

Jadłospisy za okres od dnia 2024-04-29 do dnia 2024-05-12 KUCHNIA ŁÓDŹ

	ŁÓDŹ- WWC0IT Podstawowa	ŁÓDŹ- WWC0IT Łatwo strawna	ŁÓDŹ- WWC0IT Z ogr. łatwo przysw. węglowodanów	ŁÓDŹ- WWC0IT Łatwo str. z ogr. tłuszczu	ŁÓDŹ- WWC0IT Bogatobiałkowa	ŁÓDŹ- WWC0IT Z ogr. łatwo przysw. węgl. bogatobiał	ŁÓDŹ- WWC0IT O kontrolowanej zawartości kw. tł.	ŁÓDŹ- WWC0IT Bogatobiałkowa (OPS)	
2024-05-01 środa	Sniadanie	Platki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Sałatka z soczewicy, pomidora i ogórka kiszzonego 100 g (<u>SEL.</u>) Szynka wieśniowa- wieprzowa, wędz. parz. z dod. wody i białka wp. 50 g (<u>SOJ.</u>) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JEJCZ.</u>) Miód (25g) 1 szt Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>)	Platki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Szynka wieśniowa- wieprzowa, wędz. parz. z dod. wody i białka wp. 50 g (<u>SOJ.</u>) Marchew pieczona w słupki () 100 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JEJCZ.</u>) Miód (25g) 1 szt Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>)	Platki owsiane na wywarze jarzynowym () 300 ml (<u>SEL, GLU OW.</u>) Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Sałatka z soczewicy, pomidora i ogórka kiszzonego 100 g (<u>SEL.</u>) Szynka wieśniowa- wieprzowa, wędz. parz. z dod. wody i białka wp. 50 g (<u>SOJ.</u>) Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>)	Platki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Szynka wieśniowa- wieprzowa, wędz. parz. z dod. wody i białka wp. 50 g (<u>SOJ.</u>) Marchew pieczona w słupki () 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml Miód (25g) 1 szt Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>)	Platki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Szynka wieśniowa- wieprzowa, wędz. parz. z dod. wody i białka wp. 50 g (<u>SOJ.</u>) Sałatka z soczewicy, pomidora i ogórka kiszzonego 100 g (<u>SEL.</u>) Marchew pieczona w słupki () 100 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JEJCZ.</u>) Miód (25g) 1 szt Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>)	Platki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Szynka wieśniowa- wieprzowa, wędz. parz. z dod. wody i białka wp. 50 g (<u>SOJ.</u>) Sałatka z soczewicy, pomidora i ogórka kiszzonego 100 g (<u>SEL.</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 owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Szynka wieśniowa- wieprzowa, wędz. parz. z dod. wody i białka wp. 50 g (<u>SOJ.</u>) Serek kanapkowy mini o smaku smietankowym 30g 1 szt (<u>MLE.</u>) Marchew pieczona w słupki () 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml Miód (25g) 1 szt	
		II SN		Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c () 100 g			Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c () 100 g		Chrupki kukurydziane 25 g
2024-05-01 środa	Obiad	Grysikowa () 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Mięso drobiowe pieczone z udźca kurczaka 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Sos jarzynowy () 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Buraczki zasmażane 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 gotowane () 200 g Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g Sos jarzynowy () 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Buraczki oprószone () 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Grysikowa () 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g Sos jarzynowy () 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Cwikła z jabłkiem b/c () 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Grysikowa () 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g Mięso drobiowe pieczone z udźca kurczaka 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Sos jarzynowy () 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Buraczki oprószone () 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Grysikowa () 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g Mięso drobiowe pieczone z udźca kurczaka 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Sos jarzynowy () 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Cwikła z jabłkiem b/c () 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Grysikowa () 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g Sos jarzynowy () 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Cwikła z jabłkiem b/c () 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Grysikowa () 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g Mięso drobiowe pieczone z udźca kurczaka 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Sos jarzynowy () 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Buraczki oprószone () 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot owocowy* b/c 250 ml	
		PD		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
2024-05-01 środa	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>) Ser żółty 50 g (<u>MLE.</u>) Jabłko 1 szt 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>) Ser żółty 50 g (<u>MLE.</u>) Jabłko 1 szt 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>) Ser żółty 50 g (<u>MLE.</u>) Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	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 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 kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Serek homo. naturalny 100 g (<u>MLE.</u>) Jabłko 1 szt 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>) Serek homo. naturalny 100 g (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	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 Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<u>MLE.</u>)	
		PN	Herbatniki 20 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u>) Sok pomarańczowy 0,2L-kartonik 1 szt	Sok pomarańczowy 0,2L-kartonik 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>) Sałata zielona 5 g Szynka szkolna- wp. parzona 20 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u>)	Sok pomarańczowy 0,2L-kartonik 1 szt Herbatniki 20 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u>)	Herbatniki 20 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u>) Sok pomarańczowy 0,2L-kartonik 1 szt	Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Szynka szkolna- wp. parzona 20 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u>) Sałata zielona 5 g	Herbatniki 20 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u>) Sok pomarańczowy 0,2L-kartonik 1 szt
		Wartość energetyczna: 2959.25 kcal; Białko ogółem: 110.64 g; Tłuszcz: 87.14 g; Kw. tł. nasy.: 38.85 g; Węglowodany ogółem: 448.40 g; W tym cukry: 117.76 g; Błonnik pok.: 33.49 g; Sól: 11.31 g;	Wartość energetyczna: 2729.16 kcal; Białko ogółem: 106.23 g; Tłuszcz: 62.58 g; Kw. tł. nasy.: 27.70 g; Węglowodany ogółem: 448.08 g; W tym cukry: 120.81 g; Błonnik pok.: 31.06 g; Sól: 8.69 g;	Wartość energetyczna: 2390.32 kcal; Białko ogółem: 104.29 g; Tłuszcz: 76.25 g; Kw. tł. nasy.: 36.62 g; Węglowodany ogółem: 345.08 g; W tym cukry: 50.45 g; Błonnik pok.: 44.58 g; Sól: 11.07 g;	Wartość energetyczna: 2682.26 kcal; Białko ogółem: 106.53 g; Tłuszcz: 60.01 g; Kw. tł. nasy.: 25.86 g; Węglowodany ogółem: 441.66 g; W tym cukry: 116.21 g; Błonnik pok.: 28.51 g; Sól: 7.29 g;	Wartość energetyczna: 3080.54 kcal; Białko ogółem: 144.41 g; Tłuszcz: 80.05 g; Kw. tł. nasy.: 30.98 g; Węglowodany ogółem: 458.63 g; W tym cukry: 122.65 g; Błonnik pok.: 31.98 g; Sól: 11.42 g;	Wartość energetyczna: 2700.21 kcal; Białko ogółem: 149.93 g; Tłuszcz: 81.18 g; Kw. tł. nasy.: 32.39 g; Węglowodany ogółem: 364.55 g; W tym cukry: 62.63 g; Błonnik pok.: 44.85 g; Sól: 13.78 g; 8.00 g;	Wartość energetyczna: 2685.09 kcal; Białko ogółem: 107.00 g; Tłuszcz: 62.71 g; Kw. tł. nasy.: 26.36 g; Węglowodany ogółem: 433.47 g; W tym cukry: 112.05 g; Błonnik pok.: 25.12 g; Sól: 8.00 g;	Wartość energetyczna: 3192.37 kcal; Białko ogółem: 139.58 g; Tłuszcz: 82.25 g; Kw. tł. nasy.: 30.66 g; Węglowodany ogółem: 488.80 g; W tym cukry: 79.79 g; Błonnik pok.: 32.76 g; Sól: 9.54 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-04-29 do dnia 2024-05-12 KUCHNIA ŁÓDŹ

	ŁÓDŹ- WWC0IT Podstawowa	ŁÓDŹ- WWC0IT Łatwo strawna	ŁÓDŹ- WWC0IT Z ogr. łatwo przysw. węglowodanów	ŁÓDŹ- WWC0IT Łatwo str. z ogr. tłuszczu	ŁÓDŹ- WWC0IT Bogatobiałkowa	ŁÓDŹ- WWC0IT Z ogr. łatwo przysw. węgl. bogatobiał	ŁÓDŹ- WWC0IT O kontrolowanej zawartości kw. tł.	ŁÓDŹ- WWC0IT Bogatobiałkowa (OPS)	
2024-05-02 czwartek	Śniadanie	Zacierka na mleku 300 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Chleb Graham 100 g (GLU PSZ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Twaróg półtłusty 100 g (MLE.) Banan 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)	Zacierka na mleku 300 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Twaróg półtłusty 100 g (MLE.) Banan 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)	Zacierka na wywarze jarzynowym () 300 ml (GLU PSZ, JAJ, SEL.) Chleb Graham 100 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.) Mandarynka 1 szt Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ)	Zacierka na mleku 300 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Bułka pszenna długa krojona 100 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.) Twaróg półtłusty 100 g (MLE.) Banan 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)	Zacierka na mleku 300 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b. sojowego i wody 50 g (SOJ.) Twaróg półtłusty 100 g (MLE.) Banan 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)	Zacierka na mleku 300 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Bułka pszenna długa krojona 100 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 Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ)	Bułka pszenna długa krojona 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.) Jajko gotowane kl L 1 szt (JAJ.) Mus z jabłek () z/c 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml Miód (25g) 1 szt	
				Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE.)			Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE.)		Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml
	Obiad	Barszcz biały z ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT.) Risotto z mięsem wieprzowym i warzywami () 300 g (SEL.) Sos pomidorowy 80 ml (GLU PSZ) Brokuł gotowany* 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Ziemniaczana () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Risotto z mięsem wieprzowym i warzywami () 300 g (SEL.) Sos pomidorowy 80 ml (GLU PSZ) Cukinia pieczona z olejem i koncentratem pomidorowym* 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Barszcz biały z ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT.) Ryż na sypko 200 g Pulpet wieprzowy 120 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos pomidorowy 80 ml (GLU PSZ) Cukinia pieczona z olejem i koncentratem pomidorowym* 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Ziemniaczana () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT.) Risotto z mięsem wieprzowym i warzywami () 300 g (SEL.) Sos pomidorowy 80 ml (GLU PSZ, JAJ.) Pulpet wieprzowy 120 g (GLU PSZ, JAJ.) Cukinia pieczona z olejem i koncentratem pomidorowym* 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Barszcz biały z ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT.) Risotto (brązowy) z mięsem wieprzowym i warzywami () 300 g (SEL.) Pulpet wieprzowy 120 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos pomidorowy 80 ml (GLU PSZ) Brokuł gotowany* 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Ziemniaczana () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Risotto z mięsem wieprzowym i warzywami () 300 g (SEL.) Sos pomidorowy 80 ml (GLU PSZ) Brokuł gotowany* 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Barszcz biały z ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT.) Risotto z mięsem wieprzowym i warzywami () 300 g (SEL.) Sos pomidorowy 80 ml (GLU PSZ) Pulpet wieprzowy 120 g (GLU PSZ, JAJ.) Cukinia pieczona z olejem i koncentratem pomidorowym* 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	
	PD		Surówka wielowarzywna z olejem b/c () 100 g (SEL.)			Surówka wielowarzywna z olejem b/c () 100 g (SEL.)		Sok przecierowy warzynno-owocowy 0,33 l 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.) Pierogi z kapustą i grzybami* 200 g (GLU PSZ, SOJ.) Salatka jarzynowa z olejem - podstawa () 100 g (SEL.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa 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.) Salatka jarzynowa z olejem - podstawa () 100 g (SEL.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa 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.) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 100 g (SEL.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Jogurt naturalny 100g 1 szt (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.) Pierogi z mięsem* 200 g (GLU PSZ, SOJ.) Ser żółty 50 g (MLE.) Salatka jarzynowa z olejem - podstawa () 100 g (SEL.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Jogurt naturalny 100g 1 szt (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.) Ser żółty 50 g (MLE.) Salatka jarzynowa z olejem - podstawa () 100 g (SEL.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 150 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Pierogi z kapustą i grzybami* 200 g (GLU PSZ, SOJ.) Salatka jarzynowa z olejem - podstawa () 100 g (SEL.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE.)	Bułka pszenna długa krojona 150 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Pyzy z mięsem* 200 g (GLU PSZ, SOJ.) Ser żółty 50 g (MLE.) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 100 g (SEL.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml	
	PN	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Sałata zielona 5 g (MLE.) Jajko gotowane kl L 1 szt (JAJ.)	Chleb Graham 30 g (GLU PSZ) Sałata zielona 5 g (MLE.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Jajko gotowane kl L 1 szt (JAJ.)	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.) Sałata zielona 5 g (MLE.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Jajko gotowane kl L 1 szt (JAJ.)	Chleb Graham 30 g (GLU PSZ) Sałata zielona 5 g (MLE.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Jajko gotowane kl L 1 szt (JAJ.)	Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ.) Sałata zielona 5 g (MLE.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 20 g	Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Jajko gotowane kl L 1 szt (JAJ.)	
		Wartość energetyczna: 3449.32 kcal; Białko ogółem: 123.94 g; Tłuszcz: 98.66 g; Kw. tł. nasy.: 37.53 g; Węglowodany ogółem: 529.29 g; W tym cukry: 109.67 g; Błonnik pok.: 42.03 g; Sól: 8.35 g;	Wartość energetyczna: 3489.51 kcal; Białko ogółem: 117.70 g; Tłuszcz: 103.64 g; Kw. tł. nasy.: 40.02 g; Węglowodany ogółem: 531.59 g; W tym cukry: 112.14 g; Błonnik pok.: 29.98 g; Sól: 7.15 g;	Wartość energetyczna: 2577.53 kcal; Białko ogółem: 113.37 g; Tłuszcz: 88.74 g; Kw. tł. nasy.: 32.22 g; Węglowodany ogółem: 354.84 g; W tym cukry: 40.57 g; Błonnik pok.: 50.11 g; Sól: 7.96 g;	Wartość energetyczna: 2991.29 kcal; Białko ogółem: 114.10 g; Tłuszcz: 86.03 g; Kw. tł. nasy.: 31.58 g; Węglowodany ogółem: 451.99 g; W tym cukry: 72.33 g; Błonnik pok.: 25.84 g; Sól: 8.33 g;	Wartość energetyczna: 4000.02 kcal; Białko ogółem: 169.54 g; Tłuszcz: 136.78 g; Kw. tł. nasy.: 55.65 g; Węglowodany ogółem: 535.60 g; W tym cukry: 112.60 g; Błonnik pok.: 33.16 g; Sól: 10.23 g;	Wartość energetyczna: 3270.59 kcal; Białko ogółem: 174.16 g; Tłuszcz: 126.91 g; Kw. tł. nasy.: 50.09 g; Węglowodany ogółem: 383.15 g; W tym cukry: 53.02 g; Błonnik pok.: 50.10 g; Sól: 11.15 g;	Wartość energetyczna: 3411.95 kcal; Białko ogółem: 118.82 g; Tłuszcz: 90.45 g; Kw. tł. nasy.: 33.27 g; Węglowodany ogółem: 540.99 g; W tym cukry: 105.28 g; Błonnik pok.: 33.79 g; Sól: 7.29 g;	Wartość energetyczna: 3741.75 kcal; Białko ogółem: 145.47 g; Tłuszcz: 135.62 g; Kw. tł. nasy.: 54.41 g; Węglowodany ogółem: 495.63 g; W tym cukry: 84.05 g; Błonnik pok.: 29.16 g; Sól: 9.23 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-04-29 do dnia 2024-05-12 KUCHNIA ŁÓDŹ

	ŁÓDŹ- WWC0IT Podstawowa	ŁÓDŹ- WWC0IT Łatwo strawna	ŁÓDŹ- WWC0IT Z ogr. łatwo przysw. węglowodanów	ŁÓDŹ- WWC0IT Łatwo str. z ogr. tłuszczu	ŁÓDŹ- WWC0IT Bogatobiałkowa	ŁÓDŹ- WWC0IT Z ogr. łatwo przysw. węgl. bogatobiał	ŁÓDŹ- WWC0IT O kontrolowanej zawartości kw. tł.	ŁÓDŹ- WWC0IT Bogatobiałkowa (OPS)
2024-05-03 piątek	Sniadanie	Płatki pszenne na mleku 300 ml (GLUPSZ, MLE,) Chleb mieszany pszenno-żytni 40 g (GLUPSZ, GLU ŻYT,) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLUPSZ,) Ciasto drożdżowe 60 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, SO2,) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Szynka wiśniowa-wieprzowa, wędz. parz. z dod. wody i białka wp. 50 g (SOJ,) Dżem. 25 g Pomarańcza 150 g Kakao z mlekiem 250 ml (MLE,) Miód (25g) 1 szt	Płatki pszenne na mleku 300 ml (GLUPSZ, MLE,) Chleb mieszany pszenno-żytni 40 g (GLUPSZ, GLU ŻYT,) Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ,) Ciasto drożdżowe 60 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, SO2,) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Szynka wiśniowa-wieprzowa, wędz. parz. z dod. wody i białka wp. 50 g (SOJ,) Dżem. 25 g Pomarańcza 150 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	Płatki pszenne na wywarze jarzynowym () 300 ml (GLU PSZ, SEL,) Chleb Graham 100 g (GLU PSZ,) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLUPSZ,) Ciasto drożdżowe 60 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, SO2,) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Szynka wiśniowa-wieprzowa, wędz. parz. z dod. wody i białka wp. 50 g (SOJ,) Dżem. 25 g Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	Płatki pszenne na mleku 300 ml (GLUPSZ, MLE,) Bułka pszenna długa krojona 40 g (GLUPSZ,) Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ,) Ciasto drożdżowe 60 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, SO2,) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Twaróg półtłusty 100 g (MLE,) Szynka wiśniowa-wieprzowa, wędz. parz. z dod. wody i białka wp. 50 g (SOJ,) Dżem. 25 g Pomarańcza 150 g Kakao z mlekiem 250 ml (MLE,) Miód (25g) 1 szt	Płatki pszenne na mleku 300 ml (GLUPSZ, MLE,) Chleb Graham 100 g (GLU PSZ,) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLUPSZ,) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Twaróg półtłusty 100 g (MLE,) Szynka wiśniowa-wieprzowa, wędz. parz. z dod. wody i białka wp. 50 g (SOJ,) Pomarańcza 150 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	Płatki pszenne na mleku 300 ml (GLUPSZ, MLE,) Bułka pszenna długa krojona 40 g (GLUPSZ,) Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ,) Ciasto drożdżowe 60 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, SO2,) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Twaróg półtłusty 100 g (MLE,) Szynka wiśniowa-wieprzowa, wędz. parz. z dod. wody i białka wp. 50 g (SOJ,) Pomarańcza 150 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Miód (25g) 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 90 g (GLU PSZ,) Ciasto drożdżowe 60 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, SO2,) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Galaretka z indyka 180g 1 szt (SOJ, SEL,) Serek z ziołami do chleba tميزowany 100g 1 szt (MLE,) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml Miód (25g) 1 szt
		II SN		Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE,)			Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE,)	
2024-05-03 piątek	Obiad	Pomidorowa z makaronem () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Dorsz panierowany 120 g (GLU PSZ, JAJ, RYB,) Surówka z kapusty czerwonej z olejem 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Ryba pieczona (Dorsz) 120 g (RYB,) Sos jarzynowy () 80 ml (GLU PSZ, SEL,) Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Ryba pieczona (Dorsz) 120 g (RYB,) Sznajpan gotowany z olejem* 200 g (GLU PSZ,) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Dorsz panierowany 120 g (GLU PSZ, JAJ, RYB,) Ryba pieczona (Dorsz) 120 g (RYB,) Sznajpan gotowany z olejem* 200 g (GLU PSZ,) Sos jarzynowy () 80 ml (GLU PSZ, SEL,) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Dorsz panierowany 120 g (GLU PSZ, JAJ, RYB,) Ryba pieczona (Dorsz) 120 g (RYB,) Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Ryba pieczona (Dorsz) 120 g (RYB,) Sos jarzynowy () 80 ml (GLU PSZ, SEL,) Surówka z kapusty czerwonej z olejem 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Dorsz panierowany 120 g (GLU PSZ, JAJ, RYB,) Ryba pieczona (Dorsz) 120 g (RYB,) Sos jarzynowy () 80 ml (GLU PSZ, SEL,) Sznajpan gotowany z olejem* 200 g (GLU PSZ,) Kompot owocowy* b/c 250 ml
		PD		Sok wielowarzynny pasteryzowany 0,33l 1 szt			Sok wielowarzynny pasteryzowany 0,33l 1 szt	
2024-05-03 piątek	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,) Jajko gotowane kl L 1 szt (JAJ,) Pomidor 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,) Jajko gotowane kl L 1 szt (JAJ,) Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 150 g (GLU PSZ,) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Buraczkki gotowane plasty () 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,) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Jajko gotowane kl L 1 szt (JAJ,) Pomidor 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,) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Jajko gotowane kl L 1 szt (JAJ,) Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 150 g (GLU PSZ,) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE,)	Bułka pszenna długa krojona 150 g (GLU PSZ,) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Ser topiony plasty 16,25g 3 szt (MLE,) Brokuł gotowany* 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml
		PN	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (MLE,) Chrupki kukurydziane 20 g	Masło extra 82% 5 g (MLE,) Chleb Graham 30 g (GLU PSZ,) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 20 g Sałata zielona 5 g	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (MLE,) Chrupki kukurydziane 20 g	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (MLE,) Chrupki kukurydziane 20 g	Sałata zielona 5 g Chleb Graham 30 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 5 g (MLE,) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 20 g	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (MLE,) Chrupki kukurydziane 20 g
	Wartość energetyczna: 2926.49 kcal; Białko ogółem: 114.41 g; Tłuszcz: 81.30 g; Kw. tł. nasy.: 34.77 g; Węglowodany ogółem: 445.98 g; W tym cukry: 109.06 g; Błonnik pok.: 29.61 g; Sól: 8.53 g;	Wartość energetyczna: 2282.52 kcal; Białko ogółem: 104.96 g; Tłuszcz: 62.34 g; Kw. tł. nasy.: 26.36 g; Węglowodany ogółem: 347.04 g; W tym cukry: 45.30 g; Błonnik pok.: 47.63 g; Sól: 9.03 g;	Wartość energetyczna: 2825.38 kcal; Białko ogółem: 113.55 g; Tłuszcz: 72.54 g; Kw. tł. nasy.: 30.50 g; Węglowodany ogółem: 442.11 g; W tym cukry: 106.24 g; Błonnik pok.: 28.79 g; Sól: 8.58 g;	Wartość energetyczna: 3482.10 kcal; Białko ogółem: 168.10 g; Tłuszcz: 108.52 g; Kw. tł. nasy.: 39.67 g; Węglowodany ogółem: 469.70 g; W tym cukry: 112.53 g; Błonnik pok.: 32.10 g; Sól: 10.64 g;	Wartość energetyczna: 2942.96 kcal; Białko ogółem: 165.24 g; Tłuszcz: 94.72 g; Kw. tł. nasy.: 34.28 g; Węglowodany ogółem: 377.83 g; W tym cukry: 61.03 g; Błonnik pok.: 48.69 g; Sól: 11.25 g;	Wartość energetyczna: 2855.13 kcal; Białko ogółem: 113.25 g; Tłuszcz: 74.23 g; Kw. tł. nasy.: 30.75 g; Węglowodany ogółem: 447.53 g; W tym cukry: 110.89 g; Błonnik pok.: 30.73 g; Sól: 8.43 g;	Wartość energetyczna: 3355.27 kcal; Białko ogółem: 146.09 g; Tłuszcz: 120.63 g; Kw. tł. nasy.: 44.22 g; Węglowodany ogółem: 434.83 g; W tym cukry: 66.43 g; Błonnik pok.: 30.26 g; Sól: 10.56 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-04-29 do dnia 2024-05-12 KUCHNIA ŁÓDŹ

	ŁÓDŹ- WWC0IT Podstawowa	ŁÓDŹ- WWC0IT Łatwo strawna	ŁÓDŹ- WWC0IT Z ogr. łatwo przysw. węglowodanów	ŁÓDŹ- WWC0IT Łatwo str. z ogr. tłuszczu	ŁÓDŹ- WWC0IT Bogatobiałkowa	ŁÓDŹ- WWC0IT Z ogr. łatwo przysw. węgl. bogatobiał	ŁÓDŹ- WWC0IT O kontrolowanej zawartości kw. tł.	ŁÓDŹ- WWC0IT Bogatobiałkowa (OPS)	
2024-05-04 sobota	Śniadanie	Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Baton szynkowy z kurcząt 50 g (może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.) Pomidor 100 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Miód (25g) 1 szt Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.) Chleb Graham 100 g (GLU PSZ.)	Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Baton szynkowy z kurcząt 50 g (może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 100 g (SEL.) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Miód (25g) 1 szt Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.)	Chleb Graham 100 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Baton szynkowy z kurcząt 50 g (może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.) Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.)	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Baton szynkowy z kurcząt 50 g (może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 100 g (SEL.) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Miód (25g) 1 szt Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.)	Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Baton szynkowy z kurcząt 50 g (może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.) Hummus z ciecierzycy 100 g (MLE.) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 100 g (SEL.) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Miód (25g) 1 szt Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.)	Chleb Graham 100 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Baton szynkowy z kurcząt 50 g (może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.) Hummus z ciecierzycy 100 g (MLE.) Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Miód (25g) 1 szt Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.)	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.) Jajko gotowane kl L 1 szt (JAJ.) Miód (25g) 1 szt Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 100 g (SEL.)	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.) Jajko gotowane kl L 1 szt (JAJ.) Miód (25g) 1 szt Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 100 g (SEL.)
		II SN		Surówka z selera i marchwi z olejem () b/c 100 g (SEL.)			Surówka z selera i marchwi z olejem () b/c 100 g (SEL.)		Biszkopty b/m 30 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ.)
	Obiad	Zupa z soczewicy i ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Kasza gryczana 200 g Gulasz wołowy - dieta 150 g (GLU PSZ.) Ogórek kiszony z cebulką z olejem 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami () 400 ml (MLE, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JECZ.) Gulasz wołowy - dieta 150 g (GLU PSZ.) Boraczki gotowane drobno tarte () 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Zupa z soczewicy i ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Kasza gryczana 200 g (GLU JECZ.) Gulasz wołowy - dieta 150 g (GLU PSZ.) Mięso z szynki wieprzowej 100 g Sos koperkowy * 80 ml (GLU PSZ, MLE.) Boraczki gotowane drobno tarte () 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami () 400 ml (MLE, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JECZ.) Gulasz wołowy - dieta 150 g (GLU PSZ.) Mięso z szynki wieprzowej 100 g Boraczki gotowane drobno tarte () 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami () 400 ml (MLE, SEL.) Kasza gryczana 200 g (GLU JECZ.) Gulasz wołowy - dieta 150 g (GLU PSZ.) Mięso z szynki wieprzowej 100 g Ogórek kiszony z cebulką z olejem 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Zupa z soczewicy i ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Kasza gryczana 200 g Gulasz wołowy - dieta 150 g (GLU PSZ.) Ogórek kiszony z cebulką z olejem 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami () 400 ml (MLE, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JECZ.) Gulasz wołowy - dieta 150 g (GLU PSZ.) Mięso z szynki wieprzowej 100 g Sos koperkowy * 80 ml (GLU PSZ, MLE.) Boraczki gotowane drobno tarte () 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	
		PD		Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE.)			Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE.)		Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 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.) Wątróbka drobiowa smażona z cebulką 120 g (GLU PSZ.) Banan 1szt. 1 szt 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 zielonogórska- wp. parzona 50 g (SOJ.) Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE.)	Chleb Graham 150 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka zielonogórska- wp. parzona 50 g (SOJ.) Mus z jabłek prażonych 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE.)	Bułka pszenna długa krojona 150 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka zielonogórska- wp. parzona 50 g (SOJ.) Mus z jabłek prażonych 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 zielonogórska- wp. parzona 50 g (SOJ.) Serek hom. naturalny 100 g (MLE.) Musztarda 20 g (GOR.) Banan 1szt. 1 szt 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.) Szynka zielonogórska- wp. parzona 50 g (SOJ.) Serek hom. naturalny 100 g (MLE.) Musztarda 20 g (GOR.) Banan 1szt. 1 szt Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE.)	Bułka pszenna długa krojona 150 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka zielonogórska- wp. parzona 50 g (SOJ.) Banan 1szt. 1 szt Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE.)	Bułka pszenna długa krojona 150 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt (MLE.) Pasztet drobiowy (50g) 1 szt (GLU PSZ, SOJ, MLE.) Mus z jabłek prażonych 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.) Kurczak gotowany produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony 20 g	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 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.) Salata zielona 5 g Twaróg półtłusty 20 g (MLE.)
		Wartość energetyczna: 3058.76 kcal; Białko ogółem: 127.26 g; Tłuszcz: 100.75 g; Kw. tł. nasy.: 34.93 g; Węglowodany ogółem: 427.32 g; W tym cukry: 89.52 g; Błonnik pok.: 34.22 g; Sól: 10.32 g;	Wartość energetyczna: 2707.46 kcal; Białko ogółem: 95.72 g; Tłuszcz: 67.52 g; Kw. tł. nasy.: 27.88 g; Węglowodany ogółem: 446.12 g; W tym cukry: 110.22 g; Błonnik pok.: 37.41 g; Sól: 8.70 g;	Wartość energetyczna: 2491.21 kcal; Białko ogółem: 111.03 g; Tłuszcz: 86.67 g; Kw. tł. nasy.: 30.84 g; Węglowodany ogółem: 340.17 g; W tym cukry: 37.87 g; Błonnik pok.: 45.94 g; Sól: 11.31 g;	Wartość energetyczna: 2533.35 kcal; Białko ogółem: 101.67 g; Tłuszcz: 61.34 g; Kw. tł. nasy.: 25.98 g; Węglowodany ogółem: 412.03 g; W tym cukry: 92.88 g; Błonnik pok.: 31.70 g; Sól: 7.72 g;	Wartość energetyczna: 3471.88 kcal; Białko ogółem: 147.60 g; Tłuszcz: 118.32 g; Kw. tł. nasy.: 47.68 g; Węglowodany ogółem: 468.14 g; W tym cukry: 113.36 g; Błonnik pok.: 37.88 g; Sól: 12.93 g;	Wartość energetyczna: 2950.74 kcal; Białko ogółem: 162.78 g; Tłuszcz: 104.90 g; Kw. tł. nasy.: 35.97 g; Węglowodany ogółem: 358.76 g; W tym cukry: 40.02 g; Błonnik pok.: 46.41 g; Sól: 12.29 g;	Wartość energetyczna: 2763.23 kcal; Białko ogółem: 106.88 g; Tłuszcz: 75.62 g; Kw. tł. nasy.: 26.97 g; Węglowodany ogółem: 426.21 g; W tym cukry: 84.47 g; Błonnik pok.: 25.68 g; Sól: 9.24 g;	Wartość energetyczna: 3139.50 kcal; Białko ogółem: 137.96 g; Tłuszcz: 101.70 g; Kw. tł. nasy.: 43.42 g; Węglowodany ogółem: 430.21 g; W tym cukry: 65.01 g; Błonnik pok.: 35.90 g; Sól: 8.43 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-04-29 do dnia 2024-05-12 KUCHNIA ŁÓDŹ

	ŁÓDŹ- WWC0IT Podstawowa	ŁÓDŹ- WWC0IT Łatwo strawna	ŁÓDŹ- WWC0IT Z ogr. łatwo przysw. węglowodanów	ŁÓDŹ- WWC0IT Łatwo str. z ogr. tłuszczu	ŁÓDŹ- WWC0IT Bogatobiałkowa	ŁÓDŹ- WWC0IT Z ogr. łatwo przysw. węgl. bogatobiał	ŁÓDŹ- WWC0IT O kontrolowanej zawartości kw. tł.	ŁÓDŹ- WWC0IT Bogatobiałkowa (OPS)	
2024-05-05 niedziela	Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Twarożek z cebulką 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 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>) Twarożek 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>) Twarożek z cebulką 100 g (<u>MLE.</u>) Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna granulowana z cytryną z/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>) Szynkowa debowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Jabko 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>) Twarożek 100 g (<u>MLE.</u>) Szynkowa debowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Jabko 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>) Twarożek z cebulką 100 g (<u>MLE.</u>) Szynkowa debowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Jabko 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 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Twarożek z cebulką 100 g (<u>MLE.</u>) Jabłko 1 szt 1 szt 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 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Serek twarogowy śmietankowy 16,67g (kiri,haga) 1 szt (<u>MLE.</u>) Szynkowa debowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Musz. przecier odcowy jablko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml Miód (25g) 1 szt
		II SN		Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<u>MLE.</u>)			Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<u>MLE.</u>)		Jabłko pieczone 1szt. 1 szt
2024-05-05 niedziela	Obiad	Rosół z makaronem () 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Udko pieczone 1 szt. 210 g Surówka Coleslaw () 200 g (<u>JAJ, MLE, GOR.</u>) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Rosół z makaronem () 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Udko gotowane bez skóry 1szt. 210 g Brokuł gotowany* 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Rosół z makaronem () 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Udko gotowane bez skóry 1szt. 210 g Surówka z kapusty białej z olejem b/c () 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Bulion warzywny z makaronem () 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Udko gotowane bez skóry 1szt. 210 g Szpinał gotowany z olejem* 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Rosół z makaronem () 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Udko pieczone 1 szt. 210 g Udko gotowane bez skóry 1szt. 210 g Surówka Coleslaw () 200 g (<u>JAJ, MLE, GOR.</u>) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Rosół z makaronem () 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Udko pieczone 1 szt. 210 g Udko gotowane bez skóry 1szt. 210 g Surówka Coleslaw () 200 g (<u>JAJ, MLE, GOR.</u>) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Rosół z makaronem () 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Udko pieczone 1 szt. 210 g Udko gotowane bez skóry 1szt. 210 g Brokuł gotowany* 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	
		PD		Sok pomidorowy 0,3l 1 szt			Sok pomidorowy 0,3l 1 szt		Chrupki kukurydziane 25 g
2024-05-05 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>) Szynka szkolna-wp. parzona 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u>) Ogórek świeży 100 g Herbata miętowa ekspresowa 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 szkolna-wp. parzona 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u>) Ogórek świeży 100 g Herbata miętowa ekspresowa 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>) Szynka szkolna-wp. parzona 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u>) Dyńia duszona z olejem* 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Herbata miętowa ekspresowa 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>) Szynka szkolna-wp. parzona 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u>) Dyńia duszona z olejem* 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Herbata miętowa ekspresowa 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 szkolna-wp. parzona 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u>) Ogórek świeży 100 g Dyńia duszona z olejem* 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Herbata miętowa ekspresowa 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>) Szynka szkolna-wp. parzona 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u>) Ogórek świeży 100 g Herbata miętowa ekspresowa 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>) Szynka szkolna-wp. parzona 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u>) Ogórek świeży 100 g Herbata miętowa ekspresowa 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 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Szynka szkolna-wp. parzona 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u>) Ogórek świeży 100 g Dyńia duszona z olejem* 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Herbata miętowa ekspresowa z/c 250 ml
		PN	Przecier owocowo-warzywny jablko-malina-burak 120g 1 szt (<u>może zawierać: MLE.</u>) Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 15 g	Salata zielona 5 g Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 20 g (<u>może zawierać: MLE, GOR.</u>) Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>)	Przecier owocowo-warzywny jablko-malina-burak 120g 1 szt (<u>może zawierać: MLE.</u>) Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 15 g	Salata zielona 5 g Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 20 g (<u>może zawierać: MLE, GOR.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ.</u>)	Przecier owocowo-warzywny jablko-malina-burak 120g 1 szt (<u>może zawierać: MLE.</u>) Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 15 g	Salata zielona 5 g Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 20 g (<u>może zawierać: MLE, GOR.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ.</u>)	Przecier owocowo-warzywny jablko-malina-burak 120g 1 szt (<u>może zawierać: MLE.</u>) Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 15 g
		Wartość energetyczna: 2879.44 kcal; Białko ogółem: 130.78 g; Tłuszcz: 92.50 g; Kw. tł. nasy.: 35.88 g; Węglowodany ogółem: 393.57 g; W tym cukry: 93.12 g; Błonnik pok.: 31.91 g; Sól: 8.96 g;	Wartość energetyczna: 2818.76 kcal; Białko ogółem: 133.60 g; Tłuszcz: 85.15 g; Kw. tł. nasy.: 35.45 g; Węglowodany ogółem: 386.31 g; W tym cukry: 82.28 g; Błonnik pok.: 26.65 g; Sól: 8.25 g;	Wartość energetyczna: 2560.58 kcal; Białko ogółem: 137.67 g; Tłuszcz: 92.92 g; Kw. tł. nasy.: 36.80 g; Węglowodany ogółem: 312.97 g; W tym cukry: 42.22 g; Błonnik pok.: 38.59 g; Sól: 10.66 g;	Wartość energetyczna: 2690.86 kcal; Białko ogółem: 120.15 g; Tłuszcz: 79.89 g; Kw. tł. nasy.: 30.54 g; Węglowodany ogółem: 379.46 g; W tym cukry: 72.17 g; Błonnik pok.: 22.83 g; Sól: 7.48 g;	Wartość energetyczna: 3708.23 kcal; Białko ogółem: 208.98 g; Tłuszcz: 144.20 g; Kw. tł. nasy.: 55.87 g; Węglowodany ogółem: 402.69 g; W tym cukry: 94.56 g; Błonnik pok.: 27.73 g; Sól: 11.23 g;	Wartość energetyczna: 3343.39 kcal; Białko ogółem: 214.83 g; Tłuszcz: 145.17 g; Kw. tł. nasy.: 56.62 g; Węglowodany ogółem: 315.35 g; W tym cukry: 42.64 g; Błonnik pok.: 38.59 g; Sól: 13.74 g;	Wartość energetyczna: 2837.84 kcal; Białko ogółem: 128.84 g; Tłuszcz: 89.52 g; Kw. tł. nasy.: 33.85 g; Węglowodany ogółem: 388.22 g; W tym cukry: 87.71 g; Błonnik pok.: 23.67 g; Sól: 6.82 g;	Wartość energetyczna: 3743.95 kcal; Białko ogółem: 202.33 g; Tłuszcz: 135.64 g; Kw. tł. nasy.: 54.25 g; Węglowodany ogółem: 441.19 g; W tym cukry: 61.40 g; Błonnik pok.: 30.37 g; Sól: 11.97 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-04-29 do dnia 2024-05-12 KUCHNIA ŁÓDŹ

	ŁÓDŹ- WWC0IT Podstawowa	ŁÓDŹ- WWC0IT Łatwo strawna	ŁÓDŹ- WWC0IT Z ogr. łatwo przysw. węglowodanów	ŁÓDŹ- WWC0IT Łatwo str. z ogr. tłuszczu	ŁÓDŹ- WWC0IT Bogatobiałkowa	ŁÓDŹ- WWC0IT Z ogr. łatwo przysw. węgl. bogatobiał	ŁÓDŹ- WWC0IT O kontrolowanej zawartości kw. tł.	ŁÓDŹ- WWC0IT Bogatobiałkowa (OPS)
Śniadanie	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE) Chleb Graham 100 g (GLU PSZ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE) Baton szynkowy z kurcząt 50 g (może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR) Banan 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)	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE) Baton szynkowy z kurcząt 50 g (może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR) Banan 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)	Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym () 300 ml (SEL) Chleb Graham 100 g (GLU PSZ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE) Baton szynkowy z kurcząt 50 g (może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR) Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ)	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE) Baton szynkowy z kurcząt 50 g (może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR) Serak pieczone 1szt. 1 szt Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Miód (25g) 1 szt Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ)	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE) Baton szynkowy z kurcząt 50 g (może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR) Serak homo. naturalny 100 g (MLE) Banan 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)	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE) Chleb Graham 100 g (GLU PSZ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE) Baton szynkowy z kurcząt 50 g (może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR) Serak homo. naturalny 100 g (MLE) Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ)	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE) Baton szynkowy z kurcząt 50 g (może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR) Banan 1szt. 1 szt Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Miód (25g) 1 szt Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ)	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) Serak smietankowy naturalny termizowany-twój smak 1 szt (MLE) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml Miód (25g) 1 szt
	II SN			Mandarynka 1 szt			Mandarynka 1 szt	
Obiad	Barszcz ukraiński z ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Ryż z jabłkiem prażonym i cynamonem 300 g Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Ryż z jabłkiem prażonym i cynamonem 300 g Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Barszcz ukraiński z ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Ryż na sypko (brązowy) 200 g Mięso drobiowe pieczone z udźca kurczaka 100 g (GLU PSZ) Sos koperkowy * 80 ml (GLU PSZ, MLE) Bukiet jarzyn gotowany z olejem b/c () 200 g (SEL) Kompot owocowy* b/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Pierogi z serem* 300 g (GLU PSZ, MLE) Ryż z jabłkiem prażonym i cynamonem 300 g Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Pierogi z serem* 300 g (GLU PSZ, MLE) Ryż z jabłkiem prażonym i cynamonem 300 g Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Barszcz ukraiński z ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Ryż na sypko (brązowy) 200 g Mięso drobiowe pieczone z udźca kurczaka 100 g (GLU PSZ, MLE) Kłopsik drobiowy z udźca 120 g (GLU PSZ, JAJ) Sos koperkowy * 80 ml (GLU PSZ, MLE) Surówka wielowarzywna z olejem b/c () 200 g (SEL) Kompot owocowy* b/c 250 ml	Barszcz ukraiński z ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Ryż z jabłkiem prażonym i cynamonem 300 g Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Ryż z jabłkiem prażonym i cynamonem 300 g Pierogi z serem* 300 g (GLU PSZ, MLE) Kompot owocowy* b/c 250 ml
	PD		Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE)			Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE)		Mus z brzoskwiń 100 g
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 Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (SOJ) Rzodkiew biała 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną 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) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (SOJ) Salata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	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) Rzodkiew biała 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 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) Marchew pieczona w słupki () 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 Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (SOJ) Ser żółty 50 g (MLE) Rzodkiew biała 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 Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (SOJ) Ser żółty 50 g (MLE) Rzodkiew biała 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 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) Rzodkiew biała 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 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) Ser żółty 50 g (MLE) Marchew pieczona w słupki () 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 Twaróg półtłusty 20 g (MLE)	Chleb Graham 30 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 5 g (MLE) Salata zielona 5 g Twaróg półtłusty 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	Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 5 g (MLE) Salata zielona 5 g Twaróg półtłusty 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 Twaróg półtłusty 20 g (MLE)	Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 5 g (MLE) Salata zielona 5 g Twaróg półtłusty 20 g (MLE)
	Wartość energetyczna: 2586.65 kcal; Białko ogółem: 83.73 g; Tłuszcz: 57.56 g; Kw. tł. nasy.: 27.40 g; Węglowodany ogółem: 452.07 g; W tym cukry: 132.31 g; Błonnik pok.: 31.86 g; Sól: 7.96 g;	Wartość energetyczna: 2699.72 kcal; Białko ogółem: 79.74 g; Tłuszcz: 59.10 g; Kw. tł. nasy.: 27.47 g; Węglowodany ogółem: 478.02 g; W tym cukry: 135.24 g; Błonnik pok.: 26.93 g; Sól: 8.51 g;	Wartość energetyczna: 2371.96 kcal; Białko ogółem: 104.91 g; Tłuszcz: 71.02 g; Kw. tł. nasy.: 25.90 g; Węglowodany ogółem: 349.84 g; W tym cukry: 44.40 g; Błonnik pok.: 50.14 g; Sól: 9.29 g;	Wartość energetyczna: 2862.44 kcal; Białko ogółem: 107.60 g; Tłuszcz: 77.85 g; Kw. tł. nasy.: 28.06 g; Węglowodany ogółem: 450.14 g; W tym cukry: 91.29 g; Błonnik pok.: 34.38 g; Sól: 9.04 g;	Wartość energetyczna: 3650.82 kcal; Białko ogółem: 142.94 g; Tłuszcz: 87.91 g; Kw. tł. nasy.: 40.99 g; Węglowodany ogółem: 583.77 g; W tym cukry: 135.24 g; Błonnik pok.: 33.77 g; Sól: 9.75 g;	Wartość energetyczna: 3079.64 kcal; Białko ogółem: 165.16 g; Tłuszcz: 109.50 g; Kw. tł. nasy.: 41.47 g; Węglowodany ogółem: 380.63 g; W tym cukry: 55.52 g; Błonnik pok.: 49.40 g; Sól: 11.20 g;	Wartość energetyczna: 2602.55 kcal; Białko ogółem: 82.23 g; Tłuszcz: 54.69 g; Kw. tł. nasy.: 25.53 g; Węglowodany ogółem: 460.99 g; W tym cukry: 128.31 g; Błonnik pok.: 24.12 g; Sól: 6.61 g;	Wartość energetyczna: 3642.74 kcal; Białko ogółem: 119.16 g; Tłuszcz: 114.83 g; Kw. tł. nasy.: 60.38 g; Węglowodany ogółem: 537.65 g; W tym cukry: 80.64 g; Błonnik pok.: 32.79 g; Sól: 9.85 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-04-29 do dnia 2024-05-12 KUCHNIA ŁÓDŹ

	ŁÓDŹ- WWC0IT Podstawowa	ŁÓDŹ- WWC0IT Łatwo strawna	ŁÓDŹ- WWC0IT Z ogr. łatwo przysw. węglowodanów	ŁÓDŹ- WWC0IT Łatwo str. z ogr. tłuszczu	ŁÓDŹ- WWC0IT Bogatobiałkowa	ŁÓDŹ- WWC0IT Z ogr. łatwo przysw. węgl. bogatobiał	ŁÓDŹ- WWC0IT O kontrolowanej zawartości kw. tł.	ŁÓDŹ- WWC0IT Bogatobiałkowa (OPS)						
2024-05-07 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 (l) 300 ml (<u>SEL, GLU, JECZ.</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU, PSZ.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Filet zapiekany drobiowy 50 g (<u>MLE.</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem (l) 100 g (<u>SEL.</u>) Ogórek kiszony 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml 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>) Filet zapiekany drobiowy 50 g (<u>MLE.</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 mleku 300 ml (<u>MLE, GLU, JECZ.</u>) Chleb Graham 100 g (<u>GLU, PSZ.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Jajko gotowane kl L 1 szt (<u>JAJ.</u>) Filet zapiekany drobiowy 50 g (<u>MLE.</u>) Ogórek kiszony 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml 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>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU, PSZ.</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 z/c 250 ml Miód (25g) 1 szt Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU, PSZ.</u>)	Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU, PSZ.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Jajko gotowane kl L 1 szt (<u>JAJ.</u>) Filet zapiekany drobiowy 50 g (<u>MLE.</u>) Brokuł gotowany* 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml Miód (25g) 1 szt						
		II SN		Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<u>MLE.</u>)			Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<u>MLE.</u>)		Jabłko pieczone 1szt. 1 szt					
	Obiad	Jarzynowa z zacierką (-)podstawa 400 ml (<u>GLU, PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane (l) 200 g Mięso drobiowe pieczone z udźca kurczaka 100 g (<u>GLU, PSZ.</u>) Sos pietruszkowy* 100 ml (<u>GLU, PSZ, MLE.</u>) Marchew z groszkiem* 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Jarzynowa z zacierką dieta (l) 400 ml (<u>GLU, PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane (l) 200 g Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g (<u>GLU, PSZ, MLE.</u>) Sos pietruszkowy* 80 ml (<u>GLU, PSZ, MLE.</u>) Marchew gotowana z olejem (l) 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Jarzynowa z zacierką (-)podstawa 400 ml (<u>GLU, PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane (l) 200 g Mięso drobiowe pieczone z udźca kurczaka 100 g (<u>GLU, PSZ, MLE.</u>) Sos pietruszkowy* 80 ml (<u>GLU, PSZ, MLE.</u>) Marchew gotowana z olejem (l) 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Jarzynowa z makaronem dieta (l) b/kalaiflora) 400 ml (<u>GLU, PSZ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane (l) 200 g Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g (<u>GLU, PSZ, MLE.</u>) Marchew gotowana z olejem (l) 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Jarzynowa z zacierką dieta (l) 400 ml (<u>GLU, PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane (l) 200 g Mięso drobiowe pieczone z udźca kurczaka 100 g (<u>GLU, PSZ, MLE.</u>) Sos pietruszkowy* 100 ml (<u>GLU, PSZ, MLE.</u>) Marchew gotowana z olejem (l) 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Jarzynowa z zacierką (-)podstawa 400 ml (<u>GLU, PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane (l) 200 g Mięso drobiowe pieczone z udźca kurczaka 100 g (<u>GLU, PSZ, MLE.</u>) Sos pietruszkowy* 100 ml (<u>GLU, PSZ, MLE.</u>) Surówka wykwinna z olejem b/c 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Jarzynowa z zacierką dieta (l) 400 ml (<u>GLU, PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane (l) 200 g Mięso drobiowe pieczone z udźca kurczaka 100 g (<u>GLU, PSZ, MLE.</u>) Sos pietruszkowy* 80 ml (<u>GLU, PSZ, MLE.</u>) Marchew gotowana z olejem (l) 200 g Zapiekanka z warzyw i sera żółtego*(l) 150 g (<u>MLE, SEL.</u>) Kompot owocowy* b/c 250 ml						
		PD		Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)			Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)		Chrupki kukurydziane 25 g					
	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 wiśniowa-wieprzowa, wędz. parz. z dod. wody i białka wp. 50 g (<u>SOJ.</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 wiśniowa-wieprzowa, wędz. parz. z dod. wody i białka wp. 50 g (<u>SOJ.</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 wiśniowa-wieprzowa, wędz. parz. z dod. wody i białka wp. 50 g (<u>SOJ.</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 (l) 100 g (<u>GLU, PSZ, JAJ.</u>) Szynka wiśniowa-wieprzowa, wędz. parz. z dod. wody i białka wp. 50 g (<u>SOJ.</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 (l) 100 g (<u>GLU, PSZ, JAJ.</u>) Szynka wiśniowa-wieprzowa, wędz. parz. z dod. wody i białka wp. 50 g (<u>SOJ.</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 wiśniowa-wieprzowa, wędz. parz. z dod. wody i białka wp. 50 g (<u>SOJ.</u>) Pomarańcza 150 g 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>) Galaretki z kurczaka 180g 1 szt (<u>SOJ, SEL.</u>) Pasztet drobiowy (50g) 1 szt (<u>GLU, PSZ, SOJ, MLE.</u>) Sałatka jarzynowa gar. 150 g (<u>SEL.</u>) Herbata czarna granulowana z cytryną 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>) Kurczak gotowany produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony 20 g Sałata 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>) Sałata zielona 5 g Kurczak gotowany produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony 20 g	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (<u>MLE.</u>) Biszkopty b/m 15 g (<u>GLU, PSZ, JAJ, SOJ.</u>)	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (<u>MLE.</u>) Biszkopty b/m 15 g (<u>GLU, PSZ, JAJ, SOJ.</u>)	Wartość energetyczna: 2832.74 kcal; Białko ogółem: 110.58 g; Tłuszcz: 87.77 g; Kw. tł. nasy.: 35.03 g; Węglowodany ogółem: 417.39 g; W tym cukry: 88.03 g; Błonnik pok.: 36.56 g; Sól: 11.69 g;	Wartość energetyczna: 2705.40 kcal; Białko ogółem: 105.79 g; Tłuszcz: 75.61 g; Kw. tł. nasy.: 33.87 g; Węglowodany ogółem: 416.19 g; W tym cukry: 94.71 g; Błonnik pok.: 33.68 g; Sól: 9.50 g;	Wartość energetyczna: 2474.02 kcal; Białko ogółem: 114.53 g; Tłuszcz: 88.22 g; Kw. tł. nasy.: 29.21 g; Węglowodany ogółem: 326.50 g; W tym cukry: 35.34 g; Błonnik pok.: 40.35 g; Sól: 10.71 g;	Wartość energetyczna: 2682.30 kcal; Białko ogółem: 108.48 g; Tłuszcz: 73.26 g; Kw. tł. nasy.: 30.88 g; Węglowodany ogółem: 414.50 g; W tym cukry: 95.92 g; Błonnik pok.: 34.41 g; Sól: 8.89 g;	Wartość energetyczna: 3374.57 kcal; Białko ogółem: 161.65 g; Tłuszcz: 105.89 g; Kw. tł. nasy.: 38.39 g; Węglowodany ogółem: 461.90 g; W tym cukry: 97.56 g; Błonnik pok.: 40.12 g; Sól: 11.14 g;	Wartość energetyczna: 3219.53 kcal; Białko ogółem: 177.46 g; Tłuszcz: 120.88 g; Kw. tł. nasy.: 36.52 g; Węglowodany ogółem: 378.45 g; W tym cukry: 49.86 g; Błonnik pok.: 46.25 g; Sól: 12.61 g;

DIETETYK CENTRALNY

Monika Rusin
mgr Monika Rusin

CATERMED S.A.

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

Jadłospisy za okres od dnia 2024-04-29 do dnia 2024-05-12 KUCHNIA ŁÓDŹ

	ŁÓDŹ- WWC0IT Podstawowa	ŁÓDŹ- WWC0IT Łatwo strawna	ŁÓDŹ- WWC0IT Z ogr. łatwo przysw. węglowodanów	ŁÓDŹ- WWC0IT Łatwo str. z ogr. tłuszczu	ŁÓDŹ- WWC0IT Bogatobiałkowa	ŁÓDŹ- WWC0IT Z ogr. łatwo przysw. węgl. bogatobiał	ŁÓDŹ- WWC0IT O kontrolowanej zawartości kw. tł.	ŁÓDŹ- WWC0IT Bogatobiałkowa (OPS)	
2024-05-08 środa	II SN	Śniadanie	Platki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Ser topiony 50 g (<u>MLE</u>) Banan 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>)	Platki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Twaróg półtłusty 100 g (<u>MLE</u>) Banan 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>)	Platki owsiane na wywarze jarzynowym () 300 ml (<u>SEL, GLU OW.</u>) Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Twaróg półtłusty 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>)	Platki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW.</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>) Jabłko pieczone 1 szt. 1 szt Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Miód (25g) 1 szt Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ</u>)	Platki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Ser topiony 50 g (<u>MLE</u>) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b. sojowego i wody 50 g (<u>SOJ.</u>) Banan 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>)	Platki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Twaróg półtłusty 100 g (<u>MLE</u>) Szynka 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 Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ</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>) Ser topiony 25g 2 szt (<u>MLE</u>) Mus z jabłek () z/c 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml Miód (25g) 1 szt
					Jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>MLE</u>)			Jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>MLE</u>)	
2024-05-08 środa	Obiad	Ziemniaczana () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) kasza pečzak/sypko 200 g (<u>GLU PSZ</u>) Bitka wołowa 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Sos własny () 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Salatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Ziemniaczana () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) kasza pečzak/sypko 200 g (<u>GLU PSZ</u>) Bitka wołowa 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Sos własny () 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Buraczki gotowane drobno tarte () 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Ziemniaczana () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) kasza pečzak/sypko 200 g (<u>GLU PSZ</u>) Bitka wołowa 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Sos własny () 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Salatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Ziemniaczana () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) kasza pečzak/sypko 200 g (<u>GLU PSZ</u>) Bitka wołowa 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Sos własny () 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Buraczki gotowane drobno tarte () 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Ziemniaczana () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) kasza pečzak/sypko 200 g (<u>GLU PSZ</u>) Pulpet wołowy 120 g (<u>GLU PSZ, JA.</u>) Bitka wołowa 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Sos własny () 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Buraczki gotowane drobno tarte () 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Ziemniaczana () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) kasza pečzak/sypko 200 g (<u>GLU PSZ</u>) Bitka wołowa 100 g (<u>GLU PSZ, JA.</u>) Sos własny () 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Salatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Ziemniaczana () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) kasza pečzak/sypko 200 g (<u>GLU PSZ</u>) Pulpet wołowy 120 g (<u>GLU PSZ, JA.</u>) Bitka wołowa 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Sos własny () 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Buraczki gotowane drobno tarte () 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	
				Sok pomidorowy 0,3l 1 szt			Sok pomidorowy 0,3l 1 szt		Herbatniki 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u>)
2024-05-08 środa	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>) Sledź z cebulką w oleju 70 g (<u>RYB.</u>) Salata lodowa 10 g Herbata miętowa ekspresowa z/c 250 ml Pomidor 90 g 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 tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (<u>może zawierać: MLE, GOR.</u>) Salata lodowa 10 g Herbata miętowa ekspresowa z/c 250 ml Pomidor 90 g 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>) Sledź z cebulką w oleju 70 g (<u>RYB.</u>) Salata lodowa 10 g Herbata miętowa ekspresowa b/c 250 ml Pomidor 90 g	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 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>) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (<u>może zawierać: MLE, GOR.</u>) Paprykaszki szczeniński 100 g (<u>RYB, SOJ.</u>) Salata lodowa 10 g Herbata miętowa ekspresowa z/c 250 ml Pomidor 90 g	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>) Paprykaszki szczeniński 100 g (<u>RYB, SOJ.</u>) Salata lodowa 10 g Herbata miętowa ekspresowa z/c 250 ml Pomidor 90 g	Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Sledź z cebulką w oleju 70 g (<u>RYB.</u>) Salata lodowa 10 g Herbata miętowa ekspresowa z/c 250 ml Pomidor 90 g 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>) Serek kanapkowy mini o smaku smietankowym 30g 1 szt (<u>MLE</u>) Brokuł gotowany* 100 g Herbata miętowa ekspresowa b/c 250 ml
				Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Salata zielona 5 g Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 20 g	Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Salata zielona 5 g Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 20 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	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Salata zielona 5 g Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 20 g	Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Salata zielona 5 g Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 20 g	Bułka pszenna długa krojona 30 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Salata zielona 5 g Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 20 g
		Wartość energetyczna: 3203.36 kcal; Białko ogółem: 112.28 g; Tłuszcz: 108.01 g; Kw. tł. nasy.: 41.59 g; Węglowodany ogółem: 454.17 g; W tym cukry: 112.84 g; Błonnik pok.: 43.72 g; Sól: 9.59 g;	Wartość energetyczna: 3002.75 kcal; Białko ogółem: 122.43 g; Tłuszcz: 74.50 g; Kw. tł. nasy.: 31.85 g; Węglowodany ogółem: 473.72 g; W tym cukry: 119.72 g; Błonnik pok.: 31.71 g; Sól: 8.47 g;	Wartość energetyczna: 2716.85 kcal; Białko ogółem: 117.33 g; Tłuszcz: 93.30 g; Kw. tł. nasy.: 31.85 g; Węglowodany ogółem: 365.13 g; W tym cukry: 48.58 g; Błonnik pok.: 50.34 g; Sól: 10.36 g;	Wartość energetyczna: 2834.20 kcal; Białko ogółem: 114.20 g; Tłuszcz: 73.97 g; Kw. tł. nasy.: 28.74 g; Węglowodany ogółem: 443.24 g; W tym cukry: 92.18 g; Błonnik pok.: 32.43 g; Sól: 8.70 g;	Wartość energetyczna: 3503.61 kcal; Białko ogółem: 158.84 g; Tłuszcz: 107.13 g; Kw. tł. nasy.: 42.21 g; Węglowodany ogółem: 490.56 g; W tym cukry: 117.96 g; Błonnik pok.: 32.75 g; Sól: 12.83 g;	Wartość energetyczna: 3197.86 kcal; Białko ogółem: 173.91 g; Tłuszcz: 108.66 g; Kw. tł. nasy.: 34.47 g; Węglowodany ogółem: 393.81 g; W tym cukry: 59.25 g; Błonnik pok.: 50.63 g; Sól: 13.55 g;	Wartość energetyczna: 3198.76 kcal; Białko ogółem: 122.48 g; Tłuszcz: 96.14 g; Kw. tł. nasy.: 34.45 g; Węglowodany ogółem: 466.19 g; W tym cukry: 111.54 g; Błonnik pok.: 35.98 g; Sól: 7.23 g;	Wartość energetyczna: 3186.71 kcal; Białko ogółem: 140.11 g; Tłuszcz: 96.72 g; Kw. tł. nasy.: 37.53 g; Węglowodany ogółem: 453.38 g; W tym cukry: 70.92 g; Błonnik pok.: 29.16 g; Sól: 9.52 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-04-29 do dnia 2024-05-12 KUCHNIA ŁÓDŹ

	ŁÓDŹ- WWC0IT Podstawowa	ŁÓDŹ- WWC0IT Łatwo strawna	ŁÓDŹ- WWC0IT Z ogr. łatwo przysw. węglowodanów	ŁÓDŹ- WWC0IT Łatwo str. z ogr. tłuszczu	ŁÓDŹ- WWC0IT Bogatobiałkowa	ŁÓDŹ- WWC0IT Z ogr. łatwo przysw. węgl. bogatobiał	ŁÓDŹ- WWC0IT O kontrolowanej zawartości kw. tł.	ŁÓDŹ- WWC0IT Bogatobiałkowa (OPS)
Śniadanie	Kasza manna na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE) Szynka zielonogórska- wp. parzona 50 g (SOJ) Salatka 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 Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ)	Kasza manna na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE) Szynka zielonogórska- wp. parzona 50 g (SOJ) Pomidor 100 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ) Miód (25g) 1 szt Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ)	Kasza manna na wywarze jarzynowym () 300 ml (GLU PSZ, SEL) Chleb Graham 100 g (GLU PSZ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE) Szynka zielonogórska- wp. parzona 50 g (SOJ) Salatka z ciecierzycy, pomidora i ogórka kiszzonego 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ)	Kasza manna na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE) Szynka zielonogórska- wp. parzona 50 g (SOJ) Marchew gotowana z olejem () 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Miód (25g) 1 szt Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ)	Kasza manna na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE) Szynka zielonogórska- wp. parzona 50 g (SOJ) Salatka 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 Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ)	Kasza manna na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE) Chleb Graham 100 g (GLU PSZ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE) Szynka zielonogórska- wp. parzona 50 g (SOJ) Salatka z ciecierzycy, pomidora i ogórka kiszzonego 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Miód (25g) 1 szt Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ)	Kasza manna na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE) Szynka zielonogórska- wp. parzona 50 g (SOJ) 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 (GLU PSZ)	Bułka pszenna długa krojona 150 g (GLU PSZ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE) Ser żółty 50 g (MLE) Szynka zielonogórska- wp. parzona 50 g (SOJ) Marchew gotowana z olejem () 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml Miód (25g) 1 szt
	II SN			Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE)			Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE)	
Obiad	Żurek z ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT) Makaron pełnoziarnisty 200 g (GLU PSZ) Mięso z szynki wieprzowej 100 g Sos pomidorowy 80 ml (GLU PSZ) Bukiet warzyw gotowanych (march, kalafior, brokuł)* 200 g Surówka z selera i jabłka z olejem () 200 g (SEL) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Szpinakowa z ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Makaron 200 g (GLU PSZ) Mięso z szynki wieprzowej 100 g Sos pomidorowy 80 ml (GLU PSZ) Bukiet warzyw gotowanych (march, kalafior, brokuł)* 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Żurek z ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT) Makaron pełnoziarnisty 200 g (GLU PSZ) Mięso z szynki wieprzowej 100 g Sos pomidorowy 80 ml (GLU PSZ) Dynamis duszona z olejem* 200 g (GLU PSZ) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Szpinakowa z ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Makaron 200 g (GLU PSZ) Mięso z szynki wieprzowej 100 g Sos pomidorowy 80 ml (GLU PSZ) Dynamis duszona z olejem* 200 g (GLU PSZ) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Żurek z ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT) Makaron 200 g (GLU PSZ) Mięso z szynki wieprzowej 100 g Klopsik wieprzowy 120 g (GLU PSZ, JAJ) Sos pomidorowy 80 ml (GLU PSZ) Bukiet warzyw gotowanych (march, kalafior, brokuł)* 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Żurek z ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT) Makaron pełnoziarnisty 200 g (GLU PSZ) Mięso z szynki wieprzowej 100 g Klopsik wieprzowy 120 g (GLU PSZ, JAJ) Sos pomidorowy 80 ml (GLU PSZ) Bukiet warzyw gotowanych (march, kalafior, brokuł)* 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Żurek z ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT) Makaron pełnoziarnisty 200 g (GLU PSZ) Mięso z szynki wieprzowej 100 g Sos pomidorowy 80 ml (GLU PSZ) Bukiet warzyw gotowanych (march, kalafior, brokuł)* 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Szpinakowa z ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Makaron 200 g (GLU PSZ) Mięso z szynki wieprzowej 100 g Klopsik wieprzowy 120 g (GLU PSZ, JAJ) Sos pomidorowy 80 ml (GLU PSZ) Bukiet warzyw gotowanych (march, kalafior, brokuł)* 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml
	PD		Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt			Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt		Sok jabłkowy 100 % 0,2l 1 szt
Kolejacja	Kluski leniwe z serem* 200 g (GLU PSZ, JAJ, MLE) Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Mus z jabłek prażonych 100 g	Chleb Graham 150 g (GLU PSZ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE) Serek Fromage 100 g (GLU PSZ, MLE) Jabłko 1 szt 1 szt Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 150 g (GLU PSZ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE) Twarożek 100 g (MLE) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE)	Bułka pszenna długa krojona 150 g (GLU PSZ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 60 g (GLU PSZ) Twarożek 100 g (MLE) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa 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) Baton szynkowy z kurcząt 50 g (może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR) Kluski leniwe z serem* 200 g (GLU PSZ, JAJ, MLE) Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Mus z jabłek prażonych 100 g	Chleb Graham 150 g (GLU PSZ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE) Baton szynkowy z kurcząt 50 g (może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR) Serek Fromage 100 g (GLU PSZ, MLE) Jabłko 1 szt 1 szt Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml	Kluski leniwe z serem* 200 g (GLU PSZ, JAJ, MLE) Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Mus z jabłek prażonych 100 g	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) Kluski leniwe z serem* 200 g (GLU PSZ, JAJ, MLE) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Mus z jabłek prażonych 100 g
	PN	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt Wafle ryżowe 20 g	Masło extra 82% 5 g (MLE, PSZ) Chleb Graham 30 g (GLU PSZ) Baton szynkowy z kurcząt 20 g (może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR) Salata zielona 5 g	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt Biszkopty b/m 15 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ)	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt Wafle ryżowe 20 g	Chleb Graham 30 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 5 g (MLE, PSZ) Baton szynkowy z kurcząt 20 g (może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR) Salata zielona 5 g	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt Wafle ryżowe 20 g	
	Wartość energetyczna: 2746.24 kcal; Białko ogółem: 114.87 g; Tłuszcz: 64.14 g; Kw. tł. nasy.: 25.04 g; Węglowodany ogółem: 434.53 g; W tym cukry: 100.60 g; Błonnik pok.: 42.84 g; Sól: 7.51 g;	Wartość energetyczna: 2466.87 kcal; Białko ogółem: 107.48 g; Tłuszcz: 50.66 g; Kw. tł. nasy.: 23.88 g; Węglowodany ogółem: 402.91 g; W tym cukry: 92.56 g; Błonnik pok.: 23.55 g; Sól: 4.96 g;	Wartość energetyczna: 2808.41 kcal; Białko ogółem: 116.19 g; Tłuszcz: 99.82 g; Kw. tł. nasy.: 51.86 g; Węglowodany ogółem: 374.48 g; W tym cukry: 42.94 g; Błonnik pok.: 58.71 g; Sól: 9.59 g;	Wartość energetyczna: 2784.46 kcal; Białko ogółem: 119.10 g; Tłuszcz: 64.08 g; Kw. tł. nasy.: 28.93 g; Węglowodany ogółem: 439.22 g; W tym cukry: 86.65 g; Błonnik pok.: 29.21 g; Sól: 5.50 g;	Wartość energetyczna: 3580.91 kcal; Białko ogółem: 159.23 g; Tłuszcz: 96.61 g; Kw. tł. nasy.: 37.81 g; Węglowodany ogółem: 525.60 g; W tym cukry: 95.03 g; Błonnik pok.: 33.01 g; Sól: 10.11 g;	Wartość energetyczna: 3280.24 kcal; Białko ogółem: 160.20 g; Tłuszcz: 123.49 g; Kw. tł. nasy.: 59.20 g; Węglowodany ogółem: 390.92 g; W tym cukry: 54.53 g; Błonnik pok.: 50.58 g; Sól: 11.12 g;	Wartość energetyczna: 2556.28 kcal; Białko ogółem: 110.67 g; Tłuszcz: 54.74 g; Kw. tł. nasy.: 22.49 g; Węglowodany ogółem: 406.54 g; W tym cukry: 90.03 g; Błonnik pok.: 30.91 g; Sól: 5.80 g;	Wartość energetyczna: 3438.78 kcal; Białko ogółem: 158.93 g; Tłuszcz: 98.73 g; Kw. tł. nasy.: 41.70 g; Węglowodany ogółem: 493.31 g; W tym cukry: 68.53 g; Błonnik pok.: 31.48 g; Sól: 8.65 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-04-29 do dnia 2024-05-12 KUCHNIA ŁÓDŹ

	ŁÓDŹ- WWC0IT Podstawowa	ŁÓDŹ- WWC0IT Łatwo strawna	ŁÓDŹ- WWC0IT Z ogr. łatwo przysw. węglowodanów	ŁÓDŹ- WWC0IT Łatwo str. z ogr. tłuszczu	ŁÓDŹ- WWC0IT Bogatobiałkowa	ŁÓDŹ- WWC0IT Z ogr. łatwo przysw. węgl. bogatobiał	ŁÓDŹ- WWC0IT O kontrolowanej zawartości kw. tł.	ŁÓDŹ- WWC0IT Bogatobiałkowa (OPS)
Śniadanie	Zacierka na mleku 300 ml (GLU PSZ JAJ MLE.) Chleb Graham 40 g (GLU PSZ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Chalka 60 g (GLU PSZ JAJ.) Povidła śliwkowe 30g 1 szt Twaróg półtłusty 50 g (MLE.) Mandarynka 1 szt Kakao z mlekiem 250 ml (MLE.) Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ) Miód (25g) 1 szt	Zacierka na mleku 300 ml (GLU PSZ JAJ MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Chalka 60 g (GLU PSZ JAJ.) Dżem 25 g Twaróg półtłusty 50 g (MLE.) Mandarynka 1 szt Kakao z mlekiem 250 ml (MLE.) Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ) Miód (25g) 1 szt	Zacierka na mleku 300 ml (GLU PSZ JAJ MLE.) Chleb Graham 100 g (GLU PSZ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka wieśniowa-wieprzowa, wędz. parz. z dod. wody i białka wp. 50 g (SOJ.) Mandarynka 1 szt Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ)	Zacierka na mleku 300 ml (GLU PSZ JAJ MLE.) Bułka pszenna długa krojona 40 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Chalka 60 g (GLU PSZ JAJ.) Dżem 25 g Twaróg półtłusty 50 g (MLE.) Jabłko pieczone 1 szt. 1 szt Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ) Miód (25g) 1 szt	Zacierka na mleku 300 ml (GLU PSZ JAJ MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Chalka 60 g (GLU PSZ JAJ.) Szynka wieśniowa-wieprzowa, wędz. parz. z dod. wody i białka wp. 50 g (SOJ.) Twaróg półtłusty 50 g (MLE.) Dżem 25 g Mandarynka 1 szt Kakao z mlekiem 250 ml (MLE.) Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ) Miód (25g) 1 szt	Zacierka na mleku 300 ml (GLU PSZ JAJ MLE.) Chleb Graham 100 g (GLU PSZ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Twaróg półtłusty 100 g (MLE.) Szynka wieśniowa-wieprzowa, wędz. parz. z dod. wody i białka wp. 50 g (SOJ.) Mandarynka 1 szt Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.) Miód (25g) 1 szt	Zacierka na mleku 300 ml (GLU PSZ JAJ MLE.) Bułka pszenna długa krojona 40 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Chalka 60 g (GLU PSZ JAJ.) Twaróg półtłusty 50 g (MLE.) Dżem 25 g Mandarynka 1 szt Kakao z mlekiem 250 ml (MLE.) Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ) Miód (25g) 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 150 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka wieśniowa-wieprzowa, wędz. parz. z dod. wody i białka wp. 50 g (SOJ.) Serek smietankowy naturalny termizowany-twój smak 1 szt (MLE.) Mus z brzoskwiń 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml Miód (25g) 1 szt
	II SN			Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE.)			Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE.)	
Obiad	Krupnik jęczmienny () 400 ml (MLE, SEL, GLU JECZ.) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Dorsz panierowany 120 g (GLU PSZ JAJ, RYB.) Surówka z kapusty kiszzonej z olejem () 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Krupnik jęczmienny () 400 ml (MLE, SEL, GLU JECZ.) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Ryba pieczona (Dorsz) 120 g (RYB.) Warzywa po grecku () 200 g (GLU PSZ SEL.) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Krupnik jęczmienny () 400 ml (MLE, SEL, GLU JECZ.) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Ryba pieczona (Dorsz) 120 g (RYB.) Surówka z kapusty kiszzonej z olejem b/c () 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Krupnik jęczmienny () 400 ml (MLE, SEL, GLU JECZ.) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Ryba pieczona (Dorsz) 120 g (RYB.) Warzywa po grecku () 200 g (GLU PSZ SEL.) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Krupnik jęczmienny () 400 ml (MLE, SEL, GLU JECZ.) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Dorsz panierowany 120 g (GLU PSZ JAJ, RYB.) Ryba pieczona (Dorsz) 120 g (RYB.) Warzywa po grecku () 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Krupnik jęczmienny () 400 ml (MLE, SEL, GLU JECZ.) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Ryba pieczona (Dorsz) 120 g (RYB.) Surówka z kapusty kiszzonej z olejem b/c () 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Krupnik jęczmienny () 400 ml (MLE, SEL, GLU JECZ.) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Ryba pieczona (Dorsz) 120 g (RYB.) Surówka z kapusty kiszzonej z olejem () 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Krupnik jęczmienny () 400 ml (MLE, SEL, GLU JECZ.) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Dorsz panierowany 120 g (GLU PSZ JAJ, RYB.) Ryba pieczona (Dorsz) 120 g (RYB.) Warzywa po grecku () 200 g (GLU PSZ SEL.) Kompot owocowy* b/c 250 ml
	PD		Surówka z kapusty białej z olejem b/c () 100 g			Surówka z kapusty białej z olejem b/c () 100 g		Chrupki kukurydziane 25 g
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.) Jajko gotowane kl L 1 szt (JAJ.) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Kurczak gotowany produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony 20 g Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE.) Brokuł gotowany* 100 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.) Jajko gotowane kl L 1 szt (JAJ.) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Kurczak gotowany produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony 20 g Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE.) Brokuł gotowany* 100 g	Chleb Graham 150 g (GLU PSZ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Jajko gotowane kl L 1 szt (JAJ.) Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml Kurczak gotowany produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony 20 g Brokuł gotowany* 100 g	Bułka pszenna długa krojona 150 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Kurczak gotowany produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony 50 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 100 g (SEL.) 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.) Jajko gotowane kl L 1 szt (JAJ.) Kurczak gotowany produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony 50 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE.) Brokuł gotowany* 100 g	Chleb Graham 150 g (GLU PSZ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Jajko gotowane kl L 1 szt (JAJ.) Kurczak gotowany produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony 50 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml Brokuł gotowany* 100 g	Bułka pszenna długa krojona 150 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Kurczak gotowany produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony 50 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE.) Brokuł gotowany* 100 g	Bułka pszenna długa krojona 150 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Pasztecik drobiowy (50g) 1 szt (GLU PSZ, SOJ, MLE.) Galaretki z indyka 180g 1 szt (SOJ, SEL.) Brokuł gotowany* 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.) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 20 g (SOJ.) Sałata zielona 5 g	Chleb Graham 30 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 20 g (SOJ.) Sałata zielona 5 g	Chleb Graham 30 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 20 g (SOJ.) Sałata zielona 5 g	Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 20 g (SOJ.) Sałata zielona 5 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 20 g (SOJ.) Sałata zielona 5 g	Chleb Graham 30 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 20 g (SOJ.) Sałata zielona 5 g	Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 20 g (SOJ.) Sałata zielona 5 g
	Wartość energetyczna: 2996.87 kcal; Białko ogółem: 112.04 g; Tłuszcz: 96.88 g; Kw. tł. nasy.: 34.25 g; Węglowodany ogółem: 432.32 g; W tym cukry: 92.74 g; Błonnik pok.: 31.53 g; Sól: 8.47 g;	Wartość energetyczna: 2848.43 kcal; Białko ogółem: 115.33 g; Tłuszcz: 76.15 g; Kw. tł. nasy.: 32.62 g; Węglowodany ogółem: 440.16 g; W tym cukry: 102.45 g; Błonnik pok.: 31.11 g; Sól: 7.52 g;	Wartość energetyczna: 2398.20 kcal; Białko ogółem: 113.43 g; Tłuszcz: 77.47 g; Kw. tł. nasy.: 29.91 g; Węglowodany ogółem: 334.23 g; W tym cukry: 45.16 g; Błonnik pok.: 43.79 g; Sól: 10.76 g;	Wartość energetyczna: 2804.21 kcal; Białko ogółem: 109.93 g; Tłuszcz: 71.98 g; Kw. tł. nasy.: 28.77 g; Węglowodany ogółem: 446.45 g; W tym cukry: 103.02 g; Błonnik pok.: 33.06 g; Sól: 6.96 g;	Wartość energetyczna: 3298.37 kcal; Białko ogółem: 153.92 g; Tłuszcz: 99.63 g; Kw. tł. nasy.: 35.27 g; Węglowodany ogółem: 461.44 g; W tym cukry: 103.85 g; Błonnik pok.: 33.75 g; Sól: 10.81 g;	Wartość energetyczna: 2933.43 kcal; Białko ogółem: 162.73 g; Tłuszcz: 103.99 g; Kw. tł. nasy.: 34.87 g; Węglowodany ogółem: 358.90 g; W tym cukry: 49.71 g; Błonnik pok.: 46.43 g; Sól: 12.30 g;	Wartość energetyczna: 2808.91 kcal; Białko ogółem: 115.94 g; Tłuszcz: 76.50 g; Kw. tł. nasy.: 31.49 g; Węglowodany ogółem: 426.54 g; W tym cukry: 97.07 g; Błonnik pok.: 24.93 g; Sól: 7.69 g;	Wartość energetyczna: 3460.84 kcal; Białko ogółem: 134.25 g; Tłuszcz: 128.06 g; Kw. tł. nasy.: 52.19 g; Węglowodany ogółem: 445.34 g; W tym cukry: 43.37 g; Błonnik pok.: 33.66 g; Sól: 10.60 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-04-29 do dnia 2024-05-12 KUCHNIA ŁÓDŹ

	ŁÓDŹ- WWC0IT Podstawowa	ŁÓDŹ- WWC0IT Łatwo strawna	ŁÓDŹ- WWC0IT Z ogr. łatwo przysw. węglowodanów	ŁÓDŹ- WWC0IT Łatwo str. z ogr. tłuszczu	ŁÓDŹ- WWC0IT Bogatobiałkowa	ŁÓDŹ- WWC0IT Z ogr. łatwo przysw. węgl. bogatobiał	ŁÓDŹ- WWC0IT O kontrolowanej zawartości kw. tł.	ŁÓDŹ- WWC0IT Bogatobiałkowa (OPS)	
2024-05-11 sobota	Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Pasztecik Ciechanowski-Pasztecik drobiowy z dodatkiem surowców wędzarniczych pieczony 50 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE.) Ogórek kiszony 100 g Kawa zbożowa z makiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Miód (25g) 1 szt Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka zielonogórska-wp. parzona 50 g (SOJ.) Cukinia pieczona z olejem * 100 g Kawa zbożowa z makiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Miód (25g) 1 szt Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.)	Chleb Graham 100 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka zielonogórska-wp. parzona 50 g (SOJ.) Ogórek kiszony 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.)	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka zielonogórska-wp. parzona 50 g (SOJ.) Cukinia pieczona z olejem * 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Miód (25g) 1 szt Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Pasztecik Ciechanowski-Pasztecik drobiowy z dodatkiem surowców wędzarniczych pieczony 50 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE.) Szynka zielonogórska-wp. parzona 50 g (SOJ.) Ogórek kiszony 100 g Kawa zbożowa z makiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Miód (25g) 1 szt Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.)	Chleb Graham 100 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Pasztecik z soczewicy () 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Szynka zielonogórska-wp. parzona 50 g (SOJ.) Ogórek kiszony 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.)	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka zielonogórska-wp. parzona 50 g (SOJ.) Ogórek kiszony 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Miód (25g) 1 szt Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.)	Bułka pszenna długa krojona 150 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka zielonogórska-wp. parzona 50 g (SOJ.) Serek twarogowy śmietankowy 16,67g (kiri,haga) 1 szt (MLE.) Salatka jarzynowa gar. 100 g (SEL.) Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml Miód (25g) 1 szt
		II SN		Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE.)			Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE.)		Galaretko o smaku truskawkowym 150 g
	Obiad	Koperkowa z ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryż na sypko (brązowy) 200 g Kociolatek meksykański z kurczakiem i fasolą 150 g (SEL.) Salatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Koperkowa z ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryż na sypko 200 g Potrawka drobiowa () 150 g Buraczki oprószone () 200 g (GLU PSZ, SEL.) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Koperkowa z ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryż na sypko 200 g Kociolatek meksykański z kurczakiem i fasolą 150 g (SEL.) Salatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Koperkowa z ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryż na sypko 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	Koperkowa z ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryż na sypko 200 g Potrawka drobiowa () 150 g (GLU PSZ, SEL.) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g Buraczki oprószone () 200 g (GLU PSZ.) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Koperkowa z ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryż na sypko (brązowy) 200 g Potrawka drobiowa () 150 g (GLU PSZ, SEL.) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g Salatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Koperkowa z ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryż na sypko 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* b/c 250 ml	
		PD		Jabłko 1 szt 1 szt			Jabłko 1 szt 1 szt		Jabłko pieczone 1szt. 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.) Parówki Delikatne-proukt drobiowy wędzarniczy homogenizowany wędzony parzony w osłonce niejadalnej - "na ciepło" 120 g (SOJ.) Ketchup 20 g (SEL.) Banan 1szt. 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 debowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 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.) Szynkowa debowa 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 (MLE.)	Bułka pszenna długa krojona 150 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynkowa debowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Twaróg półtłusty 100 g (MLE.) Banan 1szt. 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 debowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Twaróg półtłusty 100 g (MLE.) Banan 1szt. 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.) Twaróg półtłusty 100 g (MLE.) Szynkowa debowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 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.) Serek śmietankowy do chleba termizowany 100g 1 szt (MLE.) Parówki Delikatne-proukt drobiowy wędzarniczy homogenizowany wędzony parzony w osłonce niejadalnej - "na ciepło" 120 g (SOJ.) Ketchup 20 g (SEL.) Marchew gotowana z olejem () 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	
		BN	Przecier owocowy jabłko-truskawka 120g 1 szt (może zawierać: MLE.) Herbatniki 20 g (GLU PSZ, SOJ, MLE.)	Herbatniki 20 g (GLU PSZ, SOJ, MLE.) Przecier owocowy jabłko-truskawka 120g 1 szt (może zawierać: MLE.)	Masło extra 82% 5 g (MLE.) Chleb Graham 30 g (GLU PSZ.) Ser żółty 20 g (MLE.) Salata zielona 5 g	Przecier owocowy jabłko-truskawka 120g 1 szt (może zawierać: MLE.) Herbatniki 20 g (GLU PSZ, SOJ, MLE.)	Chleb Graham 30 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Ser żółty 20 g (MLE.) Salata zielona 5 g	Przecier owocowy jabłko-truskawka 120g 1 szt (może zawierać: MLE.) Herbatniki 20 g (GLU PSZ, SOJ, MLE.)	Przecier owocowy jabłko-truskawka 120g 1 szt (może zawierać: MLE.) Herbatniki 20 g (GLU PSZ, SOJ, MLE.)
	Wartość energetyczna: 2978.19 kcal; Białko ogółem: 80.07 g; Tłuszcz: 96.25 g; Kw. tł. nasy.: 36.73 g; Węglowodany ogółem: 457.77 g; W tym cukry: 121.78 g; Błonnik pok.: 39.21 g; Sól: 12.50 g;	Wartość energetyczna: 2651.66 kcal; Białko ogółem: 85.81 g; Tłuszcz: 56.88 g; Kw. tł. nasy.: 24.12 g; Węglowodany ogółem: 461.01 g; W tym cukry: 122.62 g; Błonnik pok.: 28.04 g; Sól: 8.15 g;	Wartość energetyczna: 2212.58 kcal; Białko ogółem: 81.08 g; Tłuszcz: 67.83 g; Kw. tł. nasy.: 29.01 g; Węglowodany ogółem: 337.35 g; W tym cukry: 46.26 g; Błonnik pok.: 45.07 g; Sól: 10.13 g;	Wartość energetyczna: 2521.21 kcal; Białko ogółem: 91.83 g; Tłuszcz: 56.88 g; Kw. tł. nasy.: 22.73 g; Węglowodany ogółem: 420.98 g; W tym cukry: 92.52 g; Błonnik pok.: 23.54 g; Sól: 6.96 g;	Wartość energetyczna: 3012.63 kcal; Białko ogółem: 137.48 g; Tłuszcz: 71.43 g; Kw. tł. nasy.: 30.72 g; Węglowodany ogółem: 465.70 g; W tym cukry: 123.03 g; Błonnik pok.: 27.44 g; Sól: 11.12 g;	Wartość energetyczna: 2902.01 kcal; Białko ogółem: 141.32 g; Tłuszcz: 98.87 g; Kw. tł. nasy.: 35.77 g; Węglowodany ogółem: 381.62 g; W tym cukry: 52.23 g; Błonnik pok.: 51.33 g; Sól: 11.03 g;	Wartość energetyczna: 2621.78 kcal; Białko ogółem: 84.47 g; Tłuszcz: 60.58 g; Kw. tł. nasy.: 23.12 g; Węglowodany ogółem: 444.37 g; W tym cukry: 112.11 g; Błonnik pok.: 30.25 g; Sól: 8.19 g;	Wartość energetyczna: 3321.62 kcal; Białko ogółem: 130.74 g; Tłuszcz: 117.50 g; Kw. tł. nasy.: 54.66 g; Węglowodany ogółem: 444.45 g; W tym cukry: 71.92 g; Błonnik pok.: 28.76 g; Sól: 11.57 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-04-29 do dnia 2024-05-12 KUCHNIA ŁÓDŹ

	ŁÓDŹ- WWC0IT Podstawowa	ŁÓDŹ- WWC0IT Łatwo strawna	ŁÓDŹ- WWC0IT Z ogr. łatwo przysw. węglowodanów	ŁÓDŹ- WWC0IT Łatwo str. z ogr. tłuszczu	ŁÓDŹ- WWC0IT Bogatobiałkowa	ŁÓDŹ- WWC0IT Z ogr. łatwo przysw. węgl. bogatobiał	ŁÓDŹ- WWC0IT O kontrolowanej zawartości kw. tł.	ŁÓDŹ- WWC0IT Bogatobiałkowa (OPS)	
Śniadanie	Chleb Graham 100 g (GLU PSZ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE) Serek homo o smaku waniliowym 100 g (MLE) Jabko 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)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE) Serek homo o smaku waniliowym 100 g (MLE) Jabko 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)	Chleb Graham 100 g (GLU PSZ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE) Serek homo. naturalny 100 g (MLE) Jabko 1 szt 1 szt Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLUPSZ)	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE) Serek homo o smaku waniliowym 100 g (MLE) Jabko pieczone 1szt. 1 szt Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Miód (25g) 1 szt Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE) Serek homo o smaku waniliowym 100 g (MLE) Szynka kostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (może zawierać: MLE, GOR) Jabko 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)	Chleb Graham 100 g (GLU PSZ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE) Serek homo. naturalny 100 g (MLE) Szynka kostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (może zawierać: MLE, GOR) Jabko 1 szt 1 szt Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLUPSZ)	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE) Serek homo o smaku waniliowym 100 g (MLE) Jabko 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)	Bułka pszenna długa krojona 150 g (GLU PSZ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE) Szynka kostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (może zawierać: MLE, GOR) Jabko pieczone 1szt. 1 szt Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml Miód (25g) 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE) Serek homo o smaku waniliowym 100 g (MLE) Szynka kostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (może zawierać: MLE, GOR) Jabko pieczone 1szt. 1 szt Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml Miód (25g) 1 szt
	II SN			Salatka szwedzka b/c () 100 g (GOR)			Salatka szwedzka b/c () 100 g (GOR)		Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml
Obiad	Marchewkowa z zacierką () 400 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Kotlet schabowy 100 g (GLU PSZ, JAJ) Surówka wielowarzywna z olejem () 200 g (SEL) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Marchewkowa z zacierką () 400 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Bitka schabowa 100 g (GLU PSZ) Sos własny () 80 ml (GLU PSZ, SEL) Fasolka szparagowa z wody* 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Marchewkowa z zacierką () 400 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Bitka schabowa 100 g (GLU PSZ) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g (SEL) Kompot owocowy* z/c 250 ml Sos własny () 80 ml (GLU PSZ, SEL)	Marchewkowa z zacierką () 400 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Kotlet schabowy 100 g (GLU PSZ, JAJ) Bitka schabowa (bez glutenu) 100 g Sos własny () 80 ml (GLU PSZ, SEL) Fasolka szparagowa z wody* 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Marchewkowa z zacierką () 400 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Kotlet schabowy 100 g (GLU PSZ, JAJ) Bitka schabowa (bez glutenu) 100 g Sos własny () 80 ml (GLU PSZ, SEL) Fasolka szparagowa z wody* 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Marchewkowa z zacierką () 400 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Bitka schabowa 100 g (GLU PSZ) Zrazik wieprzowy gotowany mielony 120 g (GLU PSZ, JAJ) Sos własny () 80 ml (GLU PSZ, SEL) Fasolka szparagowa z wody* 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Marchewkowa z zacierką () 400 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Bitka schabowa 100 g (GLU PSZ) Sos własny () 80 ml (GLU PSZ, SEL) Surówka wielowarzywna z olejem () 200 g (SEL) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Marchewkowa z zacierką () 400 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Kotlet schabowy 100 g (GLU PSZ, JAJ) Sos własny () 80 ml (GLU PSZ, SEL) Fasolka szparagowa z wody* 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	
	PD		Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE)			Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE)		Ciastka różne 40 g (GLU PSZ, JAJ, 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) Kielbasa Rawska- produkt wieprzowy 50 g (GLU PSZ, SOJ) Rzodkiew biała 100 g 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 szkolna- wp. parzona 50 g (GLU PSZ, SOJ, MLE) Pomidor 100 g Herbata miętowa ekspresowa z/c 250 ml Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE)	Chleb Graham 150 g (GLU PSZ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE) Kielbasa Rawska- produkt wieprzowy 50 g (GLU PSZ, SOJ) Rzodkiew biała 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 szkolna- wp. parzona 50 g (GLU PSZ, SOJ, MLE) Pasta warzywna () 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) Kielbasa Rawska- produkt wieprzowy 50 g (GLU PSZ, SOJ) Jajko gotowane kl L 1 szt (JAJ) Pomidor 100 g Herbata miętowa ekspresowa z/c 250 ml Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE)	Chleb Graham 150 g (GLU PSZ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE) Kielbasa Rawska- produkt wieprzowy 50 g (GLU PSZ, SOJ) Jajko gotowane kl L 1 szt (JAJ) Rzodkiew biała 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 szkolna- wp. parzona 50 g (GLU PSZ, SOJ, MLE) Rzodkiew biała 100 g Herbata miętowa ekspresowa z/c 250 ml Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE)	Bułka pszenna długa krojona 150 g (GLU PSZ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE) Szynka szkolna- wp. parzona 50 g (GLU PSZ, SOJ, MLE) Jajko gotowane kl L 1 szt (JAJ) Pasta warzywna () 100 g (SEL) Herbata miętowa ekspresowa b/c 250 ml	
	PN	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło extra 82% 5 g (MLE) Kurczak gotowany produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony 20 g Salata zielona 5 g	Chleb Graham 30 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 5 g (MLE) Kurczak gotowany produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony 20 g Salata zielona 5 g	Chleb Graham 30 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 5 g (MLE) Kurczak gotowany produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony 20 g Salata zielona 5 g	Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 5 g (MLE) Kurczak gotowany produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło extra 82% 5 g (MLE) Kurczak gotowany produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony 20 g Salata zielona 5 g	Chleb Graham 30 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 5 g (MLE) Kurczak gotowany produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony 20 g Salata zielona 5 g	Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 5 g (MLE) Kurczak gotowany produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony 20 g Salata zielona 5 g	Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE) Kurczak gotowany produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony 20 g
	Wartość energetyczna: 2662.08 kcal; Białko ogółem: 101.67 g; Tłuszcz: 81.30 g; Kw. tł. nasy.: 30.54 g; Węglowodany ogółem: 398.66 g; W tym cukry: 82.25 g; Błonnik pok.: 38.93 g; Sól: 7.13 g;	Wartość energetyczna: 2560.95 kcal; Białko ogółem: 108.32 g; Tłuszcz: 66.82 g; Kw. tł. nasy.: 28.61 g; Węglowodany ogółem: 395.36 g; W tym cukry: 74.51 g; Błonnik pok.: 29.44 g; Sól: 8.54 g;	Wartość energetyczna: 2332.24 kcal; Białko ogółem: 112.19 g; Tłuszcz: 75.67 g; Kw. tł. nasy.: 29.30 g; Węglowodany ogółem: 324.35 g; W tym cukry: 44.51 g; Błonnik pok.: 46.06 g; Sól: 8.76 g;	Wartość energetyczna: 2719.42 kcal; Białko ogółem: 110.22 g; Tłuszcz: 79.95 g; Kw. tł. nasy.: 27.75 g; Węglowodany ogółem: 408.83 g; W tym cukry: 82.86 g; Błonnik pok.: 37.73 g; Sól: 7.97 g;	Wartość energetyczna: 3082.87 kcal; Białko ogółem: 149.00 g; Tłuszcz: 99.70 g; Kw. tł. nasy.: 35.05 g; Węglowodany ogółem: 409.66 g; W tym cukry: 74.55 g; Błonnik pok.: 30.65 g; Sól: 8.64 g;	Wartość energetyczna: 2730.30 kcal; Białko ogółem: 157.45 g; Tłuszcz: 94.75 g; Kw. tł. nasy.: 35.43 g; Węglowodany ogółem: 334.29 g; W tym cukry: 40.51 g; Błonnik pok.: 45.40 g; Sól: 9.90 g;	Wartość energetyczna: 2683.88 kcal; Białko ogółem: 114.03 g; Tłuszcz: 73.49 g; Kw. tł. nasy.: 28.95 g; Węglowodany ogółem: 406.46 g; W tym cukry: 85.17 g; Błonnik pok.: 29.84 g; Sól: 7.74 g;	Wartość energetyczna: 3496.60 kcal; Białko ogółem: 144.56 g; Tłuszcz: 136.71 g; Kw. tł. nasy.: 58.99 g; Węglowodany ogółem: 437.06 g; W tym cukry: 63.15 g; Błonnik pok.: 33.91 g; Sól: 10.40 g;	

Oznaczenia alergenów:

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

Oznaczenia wskaźników odż:

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