200 g (<u>GLU PSZ</u>) Mięso z szynki wierzprowej 100 g Sos jarzynowy () 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Surówka z selera i jabłka b/c () 200 g (<u>MLE, SEL</u>) Kompot owocowy* b/c 250 ml	Szpinakowa z ziemniakami () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Makaron 200 g (<u>GLU PSZ</u>) Mięso z szynki wierzprowej 100 g Sos jarzynowy () 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Dyńka duszona z olejem* 200 g (<u>GLU PSZ</u>) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Żurek z ziemniakami () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT</u>) Makaron 200 g (<u>GLU PSZ</u>) Mięso z szynki wierzprowej 100 g Klopsik wierzprowy 120 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Sos jarzynowy () 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Bukiet warzyw gotowanych (march, kaliafor, brokuł)* 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Żurek z ziemniakami () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT</u>) Makaron pełnoziarnisty 200 g (<u>GLU PSZ</u>) Mięso z szynki wierzprowej 100 g Klopsik wierzprowy 120 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Sos jarzynowy () 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Bukiet warzyw gotowanych (march, kaliafor, brokuł)* 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Żurek z ziemniakami () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT</u>) Makaron pełnoziarnisty 200 g (<u>GLU PSZ</u>) Mięso z szynki wierzprowej 100 g Sos jarzynowy () 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Bukiet warzyw gotowanych (march, kaliafor, brokuł)* 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Szpinakowa z ziemniakami () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Makaron 200 g (<u>GLU PSZ</u>) Mięso z szynki wierzprowej 100 g Klopsik wierzprowy 120 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Sos jarzynowy () 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Bukiet warzyw gotowanych (march, kaliafor, brokuł)* 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml
	PD			Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt			Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 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>) Knedle z truskawkami * 200 g (<u>GLU PSZ</u>) Sos jogurtowy naturalny 100 g (<u>MLE</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	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>) Knedle z truskawkami * 200 g (<u>GLU PSZ</u>) Sos jogurtowy naturalny 100 g (<u>MLE</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Chleb Graham 150 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Serek Fromage 100 g (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Jabłko 1 szt 1 szt Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Twarożek 100 g (<u>MLE</u>) Jabłko pieczone 1 szt. 1 szt 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 kurcząt 50 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR</u>) Knedle z truskawkami * 200 g (<u>GLU PSZ</u>) Sos jogurtowy naturalny 100 g (<u>MLE</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Chleb Graham 150 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Baton szynkowy z kurcząt 50 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR</u>) Serek Fromage 100 g (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Jabłko 1 szt 1 szt Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Knedle z truskawkami * 200 g (<u>GLU PSZ</u>) Sos jogurtowy naturalny 100 g (<u>MLE</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Baton szynkowy z kurcząt 50 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR</u>) Knedle z truskawkami * 200 g (<u>GLU PSZ</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml
	PN	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>) Baton szynkowy z kurcząt 20 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR</u>) Salata zielona 5 g	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>) Baton szynkowy z kurcząt 20 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR</u>) Salata zielona 5 g	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (<u>MLE</u>) Biszkopty b/m 15 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ</u>)	
	E: 3049.24 kcal; B: 110.24 g; T: 73.46 g; Kw. tł. nasy.: 30.81 g; W: 501.63 g; W tym cukry: 79.28 g; Bl.: 45.24 g; Sól: 9.89 g;	E: 2857.93 kcal; B: 108.85 g; T: 61.04 g; Kw. tł. nasy.: 30.15 g; W: 482.70 g; W tym cukry: 71.79 g; Bl.: 24.61 g; Sól: 8.77 g;	E: 2770.60 kcal; B: 114.30 g; T: 96.71 g; Kw. tł. nasy.: 53.57 g; W: 373.69 g; W tym cukry: 43.23 g; Bl.: 58.16 g; Sól: 9.28 g;	E: 2826.31 kcal; B: 123.13 g; T: 67.85 g; Kw. tł. nasy.: 31.48 g; W: 439.01 g; W tym cukry: 91.00 g; Bl.: 27.67 g; Sól: 6.86 g;	E: 3463.77 kcal; B: 149.66 g; T: 92.53 g; Kw. tł. nasy.: 35.43 g; W: 519.99 g; W tym cukry: 73.45 g; Bl.: 30.01 g; Sól: 11.91 g;	E: 3280.49 kcal; B: 162.02 g; T: 122.85 g; Kw. tł. nasy.: 59.22 g; W: 390.90 g; W tym cukry: 54.18 g; Bl.: 51.02 g; Sól: 11.48 g;	E: 2944.08 kcal; B: 110.27 g; T: 65.08 g; Kw. tł. nasy.: 28.54 g; W: 487.02 g; W tym cukry: 70.33 g; Bl.: 30.62 g; Sól: 8.35 g;	E: 3282.13 kcal; B: 146.48 g; T: 94.39 g; Kw. tł. nasy.: 39.18 g; W: 480.30 g; W tym cukry: 46.20 g; Bl.: 27.59 g; Sól: 9.92 g;

	ŁÓDŹ- WWCOIT Podstawowa	ŁÓDŹ- WWCOIT Łatwo strawna	ŁÓDŹ- WWCOIT Cukrzycowa	ŁÓDŹ- WWCOIT Niskotłuszczowa	ŁÓDŹ- WWCOIT Bogatobiałkowa	ŁÓDŹ- WWCOIT Cukrzyca bogatobiałkowa	ŁÓDŹ- WWCOIT Niskocholesterolowa	ŁÓDŹ- WWCOIT Bogatobiałkowa (OPS)
2024-01-19 piątek	Śniadanie	Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Chalka 60 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>) Povidła śliwkowe 50 g Mandarynka 1 szt Kakao z mlekiem 250 ml (<u>MLE,</u>) Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ,</u>) Miód (25g) 1 szt	Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Chalka 60 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>) Dżem. 50 g Mandarynka 1 szt Kakao z mlekiem 250 ml (<u>MLE,</u>) Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ,</u>) Miód (25g) 1 szt	Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>) Chleb Grahamski 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Dżem. 50 g Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ,</u>) Miód (25g) 1 szt	Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Chalka 60 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>) Dżem. 50 g Mandarynka 1 szt Kakao z mlekiem 250 ml (<u>MLE,</u>) Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ,</u>) Miód (25g) 1 szt	Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>) Chleb Grahamski 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Twaróg półtłusty 100 g (<u>MLE,</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Mandarynka 1 szt Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ,</u>) Miód (25g) 1 szt	Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Chalka 60 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>) Dżem. 50 g Mandarynka 1 szt Kakao z mlekiem 250 ml (<u>MLE,</u>) Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ,</u>) Miód (25g) 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Serek śmietankowy naturalny termizowany-dwój smak 1 szt (<u>MLE,</u>) Mus z jabłek prażonych 150 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ,</u>) Miód (25g) 1 szt
		II SN		jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>MLE,</u>)			jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>MLE,</u>)	
Obiad	Krupnik jęczmienny () 400 ml (<u>MLE, SEL, GLU JECZ,</u>) Ziemniaki z koperkiem () 200 g Dorsz panierowany 120 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB,</u>) Surówka z kapusty kiszzonej z olejem () 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Krupnik jęczmienny () 400 ml (<u>MLE, SEL, GLU JECZ,</u>) Ziemniaki z koperkiem () 200 g Ryba pieczona (Dorsz) 120 g (<u>RYB,</u>) Warzywa po grecku () 200 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Krupnik jęczmienny () 400 ml (<u>MLE, SEL, GLU JECZ,</u>) Ziemniaki z koperkiem () 200 g Ryba pieczona (Dorsz) 120 g (<u>RYB,</u>) Surówka z kapusty kiszzonej z olejem b/c () 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Krupnik jęczmienny () 400 ml (<u>MLE, SEL, GLU JECZ,</u>) Ziemniaki z koperkiem () 200 g Dorsz panierowany 120 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB,</u>) Ryba pieczona (Dorsz) 120 g (<u>RYB,</u>) Warzywa po grecku () 200 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Krupnik jęczmienny () 400 ml (<u>MLE, SEL, GLU JECZ,</u>) Ziemniaki z koperkiem () 200 g Dorsz panierowany 120 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB,</u>) Ryba pieczona (Dorsz) 120 g (<u>RYB,</u>) Warzywa po grecku () 200 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Krupnik jęczmienny () 400 ml (<u>MLE, SEL, GLU JECZ,</u>) Ziemniaki z koperkiem () 200 g Dorsz panierowany 120 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB,</u>) Ryba pieczona (Dorsz) 120 g (<u>RYB,</u>) Surówka z kapusty kiszzonej z olejem b/c () 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Krupnik jęczmienny () 400 ml (<u>MLE, SEL, GLU JECZ,</u>) Ziemniaki z koperkiem () 200 g Ryba pieczona (Dorsz) 120 g (<u>RYB,</u>) Surówka z kapusty kiszzonej z olejem () 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Krupnik jęczmienny () 400 ml (<u>MLE, SEL, GLU JECZ,</u>) Ziemniaki z koperkiem () 200 g Dorsz panierowany 120 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB,</u>) Ryba pieczona (Dorsz) 120 g (<u>RYB,</u>) Warzywa po grecku () 200 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Kompot owocowy* b/c 250 ml
	PD		Surówka Coleslaw b/c () 100 g (<u>JAJ, MLE, GOR,</u>)			Surówka Coleslaw b/c () 100 g (<u>JAJ, MLE, GOR,</u>)		Chrupki kukurydziane 25 g
Kolejacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Chleb Grahamski 60 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Pasta z jaj 100 g (<u>JAJ, MLE,</u>) Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 20 g (<u>może zawierać: MLE, GOR,</u>) jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>MLE,</u>) Brokuł gotowany* 90 g	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>) Pasta z jaj 100 g (<u>JAJ, MLE,</u>) Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 20 g (<u>może zawierać: MLE, GOR,</u>) jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>MLE,</u>) Brokuł gotowany* 90 g	Chleb Grahamski 150 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Pasta z jaj 100 g (<u>JAJ, MLE,</u>) Sałata zielona 10 g Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (<u>może zawierać: MLE, GOR,</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 100 g (<u>SEL,</u>) Herbata czarna granulowana z cytryną z/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 tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (<u>może zawierać: MLE, GOR,</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 100 g (<u>SEL,</u>) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>MLE,</u>) Brokuł gotowany* 90 g	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>) Pasta z jaj 100 g (<u>JAJ, MLE,</u>) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (<u>może zawierać: MLE, GOR,</u>) Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Brokuł gotowany* 90 g	Chleb Grahamski 150 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Pasta z jaj 100 g (<u>JAJ, MLE,</u>) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (<u>może zawierać: MLE, GOR,</u>) Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Brokuł gotowany* 90 g	Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Pasztet drobiowy (50g) 1 szt (<u>MLE,</u>) Galaretkę z indyka 180g 1 szt (<u>SOJ, SEL,</u>) Brokuł gotowany* 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	
	PN	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE,</u>) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 20 g (<u>SOJ,</u>) Sałata zielona 5 g	Chleb Grahamski 30 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE,</u>) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 20 g (<u>SOJ,</u>) Sałata zielona 5 g	Bułka pszenna długa krojona 30 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE,</u>) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 20 g (<u>SOJ,</u>) Sałata zielona 5 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE,</u>) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 20 g (<u>SOJ,</u>) Sałata zielona 5 g	Chleb Grahamski 30 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE,</u>) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 20 g (<u>SOJ,</u>) Sałata zielona 5 g	Bułka pszenna długa krojona 30 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE,</u>) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 20 g (<u>SOJ,</u>) Sałata zielona 5 g	Bułka pszenna długa krojona 30 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE,</u>) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 20 g (<u>SOJ,</u>) Sałata zielona 5 g
	E: 3115.72 kcal; B: 110.92 g; T: 102.34 g; Kw. tł. nasy.: 34.81 g; W: 451.02 g; W tym cukry: 97.59 g; Bł.: 32.41 g; Sól: 9.72 g;	E: 2980.22 kcal; B: 115.22 g; T: 81.76 g; Kw. tł. nasy.: 33.16 g; W: 460.30 g; W tym cukry: 115.82 g; Bł.: 32.06 g; Sól: 8.60 g;	E: 2504.63 kcal; B: 122.50 g; T: 84.66 g; Kw. tł. nasy.: 31.50 g; W: 465.05 g; W tym cukry: 45.83 g; Bł.: 43.42 g; Sól: 10.52 g;	E: 2864.10 kcal; B: 101.85 g; T: 73.46 g; Kw. tł. nasy.: 27.07 g; W: 465.05 g; W tym cukry: 115.92 g; Bł.: 34.06 g; Sól: 7.71 g;	E: 3450.89 kcal; B: 155.16 g; T: 106.65 g; Kw. tł. nasy.: 35.31 g; W: 481.52 g; W tym cukry: 117.59 g; Bł.: 34.70 g; Sól: 11.28 g;	E: 3054.34 kcal; B: 171.38 g; T: 112.80 g; Kw. tł. nasy.: 36.08 g; W: 359.12 g; W tym cukry: 50.38 g; Bł.: 46.06 g; Sól: 11.99 g;	E: 2997.86 kcal; B: 126.06 g; T: 82.46 g; Kw. tł. nasy.: 32.58 g; W: 448.72 g; W tym cukry: 113.08 g; Bł.: 25.87 g; Sól: 8.45 g;	E: 3532.58 kcal; B: 138.62 g; T: 128.40 g; Kw. tł. nasy.: 52.29 g; W: 462.21 g; W tym cukry: 67.54 g; Bł.: 34.06 g; Sól: 10.62 g;

	ŁÓDŹ- WWCOIT Podstawowa	ŁÓDŹ- WWCOIT Łatwo strawna	ŁÓDŹ- WWCOIT Cukrzycowa	ŁÓDŹ- WWCOIT Niskotłuszczowa	ŁÓDŹ- WWCOIT Bogatobiałkowa	ŁÓDŹ- WWCOIT Cukrzycowa bogatobiałkowa	ŁÓDŹ- WWCOIT Niskocholesterolowa	ŁÓDŹ- WWCOIT Bogatobiałkowa (OPS)	
2024-01-20 sobota	Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Sałatka z makaronu z wędliną drobiowo wieprzową 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, GOR.</u>) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (<u>SOJ.</u>) Cukinia pieczona z olejem * 100 g Kawa zbożowa z młkiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Miód (25g) 1 szt Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</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>) Cukinia pieczona z olejem * 100 g Kawa zbożowa z młkiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Miód (25g) 1 szt Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>)	Chleb Graham 100 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>) Ogórek kiszony 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>)	Bułka pszenna długa krojona 100 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>) Cukinia pieczona z olejem * 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Miód (25g) 1 szt Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</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>) Ogórek kiszony 100 g Kawa zbożowa z młkiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Miód (25g) 1 szt Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>)	Chleb Graham 100 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>) Ogórek kiszony 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Miód (25g) 1 szt Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>)	Bułka pszenna długa krojona 100 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>) Ogórek kiszony 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Miód (25g) 1 szt Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>)	Bułka pszenna długa krojona 100 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>) Ogórek kiszony 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Miód (25g) 1 szt Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>)
		II ŚN		Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<u>MLE</u>)			Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<u>MLE</u>)		Galaretką o smaku truskawkowym 150 g
2024-01-20 sobota	Obiad	Koperkowa z ziemniakami () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ryz na sypko (brązowy) 200 g Kociołek meksykański z kurczakiem i fasolą 150 g (<u>SEL.</u>) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Koperkowa z ziemniakami () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ryz na sypko (brązowy) 200 g Potrawka drobiowa () 150 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Buraczki oprószone () 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Koperkowa z ziemniakami () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ryz na sypko (brązowy) 200 g Kociołek meksykański z kurczakiem i fasolą 150 g (<u>SEL.</u>) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Koperkowa z ziemniakami () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ryz na sypko 200 g Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g Sos jarzynowy () 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Buraczki oprószone () 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Koperkowa z ziemniakami () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ryz na sypko 200 g Potrawka drobiowa () 150 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g Buraczki oprószone () 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Koperkowa z ziemniakami () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ryz na sypko (brązowy) 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	Koperkowa z ziemniakami () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ryz na sypko 200 g Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g Sos jarzynowy () 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Buraczki oprószone () 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	
		PD		Jabłko 1 szt 1 szt			Jabłko 1 szt 1 szt		Jabłko pieczone 1szt. 1 szt
2024-01-20 sobota	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>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Banan 1szt. 1 szt Herbata czarna granulowana z cytryną 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>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Banan 1szt. 1 szt Herbata czarna granulowana z cytryną 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>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	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 Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Herbata czarna granulowana z cytryną 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>) Parówki Delikatne-proukt drobiowo wieprzowy homogenizowany wędzony parzony w osłonce niejadalnej 120 g (<u>SOJ.</u>) Twaróg półtłusty 100 g (<u>MLE</u>) Banan 1szt. 1 szt Herbata czarna granulowana z cytryną 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>) Twaróg półtłusty 100 g (<u>MLE</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	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 Banan 1szt. 1 szt Herbata czarna granulowana z cytryną z/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>) Serek śmietankowy do chleba termizowany 100g 1 szt (<u>MLE</u>) Parówki Delikatne-proukt drobiowo wieprzowy homogenizowany wędzony parzony w osłonce niejadalnej 120 g (<u>SOJ.</u>) Ketchup 20 g (<u>SEL.</u>) Marchew gotowana z olejem () 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml
		PN	Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt Herbatniki 20 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u>)	Herbatniki 20 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u>) Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt	Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ.</u>) Ser żółty 20 g (<u>MLE</u>) Sałata zielona 5 g	Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt Herbatniki 20 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u>)	Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Ser żółty 20 g (<u>MLE</u>) Sałata zielona 5 g	Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt Herbatniki 20 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u>)	Herbatniki 20 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u>) Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt
	E: 2730.51 kcal; B: 78.86 g; T: 68.33 g; Kw. tł. nasy.: 25.03 g; W: 463.08 g; W tym cukry: 107.09 g; Bł.: 40.37 g; Sól: 10.54 g;	E: 2667.72 kcal; B: 89.60 g; T: 56.75 g; Kw. tł. nasy.: 23.83 g; W: 461.98 g; W tym cukry: 110.88 g; Bł.: 30.14 g; Sól: 9.38 g;	E: 2213.04 kcal; B: 83.20 g; T: 67.63 g; Kw. tł. nasy.: 28.39 g; W: 336.72 g; W tym cukry: 46.52 g; Bł.: 45.07 g; Sól: 10.45 g;	E: 2537.27 kcal; B: 95.62 g; T: 56.74 g; Kw. tł. nasy.: 22.44 g; W: 421.95 g; W tym cukry: 80.79 g; Bł.: 25.64 g; Sól: 8.18 g;	E: 3597.73 kcal; B: 152.44 g; T: 111.54 g; Kw. tł. nasy.: 41.19 g; W: 509.78 g; W tym cukry: 115.07 g; Bł.: 35.60 g; Sól: 13.41 g;	E: 2902.47 kcal; B: 143.44 g; T: 98.67 g; Kw. tł. nasy.: 35.15 g; W: 380.99 g; W tym cukry: 52.49 g; Bł.: 51.33 g; Sól: 11.35 g;	E: 2637.84 kcal; B: 88.26 g; T: 60.45 g; Kw. tł. nasy.: 22.83 g; W: 445.34 g; W tym cukry: 100.37 g; Bł.: 32.35 g; Sól: 9.41 g;	E: 3335.78 kcal; B: 132.14 g; T: 122.01 g; Kw. tł. nasy.: 54.51 g; W: 437.86 g; W tym cukry: 62.57 g; Bł.: 31.26 g; Sól: 11.87 g;	

	ŁÓDŹ- WWCOIT Podstawowa	ŁÓDŹ- WWCOIT Łatwo strawna	ŁÓDŹ- WWCOIT Cukrzycowa	ŁÓDŹ- WWCOIT Niskotłuszczowa	ŁÓDŹ- WWCOIT Bogatobiałkowa	ŁÓDŹ- WWCOIT Cukrzycza bogatobiałkowa	ŁÓDŹ- WWCOIT Niskocholesterolowa	ŁÓDŹ- WWCOIT Bogatobiałkowa (OPS)	
2024-01-21 niedziela	Śniadanie	Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ</u> , Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Serek homo o smaku wanilinowym 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 Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> , Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Serek homo o smaku wanilinowym 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 Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ</u>)	Chleb Graham 100 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 Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ</u>)	Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Serek homo o smaku wanilinowym 100 g (<u>MLE</u>) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Miód (25g) 1 szt Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> , Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Serek homo o smaku wanilinowym 100 g (<u>MLE</u>) Szynka gotowana wieprzowa wędzona parzona, zawiera wodę dodaną, w siatce niejadalnej 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ</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 Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ</u>)	Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ</u> , Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Serek homo. naturalny 100 g (<u>MLE</u>) Szynka gotowana wieprzowa wędzona parzona, zawiera wodę dodaną, w siatce niejadalnej 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ</u>) Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ</u>)	Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Serek homo o smaku wanilinowym 100 g (<u>MLE</u>) Szynka gotowana wieprzowa wędzona parzona, zawiera wodę dodaną, w siatce niejadalnej 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ</u>) Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ</u>)	Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Szynka gotowana wieprzowa wędzona parzona, zawiera wodę dodaną, w siatce niejadalnej 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ</u>) Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ</u>)
		II ŚN		Salatka szwedzka b/c () 100 g (<u>GOR</u>)			Salatka szwedzka b/c () 100 g (<u>GOR</u>)		Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml
2024-01-21 niedziela	Obiad	Marchewkowa z zacierką () 400 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL</u>) Ziemniaki z koperkiem () 200 g Kotlet schabowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Surówka wielowarzywna z olejem () 200 g (<u>SEL</u>) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Marchewkowa z zacierką () 400 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL</u>) Ziemniaki z koperkiem () 200 g Bitka schabowa 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Sos własny () 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Szpinak gotowany z olejem* 200 g (<u>GLU PSZ</u>) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Marchewkowa z zacierką () 400 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL</u>) Ziemniaki z koperkiem () 200 g Bitka schabowa 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Szosinak gotowany z olejem* 200 g (<u>GLU PSZ</u>) Kompot owocowy* z/c 250 ml Sos własny () 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Surówka wielowarzywna z olejem b/c () 200 g (<u>SEL</u>) Kompot owocowy* b/c 250 ml	Marchewkowa z zacierką () 400 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL</u>) Ziemniaki z koperkiem () 200 g Bitka schabowa 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Bitka schabowa (bez glutenu) 100 g Sos własny () 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Szosinak gotowany z olejem* 200 g (<u>GLU PSZ</u>) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Marchewkowa z zacierką () 400 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL</u>) Ziemniaki z koperkiem () 200 g Kotlet schabowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Bitka schabowa (bez glutenu) 100 g Sos własny () 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Szosinak gotowany z olejem* 200 g (<u>GLU PSZ</u>) Kompot owocowy* b/c 250 ml	Marchewkowa z zacierką () 400 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL</u>) Ziemniaki z koperkiem () 200 g Bitka schabowa 100 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Sos własny () 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Surówka wielowarzywna z olejem () 200 g (<u>SEL</u>) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Marchewkowa z zacierką () 400 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL</u>) Ziemniaki z koperkiem () 200 g Bitka schabowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Bitka schabowa 100 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Sos własny () 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Szosinak gotowany z olejem* 200 g (<u>GLU PSZ</u>) Kompot owocowy* b/c 250 ml	
		PD		jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>MLE</u>)			jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>MLE</u>)		Ciastka różne 40 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE</u>)
2024-01-21 niedziela	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>) Kiełbasa Żywiecka wieprzowa grubo rozdrobniona wędzona parzona z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (<u>SOJ, MLE</u>) Rzodkiew biała 100 g Herbata miętowa ekspresowa 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>) Baton szynkowy z kurcząt 50 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR</u>) Pasta warzywna () 100 g (<u>SEL</u>) Herbata miętowa ekspresowa 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>) Kiełbasa Żywiecka wieprzowa grubo rozdrobniona wędzona parzona z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (<u>SOJ, MLE</u>) Rzodkiew biała 100 g Herbata miętowa ekspresowa b/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Baton szynkowy z kurcząt 50 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR</u>) Pasta warzywna () 100 g (<u>SEL</u>) Herbata miętowa ekspresowa 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>) Baton szynkowy z kurcząt 50 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR</u>) Jajko gotowane kl L 1 szt (<u>JAJ</u>) Pomidor 100 g Herbata miętowa ekspresowa 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>) Kiełbasa Żywiecka wieprzowa grubo rozdrobniona wędzona parzona z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (<u>SOJ, MLE</u>) Rzodkiew biała 100 g Herbata miętowa ekspresowa 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>) Baton szynkowy z kurcząt 50 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR</u>) Rzodkiew biała 100 g Herbata miętowa ekspresowa z/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>) Baton szynkowy z kurcząt 50 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR</u>) Pasta warzywna () 100 g (<u>SEL</u>) Herbata miętowa ekspresowa z/c 250 ml jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>MLE</u>)
		PN	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 20 g Salata zielona 5 g	Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 20 g Salata zielona 5 g	Bułka pszenna długa krojona 30 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 20 g Salata zielona 5 g	Bułka pszenna długa krojona 30 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 20 g Salata zielona 5 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 20 g Salata zielona 5 g	Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 20 g Salata zielona 5 g	Bułka pszenna długa krojona 30 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 20 g Salata zielona 5 g
	E: 2660.60 kcal; B: 102.77 g; T: 77.92 g; Kw. tł. nasy.: 28.79 g; W: 404.75 g; W tym cukry: 82.42 g; Bł.: 39.93 g; Sól: 8.96 g;	E: 2664.69 kcal; B: 109.33 g; T: 76.02 g; Kw. tł. nasy.: 28.39 g; W: 398.72 g; W tym cukry: 71.60 g; Bł.: 28.68 g; Sól: 8.84 g;	E: 2292.75 kcal; B: 111.65 g; T: 71.40 g; Kw. tł. nasy.: 27.22 g; W: 324.44 g; W tym cukry: 44.68 g; Bł.: 46.06 g; Sól: 9.70 g;	E: 2705.56 kcal; B: 111.97 g; T: 78.78 g; Kw. tł. nasy.: 26.90 g; W: 402.35 g; W tym cukry: 71.45 g; Bł.: 30.85 g; Sól: 7.66 g;	E: 3132.08 kcal; B: 149.28 g; T: 103.22 g; Kw. tł. nasy.: 33.60 g; W: 413.72 g; W tym cukry: 71.64 g; Bł.: 29.89 g; Sól: 10.70 g;	E: 2703.70 kcal; B: 156.13 g; T: 93.29 g; Kw. tł. nasy.: 34.18 g; W: 331.91 g; W tym cukry: 37.60 g; Bł.: 43.64 g; Sól: 10.87 g;	E: 2757.12 kcal; B: 115.04 g; T: 78.36 g; Kw. tł. nasy.: 28.49 g; W: 413.00 g; W tym cukry: 85.34 g; Bł.: 30.84 g; Sól: 8.20 g;	E: 3553.73 kcal; B: 142.84 g; T: 144.15 g; Kw. tł. nasy.: 59.22 g; W: 435.28 g; W tym cukry: 59.64 g; Bł.: 32.25 g; Sól: 10.42 g;	

<nazwa jednostki>

<ulica>, <kod>

DIETETYK CENTRALNY

Monika Rusin

mgr Monika Rusin

CATERMED S.A.

91-204 Łódź, ul. Traktorowa 126, lok. 201
NIP 677-21-64-383, Regon 357938830

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:

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