

Jadłospisy za okres od dnia 2025-08-10 do dnia 2025-08-31 KUCHNIA ŁÓDŹ

		ŁÓDŹ- WWCOIT Podstawowa	ŁÓDŹ- WWCOIT Łatwo strawna	ŁÓDŹ- WWCOIT Z ogr. łatwo przysw. węglowodanów	ŁÓDŹ- WWCOIT Łatwo str. z ogr. tłuszczu	ŁÓDŹ- WWCOIT Bogatobiałkowa	ŁÓDŹ- WWCOIT Z ogr. łatwo przysw. węgl. bogatobiał	ŁÓDŹ- WWCOIT O kontrolowanej zawartości kw. tł.	ŁÓDŹ- WWCOIT Bezglutenowa	ŁÓDŹ- WWCOIT Bogatobiałkowa (OPS)	
2025-08-18 poniedziałek	Śniadanie	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (MLE, GLU, JECZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Pasta z makreli wędzonej z warzywami + 100 g (RYB, SEL.) Ogórek świeży 90 g Sałata lodowa 10 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.)	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (MLE, GLU, JECZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Pasta z miruny gotowanej z warzywami + 100 g (RYB, SEL.) Sałata lodowa 10 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Miód (25g) 1 szt Pomidor 90 g Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.)	Płatki jęczmienne na wywarze jarzynowym 300 ml (SEL, GLU, JECZ.) Chleb Graham 100 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Pasta warzywna+ 100 g (SEL.) Pasta z miruny gotowanej z warzywami + 100 g (RYB, SEL.) Ogórek świeży 90 g Sałata lodowa 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.)	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (MLE, GLU, JECZ.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Pasta warzywna+ 100 g (RYB, SEL.) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (SOJ.) Sałata lodowa 10 g Pomidor 90 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.)	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (MLE, GLU, JECZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Pasta z miruny gotowanej z warzywami + 100 g (RYB, SEL.) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (SOJ.) Sałata lodowa 10 g Pomidor 90 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.)	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (MLE, GLU, JECZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Pasta z miruny gotowanej z warzywami + 100 g (RYB, SEL.) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (SOJ.) Sałata lodowa 10 g Pomidor 90 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.)	Płatki jęczmienne na wywarze jarzynowym 300 ml (SEL, GLU, JECZ.) 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.) Sałata lodowa 10 g Pomidor 90 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 kukurydziana na wywarze jarzynowym () 300 ml (SEL.) Chleb bezglutenowy 150 g (SEZ, może zawierać: ORŻ.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Indyk z pasieki produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonie niepalnej 50 g Miód (25g) 1 szt Pasta warzywna+ 100 g (SEL.) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Pasta z miruny gotowanej z warzywami + 100 g (RYB, SEL.) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (SOJ.) Pasta warzywna + 100 g (SEL.) Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml Miód (25g) 1 szt	
	II ŚN			Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE.)			Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE.)			Ciastka różne 40 g (GLUPSZ, JAJ, SOJ, MLE.)	
	Obiad	Zupa brokułowa z ryżem + 400 g (SOJ, MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Kotlet z jaj + 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos chrzanowy + 80 g (MLE, SOZ.) Surówka z marchwi i jabłka b/c + 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Zupa brokułowa z ryżem + 400 g (SOJ, MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Kotlet z jaj+pieczony dieta + 100 g (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Sos koperkowy dieta + 80 g (MLE, SOZ.) Surówka z marchwi i jabłka b/c + 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Zupa brokułowa z ryżem + 400 g (SOJ, MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Kotlet z jaj + 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos chrzanowy + 80 g (MLE, SOZ.) Surówka z marchwi i jabłka b/c + 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Zupa ryżowa z ziemniakami + 400g (GLU PSZ, SOJ, MLE.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Pulpet z kurczaka + 120 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos koperkowy dieta (bez mleka) + 80 g (SEL.) Marchew gotowane plasty z olejem + 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Zupa brokułowa z ryżem + 400 g (SOJ, MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Kotlet z jaj + 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Filet z kurczaka wolno gotowany plasty + 100 g Sos koperkowy dieta (bez mleka) + 80 g (SEL.) Surówka z marchwi i jabłka b/c + 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Zupa brokułowa z ryżem + 400 g (SOJ, MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Kotlet z jaj + 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Filet z kurczaka wolno gotowany plasty + 100 g Sos chrzanowy + 80 g (MLE, SOZ.) Surówka z marchwi i jabłka b/c + 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Zupa brokułowa z ryżem + 400 g (SOJ, MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Kotlet z jaj + 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Filet z kurczaka wolno gotowany plasty + 100 g Sos chrzanowy + 80 g (MLE, SOZ.) Surówka z marchwi i jabłka b/c + 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Zupa ryżowa z ziemniakami + 400 g (SOJ, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Pulpet z kurczaka (bez glutenu) + 120 g (JAJ.) Sos koperkowy dieta + 80 g (MLE.) Marchew gotowana plasty z olejem + 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Zupa brokułowa z ryżem + 400 g (SOJ, MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Kotlet z jaj + 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Filet z kurczaka wolno gotowany plasty + 100 g Sos chrzanowy + 80 g (MLE, SOZ.) Marchew gotowana plasty z olejem + 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	
	PD			Arbuz 150 g			Arbuz 150 g				Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml
	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 szkolna- wp. parzona 50 g (GLU PSZ, SOJ, MLE.) Banan 1szt. 1 szt Herbata miętowa ekspresowa z/c 250 ml Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka szkolna- wp. parzona 50 g (GLU PSZ, SOJ, MLE.) Banan 1szt. 1 szt Herbata miętowa ekspresowa z/c 250 ml Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE.)	Chleb Graham 150 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka szkolna- wp. parzona 50 g (GLU PSZ, SOJ, MLE.) Pomidor 100 g Herbata miętowa ekspresowa b/c 250 ml	Szynka szkolna- wp. parzona 50 g (GLU PSZ, SOJ, MLE.) Bułka pszenna długa krojona 150 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Herbata miętowa ekspresowa z/c 250 ml Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Twaróg półtłusty 100 g (MLE.) Szynka szkolna- wp. parzona 50 g (GLU PSZ, SOJ, MLE.) Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Banan 1szt. 1 szt Herbata miętowa ekspresowa z/c 250 ml Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE.)	Chleb Graham 150 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka szkolna- wp. parzona 50 g (GLU PSZ, SOJ, MLE.) Pomidor 100 g Herbata miętowa ekspresowa b/c 250 ml	Chleb Graham 150 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka szkolna- wp. parzona 50 g (GLU PSZ, SOJ, MLE.) Banan 1szt. 1 szt Herbata miętowa ekspresowa z/c 250 ml Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE.)	Chleb bezglutenowy 150 g (SEZ, może zawierać: ORŻ.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynkowa debowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Herbata miętowa ekspresowa 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.) Szynka szkolna- wp. parzona 50 g (GLU PSZ, SOJ, MLE.) Ser żółty 50 g (MLE.) Banan 1szt. 1 szt Herbata miętowa ekspresowa b/c 250 ml	
	PN	Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 15 g	Baton szynkowy z kurcząt 20 g (może zawierać: GLUPSZ, MLE, GOR.) Chleb Graham 30 g (GLU PSZ.) Sałata zielona 5 g Masło extra 82% 5 g (MLE.)	Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 15 g	Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 15 g	Baton szynkowy z kurcząt 20 g (może zawierać: GLUPSZ, MLE, GOR.) Chleb Graham 30 g (GLU PSZ.) Sałata zielona 5 g Masło extra 82% 5 g (MLE.)	Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 15 g	Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 15 g			
		Wartość energetyczna: 3009.30 kcal; Białko ogółem: 94.22 g; Tłuszcz: 98.37 g; Kw. tł. nasy.: 34.77 g; Węglowodany ogółem: 454.70 g; W tym cukry: 134.33 g; Błonnik pok.: 38.03 g; Sól: 13.36 g;	Wartość energetyczna: 2835.12 kcal; Białko ogółem: 91.67 g; Tłuszcz: 79.84 g; Kw. tł. nasy.: 31.54 g; Węglowodany ogółem: 452.65 g; W tym cukry: 133.36 g; Błonnik pok.: 32.53 g; Sól: 12.17 g;	Wartość energetyczna: 2527.48 kcal; Białko ogółem: 91.55 g; Tłuszcz: 79.18 g; Kw. tł. nasy.: 32.54 g; Węglowodany ogółem: 343.29 g; W tym cukry: 63.26 g; Błonnik pok.: 43.69 g; Sól: 12.85 g;	Wartość energetyczna: 2765.68 kcal; Białko ogółem: 99.04 g; Tłuszcz: 82.13 g; Kw. tł. nasy.: 27.46 g; Węglowodany ogółem: 424.75 g; W tym cukry: 102.48 g; Błonnik pok.: 35.81 g; Sól: 13.42 g;	Wartość energetyczna: 3193.42 kcal; Białko ogółem: 148.66 g; Tłuszcz: 90.55 g; Kw. tł. nasy.: 34.43 g; Węglowodany ogółem: 460.94 g; W tym cukry: 137.82 g; Błonnik pok.: 33.41 g; Sól: 14.31 g;	Wartość energetyczna: 2864.93 kcal; Białko ogółem: 149.75 g; Tłuszcz: 108.93 g; Kw. tł. nasy.: 35.91 g; Węglowodany ogółem: 347.66 g; W tym cukry: 66.85 g; Błonnik pok.: 43.71 g; Sól: 15.02 g;	Wartość energetyczna: 2717.78 kcal; Białko ogółem: 93.48 g; Tłuszcz: 78.87 g; Kw. tł. nasy.: 29.39 g; Węglowodany ogółem: 430.01 g; W tym cukry: 128.32 g; Błonnik pok.: 43.33 g; Sól: 11.62 g;	Wartość energetyczna: 2498.08 kcal; Białko ogółem: 62.69 g; Tłuszcz: 82.03 g; Kw. tł. nasy.: 23.89 g; Węglowodany ogółem: 386.41 g; W tym cukry: 65.81 g; Błonnik pok.: 38.84 g; Sól: 9.96 g;	Wartość energetyczna: 3312.59 kcal; Białko ogółem: 135.25 g; Tłuszcz: 116.10 g; Kw. tł. nasy.: 43.09 g; Węglowodany ogółem: 450.93 g; W tym cukry: 110.17 g; Błonnik pok.: 36.42 g; Sól: 16.44 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2025-08-15 do dnia 2025-08-31 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 Bezglutenowa	ŁÓDŹ- WWC0IT Bogatobiałkowa (OPS)	
2025-08-19 Wtorek	Śniadanie	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE) Chleb Graham 100 g (GLU PSZ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE) Zielona pasta jajeczna + 100 g (JAJ, MLE) Rzodkiewka 100 g Arbuz 150 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 kukurydziana na mleku 300 ml (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE) Zielona pasta jajeczna + 100 g (JAJ, MLE) Pomidor 100 g Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ) Miód (25g) 1 szt Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ)	Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 300 ml (SEL) Chleb Graham 100 g (GLU PSZ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE) Filet zapiekany drobiowy 50 g (MLE) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Miód (25g) 1 szt Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ)	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE) Filet zapiekany drobiowy 50 g (MLE) Zielona pasta jajeczna + 100 g (JAJ, MLE) Rzodkiewka 100 g Arbuz 150 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 kukurydziana na mleku 300 ml (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE) Filet zapiekany drobiowy 50 g (MLE) Zielona pasta jajeczna + 100 g (JAJ, MLE) Rzodkiewka 100 g Arbuz 150 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 kukurydziana na mleku 300 ml (MLE) Chleb Graham 100 g (GLU PSZ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE) Filet zapiekany drobiowy 50 g (MLE) Zielona pasta jajeczna + 100 g (JAJ, MLE) Rzodkiewka 100 g 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 Graham 100 g (GLU PSZ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE) Zielona pasta jajeczna + 100 g (JAJ, MLE) Rzodkiewka 100 g 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 Graham 100 g (GLU PSZ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE) Zielona pasta jajeczna + 100 g (JAJ, MLE) Rzodkiewka 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 100 g (GLU PSZ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE) Filet zapiekany drobiowy 50 g (MLE) Zielona pasta jajeczna + 100 g (JAJ, MLE) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml Miód (25g) 1 szt
	II SN			Sok z buraków 0,3 L produkt pasteryzowany 1 szt (SEL)		Sok z buraków 0,3 L produkt pasteryzowany 1 szt (SEL)				Sok z buraków 0,3 L produkt pasteryzowany 1 szt (SEL)
	Obiad	Zupa pieczarkowa z ziemniakami + 400 ml (SOJ, MLE, SEL) Kluski śląskie + 200 g (JAJ) Bitka schabowa + 100 g Sos pieczeniowy + 80 g (GLU PSZ, SOJ, MLE) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem + 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Zupa ziemniaczana a/la solferino+ 400 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL) Kluski śląskie + 200 g (JAJ) Bitka schabowa + 100 g Sos własny dieta + 80 g (SOJ) Brokuł gotowany + 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Zupa pieczarkowa z ziemniakami + 400 ml (SOJ, MLE, SEL) Makaron pełnoziarnisty 200 g (GLU PSZ) Bitka schabowa + 100 g Sos własny dieta + 80 g (SOJ) Marchew gotowana + 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Zupa ziemniaczana a/la solferino+ 400 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL) Makaron drobny 200 g (GLU PSZ) Bitka schabowa + 100 g Sos własny dieta + 80 g (SOJ) Marchew gotowana + 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Zupa pieczarkowa z ziemniakami + 400 ml (SOJ, MLE, SEL) Kluski śląskie + 200 g (JAJ) Bitka schabowa + 100 g Klopsik wieprzowy pieczony + 120 g (GLU PSZ, JAJ) Sos własny dieta + 80 g (SOJ) Brokuł gotowany + 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Zupa pieczarkowa z ziemniakami + 400 ml (SOJ, MLE, SEL) Kluski śląskie + 200 g (JAJ) Bitka schabowa + 100 g Klopsik wieprzowy pieczony + 120 g (GLU PSZ, JAJ) Sos własny dieta + 80 g (SOJ) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem + 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Zupa pieczarkowa z ziemniakami + 400 ml (SOJ, MLE, SEL) Kluski śląskie + 200 g (JAJ) Bitka schabowa + 100 g Klopsik wieprzowy pieczony + 120 g (GLU PSZ, JAJ) Marchew gotowana + 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Zupa ziemniaczana a/la solferino (bez glutenu) + 400 g (SOJ, MLE, SEL) Makaron bezglutenowy 200 g Bitka schabowa + 100 g Sos własny dieta + 80 g (SOJ) Marchew gotowana + 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Zupa pieczarkowa z ziemniakami + 400 ml (SOJ, MLE, SEL) Kluski śląskie + 200 g (JAJ) Bitka schabowa + 100 g Klopsik wieprzowy pieczony + 120 g (GLU PSZ, JAJ) Sos własny dieta + 80 g (SOJ) Brokuł gotowany + 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml
	PD			Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE)		Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE)				Przecier owocowy jabłko-morela 120g 1 szt (może zawierać: MLE)
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Chleb Graham 60 g (GLU PSZ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (może zawierać: MLE, GOR) Pomidor 100 g 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) Pomidor 100 g 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) Pomidor 100 g 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 + 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) Serek twarogowy homogenizowany + 100 g (MLE) Pomidor 100 g 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) Serek twarogowy homogenizowany + 100 g (MLE) Pomidor 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 150 g (SEZ, może zawierać: ORZ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE) Indyk z pasieki produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonie niejadalnej 50 g Bukiet jarzyn gotowany + 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) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (może zawierać: MLE, GOR) Ser zółty 50 g (MLE) Brokuł gotowany + 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa 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)	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) 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)	Chleb bezglutenowy 30 g (SEZ, może zawierać: ORZ) Masło extra 82% 5 g (MLE) Szynkowa debowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 20 g	Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE) Szynka zielonogórska- wp. parzona 20 g (SOJ)		
	Wartość energetyczna: 2972.50 kcal; Białko ogółem: 122.25 g; Tłuszcz: 95.22 g; Kw. tł. nasy.: 38.68 g; Węglowodany ogółem: 421.66 g; W tym cukry: 100.95 g; Błonnik pok.: 35.85 g; Sól: 12.42 g;	Wartość energetyczna: 2901.88 kcal; Białko ogółem: 121.63 g; Tłuszcz: 81.15 g; Kw. tł. nasy.: 35.81 g; Węglowodany ogółem: 430.33 g; W tym cukry: 90.28 g; Błonnik pok.: 30.82 g; Sól: 10.94 g;	Wartość energetyczna: 2636.69 kcal; Białko ogółem: 120.37 g; Tłuszcz: 88.52 g; Kw. tł. nasy.: 31.98 g; Węglowodany ogółem: 430.74 g; W tym cukry: 76.98 g; Błonnik pok.: 45.45 g; Sól: 12.69 g;	Wartość energetyczna: 2757.56 kcal; Białko ogółem: 121.67 g; Tłuszcz: 70.63 g; Kw. tł. nasy.: 30.01 g; Węglowodany ogółem: 417.21 g; W tym cukry: 87.81 g; Błonnik pok.: 26.91 g; Sól: 10.14 g;	Wartość energetyczna: 3457.28 kcal; Białko ogółem: 180.59 g; Tłuszcz: 111.03 g; Kw. tł. nasy.: 47.73 g; Węglowodany ogółem: 359.83 g; W tym cukry: 99.85 g; Błonnik pok.: 32.68 g; Sól: 13.68 g;	Wartość energetyczna: 3169.41 kcal; Białko ogółem: 176.93 g; Tłuszcz: 118.43 g; Kw. tł. nasy.: 43.91 g; Węglowodany ogółem: 390.02 g; W tym cukry: 80.97 g; Błonnik pok.: 45.63 g; Sól: 14.86 g;	Wartość energetyczna: 2835.98 kcal; Białko ogółem: 123.46 g; Tłuszcz: 92.71 g; Kw. tł. nasy.: 34.70 g; Węglowodany ogółem: 390.02 g; W tym cukry: 91.84 g; Błonnik pok.: 36.22 g; Sól: 10.79 g;	Wartość energetyczna: 2535.84 kcal; Białko ogółem: 123.08 g; Tłuszcz: 74.20 g; Kw. tł. nasy.: 26.18 g; Węglowodany ogółem: 388.46 g; W tym cukry: 72.75 g; Błonnik pok.: 35.53 g; Sól: 8.22 g;	Wartość energetyczna: 3303.59 kcal; Białko ogółem: 165.67 g; Tłuszcz: 119.24 g; Kw. tł. nasy.: 54.13 g; Węglowodany ogółem: 400.90 g; W tym cukry: 69.59 g; Błonnik pok.: 32.77 g; Sól: 15.28 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2025-08-12 do dnia 2025-08-31 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 Bezglutenowa	ŁÓDŹ- WWC0IT Bogatobiałkowa (OPS)
2025-08-20 środa	Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Pasztet wieprzowy z warzywami + 50 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL.) Ogórek świeży 90 g Rozspanka 10 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Miód (25g) 1 szt Bułka maślana 50g 1 szt (GLU PSZ, JAJ, MLE.)	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka zielonogórska- wp. parzona 50 g (SOJ.) Pasta warzywna + 90 g (SEL.) Rozspanka 10 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Miód (25g) 1 szt Bułka maślana 50g 1 szt (GLU PSZ, JAJ, MLE.)	Płatki owsiane na wywarze jarzynowym 300 ml (SEL, GLU OW.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka zielonogórska- wp. parzona 50 g (SOJ.) Pasta warzywna+ 100 g (SEL.) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.)	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka zielonogórska- wp. parzona 50 g (SOJ.) Pasztet wieprzowy z warzywami + 50 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL.) Pasta warzywna + 90 g (SEL.) Rozspanka 10 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Miód (25g) 1 szt Bułka maślana 50g 1 szt (GLU PSZ, JAJ, MLE.)	Płatki owsiane na wywarze jarzynowym 300 ml (SEL, GLU OW.) Chleb Graham 100 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka zielonogórska- wp. parzona 50 g (SOJ.) Pasztet wieprzowy z warzywami + 50 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL.) Ogórek świeży 90 g Rozspanka 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.)	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) Chleb Graham 100 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka zielonogórska- wp. parzona 50 g (SOJ.) Ogórek świeży 90 g Rozspanka 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.)	Ryż na wywarze jarzynowym 300 ml (SEL.) Chleb bezglutenowy 150 g (SEZ, może zawierać: ORZ.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka zielonogórska- wp. parzona 50 g (SOJ.) Szynkowa debowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Pasta warzywna+ 100 g (SEL.) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Miód (25g) 1 szt Bułka maślana 50g 1 szt (GLU PSZ, JAJ, MLE.)	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka zielonogórska- wp. parzona 50 g (SOJ.) Twarożek truskawkowy + 100 g (MLE.) Pasta warzywna + 100 g (SEL.) Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml Miód (25g) 1 szt Bułka maślana 50g 1 szt (GLU PSZ, JAJ, MLE.)
	II ŚN		Surówka z marchwi i jabłka b/c + 100 g			Surówka z marchwi i jabłka b/c + 100 g			Kisiel o smaku cytrynowym z/c 150 ml
	Obiad	Zupa z soczewicą i warzywami + 400 g (GLUPSZ, SOJ, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Kotlet panierowany z udzka kurczaka + 120g (GLUPSZ, JAJ.) Sałatka z buraków i jabłka (z olejem) b/c+ 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Zupa grysikowa+ 400 g (GLU PSZ, SOJ, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Filet z kurczaka pieczony w ziołach + 100 g Sos jarzynowy dieta + 80 g (MLE.) Buraki tarte na ciepło + 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Zupa z soczewicą i warzywami + 400 g (GLUPSZ, SOJ, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Filet z kurczaka pieczony w ziołach + 100 g Sos jarzynowy dieta + 80 g (MLE.) Buraki tarte na ciepło + 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Zupa z soczewicą i warzywami + 400 g (GLUPSZ, SOJ, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Filet z kurczaka pieczony w ziołach + 100 g Kotlet panierowany z udzka kurczaka + 120g (GLUPSZ, JAJ.) Sos jarzynowy dieta + 80 g (MLE.) Buraki tarte na ciepło + 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Zupa z soczewicą i warzywami + 400 g (GLUPSZ, SOJ, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Filet z kurczaka pieczony w ziołach + 100 g Pulpet z kurczaka + 120 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos jarzynowy dieta + 80 g (MLE.) Sałatka z buraków i jabłka (z olejem) b/c+ 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Zupa z soczewicą i warzywami + 400 g (GLUPSZ, SOJ, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Filet z kurczaka pieczony w ziołach + 100 g Sos jarzynowy dieta + 80 g (MLE.) Sałatka z buraków i jabłka (z olejem) b/c+ 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Zupa ziemniaczana (bez mleka, bez glutenu) + 400 ml (SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Filet z kurczaka pieczony w ziołach + 100 g Buraki tarte na ciepło + 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Zupa grysikowa+ 400 g (GLU PSZ, SOJ, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Kotlet panierowany z udzka kurczaka + 120g (GLUPSZ, JAJ.) Filet z kurczaka pieczony w ziołach + 100 g Sos jarzynowy dieta + 80 g (MLE.) Buraki tarte na ciepło + 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml
	PD		Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE.)			Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE.)			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.) Potrawka z kurczaka + 200 g (GLU PSZ, SEL.) Winogrona 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.) Potrawka z kurczaka + 200 g (GLU PSZ, SEL.) Jabiko 1 szt 1 szt Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE.)	Chleb Graham 150 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Potrawka z kurczaka + 200 g (GLU PSZ, SEL.) Jabiko 1 szt 1 szt Herbata czarna granulowana z cytryną b/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.) Potrawka z kurczaka + 200 g (GLU PSZ, SEL.) Jabiko 1 szt 1 szt Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Potrawka z kurczaka + 200 g (GLU PSZ, SEL.) Szynka od Zduna-wędzonka wieprzowa, szynka wędzona, parzona 50 g 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.) Potrawka z kurczaka + 200 g (GLU PSZ, SEL.) Winogrona 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE.)	Chleb bezglutenowy 150 g (SEZ, może zawierać: ORZ.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Potrawka z kurczaka (bez glutenu) + 200 g (SEL.) Jabiko 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.) Szynka od Zduna-wędzonka wieprzowa, szynka wędzona, parzona 50 g Potrawka z kurczaka + 200 g (GLU PSZ, SEL.) Banan 1 szt. 1 szt Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml
PN	Mini Crisper pieczywo chrupkie jaglane z nasionami chia 30 g 1 szt (GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JECZ, może zawierać: ORZ, SEZ.) Serek twarogowy śmietankowy 16,67g (kiri, haga) 1 szt (MLE.)	Chleb Graham 30 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Sałatka zielona 5 g Szynka szkolna- wp. parzona 20 g (GLU PSZ, SOJ, MLE.)	Sok pomarańczowy 0,2L-kartonik 1 szt Herbatniki 20g (GLUPSZ, SOJ, MLE.)	Mini Crisper pieczywo chrupkie jaglane z nasionami chia 30 g 1 szt (GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JECZ, może zawierać: ORZ, SEZ.) Serek twarogowy śmietankowy 16,67g (kiri, haga) 1 szt (MLE.)	Chleb Graham 30 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Szynka szkolna- wp. parzona 20 g (GLU PSZ, SOJ, MLE.) Sałatka zielona 5 g	Mini Crisper pieczywo chrupkie jaglane z nasionami chia 30 g 1 szt (GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JECZ, może zawierać: ORZ, SEZ.) Serek twarogowy śmietankowy 16,67g (kiri, haga) 1 szt (MLE.)	Sok pomarańczowy 0,2L-kartonik 1 szt Wafle ryżowe 20 g	Mini Crisper pieczywo chrupkie jaglane z nasionami chia 30 g 1 szt (GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JECZ, może zawierać: ORZ, SEZ.) Serek twarogowy śmietankowy 16,67g (kiri, haga) 1 szt (MLE.)	Mini Crisper pieczywo chrupkie jaglane z nasionami chia 30 g 1 szt (GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JECZ, może zawierać: ORZ, SEZ.) Serek twarogowy śmietankowy 16,67g (kiri, haga) 1 szt (MLE.)
	Wartość energetyczna: 3084.81 kcal; Białko ogółem: 120.66 g; Tłuszcz: 99.12 g; Kw. tł. nasy.: 37.75 g; Węglowodany ogółem: 441.56 g; W tym cukry: 101.58 g; Błonnik pok.: 37.91 g; Sól: 13.27 g;	Wartość energetyczna: 2969.96 kcal; Białko ogółem: 126.61 g; Tłuszcz: 89.62 g; Kw. tł. nasy.: 33.55 g; Węglowodany ogółem: 429.32 g; W tym cukry: 101.88 g; Błonnik pok.: 37.43 g; Sól: 14.96 g;	Wartość energetyczna: 2551.45 kcal; Białko ogółem: 126.17 g; Tłuszcz: 80.61 g; Kw. tł. nasy.: 27.58 g; Węglowodany ogółem: 354.35 g; W tym cukry: 64.17 g; Błonnik pok.: 49.76 g; Sól: 13.77 g;	Wartość energetyczna: 2895.87 kcal; Białko ogółem: 122.07 g; Tłuszcz: 80.78 g; Kw. tł. nasy.: 27.35 g; Węglowodany ogółem: 433.91 g; W tym cukry: 121.70 g; Błonnik pok.: 32.44 g; Sól: 12.92 g;	Wartość energetyczna: 3486.99 kcal; Białko ogółem: 179.21 g; Tłuszcz: 116.21 g; Kw. tł. nasy.: 41.12 g; Węglowodany ogółem: 444.84 g; W tym cukry: 90.02 g; Błonnik pok.: 38.55 g; Sól: 16.61 g;	Wartość energetyczna: 3025.34 kcal; Białko ogółem: 171.11 g; Tłuszcz: 107.89 g; Kw. tł. nasy.: 34.91 g; Węglowodany ogółem: 367.28 g; W tym cukry: 67.59 g; Błonnik pok.: 52.04 g; Sól: 16.04 g;	Wartość energetyczna: 2779.16 kcal; Białko ogółem: 130.10 g; Tłuszcz: 81.67 g; Kw. tł. nasy.: 31.67 g; Węglowodany ogółem: 398.22 g; W tym cukry: 96.02 g; Błonnik pok.: 42.40 g; Sól: 13.19 g;	Wartość energetyczna: 2708.14 kcal; Białko ogółem: 90.59 g; Tłuszcz: 79.22 g; Kw. tł. nasy.: 22.64 g; Węglowodany ogółem: 415.45 g; W tym cukry: 99.65 g; Błonnik pok.: 38.91 g; Sól: 9.35 g;	Wartość energetyczna: 3371.80 kcal; Białko ogółem: 162.66 g; Tłuszcz: 100.23 g; Kw. tł. nasy.: 34.75 g; Węglowodany ogółem: 469.46 g; W tym cukry: 112.92 g; Błonnik pok.: 37.15 g; Sól: 15.18 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2025-08-15 do dnia 2025-08-31 KUCHNIA ŁÓDŹ

ŁÓDŹ- WWCOIT Podstawowa										ŁÓDŹ- WWCOIT Łatwo strawna										ŁÓDŹ- WWCOIT Z ogr. łatwo przysw. węglowodanów										ŁÓDŹ- WWCOIT Łatwo str. z ogr. tłuszczu										ŁÓDŹ- WWCOIT Bogatobiałkowa										ŁÓDŹ- WWCOIT z ogr. łatwo przysw. węgl. bogatobiał										ŁÓDŹ- WWCOIT O kontrolowanej zawartości kw. tł.										ŁÓDŹ- WWCOIT Bezglutenowa										ŁÓDŹ- WWCOIT Bogatobiałkowa (OPS)																																																																																																																							
2025-08-21 czwartek	Śniadanie	Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Pasta twarogowa z pieczoną papryką + 100 g (<u>MLE, GOR, SOZ,</u>) Brzoskwinia 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>)																				Zacierka na mleku 300ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Pasta twarogowa pomidorowo-selerowa + 100 g (<u>MLE, SEL,</u>) Arbuz 150 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>)																				Zacierka na wywarze jarzynowym 300ml (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL,</u>) Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Pasta twarogowa pomidorowo-selerowa + 100 g (<u>MLE, SEL,</u>) Mus z jabłek (j)z/c 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Miód (25g) 1 szt Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ,</u>)																				Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SOZ,</u>) Pasta twarogowa pomidorowo-selerowa + 100 g (<u>MLE, SEL,</u>) Brzoskwinia 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>)																				Zacierka na wywarze jarzynowym 300ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SOZ,</u>) Pasta twarogowa z pieczoną papryką + 100 g (<u>MLE, GOR, SOZ,</u>) Arbuz 150 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ,</u>)																				Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Pasta twarogowa z pieczoną papryką + 100 g (<u>MLE, GOR, SOZ,</u>) Brzoskwinia 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>)																				Makaron na wywarze jarzynowym 300 ml (<u>SEL,</u>) Chleb bezglutenowy 150 g (<u>SEZ, może zawierać: ORZ,</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Pasta z kurczaki i warzyw + 100 g (<u>SEL,</u>) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Miód (25g) 1 szt																				Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SOZ,</u>) Serek twarogowy śmietankowy 16,67g (kiri,haga) 1 szt (<u>MLE,</u>) Mus z brzoskwiń 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml Miód (25g) 1 szt																																																									
		II ŚN																				Jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>MLE,</u>)																																								Jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>MLE,</u>)																																								Biszkopty b/ml 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>)																																																																																																	
		Obiad																				Zupa ziemniaczana + 400 g (<u>MLE, SEL,</u>) Sos pomidorowy + 80 g Mięso wieprzowe z warzywami do kaszotto + 150 g (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JECZ,</u>) Surówka wielowarzywna z olejem b/c + 200 g (<u>SEL,</u>) Kompot owocowy* z/c 250 ml																				Zupa ziemniaczana + 400 g (<u>SOJ, MLE, GLU ŻYT, może zawierać: GLUPSZ, JAJ, SEL, GOR,</u>) Sos pomidorowy + 80 g Mięso wieprzowe z warzywami do kaszotto + 150 g (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JECZ,</u>) Surówka wielowarzywna z olejem b/c + 200 g (<u>SEL,</u>) Kompot owocowy* z/c 250 ml																				Żurek z ziemniakami + 400 g (<u>SOJ, MLE, GLU ŻYT, może zawierać: GLUPSZ, JAJ, SEL, GOR,</u>) Sos pomidorowy + 80 g Mięso wieprzowe z warzywami do kaszotto + 150 g (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Schab gotowany + 100 g Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JECZ,</u>) Surówka wielowarzywna z olejem b/c + 200 g (<u>SEL,</u>) Kompot owocowy* z/c 250 ml																				Zupa ziemniaczana + 400 g (<u>MLE, SEL,</u>) Ryż na sypko 200 g Mięso wieprzowe + 120 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>) Sos pomidorowy + 80 g Marchew gotowana plasty z olejem + 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml																				Żurek z ziemniakami + 400 g (<u>SOJ, MLE, GLU ŻYT, może zawierać: GLUPSZ, JAJ, SEL, GOR,</u>) Sos pomidorowy + 80 g Mięso wieprzowe z warzywami do kaszotto + 150 g (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Schab gotowany + 100 g Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JECZ,</u>) Surówka wielowarzywna z olejem b/c + 200 g (<u>SEL,</u>) Kompot owocowy* z/c 250 ml																				Zupa ziemniaczana (bez mleka, bez glutenu) + 400 ml (<u>SEL,</u>) Sos pomidorowy + 80 g Mięso wieprzowe z warzywami do risotto (bez glutenu) + 150 g (<u>MLE, SEL,</u>) Ryż na sypko 200 g Marchew gotowana plasty z olejem + 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml																				Żurek z ziemniakami + 400 g (<u>SOJ, MLE, GLU ŻYT, może zawierać: GLUPSZ, JAJ, SEL, GOR,</u>) Sos pomidorowy + 80 g Mięso wieprzowe z warzywami do kaszotto + 150 g (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Schab gotowany + 100 g Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JECZ,</u>) Bukiet warzyw gotowanych + 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml																																																									
		PD																				Surówka z marchwi i selera z olejem + 100 g (<u>SEL,</u>)																																								Surówka z marchwi i selera z olejem + 100 g (<u>SEL,</u>)																																								Sok przecierowy warzywno-owocowy 0,33 l 1 szt																																																																																																	
		Kolacja																				Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Chleb Graham 60 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Salatka jarzynowa + 100 g (<u>JAJ, MLE, SEL, GOR,</u>) Salata zielona 5 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa 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>) Salatka jarzynowa + 100 g (<u>MLE, SEL,</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Salatka zielona 5 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>MLE,</u>)																				Chleb Graham 150 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Salatka jarzynowa + 100 g (<u>JAJ, MLE, SEL, GOR,</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Salatka zielona 5 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml																				Bułka pszenna długa krojona 150g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Bukiet jarzyn gotowany + 100 g (<u>SEL,</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml																				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>) Salatka jarzynowa + 100 g (<u>JAJ, MLE, SEL, GOR,</u>) Salata zielona 5 g Ser mozzarella 50 g (<u>MLE,</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>MLE,</u>)																				Chleb Graham 150 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Salatka jarzynowa + 100 g (<u>JAJ, MLE, SEL, GOR,</u>) Ser mozzarella 50 g (<u>MLE,</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Salatka zielona 5 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml																				Chleb Graham 150 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Salatka jarzynowa dieta + 100 g (<u>MLE, SEL,</u>) Salata zielona 5 g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Salatka jarzynowa dieta + 100 g (<u>MLE, SEL,</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>MLE,</u>)																				Bułka pszenna długa krojona 150g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Ser mozzarella 50 g (<u>MLE,</u>) Bukiet jarzyn gotowany + 100 g (<u>SEL,</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml																																					
PN																				Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Salata lodowa 5 g Masło extra 82% 5 g (<u>MLE,</u>) Jajko gotowane kl L 1 szt (<u>JAJ,</u>)																				Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ,</u>) Salata lodowa 5 g Masło extra 82% 5 g (<u>MLE,</u>) Jajko gotowane kl L 1 szt (<u>JAJ,</u>)																				Bułka pszenna długa krojona 30 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE,</u>) Szynka zielonogórska- wp. parzona 20 g (<u>SOJ,</u>)																				Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE,</u>) Jajko gotowane kl L 1 szt (<u>JAJ,</u>) Salata lodowa 5 g																				Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ,</u>) Salata lodowa 5 g Masło extra 82% 5 g (<u>MLE,</u>) Jajko gotowane kl L 1 szt (<u>JAJ,</u>)																				Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ,</u>) Salata lodowa 5 g Masło extra 82% 5 g (<u>MLE,</u>) Szynka zielonogórska- wp. parzona 20 g (<u>SOJ,</u>)																				Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE,</u>) Chleb bezglutenowy 30 g (<u>SEZ, może zawierać: ORZ,</u>) Jajko gotowane kl L 1 szt (<u>JAJ,</u>)																				Bułka pszenna długa krojona 30 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Jajko gotowane kl L 1 szt (<u>JAJ,</u>)																																							
																				Wartość energetyczna: 3199.18 kcal; Białko ogółem: 115.57 g; Tłuszcz: 128.95 g; Kw. tł. nasy.: 45.61 g; Węglowodany ogółem: 403.60 g; W tym cukry: 85.71 g; Błonnik pok.: 33.17 g; Sól: 14.87 g;																				Wartość energetyczna: 2833.32 kcal; Białko ogółem: 100.55 g; Tłuszcz: 77.39 g; Kw. tł. nasy.: 36.42 g; Węglowodany ogółem: 449.70 g; W tym cukry: 102.32 g; Błonnik pok.: 33.81 g; Sól: 14.37 g;																				Wartość energetyczna: 2907.33 kcal; Białko ogółem: 110.11 g; Tłuszcz: 126.46 g; Kw. tł. nasy.: 41.37 g; Węglowodany ogółem: 394.86 g; W tym cukry: 59.27 g; Błonnik pok.: 44.37 g; Sól: 15.31 g;																				Wartość energetyczna: 3008.67 kcal; Białko ogółem: 105.91 g; Tłuszcz: 95.28 g; Kw. tł. nasy.: 37.12 g; Węglowodany ogółem: 444.21 g; W tym cukry: 83.37 g; Błonnik pok.: 31.86 g; Sól: 12.52 g;																				Wartość energetyczna: 3401.06 kcal; Białko ogółem: 165.37 g; Tłuszcz: 127.83 g; Kw. tł. nasy.: 47.94 g; Węglowodany ogółem: 413.49 g; W tym cukry: 83.37 g; Błonnik pok.: 32.61 g; Sól: 17.34 g;																				Wartość energetyczna: 3292.99 kcal; Białko ogółem: 164.54 g; Tłuszcz: 146.40 g; Kw. tł. nasy.: 45.07 g; Węglowodany ogółem: 351.97 g; W tym cukry: 60.78 g; Błonnik pok.: 43.96 g; Sól: 17.03 g;																				Wartość energetyczna: 2748.34 kcal; Białko ogółem: 98.40 g; Tłuszcz: 90.97 g; Kw. tł. nasy.: 34.55 g; Węglowodany ogółem: 398.76 g; W tym cukry: 82.64 g; Błonnik pok.: 40.92 g; Sól: 13.34 g;																				Wartość energetyczna: 2847.27 kcal; Białko ogółem: 69.08 g; Tłuszcz: 106.15 g; Kw. tł. nasy.: 32.25 g; Węglowodany ogółem: 412.19 g; W tym cukry: 79.11 g; Błonnik pok.: 42.48 g; Sól: 9.88 g;																				Wartość energetyczna: 3253.88 kcal; Białko ogółem: 145.84 g; Tłuszcz: 120.44 g; Kw. tł. nasy.: 49.51 g; Węglowodany ogółem: 410.89 g; W tym cukry: 80.72 g; Błonnik pok.: 27.41 g; Sól: 15.22 g;																			

Jadłospisy za okres od dnia 2025-08-15 do dnia 2025-08-31 KUCHNIA ŁÓDŹ

ŁÓDŹ- WWCOIT Podstawowa										ŁÓDŹ- WWCOIT Łatwo strawna										ŁÓDŹ- WWCOIT Z ogr. łatwo przysw. węglowodanów										ŁÓDŹ- WWCOIT Łatwo str. z ogr. tłuszczu										ŁÓDŹ- WWCOIT Bogatobiałkowa										ŁÓDŹ- WWCOIT Z ogr. łatwo przysw. węgl. bogatobiał										ŁÓDŹ- WWCOIT O kontrolowanej zawartości kw. tł.										ŁÓDŹ- WWCOIT Bezglutenowa										ŁÓDŹ- WWCOIT Bogatobiałkowa (OPS)									
2025-08-22 piątek	Śniadanie	Płatki pszenne na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka wiśniowa- wieprzowa, wędz. parz. z dod. wody i białka wp. 50 g (SOJ.) Powiedla śliwkowe 30g 1 szt Jabłko 1 szt 1 szt Rukola 10 g Kakao z mlekiem z/c 250 ml (MLE.) Miód (25g) 1 szt																																																																																							
		Płatki pszenne na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.) 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 1 szt Jabłko 1 szt 1 szt Rukola 10 g Kakao z mlekiem z/c 250 ml (MLE.) Miód (25g) 1 szt																																																																																							
		Płatki pszenne na wywarze jarzynowym () 300ml (GLU PSZ, SEL.) Chleb Graham 100 g (GLU PSZ.) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.) 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 1 szt Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml																																																																																							
		Płatki pszenne na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Twarożek brzoskwinowy (dieta) + 100 g (MLE.) Szynka wiśniowa- wieprzowa, wędz. parz. z dod. wody i białka wp. 50 g (SOJ.) Powiedla śliwkowe 30g 1 szt Jabłko 1 szt 1 szt Rukola 10 g Kakao z mlekiem z/c 250 ml (MLE.) Miód (25g) 1 szt																																																																																							
		Płatki pszenne na wywarze jarzynowym 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Chleb Graham 100 g (GLU PSZ.) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Twarożek + 100 g (MLE.) Szynka wiśniowa- wieprzowa, wędz. parz. z dod. wody i białka wp. 50 g (SOJ.) Powiedla śliwkowe 30g 1 szt Jabłko 1 szt 1 szt Rukola 10 g Kakao z mlekiem z/c 250 ml (MLE.) Miód (25g) 1 szt																																																																																							
II ŚN	Maślanka naturalna 0,33l 1 szt (MLE.)																																																																																								
	Maślanka naturalna 0,33l 1 szt (MLE.)																																																																																								
	Maślanka naturalna 0,33l 1 szt (MLE.)																																																																																								
	Maślanka naturalna 0,33l 1 szt (MLE.)																																																																																								
	Maślanka naturalna 0,33l 1 szt (MLE.)																																																																																								
Obiad	Zupa pomidorowa z makaronem + 400 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Łosoś pieczony z przyprawami 100g + 100 g (RYB.) Mix салат z jogurtem + 150 g (MLE.) Kompot owocowy* z/c 250 ml																																																																																								
	Zupa pomidorowa z makaronem + 400 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Łosoś pieczony z przyprawami 100g + 100 g (RYB.) Bukiet jarzyn gotowany + 200 g (SEL.) Kompot owocowy* z/c 250 ml																																																																																								
	Zupa pomidorowa z makaronem + 400 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Dorsz panierowany smażony 120g + 120 g (GLU PSZ, JAJ, RYB.) Łosoś pieczony z przyprawami 100g + 100 g (RYB.) Mix салат z jogurtem + 150 g (MLE.) Kompot owocowy* z/c 250 ml																																																																																								
	Zupa pomidorowa z makaronem + 400 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Dorsz panierowany smażony 120g + 120 g (GLU PSZ, JAJ, RYB.) Łosoś pieczony z przyprawami 100g + 100 g (RYB.) Mix салат z jogurtem + 150 g (MLE.) Kompot owocowy* b/c 250 ml																																																																																								
	Zupa pomidorowa z makaronem + 400 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Dorsz panierowany smażony 120g + 120 g (GLU PSZ, JAJ, RYB.) Łosoś pieczony z przyprawami 100g + 100 g (RYB.) Mix салат z jogurtem + 150 g (MLE.) Kompot owocowy* b/c 250 ml																																																																																								
PD	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt																																																																																								
	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt																																																																																								
	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt																																																																																								
	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt																																																																																								
	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.) Pasta z jaj z natką pietruszki + 100 g (JAJ, MLE.) Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Maślanka naturalna 0,33l 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.) Pasta z jaj z natką pietruszki + 100 g (JAJ, MLE.) Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Maślanka naturalna 0,33l 1 szt (MLE.)																																																																																								
	Chleb Graham 150 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Pasta z jaj z natką pietruszki + 100 g (JAJ, MLE.) 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 Buraki gotowane słupki + 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Maślanka naturalna 0,33l 1 szt (MLE.)																																																																																								
	Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynkowa debowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Pasta z jaj z natką pietruszki + 100g (JAJ, MLE.) Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Maślanka naturalna 0,33l 1 szt (MLE.)																																																																																								
PN	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 szt (MLE.) Wafle ryżowe 30 g																																																																																								
	Masło extra 82% 5 g (MLE.) Chleb Graham 30 g (GLU PSZ.) Szynka wiśniowa- wieprzowa, wędz. parz. z dod. wody i białka wp. 20 g (SOJ.) Salata zielona 5 g																																																																																								
	Sok jabłkowy 100 % 0,2l w kartoniku 1 szt Wafle ryżowe 30 g																																																																																								
	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 szt (MLE.) Wafle ryżowe 30 g																																																																																								
	Salata zielona 5 g Chleb Graham 30 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Szynka wiśniowa- wieprzowa, wędz. parz. z dod. wody i białka wp. 20 g (SOJ.)																																																																																								
Sok jabłkowy 100 % 0,2l w kartoniku 1 szt Wafle ryżowe 30 g																																																																																									
Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 szt (MLE.) Wafle ryżowe 30 g																																																																																									
Wartość energetyczna: 2989.69 kcal; Białko ogółem: 120.77 g; Tłuszcz: 91.17 g; Kw. tł. nasy.: 39.14 g; Węglowodany ogółem: 431.42 g; W tym cukry: 123.38 g; Błonnik pok.: 30.36 g; Sól: 12.86 g;																																																																																									
Wartość energetyczna: 2989.70 kcal; Białko ogółem: 117.47 g; Tłuszcz: 90.18 g; Kw. tł. nasy.: 38.29 g; Węglowodany ogółem: 440.83 g; W tym cukry: 127.28 g; Błonnik pok.: 30.64 g; Sól: 12.81 g;																																																																																									
Wartość energetyczna: 2398.87 kcal; Białko ogółem: 109.95 g; Tłuszcz: 80.02 g; Kw. tł. nasy.: 31.87 g; Węglowodany ogółem: 324.61 g; W tym cukry: 53.17 g; Błonnik pok.: 39.75 g; Sól: 12.50 g;																																																																																									
Wartość energetyczna: 2770.31 kcal; Białko ogółem: 107.89 g; Tłuszcz: 102.52 g; Kw. tł. nasy.: 28.21 g; Węglowodany ogółem: 449.18 g; W tym cukry: 133.55 g; Błonnik pok.: 28.82 g; Sól: 11.98 g;																																																																																									
Wartość energetyczna: 3479.29 kcal; Białko ogółem: 169.80 g; Tłuszcz: 92.96 g; Kw. tł. nasy.: 41.78 g; Węglowodany ogółem: 480.81 g; W tym cukry: 138.76 g; Błonnik pok.: 33.75 g; Sól: 14.64 g;																																																																																									
Wartość energetyczna: 2843.73 kcal; Białko ogółem: 163.46 g; Tłuszcz: 92.96 g; Kw. tł. nasy.: 35.65 g; Węglowodany ogółem: 352.87 g; W tym cukry: 58.89 g; Błonnik pok.: 42.55 g; Sól: 15.02 g;																																																																																									
Wartość energetyczna: 2639.68 kcal; Białko ogółem: 108.39 g; Tłuszcz: 86.58 g; Kw. tł. nasy.: 28.95 g; Węglowodany ogółem: 412.41 g; W tym cukry: 124.13 g; Błonnik pok.: 32.24 g; Sól: 11.87 g;																																																																																									
Wartość energetyczna: 2815.91 kcal; Białko ogółem: 84.48 g; Tłuszcz: 85.09 g; Kw. tł. nasy.: 27.90 g; Węglowodany ogółem: 432.30 g; W tym cukry: 127.37 g; Błonnik pok.: 32.28 g; Sól: 7.37 g;																																																																																									
Wartość energetyczna: 3059.92 kcal; Białko ogółem: 153.20 g; Tłuszcz: 89.60 g; Kw. tł. nasy.: 32.90 g; Węglowodany ogółem: 422.40 g; W tym cukry: 79.85 g; Błonnik pok.: 30.53 g; Sól: 15.46 g;																																																																																									

Jadłospisy za okres od dnia 2025-08-12 do dnia 2025-08-31 KUCHNIA ŁÓDŹ

ŁÓDŹ- WWCOIT Podstawowa										ŁÓDŹ- WWCOIT Łatwo strawna										ŁÓDŹ- WWCOIT Z ogr. łatwo przysw. węglowodanów										ŁÓDŹ- WWCOIT Łatwo str. z ogr. tłuszczu										ŁÓDŹ- WWCOIT Bogatobiałkowa										ŁÓDŹ- WWCOIT z ogr. łatwo przysw. węgl. bogatobiał										ŁÓDŹ- WWCOIT O kontrolowanej zawartości kw. tł.										ŁÓDŹ- WWCOIT Bezglutenowa										ŁÓDŹ- WWCOIT Bogatobiałkowa (OPS)																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																															
2025-08-23 sobota	II	ŚN	Obiad	PD	Kolacja	PN	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>) Baton szynkowy z kurcząt 50 g (<u>może zawierać: GLUPSZ, MLE, GOR.</u>) Bukiet jarzyn gotowany + 100 g (<u>SEL.</u>) Rzodkiewka 100 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Miod (25g) 1 szt										Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Baton szynkowy z kurcząt 50 g (<u>może zawierać: GLUPSZ, MLE, GOR.</u>) Bukiet jarzyn gotowany + 100 g (<u>SEL.</u>) Rzodkiewka 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml Bułka graham-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>) Baton szynkowy z kurcząt 50 g (<u>może zawierać: GLUPSZ, MLE, GOR.</u>) Bukiet jarzyn gotowany + 100 g (<u>SEL.</u>) Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>)										Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Baton szynkowy z kurcząt 50 g (<u>może zawierać: GLUPSZ, MLE, GOR.</u>) Bukiet jarzyn gotowany + 100 g (<u>SEL.</u>) Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml 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>) Baton szynkowy z kurcząt 50 g (<u>może zawierać: GLUPSZ, MLE, GOR.</u>) Jajko gotowane kl L 1 szt (<u>JAJ.</u>) Bukiet jarzyn gotowany + 100 g (<u>SEL.</u>) Rzodkiewka 100 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Miod (25g) 1 szt Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>)										Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Baton szynkowy z kurcząt 50 g (<u>może zawierać: GLUPSZ, MLE, GOR.</u>) Jajko gotowane kl L 1 szt (<u>JAJ.</u>) Rzodkiewka 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml Bułka graham-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>) Baton szynkowy z kurcząt 50 g (<u>może zawierać: GLUPSZ, MLE, GOR.</u>) Jajko gotowane kl L 1 szt (<u>JAJ.</u>) Rzodkiewka 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>)										Chleb bezglutenowy 150 g (<u>SEZ, może zawierać: ORZ.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Indyk z pasieki produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 50 g Bukiet jarzyn gotowany + 100 g (<u>SEL.</u>) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Miod (25g) 1 szt										Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Baton szynkowy z kurcząt 50 g (<u>może zawierać: GLUPSZ, MLE, GOR.</u>) Jajko gotowane kl L 1 szt (<u>JAJ.</u>) Miod (25g) 1 szt Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml Bukiet jarzyn gotowany + 100 g (<u>SEL.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>)																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																								
							Surówka z marchwi z olejem b/c + 100 g										Surówka z marchwi z olejem b/c + 100 g										Surówka z marchwi z olejem b/c + 100 g										Surówka z marchwi z olejem b/c + 100 g										Surówka z marchwi z olejem b/c + 100 g										Surówka z marchwi z olejem b/c + 100 g										Surówka z marchwi z olejem b/c + 100 g										Surówka z marchwi z olejem b/c + 100 g																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
							Zupa grochowa z ziemniakami + 400 g (<u>GLU PSZ, SOJ, SEL, GOR.</u>) Kasza gryczana 200 g Gulasz wołowy dieta + 150 g Buraki gotowane słupki + 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml										Zupa selerowa z ziemniakami + 400 ml (<u>SOJ, MLE, SEL.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU, JECZ.</u>) Gulasz wołowy dieta + 150 g Buraki gotowane słupki + 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml										Zupa grochowa z ziemniakami + 400 g (<u>GLU PSZ, SOJ, SEL, GOR.</u>) Kasza gryczana 200 g Gulasz wołowy dieta + 150 g Kukinia gotowana + 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml										Zupa selerowa z ziemniakami + 400 ml (<u>SOJ, MLE, SEL.</u>) Kasza gryczana 200 g Gulasz wołowy dieta + 150 g Szynka pieczona w plasterach + 100 g Buraki gotowane słupki + 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml										Zupa grochowa z ziemniakami + 400 g (<u>GLU PSZ, SOJ, SEL, GOR.</u>) Kasza gryczana 200 g Gulasz wołowy dieta + 150 g Szynka pieczona w plasterach + 100 g Buraki gotowane słupki + 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml										Zupa selerowa z ziemniakami + 400 ml (<u>SOJ, MLE, SEL.</u>) Kasza gryczana 200 g Gulasz wołowy dieta + 150 g Buraki gotowane słupki + 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml										Zupa selerowa z ziemniakami + 400 ml (<u>SOJ, MLE, SEL.</u>) Kasza gryczana 200 g Gulasz wołowy dieta + 150 g Kukinia gotowana + 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml										Zupa selerowa z ziemniakami + 400 ml (<u>SOJ, MLE, SEL.</u>) Kasza gryczana 200 g Gulasz wołowy dieta + 150 g Kukinia gotowana + 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml										Zupa selerowa z ziemniakami + 400 ml (<u>SOJ, MLE, SEL.</u>) Kasza gryczana 200 g Gulasz wołowy dieta + 150 g Kukinia gotowana + 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml										Zupa selerowa z ziemniakami + 400 ml (<u>SOJ, MLE, SEL.</u>) Kasza gryczana 200 g Gulasz wołowy dieta + 150 g Kukinia gotowana + 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																														
							Jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>MLE.</u>)										Jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>MLE.</u>)										Jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>MLE.</u>)										Jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>MLE.</u>)										Jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>MLE.</u>)										Jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>MLE.</u>)										Jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>MLE.</u>)										Jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>MLE.</u>)										Jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>MLE.</u>)																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																								
							Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb Graham 60 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Parówki z szynki-kielbasa wieprzowa, homogenizowana, wędzona, parzona 100 g Kiwi 1 szt 1 szt Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>MLE.</u>)										Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Parówki z szynki-kielbasa wieprzowa, homogenizowana, wędzona, parzona 100 g Kiwi 1 szt 1 szt Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml Jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>MLE.</u>)										Chleb Graham 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Szynka zielonogórska- wp. parzona 50 g (<u>SOJ.</u>) Mus z jabłek prażonych 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>MLE.</u>)										Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Bułka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Twaróg półtłusty 100 g (<u>MLE.</u>) Parówki z szynki-kielbasa wieprzowa, homogenizowana, wędzona, parzona 100 g Kiwi 1 szt 1 szt Herbata czarna granulowana z cytryną b/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>) Parówki z szynki-kielbasa wieprzowa, homogenizowana, wędzona, parzona 100 g Kiwi 1 szt 1 szt Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml										Chleb Graham 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Parówki z szynki-kielbasa wieprzowa, homogenizowana, wędzona, parzona 100 g Banan 1szt. 1 szt Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>MLE.</u>)										Chleb Graham 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Parówki z szynki-kielbasa wieprzowa, homogenizowana, wędzona, parzona 100 g Banan 1szt. 1 szt Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>MLE.</u>)										Chleb bezglutenowy 150 g (<u>SEZ, może zawierać: ORZ.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Pasta z kurczaka i warzyw + 100 g (<u>SEL.</u>) Banan 1szt. 1 szt Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>MLE.</u>)										Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt (<u>MLE.</u>) Parówki z szynki-kielbasa wieprzowa, homogenizowana, wędzona, parzona 100 g Ketchup 10 g (<u>SEL.</u>) Brzoskwinie w syropie 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml										Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt (<u>MLE.</u>) Parówki z szynki-kielbasa wieprzowa, homogenizowana, wędzona, parzona 100 g Ketchup 10 g (<u>SEL.</u>) Brzoskwinie w syropie 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml										Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt (<u>MLE.</u>) Parówki z szynki-kielbasa wieprzowa, homogenizowana, wędzona, parzona 100 g Ketchup 10 g (<u>SEL.</u>) Brzoskwinie w syropie 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml										Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt (<u>MLE.</u>) Parówki z szynki-kielbasa wieprzowa, homogenizowana, wędzona, parzona 100 g Ketchup 10 g (<u>SEL.</u>) Brzoskwinie w syropie 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml										Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt (<u>MLE.</u>) Parówki z szynki-kielbasa wieprzowa, homogenizowana, wędzona, parzona 100 g Ketchup 10 g (<u>SEL.</u>) Brzoskwinie w syropie 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml										Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt (<u>MLE.</u>) Parówki z szynki-kielbasa wieprzowa, homogenizowana, wędzona, parzona 100 g Ketchup 10 g (<u>SEL.</u>) Brzoskwinie w syropie 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml										Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt (<u>MLE.</u>) Parówki z szynki-kielbasa wieprzowa, homogenizowana, wędzona, parzona 100 g Ketchup 10 g (<u>SEL.</u>) Brzoskwinie w syropie 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml										Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt (<u>MLE.</u>) Parówki z szynki-kielbasa wieprzowa, homogenizowana, wędzona, parzona 100 g Ketchup 10 g (<u>SEL.</u>) Brzoskwinie w syropie 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml										Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt (<u>MLE.</u>) Parówki z szynki-kielbasa wieprzowa, homogenizowana, wędzona, parzona 100 g Ketchup 10 g (<u>SEL.</u>) Brzoskwinie w syropie 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml										Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt (<u>MLE.</u>) Parówki z szynki-kielbasa wieprzowa, homogenizowana, wędzona, parzona 100 g Ketchup 10 g (<u>SEL.</u>) Brzoskwinie w syropie 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml										Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt (<u>MLE.</u>) Parówki z szynki-kielbasa wieprzowa, homogenizowana, wędzona, parzona 100 g Ketchup 10 g (<u>SEL.</u>) Brzoskwinie w syropie 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml										Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt (<u>MLE.</u>) Parówki z szynki-kielbasa wieprzowa, homogenizowana, wędzona, parzona 100 g Ketchup 10 g (<u>SEL.</u>) Brzoskwinie w syropie 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml										Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt (<u>MLE.</u>) Parówki z szynki-kielbasa wieprzowa, homogenizowana, wędzona, parzona 100 g Ketchup 10 g (<u>SEL.</u>) Brzoskwinie w syropie 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml										Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt (<u>MLE.</u>) Parówki z szynki-kielbasa wieprzowa, homogenizowana, wędzona, parzona 100 g Ketchup 10 g (<u>SEL.</u>) Brzoskwinie w syropie 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml										Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt (<u>MLE.</u>) Parówki z szynki-kielbasa wieprzowa, homogenizowana, wędzona, parzona 100 g Ketchup 10 g (<u>SEL.</u>) Brzoskwinie w syropie 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml										Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt (<u>MLE.</u>) Parówki z szynki-kielbasa wieprzowa, homogenizowana, wędzona, parzona 100 g Ketchup 10 g (<u>SEL.</u>) Brzoskwinie w syropie 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml										Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt (<u>MLE.</u>) Parówki z szynki-kielbasa wieprzowa, homogenizowana, wędzona, parzona 100 g Ketchup 10 g (<u>SEL.</u>) Brzoskwinie w syropie 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml										Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt (<u>MLE.</u>) Parówki z szynki-kielbasa wieprzowa, homogenizowana, wędzona, parzona 100 g Ketchup 10 g (<u>SEL.</u>) Brzoskwinie w syropie 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml										Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt (<u>MLE.</u>) Parówki z szynki-kielbasa wieprzowa, homogenizowana, wędzona, parzona 100 g Ketchup 10 g (<u>SEL.</u>) Brzoskwinie w syropie 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml										Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt (<u>MLE.</u>) Parówki z szynki-kielbasa wieprzowa, homogenizowana, wędzona, parzona 100 g Ketchup 10 g (<u>SEL.</u>) Brzoskwinie w syropie 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml										Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt (<u>MLE.</u>) Parówki z szynki-kielbasa wieprzowa, homogenizowana, wędzona, parzona 100 g Ketchup 10 g (<u>SEL.</u>) Brzoskwinie w syropie 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml										Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt (<u>MLE.</u>) Parówki z szynki-kielbasa wieprzowa, homogenizowana, wędzona, parzona 100 g Ketchup 10 g (<u>SEL.</u>) Brzoskwinie w syropie 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml										Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt (<u>MLE.</u>) Parówki z szynki-kielbasa wieprzowa, homogenizowana, wędzona, parzona 100 g Ketchup 10 g (<u>SEL.</u>) Brzoskwinie w syropie 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml										Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt (<u>MLE.</u>) Parówki z szynki-kielbasa wieprzowa, homogenizowana, wędzona, parzona 100 g Ketchup 10 g (<u>SEL.</u>) Brzoskwinie w syropie 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml										Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt (<u>MLE.</u>) Parówki z szynki-kielbasa wieprzowa, homogenizowana, wędzona, parzona 100 g Ketchup 10 g (<u>SEL.</u>) Brzoskwinie w syropie 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml										Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt (<u>MLE.</u>) Parówki z szynki-kielbasa wieprzowa, homogenizowana, wędzona, parzona 100 g Ketchup 10 g (<u>SEL.</u>) Brzoskwinie w syropie 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml										Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt (<u>MLE.</u>) Parówki z szynki-kielbasa wieprzowa, homogenizowana, wędzona, parzona 100 g Ketchup 10 g (<u>SEL.</u>) Brzoskwinie w syropie 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml										Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt (<u>MLE.</u>) Parówki z szynki-kielbasa wieprzowa, homogenizowana, wędzona, parzona 100 g Ketchup 10 g (<u>SEL.</u>) Brzoskwinie w syropie 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml										Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt (<u>MLE.</u>) Parówki z szynki-kielbasa wieprzowa, homogenizowana, wędzona, parzona 100 g Ketchup 10 g (<u>SEL.</u>) Brzoskwinie w syropie 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml										Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt (<u>MLE.</u>) Parówki z szynki-kielbasa wieprzowa, homogenizowana, wędzona, parzona 100 g Ketchup 10 g (<u>SEL.</u>) Brzoskwinie w syropie 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml										Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt (<u>MLE.</u>) Parówki z szynki-kielbasa wieprzowa, homogenizowana, wędzona, parzona 100 g Ketchup 10 g (<u>SEL.</u>) Brzoskwinie w syropie 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml										Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt (<u>MLE.</u>) Parówki z szynki-kielbasa wieprzowa, homogenizowana, wędzona, parzona 100 g Ketchup 10 g (<u>SEL.</u>) Brzoskwinie w syropie 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml										Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt (<u>MLE.</u>) Parówki z szynki-kielbasa wieprzowa, homogenizowana, wędzona, parzona 100 g Ketchup 10 g (<u>SEL.</u>) Brzoskwinie w syropie 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml										Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt (<u>MLE.</u>) Parówki z szynki-kielbasa wieprzowa, homogenizowana, wędzona, parzona 100 g Ketchup 10 g (<u>SEL.</u>) Brzoskwinie w syropie 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml										Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt (<u>MLE.</u>) Parówki z szynki-kielbasa wieprzowa, homogenizowana, wędzona, parzona 100 g Ketchup 10 g (<u>SEL.</u>) Brzoskwinie w syropie 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml										Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt (<u>MLE.</u>) Parówki z szynki-kielbasa wieprzowa, homogenizowana, wędzona, parzona 100 g Ketchup 10 g (<u>SEL.</u>) Brzoskwinie w syropie 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml										Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt (<u>MLE.</u>) Parówki z szynki-kielbasa wieprzowa, homogenizowana, wędzona, parzona 100 g Ketchup 10 g (<u>SEL.</u>) Brzoskwinie w syropie 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml										Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt (<u>MLE.</u>) Parówki z szynki-kielbasa wieprzowa, homogenizowana, wędzona, parzona 100 g Ketchup 10 g (<u>SEL.</u>) Brzoskwinie w syropie 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml										Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt (<u>MLE.</u>) Parówki z szynki-kielbasa wieprzowa, homogenizowana, wędzona, parzona 100 g Ketchup 10 g (<u>SEL.</u>) Brzoskwinie w syropie 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml										Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt (<u>MLE.</u>) Parówki z szynki-kielbasa wieprzowa, homogenizowana, wędzona, parzona 100 g Ketchup 10 g (<u>SEL.</u>) Brzoskwinie w syropie 100 g Herbata czarna granulowana z cy		

Jadłospisy za okres od dnia 2025-08-15 do dnia 2025-08-31 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 Bezglutenowa	ŁÓDŹ- WWC0IT Bogatobiałkowa (OPS)
2025-08-24 niedziela	Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE) Ser żółty 50 g (MLE) Jabłko 1 szt 1 szt 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 90 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE) Pastą z twarogu z koperkiem + 100 g (MLE) Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Miód (25g) 1 szt Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.)	Chleb Graham 100 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE) Ser żółty 50 g (MLE) Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml 250 ml (GLU PSZ.)	Bułka pszenna długa krojona 150 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Miód (25g) 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE) Ser żółty 50 g (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Jabłko 1 szt 1 szt Kawa zbożowa z makiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Miód (25g) 1 szt Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.)	Chleb Graham 100 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE) Twarożek ze słonecznikiem + 100 g (MLE) Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Miód (25g) 1 szt Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.)	Chleb bezglutenowy 150 g (SEZ, może zawierać: ORŻ.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE) Jajko gotowane kl L 1 szt (JAJ.) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Miód (25g) 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE) Serek twarogowy śmietankowy 16,67g (kiri,haga) 1 szt (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml Miód (25g) 1 szt Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.)
	II ŚN		Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE)			Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE)			Sok pomarańczowy 0,2L-kartonik 1 szt
	Obiad	Rosół + 320 ml (SOJ, SEL.) Makaron nitka 80 g (GLU PSZ.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Udko z kurczaka pieczone + 250 g (SOJ.) Mizenia + 200 g (MLE) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Rosół + 320 ml (SOJ, SEL.) Makaron nitka 80 g (GLU PSZ.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Udko z kurczaka gotowane + 250 g Bukiet jarzyn gotowany + 200 g (SEL.) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Rosół + 320 ml (SOJ, SEL.) Makaron nitka 80 g (GLU PSZ.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Udko z kurczaka gotowane + 250 g Bukiet jarzyn gotowany + 200 g (SEL.) Kompot owocowy* b/c 250 ml	Bulion warzywny z makaronem 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Udko z kurczaka gotowane + 250 g Bukiet jarzyn gotowany + 200 g (SEL.) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Rosół + 320 ml (SOJ, SEL.) Makaron nitka 80 g (GLU PSZ.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Udko z kurczaka pieczone + 250 g (SOJ.) Udko z kurczaka gotowane + 250 g Mizenia + 200 g (MLE) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Rosół + 320 ml (SOJ, SEL.) Makaron nitka 80 g (GLU PSZ.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Udko z kurczaka pieczone + 250 g (SOJ.) Mizenia + 200 g (MLE) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Rosół + 320 ml (SOJ, SEL.) Makaron bezglutenowy 80 g Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Udko z kurczaka gotowane + 250 g Bukiet jarzyn gotowany + 200 g (SEL.) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Rosół + 320 ml (SOJ, SEL.) Makaron nitka 80 g (GLU PSZ.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Udko z kurczaka pieczone + 250 g Bukiet jarzyn gotowany + 200 g (SEL.) Kompot owocowy* b/c 250 ml
	PD		Sok pomidorowy 0,3l 1 szt			Sok pomidorowy 0,3l 1 szt			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) Szynka szkolna- wp. parzona 50 g (GLU PSZ, SOJ, MLE.) Ogórek świeży 100 g Herbata miętowa ekspresowa z/c 250 ml Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE)	Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE) Szynka szkolna- wp. parzona 50 g (GLU PSZ, SOJ, MLE.) Ogórek świeży 100 g Herbata miętowa ekspresowa z/c 250 ml Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE)	Chleb Graham 150 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE) Szynka szkolna- wp. parzona 50 g (GLU PSZ, SOJ, MLE.) Ogórek świeży 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.) Buraki gotowane słupki + 100 g Herbata miętowa ekspresowa z/c 250 ml Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE)	Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE) Szynka szkolna- wp. parzona 50 g (GLU PSZ, SOJ, MLE.) Jajko gotowane kl L 1 szt (JAJ.) Ogórek świeży 100 g Herbata miętowa ekspresowa z/c 250 ml Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE)	Chleb Graham 150 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE) Szynka szkolna- wp. parzona 50 g (GLU PSZ, SOJ, MLE.) Pomidor 90 g Salata lodowa 10 g Herbata miętowa ekspresowa z/c 250 ml Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE)	Chleb bezglutenowy 150 g (SEZ, może zawierać: ORŻ.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE) Pyzdra schabowa-wędzonka wieprzowa schab wieprzowy wędzony parzony. 50 g Buraki gotowane słupki + 100 g Herbata miętowa ekspresowa z/c 250 ml Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE)	Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 150 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE) Szynka szkolna- wp. parzona 50 g (GLU PSZ, SOJ, MLE.) Ser żółty 50 g (MLE) Brokuł gotowany + 100 g Herbata miętowa ekspresowa b/c 250 ml
	PN	Czekoladowe ciasto z kaszą manną i jogurtem + 100g (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Dżem 25 g 1 szt	Salata zielona 5 g Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 20 g (może zawierać: MLE, GOR.) Chleb Graham 30 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE)	Czekoladowe ciasto z kaszą manną i jogurtem + 100g (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Dżem 25 g 1 szt	Salata zielona 5 g Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 20 g (może zawierać: MLE, GOR.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Chleb Graham 30 g (GLU PSZ.)	Salata zielona 5 g Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 20 g (może zawierać: MLE, GOR.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Chleb Graham 30 g (GLU PSZ.)	Czekoladowe ciasto z kaszą manną i jogurtem + 100g (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Dżem 25 g 1 szt	Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (może zawierać: MLE.) Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 15 g	Czekoladowe ciasto z kaszą manną i jogurtem + 100g (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Dżem 25 g 1 szt
		Wartość energetyczna: 3120.55 kcal; Białko ogółem: 144.39 g; Tłuszcz: 117.41 g; Kw. tł. nasy.: 48.93 g; Węglowodany ogółem: 384.22 g; W tym cukry: 80.86 g; Błonnik pok.: 28.33 g; Sól: 14.12 g;	Wartość energetyczna: 3074.49 kcal; Białko ogółem: 146.90 g; Tłuszcz: 101.64 g; Kw. tł. nasy.: 37.05 g; Węglowodany ogółem: 405.13 g; W tym cukry: 90.74 g; Błonnik pok.: 30.38 g; Sól: 13.16 g;	Wartość energetyczna: 2601.23 kcal; Białko ogółem: 144.09 g; Tłuszcz: 103.33 g; Kw. tł. nasy.: 47.79 g; Węglowodany ogółem: 292.00 g; W tym cukry: 83.90 g; Błonnik pok.: 33.94 g; Sól: 15.72 g;	Wartość energetyczna: 2797.90 kcal; Białko ogółem: 121.11 g; Tłuszcz: 88.50 g; Kw. tł. nasy.: 31.18 g; Węglowodany ogółem: 390.40 g; W tym cukry: 83.91 g; Błonnik pok.: 25.16 g; Sól: 11.02 g;	Wartość energetyczna: 3790.51 kcal; Białko ogółem: 212.59 g; Tłuszcz: 156.35 g; Kw. tł. nasy.: 58.86 g; Węglowodany ogółem: 393.94 g; W tym cukry: 82.20 g; Błonnik pok.: 24.04 g; Sól: 19.34 g;	Wartość energetyczna: 3235.67 kcal; Białko ogółem: 212.64 g; Tłuszcz: 141.65 g; Kw. tł. nasy.: 58.73 g; Węglowodany ogółem: 362.77 g; W tym cukry: 78.26 g; Błonnik pok.: 34.09 g; Sól: 12.66 g;	Wartość energetyczna: 2704.63 kcal; Białko ogółem: 111.98 g; Tłuszcz: 105.16 g; Kw. tł. nasy.: 31.41 g; Węglowodany ogółem: 365.48 g; W tym cukry: 85.01 g; Błonnik pok.: 34.65 g; Sól: 8.45 g;	Wartość energetyczna: 3940.98 kcal; Białko ogółem: 212.70 g; Tłuszcz: 144.96 g; Kw. tł. nasy.: 54.70 g; Węglowodany ogółem: 462.03 g; W tym cukry: 74.24 g; Błonnik pok.: 35.65 g; Sól: 17.70 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2025-08-12 do dnia 2025-08-31 KUCHNIA ŁÓDŹ

		ŁÓDŹ- WWCOIT Podstawowa	ŁÓDŹ- WWCOIT Łatwo strawna	ŁÓDŹ- WWCOIT Z ogr. łatwo przysw. węglowodanów	ŁÓDŹ- WWCOIT Łatwo str. z ogr. tłuszczu	ŁÓDŹ- WWCOIT Bogatobiałkowa	ŁÓDŹ- WWCOIT Z ogr. łatwo przysw. węgl. bogatobiał	ŁÓDŹ- WWCOIT O kontrolowanej zawartości kw. tł.	ŁÓDŹ- WWCOIT Bezglutenowa	ŁÓDŹ- WWCOIT Bogatobiałkowa (OPS)
2025-08-25 poniedziałek	Śniadanie	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MŁE.) Chleb Graham 100 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MŁE.) Pasztecik wołowo-drobiowy + 50 g (GLU PSZ. JAJ. SEL.) Banan 1szt. 1szt Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MŁE. GLU ŻYT. GLU JECZ.) Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.) Miód (25g) 1 szt	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MŁE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ. GLU ŻYT.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MŁE.) Pasta z kurczaka i warzyw + 100 g (SEL.) Banan 1szt. 1szt Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MŁE. 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 (MŁE.) Pasztecik wołowo-drobiowy + 50 g (GLU PSZ. JAJ. SEL.) 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 (MŁE.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MŁE.) Pasta z kurczaka i warzyw + 100 g (SEL.) Banan 1szt. 1szt Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.)	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MŁE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ. GLU ŻYT.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MŁE.) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 50 g (GLU PSZ. SOJ. MŁE. SEL. może zawierać: JAJ. GOR.) Pasta z kurczaka i warzyw + 100 g (SEL.) Banan 1szt. 1szt Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MŁE. 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 (MŁE.) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 50 g (GLU PSZ. SOJ. MŁE. SEL. może zawierać: JAJ. GOR.) Pasta z kurczaka i warzyw + 100 g (SEL.) Banan 1szt. 1szt Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.)	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MŁE.) Chleb Graham 100 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MŁE.) Pasta z kurczaka i warzyw + 100 g (SEL.) Banan 1szt. 1szt Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.)	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MŁE.) Chleb bezglutenowy 150 g (SEZ. może zawierać: ORŻ.) Serek śmietankowy naturalny termizowany-twój smak 1 szt (MŁE.) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 50 g (GLU PSZ. SOJ. MŁE. SEL. może zawierać: JAJ. GOR. SOJ.) Banan 1szt. 1szt 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 (MŁE.) Serek śmietankowy naturalny termizowany-twój smak 1 szt (MŁE.) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 50 g (GLU PSZ. SOJ. MŁE. SEL. może zawierać: JAJ. GOR. SOJ.) Banan 1szt. 1szt Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml Miód (25g) 1 szt Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ. GLU ŻYT.)
	II ŚN			Jabłko 1 szt 1 szt			Jabłko 1 szt 1 szt			Ciastka różne 40 g (GLU PSZ. JAJ. SOJ. MŁE.)
	Obiad	Barszcz czerwony z ziemniakami + 400 g (SOJ. MŁE. SEL.) Sos z tofu i warzywami do risotto dieta + 150 g (SOJ. MŁE. SEL.) Ryż na sypko 200 g Fasolka szparagowa żółta + 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami + 400 g (SOJ. MŁE. SEL.) Sos z tofu i warzywami do risotto dieta + 150 g (SOJ. MŁE. SEL.) Ryż na sypko 200 g Brokuł gotowany + 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami + 400 g (SOJ. MŁE. SEL.) Ryż nasypko (brązowy) 200 g Sos z tofu i warzywami do risotto dieta + 150 g (SOJ. MŁE. SEL.) Fasolka szparagowa żółta + 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami + 400 g (SOJ. MŁE. SEL.) Ryż na sypko 200 g Szynka pieczona w plasterkach + 100 g Sos koperkowy dieta + 80 g (MŁE.) Bukiet jarzyn gotowany + 200 g (SEL.) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami + 400 g (SOJ. MŁE. SEL.) Pierogi z serem* 300 g (GLU PSZ. MŁE.) Sos z tofu i warzywami do risotto dieta + 150 g (SOJ. MŁE. SEL.) Ryż na sypko 200 g Brokuł gotowany + 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami + 400 g (SOJ. MŁE. SEL.) Ryż na sypko (brązowy) 200 g Szynka pieczona w plasterkach + 100 g Sos z tofu i warzywami do risotto dieta + 150 g (SOJ. MŁE. SEL.) Fasolka szparagowa żółta + 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami + 400 g (SOJ. MŁE. SEL.) Ryż z tofu i warzywami do risotto dieta + 150 g (SOJ. MŁE. SEL.) Szynka pieczona w plasterkach + 100 g Ryż nasypko (brązowy) 200 g Brokuł gotowany + 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami + 400 g (SOJ. MŁE. SEL.) Ryż na sypko 200 g Szynka pieczona w plasterkach + 100 g Ryż na sypko 200 g Brokuł gotowany + 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami + 400 g (SOJ. MŁE. SEL.) Sos z tofu i warzywami do risotto dieta + 150 g (SOJ. MŁE. SEL.) Ryż na sypko 200 g Brokuł gotowany + 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml
	PD			Jogurt naturalny 100g 1 szt (MŁE.)			Jogurt naturalny 100g 1 szt (MŁE.)			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 (MŁE.) Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (może zawierać: GLU PSZ. JAJ. SOJ. MŁE. SEL. GOR.) 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 (MŁE.) Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (może zawierać: GLU PSZ. JAJ. SOJ. MŁE. SEL. GOR.) Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb Graham 150 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MŁE.) Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (może zawierać: GLU PSZ. JAJ. SOJ. MŁE. SEL. GOR.) Rzodkiew biała 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 (MŁE.) Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (może zawierać: GLU PSZ. JAJ. SOJ. MŁE. SEL. GOR.) Marchew gotowana plasterki + 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Jogurt naturalny 100g 1 szt (MŁE.)	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 (MŁE.) Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (może zawierać: GLU PSZ. JAJ. SOJ. MŁE. SEL. GOR.) Ser żółty 50 g (MŁE.) Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb Graham 150 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MŁE.) Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (może zawierać: GLU PSZ. JAJ. SOJ. MŁE. SEL. GOR.) Rzodkiew biała 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb Graham 150 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MŁE.) Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (może zawierać: GLU PSZ. JAJ. SOJ. MŁE. SEL. GOR.) Rzodkiew biała 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 150 g (SEZ. może zawierać: ORŻ.) Indyk z pasieki produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g Marchew gotowana plasterki + 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Jogurt naturalny 100g 1 szt (MŁE.)	Bułka pszenna długa krojona 150 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MŁE.) Indyk z pasieki produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (może zawierać: GLU PSZ. JAJ. SOJ. MŁE. SEL. GOR.) Ser żółty 50 g (MŁE.) Marchew gotowana plasterki + 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 (MŁE.) Salata zielona 5 g Twaróg półtłusty 20 g (MŁE.)	Chleb Graham 30 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MŁE.) Salata zielona 5 g Twaróg półtłusty 20 g (MŁE.)	Chleb Graham 30 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MŁE.) Salata zielona 5 g Twaróg półtłusty 20 g (MŁE.)	Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MŁE.) Szynkowa drobowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (GLU PSZ. GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MŁE.) Salata zielona 5 g Twaróg półtłusty 20 g (MŁE.)	Chleb Graham 30 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MŁE.) Salata zielona 5 g Twaróg półtłusty 20 g (MŁE.)	Chleb bezglutenowy 30 g (SEZ. może zawierać: ORŻ.) Masło extra 82% 5 g (MŁE.) Szynkowa drobowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 20 g	Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MŁE.) Szynkowa drobowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 20 g	Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MŁE.) Szynkowa drobowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 20 g
		Wartość energetyczna: 2637.37 kcal; Białko ogółem: 92.61 g; Tłuszcz: 65.56 g; Kw. tł. nasy.: 30.18 g; Węglowodany ogółem: 436.83 g; W tym cukry: 108.58 g; Błonnik pok.: 39.79 g; Sól: 11.00 g;	Wartość energetyczna: 2746.65 kcal; Białko ogółem: 92.49 g; Tłuszcz: 71.42 g; Kw. tł. nasy.: 30.40 g; Węglowodany ogółem: 448.20 g; W tym cukry: 112.00 g; Błonnik pok.: 34.70 g; Sól: 10.86 g;	Wartość energetyczna: 2208.79 kcal; Białko ogółem: 88.71 g; Tłuszcz: 62.79 g; Kw. tł. nasy.: 26.95 g; Węglowodany ogółem: 343.23 g; W tym cukry: 49.90 g; Błonnik pok.: 52.96 g; Sól: 10.83 g;	Wartość energetyczna: 2914.44 kcal; Białko ogółem: 121.63 g; Tłuszcz: 75.23 g; Kw. tł. nasy.: 32.79 g; Węglowodany ogółem: 452.54 g; W tym cukry: 116.03 g; Błonnik pok.: 31.50 g; Sól: 12.27 g;	Wartość energetyczna: 3660.83 kcal; Białko ogółem: 151.21 g; Tłuszcz: 102.05 g; Kw. tł. nasy.: 45.21 g; Węglowodany ogółem: 550.95 g; W tym cukry: 112.00 g; Błonnik pok.: 41.54 g; Sól: 12.95 g;	Wartość energetyczna: 2753.71 kcal; Białko ogółem: 148.69 g; Tłuszcz: 97.45 g; Kw. tł. nasy.: 41.99 g; Węglowodany ogółem: 349.40 g; W tym cukry: 52.04 g; Błonnik pok.: 54.74 g; Sól: 14.38 g;	Wartość energetyczna: 2582.72 kcal; Białko ogółem: 94.14 g; Tłuszcz: 70.50 g; Kw. tł. nasy.: 28.94 g; Węglowodany ogółem: 412.30 g; W tym cukry: 105.56 g; Błonnik pok.: 50.36 g; Sól: 9.98 g;	Wartość energetyczna: 2748.11 kcal; Białko ogółem: 88.88 g; Tłuszcz: 81.64 g; Kw. tł. nasy.: 29.17 g; Węglowodany ogółem: 422.73 g; W tym cukry: 100.95 g; Błonnik pok.: 39.37 g; Sól: 9.68 g;	Wartość energetyczna: 3867.02 kcal; Białko ogółem: 140.27 g; Tłuszcz: 136.93 g; Kw. tł. nasy.: 71.27 g; Węglowodany ogółem: 536.33 g; W tym cukry: 84.11 g; Błonnik pok.: 41.21 g; Sól: 13.32 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2025-08-12 do dnia 2025-08-31 KUCHNIA ŁÓDŹ

	ŁÓDŹ- WWCOIT Podstawowa	ŁÓDŹ- WWCOIT Łatwo strawna	ŁÓDŹ- WWCOIT Z ogr. łatwo przysw. węglowodanów	ŁÓDŹ- WWCOIT Łatwo str. z ogr. tłuszczu	ŁÓDŹ- WWCOIT Bogatobiałkowa	ŁÓDŹ- WWCOIT Z ogr. łatwo przysw. węgl. bogatobiał	ŁÓDŹ- WWCOIT O kontrolowanej zawartości kw. tł.	ŁÓDŹ- WWCOIT Bezglutenowa	ŁÓDŹ- WWCOIT Bogatobiałkowa (OPS)
2025-08-26 wtorek	Śniadanie	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (MLE, GLU JECZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porciowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Jajko w sosie tatarskim + 100 g (JAJ, MLE, GOR.) Ogórek świeży 90 g Mix sałat 10 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Miod (25g) 1 szt Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.)	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (MLE, GLU JECZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porciowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Jajko gotowane kl L 1 szt (JAJ.) Kalaflor gotowany + 90 g Mix sałat 10 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Miod (25g) 1 szt Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.)	Płatki jęczmienne na wywarze jarzynowym 300 ml (SEL, GLU JECZ.) Chleb Graham 100 g (GLU PSZ.) Masło porciowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Bukiet jarzyn gotowany + 100 g (SEL.) Mix sałat 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.)	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (MLE, GLU JECZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porciowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Jajko gotowane kl L 1 szt (JAJ.) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Kalaflor gotowany + 90 g Mix sałat 10 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Miod (25g) 1 szt Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.)	Płatki jęczmienne na wywarze jarzynowym 300 ml (SEL, GLU JECZ.) Chleb Graham 100 g (GLU PSZ.) Masło porciowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Jajko gotowane kl L 1 szt (JAJ.) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Ogórek świeży 90 g Mix sałat 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.)	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (MLE, GLU JECZ.) Chleb Graham 100 g (GLU PSZ.) Masło porciowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Ogórek świeży 90 g Mix sałat 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Miod (25g) 1 szt Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.)	Ryż na wywarze jarzynowym 300 ml (SEL.) Chleb bezglutenowy 150 g (SEZ, może zawierać: ORŻ.) Masło porciowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Jajko gotowane kl L 1 szt (JAJ.) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Miod (25g) 1 szt Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.)	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło porciowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Jajko gotowane kl L 1 szt (JAJ.) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Kalaflor gotowany + 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml Miod (25g) 1 szt Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.)
	II ŚN		Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE.)			Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE.)			Brzoskwinie w syropie 100 g
	Obiad	Zupa jarzynowa z makaronem + 400 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Roladka wołowo-wieprzowa z nadzieniem brokułowym dieta + 120 g (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Sos cygański + 80 g Surówka z kapusty białej i czerwonej + 200 g (JAJ, GOR.) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Zupa jarzynowa z makaronem + 400 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Roladka wołowo-wieprzowa z nadzieniem brokułowym dieta + 120 g (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Sos pietruszkowy + 80 g (SOJ, MLE.) Buraki tarte na ciepło + 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Zupa ryżowa z ziemniakami + 400 g (SOJ, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Pulpet wołowo-wieprzowy dieta + 120 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos pietruszkowy + 80 g (SOJ, MLE.) Buraki tarte na ciepło + 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Zupa jarzynowa z makaronem + 400 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Roladka wołowo-wieprzowa z nadzieniem brokułowym dieta + 120 g (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Bitka schabowa + 100 g Sos cygański + 80 g Buraki tarte na ciepło + 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Zupa jarzynowa z makaronem + 400 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Roladka wołowo-wieprzowa z nadzieniem brokułowym dieta + 120 g (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Bitka schabowa + 100 g Sos cygański + 80 g Surówka z kapusty białej i czerwonej + 200 g (JAJ, GOR.) Kompot owocowy* b/c 250 ml	Zupa jarzynowa z makaronem + 400 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Pulpet wołowo-wieprzowy dieta (bez glutenu) + 120 g (JAJ.) Sos pietruszkowy (bez mleka, bez glutenu) + 80 g Buraki tarte na ciepło + 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Zupa jarzynowa z makaronem + 400g (SOJ, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Pulpet wołowo-wieprzowy dieta (bez glutenu) + 120 g (JAJ.) Sos pietruszkowy (bez mleka, bez glutenu) + 80 g Buraki tarte na ciepło + 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Zupa jarzynowa z makaronem + 400 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Roladka wołowo-wieprzowa z nadzieniem brokułowym dieta + 120 g (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Bitka schabowa + 100 g Sos cygański + 80 g Kompot owocowy* b/c 250 ml
	PD		Serek homo naturalny 150g 1 szt (MLE.)			Serek homo naturalny 150g 1 szt (MLE.)			Chrupki kukurydziane 25 g
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 60 g (GLU PSZ.) Masło porciowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka kostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (może zawierać: MLE, GOR.) Arbuz 150 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.) Szynka kostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (MLE.) Szynka kostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (może zawierać: MLE, GOR.) Arbuz 150 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 porciowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka kostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (może zawierać: MLE, GOR.) Arbuz 150 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE.)	Bułka pszenna długa krojona 150 g (GLU PSZ.) Masło porciowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka kostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (może zawierać: MLE, GOR.) Arbuz 150 g Jabłko pieczone 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 porciowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Twarożek pomidorowy + 100 g (MLE.) Szynka kostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (może zawierać: MLE, GOR.) Arbuz 150 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE.)	Chleb Graham 150 g (GLU PSZ.) Masło porciowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Twarożek pomidorowy + 100 g (MLE.) Szynka kostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (może zawierać: MLE, GOR.) Arbuz 150 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE.)	Chleb bezglutenowy 150 g (SEZ, może zawierać: ORŻ.) Masło porciowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Pyzdra schabowa-wędzonka wieprzowa schab wieprzowy wędzony parzony. 50 g Arbuz 150 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 porciowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Twarożek pomidorowy + 100 g (MLE.) Pasztet drobiowy (50g) 1 szt (GLU PSZ, SOJ, MLE.) Sałatka warzywna polska 140g 1 szt (JAJ, SEL, GOR.) Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml
PN	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 szt (MLE.) Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 15 g	Masło extra 82% 5 g (MLE.) Chleb Graham 30 g (GLU PSZ.) Kurczak gotowany produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony 20 g Sałata zielona 5 g	Sok jabłkowy 100 % 0,2l w kartoniku 1 szt (MLE.) Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 15 g	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 szt (MLE.) Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 15 g	Chleb Graham 30 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Sałata zielona 5 g Kurczak gotowany produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony 20 g	Sok jabłkowy 100 % 0,2l w kartoniku 1 szt Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 15 g		Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 szt (MLE.) Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 15 g	
	Wartość energetyczna: 3007.19 kcal; Białko ogółem: 109.80 g; Tłuszcz: 106.53 g; Kw. tł. nasy.: 40.63 g; Węglowodany ogółem: 417.85 g; W tym cukry: 107.90 g; Błonnik pok.: 34.33 g; Sól: 13.86 g;	Wartość energetyczna: 2970.03 kcal; Białko ogółem: 108.26 g; Tłuszcz: 98.16 g; Kw. tł. nasy.: 40.57 g; Węglowodany ogółem: 425.82 g; W tym cukry: 113.98 g; Błonnik pok.: 30.65 g; Sól: 13.31 g;	Wartość energetyczna: 2519.35 kcal; Białko ogółem: 115.01 g; Tłuszcz: 90.72 g; Kw. tł. nasy.: 33.53 g; Węglowodany ogółem: 331.67 g; W tym cukry: 52.71 g; Błonnik pok.: 41.63 g; Sól: 12.97 g;	Wartość energetyczna: 2852.54 kcal; Białko ogółem: 98.70 g; Tłuszcz: 88.82 g; Kw. tł. nasy.: 33.44 g; Węglowodany ogółem: 425.90 g; W tym cukry: 113.12 g; Błonnik pok.: 29.23 g; Sól: 11.98 g;	Wartość energetyczna: 3397.76 kcal; Białko ogółem: 167.60 g; Tłuszcz: 115.31 g; Kw. tł. nasy.: 47.50 g; Węglowodany ogółem: 433.86 g; W tym cukry: 116.85 g; Błonnik pok.: 29.44 g; Sól: 16.32 g;	Wartość energetyczna: 2968.36 kcal; Białko ogółem: 174.46 g; Tłuszcz: 110.60 g; Kw. tł. nasy.: 41.65 g; Węglowodany ogółem: 339.10 g; W tym cukry: 56.49 g; Błonnik pok.: 41.71 g; Sól: 15.89 g;	Wartość energetyczna: 2654.01 kcal; Białko ogółem: 102.23 g; Tłuszcz: 80.89 g; Kw. tł. nasy.: 31.82 g; Węglowodany ogółem: 395.06 g; W tym cukry: 108.98 g; Błonnik pok.: 35.78 g; Sól: 12.85 g;	Wartość energetyczna: 2806.58 kcal; Białko ogółem: 69.56 g; Tłuszcz: 96.04 g; Kw. tł. nasy.: 31.21 g; Węglowodany ogółem: 420.19 g; W tym cukry: 115.83 g; Błonnik pok.: 31.92 g; Sól: 6.97 g;	Wartość energetyczna: 3421.97 kcal; Białko ogółem: 152.36 g; Tłuszcz: 137.99 g; Kw. tł. nasy.: 43.06 g; Węglowodany ogółem: 398.34 g; W tym cukry: 62.02 g; Błonnik pok.: 28.50 g; Sól: 17.11 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2025-08-12 do dnia 2025-08-31 KUCHNIA ŁÓDŹ

		ŁÓDŹ- WWCOIT Podstawowa	ŁÓDŹ- WWCOIT Łatwo strawna	ŁÓDŹ- WWCOIT Z ogr. łatwo przysw. węglowodanów	ŁÓDŹ- WWCOIT Łatwo str. z ogr. tłuszczu	ŁÓDŹ- WWCOIT Bogatobiałkowa	ŁÓDŹ- WWCOIT Z ogr. łatwo przysw. węgl. bogatobiał	ŁÓDŹ- WWCOIT O kontrolowanej zawartości kw. tł.	ŁÓDŹ- WWCOIT Bezglutenowa	ŁÓDŹ- WWCOIT Bogatobiałkowa (OPS)	
2025-08-27 środa	Śniadanie	Płatki 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>) Twarożek różany + 100 g (<u>MLE.</u>) Banan 1szt. 1szt Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Miód (25g) 1 szt Chalka 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>)	Płatki 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>) Twarożek różany + 100 g (<u>MLE.</u>) Banan 1szt. 1szt Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Miód (25g) 1 szt Chalka 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>)	Płatki 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>) Twarożek różany + 100 g (<u>MLE.</u>) Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml Bulka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>)	Płatki 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>) Twarożek różany + 100 g (<u>MLE.</u>) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (<u>SOJ.</u>) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Miód (25g) 1 szt Chaka 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>)	Płatki 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>) Twarożek różany + 100 g (<u>MLE.</u>) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (<u>SOJ.</u>) Banan 1szt. 1szt Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Miód (25g) 1 szt Chalka 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>)	Płatki 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>) Twarożek + 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 Bulka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>)	Płatki 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>) Twarożek różany + 100 g (<u>MLE.</u>) Banan 1szt. 1szt Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Miód (25g) 1 szt	Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 300 ml (<u>SEL.</u>) Chleb bezglutenowy 150 g (<u>SEZ, może zawierać: ORŻ.</u>) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (<u>SOJ.</u>) Twarożek różany + 100 g (<u>MLE.</u>) Mus z jabłek (j) z/c 100 g Herbata czarna granulowana z cytryna b/c 250 ml Miód (25g) 1 szt	Bulka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chalka 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</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>) Twarożek różany + 100 g (<u>MLE.</u>) Mus z jabłek (j) z/c 100 g Herbata czarna granulowana z cytryna b/c 250 ml Miód (25g) 1 szt	
	II SN			Jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>MLE.</u>)			Jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>MLE.</u>)			Kisiel o smaku cytrynowym z/c 150 ml	
	Obiad	Kapuśniak z kapusty białej + 400 g (<u>GLU PSZ, SEL, GOR.</u>) kasza pęczak/sypko 200 g (<u>GLU JECZ.</u>) Udziec z kurczaka wolno gotowany z ziołami + 100 g Sos pieczarkowy + 80 g (<u>MLE.</u>) Surowka z marchwi z olejem b/c + 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Zupa ziemniaczana + 400 g (<u>MLE, SEL.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JECZ.</u>) Udziec z kurczaka wolno gotowany z ziołami + 100 g Sos jarzynowy dieta + 80 g (<u>MLE.</u>) Marchew gotowana plasty z olejem + 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Kapuśniak z kapusty białej + 400 g (<u>GLU PSZ, SEL, GOR.</u>) kasza pęczak/sypko 200 g (<u>GLU JECZ.</u>) Udziec z kurczaka wolno gotowany z ziołami + 100 g Sos jarzynowy dieta + 80 g (<u>MLE.</u>) Marchew gotowana plasty z olejem + 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Zupa ziemniaczana + 400 g (<u>MLE, SEL.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JECZ.</u>) Udziec z kurczaka wolno gotowany z ziołami + 100 g Sos jarzynowy dieta + 80 g (<u>MLE.</u>) Marchew gotowana plasty z olejem + 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Kapuśniak z kapusty białej + 400 g (<u>GLU PSZ, SEL, GOR.</u>) kasza pęczak/sypko 200 g (<u>GLU JECZ.</u>) Zrazik drobiowy z kurczaka pieczony + 120g (<u>GLUPSZ, JAJ.</u>) Udziec z kurczaka wolno gotowany z ziołami + 100 g Sos pieczarkowy + 80 g (<u>MLE.</u>) Marchew gotowana plasty z olejem + 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Kapuśniak z kapusty białej + 400 g (<u>GLU PSZ, SEL, GOR.</u>) kasza pęczak/sypko 200 g (<u>GLU JECZ.</u>) Zrazik drobiowy z kurczaka pieczony + 120 g (<u>GLUPSZ, JAJ.</u>) Udziec z kurczaka wolno gotowany z ziołami + 100 g Sos jarzynowy dieta + 80 g (<u>MLE.</u>) Surowka z marchwi z olejem b/c + 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Zupa ziemniaczana + 400 g (<u>MLE, SEL.</u>) kasza pęczak/sypko 200 g (<u>GLU JECZ.</u>) Udziec z kurczaka wolno gotowany z ziołami + 100 g Sos jarzynowy dieta + 80 g (<u>MLE.</u>) Surowka z marchwi z olejem b/c + 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Zupa ziemniaczana (bez mleka, bez glutenu) + 400 ml (<u>SEL.</u>) Ryż na sypko 200 g Udziec z kurczaka wolno gotowany z ziołami + 100 g Sos jarzynowy dieta + 80 g (<u>MLE.</u>) Marchew gotowana plasty z olejem + 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Kapuśniak z kapusty białej + 400 g (<u>GLU PSZ, SEL, GOR.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JECZ.</u>) Udziec z kurczaka wolno gotowany z ziołami + 100 g Udziec z kurczaka wolno gotowany z ziołami + 100 g Sos jarzynowy dieta + 80 g (<u>MLE.</u>) Marchew gotowana plasty z olejem + 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	
	PD			Sok pomidorowy 0,3l 1 szt			Sok pomidorowy 0,3l 1 szt			Herbatniki 30 g (<u>GLUPSZ, SOJ, MLE.</u>)	
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb Graham 60 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Paprykarz z miruny z warzywami + 100 g (<u>RYB, SOJ, SEL.</u>) Salata lodowa 10 g Papryka świeża 90 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>MLE.</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bulka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Paprykarz z miruny z warzywami + 100 g (<u>RYB, SOJ, SEL.</u>) Salata lodowa 10 g Papryka świeża 90 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>MLE.</u>)	Chleb Graham 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Paprykarz z miruny z warzywami + 100 g (<u>RYB, SOJ, SEL.</u>) Bukiet jarzyn gotowany + 100 g (<u>SEL.</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>MLE.</u>)	Bulka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Paprykarz z miruny z warzywami + 100 g (<u>RYB, SOJ, SEL.</u>) Bukiet jarzyn gotowany + 100 g (<u>SEL.</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>MLE.</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bulka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Szynka zielonogórska- wp. parzona 50 g (<u>SOJ.</u>) Paprykarz z miruny z warzywami + 100 g (<u>RYB, SOJ, SEL.</u>) Salata lodowa 10 g Papryka świeża 90 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml	Chleb Graham 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Szynka zielonogórska- wp. parzona 50 g (<u>SOJ.</u>) Paprykarz z miruny z warzywami + 100 g (<u>RYB, SOJ, SEL.</u>) Salata lodowa 10 g Papryka świeża 90 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>MLE.</u>)	Chleb bezglutenowy 150 g (<u>SEZ, może zawierać: ORŻ.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Szynka od Zduna-wędzonka wieprzowa, szynka wędzona, parzona 50 g Bukiet jarzyn gotowany + 100 g (<u>SEL.</u>) Paprykarz z miruny z warzywami + 100 g (<u>RYB, SOJ, SEL.</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>MLE.</u>)	Bulka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Szynka zielonogórska- wp. parzona 50 g (<u>SOJ.</u>) Paprykarz z miruny z warzywami + 100 g (<u>RYB, SOJ, SEL.</u>) Kalaifor gotowany + 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml		
PN		Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Salata zielona 5 g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa 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 kielbasa 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 kielbasa grubo rozdrobniona 20 g	Bulka pszenna długa krojona 30 g (<u>GLUPSZ.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa 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 kielbasa grubo rozdrobniona 20 g	Chleb Graham 30g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Salata zielona 5 g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 20 g	Chleb bezglutenowy 100 g (<u>SEZ, może zawierać: ORŻ.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 20 g	Bulka pszenna długa krojona 30 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 20 g	Bulka pszenna długa krojona 30 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 20 g	
		Wartość energetyczna: 3343.04 kcal; Białko ogółem: 125.97 g; Tłuszcz: 108.24 g; Kw. tł. nasy.: 41.70 g; Węglowodany ogółem: 457.62 g; W tym cukry: 135.09 g; Błonnik pok.: 48.25 g; Sól: 11.82 g;	Wartość energetyczna: 3284.22 kcal; Białko ogółem: 117.54 g; Tłuszcz: 102.22 g; Kw. tł. nasy.: 37.33 g; Węglowodany ogółem: 359.05 g; W tym cukry: 135.19 g; Błonnik pok.: 38.55 g; Sól: 12.98 g;	Wartość energetyczna: 2721.35 kcal; Białko ogółem: 119.35 g; Tłuszcz: 95.01 g; Kw. tł. nasy.: 33.91 g; Węglowodany ogółem: 359.05 g; W tym cukry: 53.64 g; Błonnik pok.: 55.39 g; Sól: 14.29 g;	Wartość energetyczna: 2986.96 kcal; Białko ogółem: 161.93 g; Tłuszcz: 93.79 g; Kw. tł. nasy.: 30.63 g; Węglowodany ogółem: 442.09 g; W tym cukry: 92.76 g; Błonnik pok.: 37.29 g; Sól: 13.25 g;	Wartość energetyczna: 3725.61 kcal; Białko ogółem: 181.93 g; Tłuszcz: 124.79 g; Kw. tł. nasy.: 44.63 g; Węglowodany ogółem: 482.27 g; W tym cukry: 138.50 g; Błonnik pok.: 45.63 g; Sól: 16.41 g;	Wartość energetyczna: 2992.56 kcal; Białko ogółem: 157.41 g; Tłuszcz: 105.83 g; Kw. tł. nasy.: 36.43 g; Węglowodany ogółem: 364.82 g; W tym cukry: 54.21 g; Błonnik pok.: 55.57 g; Sól: 18.11 g;	Wartość energetyczna: 3043.88 kcal; Białko ogółem: 117.49 g; Tłuszcz: 92.03 g; Kw. tł. nasy.: 35.34 g; Węglowodany ogółem: 429.55 g; W tym cukry: 128.39 g; Błonnik pok.: 53.14 g; Sól: 11.55 g;	Wartość energetyczna: 2987.26 kcal; Białko ogółem: 79.00 g; Tłuszcz: 95.42 g; Kw. tł. nasy.: 27.41 g; Węglowodany ogółem: 460.90 g; W tym cukry: 97.81 g; Błonnik pok.: 42.42 g; Sól: 9.76 g;	Wartość energetyczna: 3460.18 kcal; Białko ogółem: 151.93 g; Tłuszcz: 121.92 g; Kw. tł. nasy.: 43.19 g; Węglowodany ogółem: 440.26 g; W tym cukry: 88.78 g; Błonnik pok.: 34.72 g; Sól: 15.65 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2025-08-12 do dnia 2025-08-31 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 Bezglutenowa	ŁÓDŹ- WWC0IT Bogatobiałkowa (OPS)
2025-08-28 czwartek	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,) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Sałatka z ryżu - meksykańska z fasolą + 100 g (JAJ, SOJ, MLE, GOR,) 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,) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g 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,) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Marchew gotowana + 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml 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,) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Sałatka z ryżu - meksykańska z fasolą + 100 g (JAJ, SOJ, MLE, GOR,) 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,) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Sałatka z ryżu - meksykańska z fasolą + 100 g (JAJ, SOJ, MLE, GOR,) 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,) Chleb Graham 100 g (GLU PSZ,) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Sałatka z ryżu - meksykańska z fasolą + 100 g (JAJ, SOJ, MLE, GOR,) Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml Miód (25g) 1 szt Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ,)	Ryż na wywarze jarzynowym 300 ml (SEL,) Chleb bezglutenowy 150 g (SEZ, może zawierać: ORZ,) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Marchew gotowana + 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml Miód (25g) 1 szt Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ,)	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ,) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Pasta jajeczna 80g 1 szt Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Marchew gotowana + 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml Miód (25g) 1 szt Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,)
	II SN		Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE,)			Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE,)			Chrupki kukurydziane 25 g
	Obiad	Zupa szpinakowa z ziemniakami + 400 ml (SOJ, SEL,) Makaron pełnoziarnisty 200 g (GLU PSZ,) Szynka pieczona w plasterach + 100 g Sos pomidorowy + 80 g Bukiet warzyw gotowanych + 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Zupa szpinakowa z ziemniakami + 400 ml (SOJ, SEL,) Makaron pełnoziarnisty 200 g (GLU PSZ,) Szynka pieczona w plasterach + 100 g Sos pomidorowy + 80 g Bukiet warzyw gotowanych + 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Zupa szpinakowa z ziemniakami + 400 ml (SOJ, SEL,) Makaron pełnoziarnisty 200 g (GLU PSZ,) Szynka pieczona w plasterach + 100 g Sos pomidorowy + 80 g Dynia pieczona + 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Zupa szpinakowa z ziemniakami + 400 ml (SOJ, SEL,) Makaron pełnoziarnisty 200 g (GLU PSZ,) Szynka pieczona w plasterach + 100 g Sos bolonński z wierzpiną (dieta) + 150 g (SEL,) Bukiet warzyw gotowanych + 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Zupa szpinakowa z ziemniakami + 400 ml (SOJ, SEL,) Makaron pełnoziarnisty 200 g (GLU PSZ,) Szynka pieczona w plasterach + 100 g Sos bolonński z wierzpiną (dieta) + 150 g (SEL,) Bukiet warzyw gotowanych + 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Zupa szpinakowa z ziemniakami + 400 ml (SOJ, SEL,) Makaron pełnoziarnisty 200 g (GLU PSZ,) Szynka pieczona w plasterach + 100 g Sos pomidorowy + 80 g Bukiet warzyw gotowanych + 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Zupa szpinakowa z ziemniakami + 400 ml (SOJ, SEL,) Makaron bezglutenowy 200 g (GLU PSZ,) Szynka pieczona w plasterach + 100 g Sos bolonński z wierzpiną (dieta) + 150 g (SEL,) Bukiet warzyw gotowanych + 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Zupa szpinakowa z ziemniakami + 400 ml (SOJ, SEL,) Makaron 200 g (GLU PSZ,) Szynka pieczona w plasterach + 100 g Sos bolonński z wierzpiną (dieta) + 150 g (SEL,) Bukiet warzyw gotowanych + 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 w kartoniku 1 szt
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Chleb Graham 60 g (GLU PSZ,) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Kielbasa Śląska wieprzowa drobno rozdrobniona wysokowodajna wędzona w osłonce jadalnej - na ciepło 100 g Ketchup 10 g (SEL,) Jabłko 1 szt 1 szt Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE,)	Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Bułka pszenna długa krojona 100g (GLU PSZ,) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Parówki z szynki-kielbasa wieprzowa, homogenizowana, wędzona, parzona 100 g 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 1 szt. 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: GLUPSZ, MLE, GOR,) Twarożek + 100 g (MLE,) Jabłko 1 szt 1 szt Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml	Chleb Graham 150 g (GLU PSZ,) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Baton szynkowy z kurcząt 50 g (może zawierać: GLUPSZ, MLE, GOR,) Twarożek + 100 g (MLE,) Jabłko 1 szt 1 szt Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml	Chleb Graham 150 g (GLU PSZ,) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Baton szynkowy z kurcząt 50 g (może zawierać: GLUPSZ, MLE, GOR,) Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE,) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Jabłko 1 szt 1 szt	Chleb bezglutenowy 150 g (SEZ, może zawierać: ORZ,) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Pasta z kurczaka i warzyw + 100 g (SEL,) Jabłko pieczone 1 szt. 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.) 1 szt (MLE,) Baton szynkowy z kurcząt 50 g (może zawierać: GLUPSZ, MLE, GOR,) Parówki z szynki-kielbasa wieprzowa, homogenizowana, wędzona, parzona 100 g Ketchup 10 g (SEL,) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Jabłko 1 szt 1 szt
PN		Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło extra 82% 5 g (MLE,) Baton szynkowy z kurcząt 20 g (może zawierać: GLUPSZ, MLE, GOR,) Sałata zielona 5 g	Masło extra 82% 5 g (MLE,) Chleb Graham 30 g (GLU PSZ,) Baton szynkowy z kurcząt 20 g (może zawierać: GLUPSZ, MLE, GOR,) Sałata zielona 5 g	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt Biszkopty b/ml 15 g (GLU PSZ, JAJ,)	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt Wafle ryżowe 20 g	Chleb Graham 30 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 5 g (MLE,) Baton szynkowy z kurcząt 20 g (może zawierać: GLUPSZ, MLE, GOR,) Sałata zielona 5 g	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt Wafle ryżowe 20 g	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt Biszkopty b/ml 15 g (GLU PSZ, JAJ,)
		Wartość energetyczna: 3120.66 kcal; Białko ogółem: 126.02 g; Tłuszcz: 110.57 g; Kw. tł. nasy.: 44.57 g; Węglowodany ogółem: 414.27 g; W tym cukry: 89.40 g; Błonnik pok.: 40.14 g; Sól: 17.02 g;	Wartość energetyczna: 2957.08 kcal; Białko ogółem: 125.58 g; Tłuszcz: 100.59 g; Kw. tł. nasy.: 34.10 g; Węglowodany ogółem: 432.14 g; W tym cukry: 87.26 g; Błonnik pok.: 29.60 g; Sól: 15.14 g;	Wartość energetyczna: 2838.54 kcal; Białko ogółem: 125.54 g; Tłuszcz: 75.51 g; Kw. tł. nasy.: 29.96 g; Węglowodany ogółem: 424.18 g; W tym cukry: 94.88 g; Błonnik pok.: 32.04 g; Sól: 10.64 g;	Wartość energetyczna: 3310.71 kcal; Białko ogółem: 146.75 g; Tłuszcz: 115.77 g; Kw. tł. nasy.: 42.84 g; Węglowodany ogółem: 427.11 g; W tym cukry: 88.10 g; Błonnik pok.: 37.88 g; Sól: 16.32 g;	Wartość energetyczna: 2744.61 kcal; Białko ogółem: 150.00 g; Tłuszcz: 91.67 g; Kw. tł. nasy.: 32.71 g; Węglowodany ogółem: 344.83 g; W tym cukry: 47.33 g; Błonnik pok.: 50.28 g; Sól: 15.12 g;	Wartość energetyczna: 2697.02 kcal; Białko ogółem: 121.88 g; Tłuszcz: 82.90 g; Kw. tł. nasy.: 30.29 g; Węglowodany ogółem: 377.14 g; W tym cukry: 80.56 g; Błonnik pok.: 42.05 g; Sól: 13.83 g;	Wartość energetyczna: 2701.53 kcal; Białko ogółem: 87.19 g; Tłuszcz: 84.33 g; Kw. tł. nasy.: 25.04 g; Węglowodany ogółem: 404.44 g; W tym cukry: 79.09 g; Błonnik pok.: 42.71 g; Sól: 8.62 g;	Wartość energetyczna: 2961.23 kcal; Białko ogółem: 132.12 g; Tłuszcz: 97.21 g; Kw. tł. nasy.: 36.08 g; Węglowodany ogółem: 401.33 g; W tym cukry: 62.46 g; Błonnik pok.: 34.80 g; Sól: 15.38 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2025-08-12 do dnia 2025-08-31 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 Bezglutenowa	ŁÓDŹ- WWC0IT Bogatobiałkowa (OPS)
2025-08-29 piątek	Śniadanie	Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Chleb Graham 40 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Pasta z jaj z koperkiem dieta + 100 g (<u>JAJ, MLE.</u>) Pomidor 90 g Rukola 10 g Rogal maślany 50g. 1 szt (<u>GLUPSZ, JAJ, MLE.</u>) Kakao z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE.</u>) Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>) Miód (25g) 1 szt	Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Pasta z jaj z koperkiem dieta + 100 g (<u>JAJ, MLE.</u>) Kalafior gotowany + 90 g Rogal maślany 50g. 1 szt (<u>GLUPSZ, JAJ, MLE.</u>) Rukola 10 g Kakao z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE.</u>) Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>) Miód (25g) 1 szt	Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Rogal maślany 50g. 1 szt (<u>GLUPSZ, JAJ, MLE.</u>) Dżem 25 g 1 szt Rukola 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>) Miód (25g) 1 szt	Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Rogal maślany 50g. 1 szt (<u>GLUPSZ, JAJ, MLE.</u>) Pasta z jaj z koperkiem dieta + 100 g (<u>JAJ, MLE.</u>) Szyńska wiśniowa- wiewprzowa, wędz. parz. z dod. wody i białka wp. 50 g (<u>SOJ.</u>) Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml Pomidor 90 g Kalafior gotowany + 90 g Rukola 10 g Kakao z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE.</u>) Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>) Miód (25g) 1 szt	Zacierka na wywarze jarzynowym 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Szyńska wiśniowa- wiewprzowa, wędz. parz. z dod. wody i białka wp. 50 g (<u>SOJ.</u>) Pasta z jaj z koperkiem dieta + 100 g (<u>JAJ, MLE.</u>) Pomidor 90 g Rukola 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>) Miód (25g) 1 szt	Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Chleb Graham 40 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Rogal maślany 50g. 1 szt (<u>GLUPSZ, JAJ, MLE.</u>) Szyńska wiśniowa- wiewprzowa, wędz. parz. z dod. wody i białka wp. 50 g (<u>SOJ.</u>) Pomidor 90 g Jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>MLE.</u>) Kakao z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE.</u>) Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>) Miód (25g) 1 szt	Makaron na wywarze jarzynowym 300 ml (<u>SEL.</u>) Chleb bezglutenowy 150 g (<u>SEZ, może zawierać: ORŻ.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Pasta z jaj z koperkiem dieta + 100 g (<u>JAJ, MLE.</u>) Bułkiel jarzyn gotowany + 100 g (<u>SEL.</u>) Miód (25g) 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Szyńska wiśniowa- wiewprzowa, wędz. parz. z dod. wody i białka wp. 50 g (<u>SOJ.</u>) Pasta z jaj z koperkiem dieta + 100 g (<u>JAJ, MLE.</u>) Mus z brzoskwiń 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml Miód (25g) 1 szt Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>)
	II ŚN		Jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>MLE.</u>)			Jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>MLE.</u>)			Rogal maślany 50g. 1 szt (<u>GLUPSZ, JAJ, MLE.</u>)
	Obiad	Krupnik jęczmienny + 400 ml (<u>SOJ, SEL, GLU, JECZ.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Morszczuk smażony 120g + 120 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u>) Surówka z kapusty kiszzonej z olejem b/c + 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Krupnik jęczmienny + 400 ml (<u>SOJ, SEL, GLU, JECZ.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Morszczuk pieczony w sosie z ziołowej 120g + 120 g (<u>RYB.</u>) Warzywa po grecku + 200 g (<u>SEL.</u>) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Krupnik jęczmienny + 400 ml (<u>SOJ, SEL, GLU, JECZ.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Morszczuk pieczony w sosie z ziołowej 120g + 120 g (<u>RYB.</u>) Warzywa po grecku + 200 g (<u>SEL.</u>) Kompot owocowy* b/c 250 ml	Krupnik jęczmienny + 400 ml (<u>SOJ, SEL, GLU, JECZ.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Morszczuk smażony 120g + 120 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u>) Morszczuk pieczony w sosie z ziołowej 120g + 120 g (<u>RYB.</u>) Warzywa po grecku + 200 g (<u>SEL.</u>) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Krupnik jęczmienny + 400 ml (<u>SOJ, SEL, GLU, JECZ.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Morszczuk smażony 120g + 120 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u>) Morszczuk pieczony w sosie z ziołowej 120g + 120 g (<u>RYB.</u>) Surówka z kapusty kiszzonej z olejem b/c + 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Krupnik jęczmienny + 400 ml (<u>SOJ, SEL, GLU, JECZ.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Morszczuk smażony 120g + 120 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u>) Morszczuk pieczony w sosie z ziołowej 120g + 120 g (<u>RYB.</u>) Surówka z kapusty kiszzonej z olejem b/c + 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Zupa ryżowa z ziemniakami + 400 g (<u>SOJ, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Morszczuk pieczony w sosie z ziołowej 120g + 120 g (<u>RYB.</u>) Warzywa po grecku + 200 g (<u>SEL.</u>) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Krupnik jęczmienny + 400 ml (<u>SOJ, SEL, GLU, JECZ.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Morszczuk smażony 120g + 120 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u>) Morszczuk pieczony w sosie z ziołowej 120g + 120 g (<u>RYB.</u>) Warzywa po grecku + 200 g (<u>SEL.</u>) Kompot owocowy* b/c 250 ml
	PD		Surówka z marchwi i jabłka b/c + 100 g			Surówka z marchwi i jabłka b/c + 100 g			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>) Powidła śliwkowe 30g 1 szt Twarożek z cynamonem + 50 g (<u>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORŻ, SEZ.</u>) Arbuz 150 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>MLE.</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Twarożek z cynamonem + 50 g (<u>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORŻ, SEZ.</u>) Dżem 25 g 1 szt Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>MLE.</u>)	Chleb Graham 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml Szyńska Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (<u>SOJ.</u>) Arbuz 150 g	Twarożek z cynamonem + 100 g (<u>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORŻ, SEZ.</u>) Bułka pszenna długa krojona 150g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Szyńska Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (<u>SOJ.</u>) Bułkiel jarzyn gotowany + 100 g (<u>SEL.</u>) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>MLE.</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Powidła śliwkowe 30g 1 szt Twarożek z cynamonem + 50 g (<u>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORŻ, SEZ.</u>) Szyńska Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (<u>SOJ.</u>) Arbuz 150 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>MLE.</u>)	Chleb Graham 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Szyńska Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (<u>SOJ.</u>) Twarożek z cynamonem + 100 g (<u>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORŻ, SEZ.</u>) Arbuz 150 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 150 g (<u>SEZ, może zawierać: ORŻ.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Szyńska dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Dżem 25 g 1 szt Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>MLE.</u>)	Bułka pszenna długa krojona 150g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Pasztet drobiowy (50g) 1 szt (<u>GLUPSZ, SOJ, MLE.</u>) Galarełka z indyka 180g 1 szt (<u>SOJ, SEL.</u>) Brokuł gotowany + 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml
PN	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Szyńska Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 20 g (<u>SOJ.</u>) Salata zielona 5 g	Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Szyńska Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 20 g (<u>SOJ.</u>) Salata zielona 5 g	Bułka pszenna długa krojona 30 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Szyńska Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 20 g (<u>SOJ.</u>) Salata zielona 5 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Szyńska Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 20 g (<u>SOJ.</u>) Salata zielona 5 g	Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Szyńska Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 20 g (<u>SOJ.</u>) Salata zielona 5 g	Chleb bezglutenowy 30 g (<u>SEZ, może zawierać: ORŻ.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Indyk z pasieki produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 20 g	Bułka pszenna długa krojona 30 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Szyńska Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 20 g (<u>SOJ.</u>)		
	Wartość energetyczna: 3047.01 kcal; Białko ogółem: 115.43 g; Tłuszcz: 98.70 g; Kw. tł. nasy.: 34.59 g; Węglowodany ogółem: 433.64 g; W tym cukry: 108.08 g; Błonnik pok.: 28.71 g; Sól: 11.39 g;	Wartość energetyczna: 2834.19 kcal; Białko ogółem: 113.01 g; Tłuszcz: 82.51 g; Kw. tł. nasy.: 33.35 g; Węglowodany ogółem: 417.78 g; W tym cukry: 102.94 g; Błonnik pok.: 27.32 g; Sól: 11.24 g;	Wartość energetyczna: 2559.85 kcal; Białko ogółem: 114.90 g; Tłuszcz: 89.18 g; Kw. tł. nasy.: 30.59 g; Węglowodany ogółem: 344.45 g; W tym cukry: 64.60 g; Błonnik pok.: 39.99 g; Sól: 13.82 g;	Wartość energetyczna: 2713.38 kcal; Białko ogółem: 114.52 g; Tłuszcz: 68.15 g; Kw. tł. nasy.: 28.65 g; Węglowodany ogółem: 419.35 g; W tym cukry: 100.13 g; Błonnik pok.: 25.75 g; Sól: 10.57 g;	Wartość energetyczna: 3328.63 kcal; Białko ogółem: 163.60 g; Tłuszcz: 97.88 g; Kw. tł. nasy.: 35.51 g; Węglowodany ogółem: 454.24 g; W tym cukry: 115.05 g; Błonnik pok.: 26.87 g; Sól: 15.18 g;	Wartość energetyczna: 2957.74 kcal; Białko ogółem: 161.57 g; Tłuszcz: 102.61 g; Kw. tł. nasy.: 32.27 g; Węglowodany ogółem: 366.48 g; W tym cukry: 61.28 g; Błonnik pok.: 42.34 g; Sól: 16.21 g;	Wartość energetyczna: 2736.25 kcal; Białko ogółem: 112.81 g; Tłuszcz: 79.05 g; Kw. tł. nasy.: 31.22 g; Węglowodany ogółem: 405.21 g; W tym cukry: 107.26 g; Błonnik pok.: 29.92 g; Sól: 12.29 g;	Wartość energetyczna: 2555.45 kcal; Białko ogółem: 77.04 g; Tłuszcz: 81.70 g; Kw. tł. nasy.: 26.20 g; Węglowodany ogółem: 381.90 g; W tym cukry: 78.06 g; Błonnik pok.: 34.71 g; Sól: 8.82 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2025-08-12 do dnia 2025-08-31 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 Bezglutenowa	ŁÓDŹ- WWC0IT Bogatobiałkowa (OPS)
2025-08-30 sobota	Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Salatka makaronowa z warzywami i szynką + 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR.</u>) Salata zielona 10 g Kawa zbożowa z makiem 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>) Salatka makaronowa z warzywami i szynką dieta + 100 g (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Salata zielona 10 g Kawa zbożowa z makiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Miód (25g) 1 szt Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>)	Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Szynka zielonogórska- wp. parzona 50 g (<u>SOJ.</u>) Rzodkiew biała 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>)	Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Szynka zielonogórska- wp. parzona 50 g (<u>SOJ.</u>) Cukinia gotowana + 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Miód (25g) 1 szt Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Pasztet z soczewicy + 100 g (<u>JAJ.</u>) Salatka makaronowa z warzywami i szynką dieta + 100 g (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Salata zielona 10 g Kawa zbożowa z makiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Miód (25g) 1 szt Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>)	Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Szynka zielonogórska- wp. parzona 50 g (<u>SOJ.</u>) Rzodkiew biała 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>)	Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Szynka zielonogórska- wp. parzona 50 g (<u>SOJ.</u>) Rzodkiew biała 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>)	Chleb bezglutenowy 150 g (<u>SEZ, może zawierać: ORŻ.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Indyk z pasieki produkt drobiowy grubo rozdrobiony parzony w osłonce niejdalnej 50 g Cukinia gotowana + 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Miód (25g) 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Szynka zielonogórska- wp. parzona 50 g (<u>SOJ.</u>) Serek twarogowy śmietankowy 16,67g (kiri,haga) 1 szt (<u>MLE.</u>) Salatka warzywna polska 140g 1 szt (<u>JAJ, SEL, GOR.</u>) Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml Miód (25g) 1 szt Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>)
	II SN			Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<u>MLE.</u>)			Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<u>MLE.</u>)			Sok pomarańczowy 0,2L-kartonik 1 szt
	Obiad	Zupa ogórkowa z ziemniakami + 400 g (<u>GLUPSZ, SOJ, MLE, SEL.</u>) Ryz nasypko (brązowy) 200 g Kociołek z kurczaka meksykański + 150 g (<u>MLE.</u>) Surówka z marchwi i jabłka b/c + 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Zupa koperkowa z ziemniakami + 400 ml (<u>SOJ, MLE, SEL.</u>) Ryz na sypko 200 g Potrawka z kurczaka + 150 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Buraki gotowane + 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Zupa ogórkowa z ziemniakami + 400 g (<u>GLUPSZ, SOJ, MLE, SEL.</u>) Ryz nasypko (brązowy) 200 g Kociołek z kurczaka meksykański + 150 g (<u>MLE.</u>) Surówka z marchwi i jabłka b/c + 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Zupa koperkowa z ziemniakami + 400 ml (<u>SOJ, MLE, SEL.</u>) Ryz na sypko 200 g Udziec z kurczaka wolno gotowany z ziołami + 100 g Sos jarzynowy dieta + 80 g (<u>MLE.</u>) Buraki gotowane + 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Zupa koperkowa z ziemniakami + 400 ml (<u>SOJ, MLE, SEL.</u>) Ryz na sypko 200 g Potrawka z kurczaka + 150 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Udziec z kurczaka wolno gotowany z ziołami + 100 g Buraki gotowane + 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Zupa ogórkowa z ziemniakami + 400 g (<u>GLUPSZ, SOJ, MLE, SEL.</u>) Ryz nasypko (brązowy) 200 g Kociołek z kurczaka meksykański + 150 g (<u>MLE.</u>) Udziec z kurczaka wolno gotowany z ziołami + 100 g Surówka z marchwi i jabłka b/c + 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Zupa ogórkowa z ziemniakami + 400 g (<u>GLUPSZ, SOJ, MLE, SEL.</u>) Ryz na sypko 200 g Potrawka z kurczaka (bez glutenu) + 150 g (<u>SEL.</u>) Buraki gotowane + 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Zupa koperkowa z ziemniakami + 400 ml (<u>SOJ, MLE, SEL.</u>) Ryz na sypko 200 g Kociołek z kurczaka (bez glutenu) + 150 g (<u>SEL.</u>) Buraki gotowane + 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Zupa koperkowa z ziemniakami + 400 ml (<u>SOJ, MLE, SEL.</u>) Ryz na sypko 200 g Kociołek z kurczaka meksykański + 150 g (<u>MLE.</u>) Udziec z kurczaka wolno gotowany z ziołami + 100 g Sos jarzynowy dieta + 80 g (<u>MLE.</u>) Buraki gotowane + 200 g 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 (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb Graham 60 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Leczo wieprzowe z warzywami dieta + 200 g (<u>SEL.</u>) Banan 1szt. 1 szt Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<u>MLE.</u>)	Chleb 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>) Leczo wieprzowe z warzywami dieta + 200 g (<u>SEL.</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>) Leczo wieprzowe z warzywami dieta + 200 g (<u>SEL.</u>) Jabłko 1 szt 1 szt 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 krucha z pieca wieprzowa, parzona 50 g Leczo wieprzowe z warzywami dieta + 200 g (<u>SEL.</u>) Twarożek z natką pietruszki + 100 g (<u>MLE.</u>) Banan 1szt. 1 szt Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<u>MLE.</u>)	Chleb 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>) Leczo wieprzowe z warzywami dieta + 200 g (<u>SEL.</u>) Twarożek z natką pietruszki + 100 g (<u>MLE.</u>) Banan 1szt. 1 szt Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<u>MLE.</u>)	Chleb Graham 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Twarożek z natką pietruszki + 100 g (<u>MLE.</u>) Leczo wieprzowe z warzywami dieta + 200 g (<u>SEL.</u>) Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	Chleb Graham 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Leczo wieprzowe z warzywami dieta + 200 g (<u>SEL.</u>) Banan 1szt. 1 szt Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<u>MLE.</u>)	Chleb bezglutenowy 150 g (<u>SEZ, może zawierać: ORŻ.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Pasta z kurczaka i warzyw + 200 g (<u>SEL.</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>)	Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Leczo wieprzowe z warzywami dieta + 200 g (<u>SEL.</u>) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SOJ.</u>) Banan 1szt. 1 szt Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml
	PN	Przecier owocowy jabłko-truskawka 120g 1 szt (_ <u>może zawierać: MLE.</u>) Herbatniki 20 g (<u>GLUPSZ, SOJ, MLE.</u>)	Herbatniki 20 g (<u>GLUPSZ, SOJ, MLE.</u>) Przecier owocowy jabłko-truskawka 120g 1 szt (_ <u>może zawierać: MLE.</u>)	Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ.</u>) Twaróg półtłusty 20 g (<u>MLE.</u>) Salata zielona 5 g	Przecier owocowy jabłko-truskawka 120g 1 szt (_ <u>może zawierać: MLE.</u>) Herbatniki 20 g (<u>GLUPSZ, SOJ, MLE.</u>)	Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Ser żółty 20 g (<u>MLE.</u>) Salata zielona 5 g	Przecier owocowy jabłko-truskawka 120g 1 szt (_ <u>może zawierać: MLE.</u>) Herbatniki 20 g (<u>GLUPSZ, SOJ, MLE.</u>)	Przecier owocowy jabłko-truskawka 120g 1 szt (_ <u>może zawierać: MLE.</u>) Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 15 g	Herbatniki 20 g (<u>GLUPSZ, SOJ, MLE.</u>) Przecier owocowy jabłko-truskawka 120g 1 szt (_ <u>może zawierać: MLE.</u>)	Herbatniki 20 g (<u>GLUPSZ, SOJ, MLE.</u>) Przecier owocowy jabłko-truskawka 120g 1 szt (_ <u>może zawierać: MLE.</u>)
		Wartość energetyczna: 2926.75 kcal; Białko ogółem: 87.38 g; Tłuszcz: 89.76 g; Kw. tł. nasy.: 30.44 g; Węglowodany ogółem: 454.93 g; W tym cukry: 129.65 g; Błonnik pok.: 42.55 g; Sól: 13.90 g;	Wartość energetyczna: 2856.02 kcal; Białko ogółem: 91.25 g; Tłuszcz: 74.80 g; Kw. tł. nasy.: 28.27 g; Węglowodany ogółem: 467.02 g; W tym cukry: 129.30 g; Błonnik pok.: 33.34 g; Sól: 13.09 g;	Wartość energetyczna: 2403.10 kcal; Białko ogółem: 93.76 g; Tłuszcz: 80.65 g; Kw. tł. nasy.: 31.59 g; Węglowodany ogółem: 346.24 g; W tym cukry: 71.59 g; Błonnik pok.: 53.17 g; Sól: 12.61 g;	Wartość energetyczna: 2473.38 kcal; Białko ogółem: 89.44 g; Tłuszcz: 64.53 g; Kw. tł. nasy.: 25.74 g; Węglowodany ogółem: 399.49 g; W tym cukry: 93.91 g; Błonnik pok.: 24.15 g; Sól: 10.62 g;	Wartość energetyczna: 3366.90 kcal; Białko ogółem: 144.89 g; Tłuszcz: 95.95 g; Kw. tł. nasy.: 34.20 g; Węglowodany ogółem: 495.34 g; W tym cukry: 135.49 g; Błonnik pok.: 37.57 g; Sól: 15.28 g;	Wartość energetyczna: 2963.22 kcal; Białko ogółem: 149.02 g; Tłuszcz: 106.84 g; Kw. tł. nasy.: 40.93 g; Węglowodany ogółem: 374.49 g; W tym cukry: 77.15 g; Błonnik pok.: 57.39 g; Sól: 15.40 g;	Wartość energetyczna: 2676.73 kcal; Białko ogółem: 92.19 g; Tłuszcz: 80.26 g; Kw. tł. nasy.: 28.48 g; Węglowodany ogółem: 413.57 g; W tym cukry: 125.87 g; Błonnik pok.: 46.21 g; Sól: 13.88 g;	Wartość energetyczna: 2421.59 kcal; Białko ogółem: 61.97 g; Tłuszcz: 71.40 g; Kw. tł. nasy.: 23.17 g; Węglowodany ogółem: 387.90 g; W tym cukry: 87.94 g; Błonnik pok.: 33.95 g; Sól: 8.30 g;	Wartość energetyczna: 3362.97 kcal; Białko ogółem: 127.60 g; Tłuszcz: 113.87 g; Kw. tł. nasy.: 33.78 g; Węglowodany ogółem: 474.89 g; W tym cukry: 130.96 g; Błonnik pok.: 33.78 g; Sól: 16.69 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2025-08-12 do dnia 2025-08-31 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 Bezglutenowa	ŁÓDŹ- WWC0IT Bogatobiałkowa (OPS)	
2025-08-31, niedziela	Śniadanie	Chleb Graham 100 g (GLU PSZ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MŁE.) Serek ała homogenizowany o smaku waniliowym + 100 g (MŁE.) Jabliko 1 szt 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MŁE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Miod (25g) 1 szt Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MŁE.) Serek ała homogenizowany o smaku waniliowym + 100 g (MŁE.) Jabliko 1 szt 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MŁE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Miod (25g) 1 szt Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.)	Chleb Graham 100 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MŁE.) Serek twarogowy homogenizowany + 100 g (MŁE.) Jabliko 1 szt 1 szt Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.)	Bułka pszenna długa krojona 150 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MŁE.) Serek ała homogenizowany o smaku waniliowym + 100 g (MŁE.) Filet zapiekany drobiowy 50 g (MŁE.) Jabliko 1 szt 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MŁE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Miod (25g) 1 szt Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MŁE.) Serek ała homogenizowany o smaku waniliowym + 100 g (MŁE.) Filet zapiekany drobiowy 50 g (MŁE.) Jabliko 1 szt 1 szt Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.)	Chleb Graham 100 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MŁE.) Serek twarogowy homogenizowany + 100 g (MŁE.) Filet zapiekany drobiowy 50 g (MŁE.) Jabliko 1 szt 1 szt Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.)	Chleb bezglutenowy 150 g (SEZ, może zawierać: ORŻ.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MŁE.) Pyzdra schabowa-wędzonka wieprzowa schab wieprzowy wędzony parzony. 50 g Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Miod (25g) 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MŁE.) Pyzdra schabowa-wędzonka wieprzowa schab wieprzowy wędzony parzony. 50 g Serek z ziołami do chleba termizowany 100g 1 szt (MŁE.) Brzoskwinie w syropie 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml Miod (25g) 1 szt Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.)		
	II SN			Salatka szwedzka + 100 g (GOR.)			Salatka szwedzka + 100 g (GOR.)			Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml	
	Obiad	Zupa pieczarkowa z makaronem + 400 g (GLU PSZ, SOJ, MŁE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Kotlet schabowy panierowany + 120 g (GLU PSZ, JAJ.) Kapsuła zasmażana + 200 g (GLUPSZ, SOJ, MŁE.) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Zupa marchewkowa z zacierką + 400 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ, MŁE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Schab gotowany+ 100 g Sos własny dieta + 80 g (SOJ.) Bukiet jarzyn gotowany + 200 g (SEL.) Mizeria + 200 g (MŁE.) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Zupa pieczarkowa z makaronem + 400 g (GLU PSZ, SOJ, MŁE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Schab gotowany+ 100 g Bukiet jarzyn gotowany + 200 g (SEL.) Kompot owocowy* z/c 250 ml Sos własny dieta + 80 g (SOJ.)	Zupa marchewkowa z zacierką + 400 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ, MŁE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Kotlet schabowy panierowany + 120 g (GLU PSZ, JAJ.) Schab gotowany+ 100 g Sos własny dieta + 80 g (SOJ.) Bukiet jarzyn gotowany + 200 g (SEL.) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Zupa marchewkowa z zacierką + 400 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ, MŁE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Schab gotowany+ 100 g Zrazik wieprzowy pieczony + 120 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos własny dieta + 80 g (SOJ.) Bukiet jarzyn gotowany + 200 g (SEL.) Kompot owocowy* b/c 250 ml	Zupa marchewkowa z zacierką + 400 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ, MŁE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Schab gotowany+ 100 g Sos własny dieta + 80 g (SOJ.) Bukiet jarzyn gotowany + 200 g (SEL.) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Zupa marchewkowa z zacierką + 400 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ, MŁE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Schab gotowany+ 100 g Sos własny dieta + 80 g (SOJ.) Bukiet jarzyn gotowany + 200 g (SEL.) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Zupa marchewkowa z zacierką + 400 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ, MŁE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Kotlet schabowy panierowany + 120 g (GLU PSZ, JAJ.) Schab gotowany+ 100 g Sos własny dieta + 80 g (SOJ.) Bukiet jarzyn gotowany + 200 g (SEL.) Kompot owocowy* b/c 250 ml		
	PD			Jogurt naturalny 100g 1 szt (MŁE.)			Jogurt naturalny 100g 1 szt (MŁE.)				Ciastka różne 40 g (GLUPSZ, JAJ, SOJ, MŁE.)
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 60 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MŁE.) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 100 g Herbata miętowa ekspresowa z/c 250 ml Jogurt naturalny 100g 1 szt (MŁE.)	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 (MŁE.) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 100 g Herbata miętowa ekspresowa z/c 250 ml Jogurt naturalny 100g 1 szt (MŁE.)	Chleb Graham 150 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MŁE.) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 100 g Herbata miętowa ekspresowa b/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 150 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MŁE.) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Pasta warzywna + 100 g (SEL.) Herbata miętowa ekspresowa z/c 250 ml Jogurt naturalny 100g 1 szt (MŁE.)	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 (MŁE.) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Jajko gotowane kl L 1 szt (JAJ.) Pomidor 100 g Herbata miętowa ekspresowa z/c 250 ml Jogurt naturalny 100g 1 szt (MŁE.)	Chleb Graham 150 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MŁE.) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Jajko gotowane kl L 1 szt (JAJ.) Pomidor 100 g Herbata miętowa ekspresowa b/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 150 g (SEZ, może zawierać: ORŻ.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MŁE.) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Pasta warzywna + 100 g (SEL.) Herbata miętowa ekspresowa z/c 250 ml Jogurt naturalny 100g 1 szt (MŁE.)	Bułka pszenna długa krojona 150 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MŁE.) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g 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 (MŁE.) Kurczak gotowany produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony 20 g Salata zielona 5 g	Chleb Graham 30 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MŁE.) 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 (MŁE.) Kurczak gotowany produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MŁE.) Kurczak gotowany produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony 20 g Salata zielona 5 g	Chleb Graham 30 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MŁE.) Kurczak gotowany produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony 20 g Salata zielona 5 g	Chleb bezglutenowy 30 g (SEZ, może zawierać: ORŻ.) Masło extra 82% 5 g (MŁE.) Indyk z pasieki produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonie niejadalnej 20 g	Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MŁE.) Kurczak gotowany produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony 20 g				
		Wartość energetyczna: 2445.36 kcal; Białko ogółem: 105.36 g; Tłuszcz: 65.85 g; Kw. tł. nasy.: 30.56 g; Węglowodany ogółem: 373.92 g; W tym cukry: 75.53 g; Błonnik pok.: 33.57 g; Sól: 12.43 g;	Wartość energetyczna: 2489.36 kcal; Białko ogółem: 106.63 g; Tłuszcz: 62.68 g; Kw. tł. nasy.: 30.42 g; Węglowodany ogółem: 387.06 g; W tym cukry: 83.44 g; Błonnik pok.: 31.50 g; Sól: 12.92 g;	Wartość energetyczna: 2234.39 kcal; Białko ogółem: 114.24 g; Tłuszcz: 73.13 g; Kw. tł. nasy.: 34.07 g; Węglowodany ogółem: 34.08 g; Węglowodany ogółem: 386.83 g; W tym cukry: 44.93 g; Błonnik pok.: 35.55 g; Sól: 12.26 g;	Wartość energetyczna: 2514.94 kcal; Białko ogółem: 108.38 g; Tłuszcz: 65.31 g; Kw. tł. nasy.: 28.90 g; Węglowodany ogółem: 386.83 g; W tym cukry: 81.10 g; Błonnik pok.: 31.62 g; Sól: 12.19 g;	Wartość energetyczna: 2865.86 kcal; Białko ogółem: 154.50 g; Tłuszcz: 95.98 g; Kw. tł. nasy.: 39.79 g; Węglowodany ogółem: 402.34 g; W tym cukry: 83.59 g; Błonnik pok.: 32.25 g; Sól: 14.80 g;	Wartość energetyczna: 2684.69 kcal; Białko ogółem: 159.71 g; Tłuszcz: 95.98 g; Kw. tł. nasy.: 39.79 g; Węglowodany ogółem: 314.81 g; W tym cukry: 53.61 g; Błonnik pok.: 43.51 g; Sól: 14.72 g;	Wartość energetyczna: 2429.84 kcal; Białko ogółem: 112.99 g; Tłuszcz: 70.86 g; Kw. tł. nasy.: 35.16 g; Węglowodany ogółem: 368.25 g; W tym cukry: 77.08 g; Błonnik pok.: 32.79 g; Sól: 12.19 g;	Wartość energetyczna: 2454.89 kcal; Białko ogółem: 80.75 g; Tłuszcz: 74.97 g; Kw. tł. nasy.: 26.62 g; Węglowodany ogółem: 368.25 g; W tym cukry: 79.38 g; Błonnik pok.: 35.26 g; Sól: 9.30 g;	Wartość energetyczna: 3255.49 kcal; Białko ogółem: 146.83 g; Tłuszcz: 117.39 g; Kw. tł. nasy.: 58.74 g; Węglowodany ogółem: 415.13 g; W tym cukry: 67.26 g; Błonnik pok.: 31.04 g; Sól: 15.28 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 JEĆZ - 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,