

	ŁÓDŹ- WWC0IT D01 Podstawowa	ŁÓDŹ- WWC0IT D02 Łatwo strawna	ŁÓDŹ- WWC0IT D03 z ogr. łatwo przysw. węglowodanów	ŁÓDŹ- WWC0IT D05 Łatwo str. z ogr. tłuszczu	ŁÓDŹ- WWC0IT D01/D07 Bogatobiałkowa podstawowa	ŁÓDŹ- WWC0IT D03/D07 Z ogr.łatwprzysw.węgl.bog.biał	ŁÓDŹ- WWC0IT GL Bezglutenowa	ŁÓDŹ- WWC0IT D07 Bogatobiałkowa (OPS)
Śniadanie	Platki jęczmienne na mleku 300 ml (MLE, GLU, JECZ.) 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.) Salatka śledziowa z ziemniakami 100 g (JAJ, RYB, MLE, GOR.) Ogórek kiszony 90 g Salata lodowa 10 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Miód (25g) 1 szt	Platki jęczmienne na mleku 300 ml (MLE, GLU, JECZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Pasta z ryby gotowanej (morszczuk) z warzywami* 100 g (RYB, SEL.) Pomidor 100 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Miód (25g) 1 szt	Platki jęczmienne na wywarze jarzynowym 300 ml (SEL, GLU, JECZ.) Chleb Graham 100 g (GLU PSZ.) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Pasta z makreli wędzonej z warzywami** 100 g (RYB, SEL.) Ogórek kiszony 90 g Salata lodowa 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	Platki jęczmienne na mleku 300 ml (MLE, GLU, JECZ.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Pomidor 100 g Pasta z ryby gotowanej (morszczuk) z warzywami* 100 g (RYB, SEL.) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Miód (25g) 1 szt	Platki jęczmienne na mleku 300 ml (MLE, GLU, JECZ.) 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.) Salatka śledziowa z ziemniakami 100 g (JAJ, RYB, MLE, GOR.) Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (SOJ.) Pasta z makreli wędzonej z warzywami** 100 g (RYB, SEL.) Ogórek kiszony 90 g Salata lodowa 10 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Miód (25g) 1 szt	Platki jęczmienne na wywarze jarzynowym 300 ml (SEL, GLU, JECZ.) Chleb bezglutenowy 150 g (SEZ, może zawierać: ORZ.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Pasta z ryby gotowanej (morszczuk) z warzywami* 100 g (RYB, SEL.) Pasta warzywna* 100 g (SEL.) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Miód (25g) 1 szt	Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 300 ml (SEL.) Chleb bezglutenowy 150 g (SEZ, może zawierać: ORZ.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Pasta z ryby gotowanej (morszczuk) z warzywami* 100 g (RYB, SEL.) Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (SOJ.) Pasta z makreli wędzonej z warzywami** 100 g (RYB, SEL.) Ogórek kiszony 90 g Salata lodowa 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/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.) Serek twarogowy śmietankowy 16,67g (kiri,haga) 2 szt (MLE.) 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 SN		Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE.)					Ciastka różne 40 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE.)
Obiad	Brokułowa z ryżem * 400 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Kotlet z jaj 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos chrzanowy 80 ml (GLU PSZ, MLE, SO2.) Surówka z marchwi i jabłka b/c 200 g (MLE.) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Brokułowa z ryżem * 400 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Kotlet z jaj-pieczony 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos koperkowy * 80 ml (GLU PSZ, MLE.) Surówka z marchwi i jabłka b/c 200 g (MLE.) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Brokułowa z ryżem * 400 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Kotlet z jaj 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos chrzanowy 80 ml (GLU PSZ, MLE, SO2.) Surówka z marchwi i jabłka b/c 200 g (MLE.) Kompot owocowy* b/c 250 ml	Ryżowa* 400 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Pulpet drobiowy 120 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos koperkowy *(bez mleka) 80 ml (GLU PSZ.) Marchew gotowana z olejem 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Brokułowa z ryżem * 400 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Kotlet z jaj 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Filet z kurczaka gotowany 100 g Sos chrzanowy 80 ml (GLU PSZ, MLE, SO2.) Surówka z marchwi i jabłka b/c 200 g (MLE.) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Brokułowa z ryżem * 400 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Kotlet z jaj 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos koperkowy *(bez glutenu) 80 ml (MLE.) Marchew gotowana z olejem 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Ryżowa* 400 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Pulpet drobiowy (bez glutenu) 120 g (JAJ.) Sos koperkowy *(bez glutenu) 80 ml (MLE.) Marchew gotowana z olejem 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Brokułowa z ryżem * 400 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Kotlet z jaj 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Filet z kurczaka gotowany 100 g Sos koperkowy * 80 ml (GLU PSZ, MLE.) Marchew gotowana z olejem 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml
	PD		Jabłko 1 szt 1 szt			Jabłko 1 szt 1 szt		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.) Bigos 200 g (GLU PSZ, SEL, GOR.) Mandarynka 1 szt Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Leczo z drobiem-dieta * 200 g Mandarynka 1 szt Mus z jabłek prażonych 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE.)	Chleb Graham 150 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Leczo z drobiem-dieta * 200 g Mandarynka 1 szt Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 150 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Leczo z drobiem-dieta * 200 g Mus z jabłek prażonych 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Twaróg półtłusty 100 g (MLE.) Szynka zielonogórska- wieprzowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 50 g (SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR.) Salata zielona 5 g Mandarynka 1 szt Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	Chleb Graham 150 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka zielonogórska- wieprzowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 50 g (SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR.) Salata zielona 5 g Mandarynka 1 szt Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 150 g (SEZ, może zawierać: ORZ.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Pasta mięsno-warzwna, z mięsa drobiowego z udźca* 100 g (SEL.) Mus z jabłek prażonych 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE.)	Bułka pszenna długa krojona 150 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt (MLE.) Szynka zielonogórska- wieprzowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 50 g (SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR.) Mus z jabłek prażonych 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml
	PN	Chleb Graham 30 g (GLU PSZ.) Baton szynkowy z kurcząt 20 g (może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.) Salata zielona 5 g Masło extra 82% 5 g (MLE.)	Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ.) Baton szynkowy z kurcząt 20 g (może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.) Chleb Graham 30 g (GLU PSZ.) Salata zielona 5 g Masło extra 82% 5 g (MLE.)	Baton szynkowy z kurcząt 20 g (może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.) Chleb Graham 30 g (GLU PSZ.) Salata zielona 5 g Masło extra 82% 5 g (MLE.)	Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ.) Baton szynkowy z kurcząt 20 g (może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Salata zielona 5 g	Chleb Graham 20 g (GLU PSZ.) Baton szynkowy z kurcząt 20 g (może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.) Salata zielona 5 g Masło extra 82% 5 g (MLE.)	Baton szynkowy z kurcząt 20 g (może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.) Chleb Graham 30 g (GLU PSZ.) Salata zielona 5 g Masło extra 82% 5 g (MLE.)	Chleb bezglutenowy 30 g (SEZ, może zawierać: ORZ.) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 20 g Salata zielona 5 g Masło extra 82% 5 g (MLE.)
	Wartość energetyczna: 2997.03 kcal; Białko ogółem: 98.03 g; Tłuszcz: 107.25 g; Kw. tł. nasy.: 39.85 g; Węglowodany ogółem: 439.82 g; W tym cukry: 100.64 g; Błonnik pok.: 39.48 g; Sód: 5512.55 mg;	Wartość energetyczna: 2925.07 kcal; Białko ogółem: 104.85 g; Tłuszcz: 86.87 g; Kw. tł. nasy.: 33.63 g; Węglowodany ogółem: 453.20 g; W tym cukry: 104.28 g; Błonnik pok.: 30.78 g; Sód: 3417.47 mg;	Wartość energetyczna: 2604.11 kcal; Białko ogółem: 96.04 g; Tłuszcz: 98.01 g; Kw. tł. nasy.: 32.87 g; Węglowodany ogółem: 373.36 g; W tym cukry: 51.65 g; Błonnik pok.: 46.76 g; Sód: 4520.99 mg;	Wartość energetyczna: 2767.07 kcal; Białko ogółem: 109.89 g; Tłuszcz: 76.11 g; Kw. tł. nasy.: 28.47 g; Węglowodany ogółem: 428.57 g; W tym cukry: 99.72 g; Błonnik pok.: 26.87 g; Sód: 2657.36 mg;	Wartość energetyczna: 3111.91 kcal; Białko ogółem: 150.40 g; Tłuszcz: 99.06 g; Kw. tł. nasy.: 38.68 g; Węglowodany ogółem: 476.18 g; W tym cukry: 99.21 g; Błonnik pok.: 29.83 g; Sód: 5503.28 mg;	Wartość energetyczna: 2842.04 kcal; Białko ogółem: 148.49 g; Tłuszcz: 103.22 g; Kw. tł. nasy.: 36.52 g; Węglowodany ogółem: 367.76 g; W tym cukry: 51.01 g; Błonnik pok.: 44.85 g; Sód: 5531.57 mg;	Wartość energetyczna: 2655.25 kcal; Białko ogółem: 83.70 g; Tłuszcz: 92.29 g; Kw. tł. nasy.: 26.83 g; Węglowodany ogółem: 391.44 g; W tym cukry: 84.84 g; Błonnik pok.: 35.87 g; Sód: 1521.89 mg;	Wartość energetyczna: 3032.71 kcal; Białko ogółem: 117.19 g; Tłuszcz: 103.70 g; Kw. tł. nasy.: 45.95 g; Węglowodany ogółem: 425.98 g; W tym cukry: 79.72 g; Błonnik pok.: 27.18 g; Sód: 4108.25 mg;

2026-03-30 poniedziałek

DIETETYK CENTRALNY
mgr Ewelina Łaska

	ŁÓDŹ- WWCOIT D01 Podstawowa	ŁÓDŹ- WWCOIT D02 Łatwo strawna	ŁÓDŹ- WWCOIT D03 Z ogr. łatwo przysw. węglowodanów	ŁÓDŹ- WWCOIT D05 Łatwo str. z ogr. tłuszczu	ŁÓDŹ- WWCOIT D01/D07 Bogatobiałkowa podstawowa	ŁÓDŹ- WWCOIT D03/D07 Z ogr.łatwprzysw.węgl.bog.biał	ŁÓDŹ- WWCOIT GL Bezglutenowa	ŁÓDŹ- WWCOIT D07 Bogatobiałkowa (OPS)
Śniadanie	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE) Chleb Graham 100 g (GLU PSZ) Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE) Pasztet drobiowo- wieprzowy z watróbką 50 g (GLU PSZ, SOJ, SEL, może zawierać: JAJ, MLE, GOR, GLU OW.) Papryka świeża 100 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Miód (25g) 1 szt	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (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) Filet zapiekany drobiowy 50 g (MLE) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (SEL) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Miód (25g) 1 szt	Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 300 ml (SEL) Chleb Graham 100 g (GLU PSZ) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE) Filet zapiekany drobiowy 50 g (MLE) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (SEL) Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ) Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE) Filet zapiekany drobiowy 50 g (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	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (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) Pasztet drobiowo- wieprzowy z watróbką 50 g (GLU PSZ, SOJ, SEL, może zawierać: JAJ, MLE, GOR, GLU OW.) Serek twarogowy homogenizowany 100 g (MLE) Papryka świeża 100 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Miód (25g) 1 szt	Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 300 ml (SEL) Chleb Graham 100 g (GLU PSZ) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE) Filet zapiekany drobiowy 50 g (MLE) Serek twarogowy homogenizowany 100 g (MLE) Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	Kasza kukurydziana 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 kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g 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) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, SOJ, SEL, może zawierać: JAJ, MLE, GOR, GLU OW.) Serek śmietankowy naturalny termizowany-twój smak 1 szt (MLE) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml Miód (25g) 1 szt
	II SN		Sok z buraków 0,3 L produkt pasteryzowany 1 szt (SEL)				Sok z buraków 0,3 L produkt pasteryzowany 1 szt (SEL)	
Obiad	Solferino* 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Kluski śląskie* 200 g (JAJ) Bitka schabowa duszona 100 g (GLU PSZ) Sos pieczeniowy 80 ml (GLU PSZ) Salatka z buraczków i jabłka z olejem 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Solferino* 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Kluski śląskie* 200 g (JAJ) Bitka schabowa duszona 100 g (GLU PSZ) Sos własny () 80 ml (GLU PSZ, SEL) Buraczki gotowane drobno tarte 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Solferino* 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Makaron pełnoziarnisty 200 g (GLU PSZ) Bitka schabowa duszona 100 g (GLU PSZ) Sos własny () 80 ml (GLU PSZ, SEL) Salatka z buraczków i jabłka z olejem 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Solferino* 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Makaron drobny 200 g (GLU PSZ) Bitka schabowa duszona 100 g (GLU PSZ) Sos własny () 80 ml (GLU PSZ, SEL) Buraczki gotowane drobno tarte 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Solferino* 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Kluski śląskie* 200 g (JAJ) Bitka schabowa duszona 100 g (GLU PSZ) Klopsik wieprzowy 120 g (GLU PSZ, JAJ) Sos własny () 80 ml (GLU PSZ, SEL) Salatka z buraczków i jabłka z olejem 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Solferino* 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Makaron pełnoziarnisty 200 g (GLU PSZ) Bitka schabowa duszona (bez glutenu) 100 g Sos własny (bez glutenu) 80 ml (GLU PSZ, JAJ) Sos własny () 80 ml (GLU PSZ, SEL) Salatka z buraczków i jabłka z olejem 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Solferino (bez glutenu)* 400 ml (MLE, SEL) Makaron bezglutenowy 200 g Bitka schabowa duszona (bez glutenu) 100 g Sos własny (bez glutenu) 80 ml (GLU PSZ, JAJ) Sos własny () 80 ml (GLU PSZ, SEL) Salatka z buraczków i jabłka z olejem 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Solferino* 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Kluski śląskie* 200 g (JAJ) Bitka schabowa duszona 100 g (GLU PSZ) Klopsik wieprzowy 120 g (GLU PSZ, JAJ) Sos własny () 80 ml (GLU PSZ, SEL) Buraczki gotowane drobno tarte 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml
	PD		Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE)			Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE)		Jogurt naturalny 100g 1 szt (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) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 100 g (JAJ, MLE) 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) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 100 g (JAJ, MLE) Cukinia pieczona z olejem* 100 g (JAJ, MLE) 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) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 100 g (JAJ, MLE) 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) Twaróg półtłusty 100 g (MLE) Cukinia pieczona z olejem* 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) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 100 g (JAJ, MLE) Twaróg półtłusty 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) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 100 g (JAJ, 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) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 100 g (JAJ, MLE) Cukinia pieczona z olejem* 100 g 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 wieśniowa- wieprzowa, wędz. parz. z dod. wody i białka wp. 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 100 g (JAJ, 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)	Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 5 g (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 20 g	Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 5 g (MLE) Salata zielona 5 g Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Salata zielona 5 g Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 20 g	Chleb Graham 30 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 5 g (MLE) Salata zielona 5 g Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 20 g	Chleb bezglutenowy 30 g (SEZ, może zawierać: ORZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Twaróg półtłusty 20 g (MLE)
	Wartość energetyczna: 3008.64 kcal; Białko ogółem: 118.65 g; Tłuszcz: 106.05 g; Kw. tł. nasy.: 43.35 g; Węglowodany ogółem: 421.18 g; W tym cukry: 98.84 g; Błonnik pok.: 29.50 g; Sód: 3000.53 mg;	Wartość energetyczna: 2958.27 kcal; Białko ogółem: 122.48 g; Tłuszcz: 92.74 g; Kw. tł. nasy.: 39.51 g; Węglowodany ogółem: 427.88 g; W tym cukry: 101.62 g; Błonnik pok.: 25.92 g; Sód: 3231.70 mg;	Wartość energetyczna: 2597.27 kcal; Białko ogółem: 123.10 g; Tłuszcz: 86.48 g; Kw. tł. nasy.: 30.85 g; Węglowodany ogółem: 427.88 g; W tym cukry: 55.49 g; Błonnik pok.: 42.09 g; Sód: 3564.59 mg;	Wartość energetyczna: 2844.48 kcal; Białko ogółem: 131.53 g; Tłuszcz: 74.28 g; Kw. tł. nasy.: 31.62 g; Węglowodany ogółem: 427.14 g; W tym cukry: 107.86 g; Błonnik pok.: 20.96 g; Sód: 2516.52 mg;	Wartość energetyczna: 3664.41 kcal; Białko ogółem: 179.10 g; Tłuszcz: 133.23 g; Kw. tł. nasy.: 53.19 g; Węglowodany ogółem: 456.02 g; W tym cukry: 105.44 g; Błonnik pok.: 25.37 g; Sód: 3518.96 mg;	Wartość energetyczna: 3206.96 kcal; Białko ogółem: 185.22 g; Tłuszcz: 111.29 g; Kw. tł. nasy.: 40.52 g; Węglowodany ogółem: 402.56 g; W tym cukry: 72.05 g; Błonnik pok.: 41.86 g; Sód: 3909.47 mg;	Wartość energetyczna: 2637.26 kcal; Białko ogółem: 84.72 g; Tłuszcz: 86.36 g; Kw. tł. nasy.: 28.75 g; Węglowodany ogółem: 396.54 g; W tym cukry: 91.33 g; Błonnik pok.: 29.25 g; Sód: 1539.29 mg;	Wartość energetyczna: 3569.07 kcal; Białko ogółem: 155.36 g; Tłuszcz: 147.79 g; Kw. tł. nasy.: 68.36 g; Węglowodany ogółem: 424.42 g; W tym cukry: 88.72 g; Błonnik pok.: 26.33 g; Sód: 4893.50 mg;

	ŁÓDŹ- WWC0IT D01 Podstawowa	ŁÓDŹ- WWC0IT D02 Łatwo strawna	ŁÓDŹ- WWC0IT D03 Z ogr. łatwo przysw. węglowodanów	ŁÓDŹ- WWC0IT D05 Łatwo str. z ogr. tłuszczu	ŁÓDŹ- WWC0IT D01/D07 Bogatobiałkowa podstawowa	ŁÓDŹ- WWC0IT D03/D07 Z ogr.łatwprzysw.węgl.bog.biał	ŁÓDŹ- WWC0IT GL Bezglutenowa	ŁÓDŹ- WWC0IT D07 Bogatobiałkowa (OPS)	
2026-04-01 środa	II SN	Sniadanie	<p>Platki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Ciasto drożdżowe 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka zielonogórska- wieprzowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 50 g (SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR.) Sałatka szwedzka z olejem b/c 90 g (GOR.) Roszponka 10 g Kawa zbożowa z makiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Miód (25g) 1 szt</p>	<p>Platki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Ciasto drożdżowe 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka zielonogórska- wieprzowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 50 g (SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR.) Pasta warzywna* 90 g (SEL.) Roszponka 10 g Kawa zbożowa z makiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Miód (25g) 1 szt</p>	<p>Platki owsiane na wywarze jarzynowym 300 ml (SEL, GLU OW.) Chleb Graham 100 g (GLU PSZ.) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka zielonogórska- wieprzowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 50 g (SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR.) Sałatka szwedzka z olejem b/c 90 g (GOR.) Roszponka 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml</p>	<p>Platki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka zielonogórska- wieprzowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 50 g (SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR.) Pasta warzywna* 100 g (SEL.) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Miód (25g) 1 szt</p>	<p>Platki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Ciasto drożdżowe 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka zielonogórska- wieprzowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 50 g (SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR.) Twarożek na słočko 100 g (MLE.) Pasta warzywna* 90 g (SEL.) Roszponka 10 g Kawa zbożowa z makiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Miód (25g) 1 szt</p>	<p>Platki owsiane na wywarze jarzynowym 300 ml (SEL, GLU OW.) Chleb bezglutenowy 150 g (SEZ, może zawierać: ORZ.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynkowa dębowa drobiowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 50 g (SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR.) Twarożek na słočko 100 g (MLE.) Pasta warzywna* 100 g (SEL.) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Miód (25g) 1 szt</p>	<p>Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Ciasto drożdżowe 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka zielonogórska- wieprzowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 50 g (SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR.) Twarożek na słočko 100 g (MLE.) Pasta warzywna* 100 g (SEL.) Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml Miód (25g) 1 szt</p>
			<p>Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE.)</p>						
2026-04-01 środa	Obiad	Zupa z soczewicy i ziemniakami * 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Filet z kurczaka pieczony w ziołach 100 g Sos jarzynowy * 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Grysiwka * 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Filet z kurczaka pieczony w ziołach 100 g Sos jarzynowy * 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Marchew gotowana z olejem 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Zupa z soczewicy i ziemniakami * 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Filet z kurczaka pieczony w ziołach 100 g Sos jarzynowy * 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Grysiwka * 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Filet z kurczaka pieczony w ziołach 100 g Sos jarzynowy * 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Marchew gotowana z olejem 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Zupa z soczewicy i ziemniakami * 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Filet z kurczaka pieczony w ziołach 100 g Pulpet drobiowy 120 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos jarzynowy * 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Zupa z soczewicy i ziemniakami * 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Filet z kurczaka pieczony w ziołach 100 g Pulpet drobiowy 120 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos jarzynowy * 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Ziemniaczana *(bez glutenu) 400 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Filet z kurczaka pieczony w ziołach 100 g Marchew gotowana z olejem 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Grysiwka * 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Filet z kurczaka pieczony w ziołach 100 g Pulpet drobiowy 120 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos jarzynowy * 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Marchew gotowana z olejem 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml
2026-04-01 środa	Kolejka	Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 60 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Parówki z szynki-kiełbasa wieprzowa, homogenizowana, wędz ona, parzona 80 g Ketchup 10 g (SEL.) Pomarańcza 1/2 szt. 1 Por 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.) Parówki z szynki-kiełbasa wieprzowa, homogenizowana, wędz ona, parzona 80 g Pomarańcza 1/2 szt. 1 Por 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.) Parówki z szynki-kiełbasa wieprzowa, homogenizowana, wędz ona, parzona 80 g Pomarańcza 1/2 szt. 1 Por 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 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 porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Parówki z szynki-kiełbasa wieprzowa, homogenizowana, wędz ona, parzona 80 g Ketchup 10 g (SEL.) Szynka od Zduna-wędzonka wieprzowa, szynka wędzona, parzona 50 g Pomarańcza 1/2 szt. 1 Por Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE.)	Chleb Graham 150 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Pasta z tofu i marchewki 100 g (SOJ.) Parówki z szynki-kiełbasa wieprzowa, homogenizowana, wędz ona, parzona 80 g Pomarańcza 1/2 szt. 1 Por 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.) Pasta z tofu i marchewki 100 g (SOJ.) Szynka od Zduna-wędzonka wieprzowa, szynka wędzona, parzona 50 g Jabłko 1 szt 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 Ketchup 10 g (SEL.) Parówki z szynki-kiełbasa wieprzowa, homogenizowana, wędz ona, parzona 80 g Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml
2026-04-01 środa	PN	Wartość energetyczna: 3015.63 kcal; Białko ogółem: 117.96 g; Tłuszcz: 94.32 g; Kw. tł. nasy.: 38.80 g; Węglowodany ogółem: 422.23 g; W tym cukry: 99.36 g; Błonnik pok.: 34.18 g; Sód: 4630.52 mg;	Wartość energetyczna: 2876.60 kcal; Białko ogółem: 106.97 g; Tłuszcz: 87.03 g; Kw. tł. nasy.: 38.11 g; Węglowodany ogółem: 412.05 g; W tym cukry: 107.13 g; Błonnik pok.: 31.41 g; Sód: 4230.40 mg;	Wartość energetyczna: 2480.02 kcal; Białko ogółem: 112.19 g; Tłuszcz: 87.43 g; Kw. tł. nasy.: 34.32 g; Węglowodany ogółem: 350.78 g; W tym cukry: 35.97 g; Błonnik pok.: 46.07 g; Sód: 4202.02 mg;	Wartość energetyczna: 2531.43 kcal; Białko ogółem: 110.26 g; Tłuszcz: 64.62 g; Kw. tł. nasy.: 28.07 g; Węglowodany ogółem: 395.77 g; W tym cukry: 108.26 g; Błonnik pok.: 27.96 g; Sód: 3150.46 mg;	Wartość energetyczna: 3532.28 kcal; Białko ogółem: 173.11 g; Tłuszcz: 114.83 g; Kw. tł. nasy.: 45.02 g; Węglowodany ogółem: 448.04 g; W tym cukry: 108.26 g; Błonnik pok.: 34.52 g; Sód: 4785.90 mg;	Wartość energetyczna: 2957.89 kcal; Białko ogółem: 161.17 g; Tłuszcz: 109.76 g; Kw. tł. nasy.: 40.05 g; Węglowodany ogółem: 371.74 g; W tym cukry: 43.35 g; Błonnik pok.: 48.02 g; Sód: 4600.01 mg;	Wartość energetyczna: 2383.95 kcal; Białko ogółem: 79.03 g; Tłuszcz: 69.63 g; Kw. tł. nasy.: 23.78 g; Węglowodany ogółem: 380.58 g; W tym cukry: 83.77 g; Błonnik pok.: 35.98 g; Sód: 1990.34 mg;	Wartość energetyczna: 3197.46 kcal; Białko ogółem: 163.47 g; Tłuszcz: 102.19 g; Kw. tł. nasy.: 38.09 g; Węglowodany ogółem: 397.08 g; W tym cukry: 91.31 g; Błonnik pok.: 27.75 g; Sód: 4170.95 mg;

DIETETYK CENTRALNY
mgr Ewelina Łaska

	ŁÓDŹ- WWC0IT D01 Podstawowa	ŁÓDŹ- WWC0IT D02 Łatwo strawna	ŁÓDŹ- WWC0IT D03 z ogr. łatwo przysw. węglowodanów	ŁÓDŹ- WWC0IT D05 Łatwo str. z ogr. tłuszczu	ŁÓDŹ- WWC0IT D01/D07 Bogatobiałkowa podstawowa	ŁÓDŹ- WWC0IT D03/D07 Z ogr.łatwprzysw.węgl.bog.biał	ŁÓDŹ- WWC0IT GL Bezglutenowa	ŁÓDŹ- WWC0IT D07 Bogatobiałkowa (OPS)	
2026-04-02 czwartek	Śniadanie	Zacierka na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE) Chleb Graham 100 g (GLU PSZ) Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE) Twarożek z papryką 100 g (MLE) Banan 1szt. 1 szt Kawa zbożowa z makiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Miód (25g) 1 szt	Zacierka 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) Pasta z twarogu z natką pietruszki 100 g (MLE) Banan 1szt. 1 szt Kawa zbożowa z makiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Miód (25g) 1 szt	Zacierka na wywarze jarzynowym 300 ml (GLU PSZ, JAJ, SEL) Chleb Graham 100 g (GLU PSZ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ) Twarożek z papryką 100 g (MLE) Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	Zacierka na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ) Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE) Pasta z twarogu z natką pietruszki 100 g (MLE) Mus z jabłek () z/c 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Miód (25g) 1 szt	Zacierka 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 krusza z pieca wiewprzowa, parzona 50 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SOZ) Twarożek z papryką 100 g (MLE) Banan 1szt. 1 szt Kawa zbożowa z makiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Miód (25g) 1 szt	Zacierka 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) Pasta miesno-warzyczna, z mięsa drobiowego z udzka* 100 g (SEL) Mus z jabłek () z/c 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Miód (25g) 1 szt	Makaron na wywarze jarzynowym 300 ml (SEL) Chleb bezglutenowy 150 g (SEZ, może zawierać: ORZ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE) Pasta miesno-warzyczna, z mięsa drobiowego z udzka* 100 g (SEL) Mus z jabłek () z/c 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Miód (25g) 1 szt	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) Szynka krusza z pieca wiewprzowa, parzona 50 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SOZ) Twarożek z papryką 100 g (MLE) Mus z jabłek () z/c 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml Miód (25g) 1 szt
		II SN		Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE)			Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE)		Biszkopty b/ml 30 g (GLU PSZ, JAJ)
2026-04-02 czwartek	Obiad	Barszcz biały z ziemniakami * 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT) Sos pomidorowy 80 ml (GLU PSZ) Kaszotto jęczmienne z mięsem wiewprzowym i warzywami* 350 g (SEL, GLU JĘCZ.) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Surówka wielowarzywna z olejem b/c 200 g (SEL) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Ryżowa* 400 ml (MLE, SEL) Sos pomidorowy 80 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT) Kaszotto jęczmienne z mięsem wiewprzowym i warzywami* 350 g (SEL, GLU JĘCZ.) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Barszcz biały z ziemniakami * 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT) Ryż na sypko 200 g Pulpet wiewprzowy 120 g (GLU PSZ, JAJ) Sos pomidorowy 80 ml (GLU PSZ) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Ryżowa* 400 ml (MLE, SEL) Ryż na sypko 200 g Pulpet wiewprzowy 120 g (GLU PSZ, JAJ) Sos pomidorowy 80 ml (GLU PSZ) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Barszcz biały z ziemniakami * 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT) Sos pomidorowy 80 ml (GLU PSZ) Kaszotto jęczmienne z mięsem wiewprzowym i warzywami* 350 g (SEL, GLU JĘCZ.) Szynka wiewprzowa gotowana 100 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Barszcz biały z ziemniakami * 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT) Sos pomidorowy 80 ml (GLU PSZ) Risotto z mięsem wiewprz i warzywami* 350 g (SEL) Warzywa po grecku (bez glutenu) 200 g (SEL) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Ryżowa* 400 ml (MLE, SEL) Sos pomidorowy (bez glutenu) 80 ml Risotto z mięsem wiewprz i warzywami* 350 g (SEL) Warzywa po grecku (bez glutenu) 200 g (SEL) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Barszcz biały z ziemniakami * 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT) Sos pomidorowy 80 ml (GLU PSZ) Kaszotto jęczmienne z mięsem wiewprzowym i warzywami* 350 g (SEL, GLU JĘCZ.) Szynka wiewprzowa gotowana 100 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml
		PD		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)
2026-04-02 czwartek	Kolejka	Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Chleb Graham 60 g (GLU PSZ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Salatka jarzynowa 100 g (JAJ, MLE, SEL, GOR) Salata zielona 5 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) Salatka jarzynowa - dieta 100 g (MLE, SEL) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Salata zielona 5 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) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (SEL) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE)	Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Chleb Graham 60 g (GLU PSZ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE) Salatka jarzynowa 100 g (JAJ, MLE, SEL, GOR) Salata zielona 5 g Ser mozzarella 50 g (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 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) Salatka jarzynowa - dieta 100 g (MLE, SEL) Ser mozzarella 50 g (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 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) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Salatka jarzynowa - dieta 100 g (MLE, SEL) Ser mozzarella 50 g (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g 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) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Salatka jarzynowa - dieta 100 g (MLE, SEL) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (SEL) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml	
		PN	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Salata lodowa 5 g Masło extra 82% 5 g (MLE) Twaróg półtłusty 20 g (MLE)	Chleb Graham 30 g (GLU PSZ) Salata lodowa 5 g Masło extra 82% 5 g (MLE) 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) Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 20 g (SOJ) Salata lodowa 5 g	Chleb Graham 30 g (GLU PSZ) Salata lodowa 5 g Masło extra 82% 5 g (MLE) Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 20 g (SOJ)	Masło extra 82% 5 g (MLE) Chleb bezglutenowy 30 g (SEZ, może zawierać: ORZ) Twaróg półtłusty 20 g (MLE)	Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE) Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 20 g (SOJ)
		Wartość energetyczna: 2949.58 kcal; Białko ogółem: 111.62 g; Tłuszcz: 86.06 g; Kw. tł. nasy.: 35.94 g; Węglowodany ogółem: 462.93 g; W tym cukry: 134.19 g; Błonnik pok.: 38.09 g; Sód: 3465.15 mg;	Wartość energetyczna: 2875.84 kcal; Białko ogółem: 111.26 g; Tłuszcz: 73.53 g; Kw. tł. nasy.: 34.48 g; Węglowodany ogółem: 457.96 g; W tym cukry: 125.73 g; Błonnik pok.: 25.45 g; Sód: 3031.24 mg;	Wartość energetyczna: 2456.45 kcal; Białko ogółem: 105.28 g; Tłuszcz: 71.69 g; Kw. tł. nasy.: 30.40 g; Węglowodany ogółem: 387.69 g; W tym cukry: 68.32 g; Błonnik pok.: 47.61 g; Sód: 3846.60 mg;	Wartość energetyczna: 2847.59 kcal; Białko ogółem: 119.40 g; Tłuszcz: 75.97 g; Kw. tł. nasy.: 34.42 g; Węglowodany ogółem: 433.70 g; W tym cukry: 85.37 g; Błonnik pok.: 16.93 g; Sód: 2404.66 mg;	Wartość energetyczna: 3320.96 kcal; Białko ogółem: 165.17 g; Tłuszcz: 101.75 g; Kw. tł. nasy.: 39.57 g; Węglowodany ogółem: 463.20 g; W tym cukry: 125.62 g; Błonnik pok.: 30.49 g; Sód: 4004.97 mg;	Wartość energetyczna: 2826.85 kcal; Białko ogółem: 158.16 g; Tłuszcz: 92.02 g; Kw. tł. nasy.: 34.03 g; Węglowodany ogółem: 386.47 g; W tym cukry: 68.09 g; Błonnik pok.: 46.39 g; Sód: 4522.55 mg;	Wartość energetyczna: 2601.60 kcal; Białko ogółem: 68.86 g; Tłuszcz: 83.21 g; Kw. tł. nasy.: 27.73 g; Węglowodany ogółem: 416.68 g; W tym cukry: 81.83 g; Błonnik pok.: 35.46 g; Sód: 1222.02 mg;	Wartość energetyczna: 3076.00 kcal; Białko ogółem: 154.14 g; Tłuszcz: 96.59 g; Kw. tł. nasy.: 38.55 g; Węglowodany ogółem: 424.43 g; W tym cukry: 75.16 g; Błonnik pok.: 28.65 g; Sód: 3972.05 mg;

DIETETYK CENTRALNY
mgr Emilia Łaska

	ŁÓDŹ- WWCOIT D01 Podstawowa	ŁÓDŹ- WWCOIT D02 Łatwo strawna	ŁÓDŹ- WWCOIT D03 z ogr. łatwo przysw. węglowodanów	ŁÓDŹ- WWCOIT D05 Łatwo str. z ogr. tłuszczu	ŁÓDŹ- WWCOIT D01/D07 Bogatobiałkowa podstawowa	ŁÓDŹ- WWCOIT D03/D07 Z ogr.łatwprzysw.węgl.bog.biał	ŁÓDŹ- WWCOIT GL Bezglutenowa	ŁÓDŹ- WWCOIT D07 Bogatobiałkowa (OPS)
Śniadanie	Platki pszenne na mleku 300 ml (GLUPSZ, MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLUPSZ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE) Baleron z indyka kielbasa drobiowa grubo rozdrobniona parzona z dodatkiem białka wieprzowego w osłone niejadalnej 50 g (GLUPSZ, SOJ) Pomidory 30g 1 szt Jabłko 1 szt 1 szt Rukola 10g Kakao z mlekiem z/c 250 ml (MLE) Miód (25g) 1 szt	Platki pszenne na mleku 300 ml (GLUPSZ, MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna 50g 1 szt (GLUPSZ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE) Szynka wieśniowa-wieprzowa, wędz. parz. z dod. wody i białka wp. 50 g (SOJ, może zawierać: GLUPSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Dżem 25 g 1 szt Jabłko 1 szt 1 szt Rukola 10g Kakao z mlekiem z/c 250 ml (MLE) Miód (25g) 1 szt	Platki pszenne na wywarze jarzynowym () 300 ml (GLUPSZ, SEL) Chleb Graham 100 g (GLUPSZ) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLUPSZ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE) Szynka wieśniowa-wieprzowa, wędz. parz. z dod. wody i białka wp. 50 g (SOJ, może zawierać: GLUPSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Jabłko 1 szt 1 szt Rukola 10g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	Platki pszenne na mleku 300 ml (GLUPSZ, MLE) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLUPSZ) Bułka pszenna 50g 1 szt (GLUPSZ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE) Szynka wieśniowa-wieprzowa, wędz. parz. z dod. wody i białka wp. 50 g (SOJ, może zawierać: GLUPSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Dżem 25 g 1 szt Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Miód (25g) 1 szt	Platki pszenne na mleku 300 ml (GLUPSZ, MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna 50g 1 szt (GLUPSZ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE) Twarożek 100 g (MLE) Baleron z indyka kielbasa drobiowa grubo rozdrobniona parzona z dodatkiem białka wieprzowego w osłone niejadalnej 50 g (GLUPSZ, SOJ) Pomidory 30g 1 szt Jabłko 1 szt 1 szt Rukola 10g Kakao z mlekiem z/c 250 ml (MLE) Miód (25g) 1 szt	Platki pszenne na wywarze jarzynowym () 300 ml (GLUPSZ, SEL) Chleb Graham 100 g (GLUPSZ) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLUPSZ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE) Szynka wieśniowa-wieprzowa, wędz. parz. z dod. wody i białka wp. 50 g (SOJ, może zawierać: GLUPSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Twarożek 100 g (MLE) Dżem 25 g 1 szt Kisiel o smaku wiśniowym z/c 150 ml Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Miód (25g) 1 szt	Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym () 300 ml (SEL) Chleb bezglutenowy 150 g (SEZ, może zawierać: ORZ.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE) Szynka od Zduna-wędzonka wieprzowa, szynka wędzona, parzona 50 g Dżem 25 g 1 szt Kisiel o smaku wiśniowym z/c 150 ml Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Miód (25g) 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 150 g (GLUPSZ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE) Szynka wieśniowa-wieprzowa, wędz. parz. z dod. wody i białka wp. 50 g (SOJ, może zawierać: GLUPSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Twarożek 100 g (MLE) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml Pomidory 30g 1 szt
	II SN							
Obiad	Marchewkowa z zacierką* 400 g (GLUPSZ, JAJ, MLE, SEL) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Łosoś pieczony 100 g (RYB.) Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 150 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Marchewkowa z zacierką* 400 g (GLUPSZ, JAJ, MLE, SEL) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Łosoś pieczony 100 g (RYB.) Szczynek gotowany z olejem* 200 g (GLUPSZ) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Marchewkowa z zacierką* 400 g (GLUPSZ, JAJ, MLE, SEL) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Łosoś pieczony 100 g (RYB.) Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 150 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Marchewkowa z zacierką* 400 g (GLUPSZ, JAJ, MLE, SEL) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 120 g (RYB.) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 200 g (SEL) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Marchewkowa z zacierką* 400 g (GLUPSZ, JAJ, MLE, SEL) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 120 g (RYB.) Łosoś pieczony 100 g (RYB.) Szczynek gotowany z olejem* 200 g (GLUPSZ) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Marchewkowa z zacierką* 400 g (GLUPSZ, JAJ, MLE, SEL) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 120 g (RYB.) Łosoś pieczony 100 g (RYB.) Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 150 g Kompot owocowy* b/c 250 ml		Marchewkowa z zacierką* 400 g (GLUPSZ, JAJ, MLE, SEL) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Łosoś pieczony 100 g (RYB.) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 200 g (SEL) Kompot owocowy* b/c 250 ml
	PD							
Kolejka	Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 60 g (GLUPSZ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE) Pasta z jaj z natką pietruszki i cebulą 100 g (JAJ, MLE, GOR.) 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 (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLUPSZ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE) Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 100 g (JAJ, MLE) Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 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 (GLUPSZ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE) Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 100 g (JAJ, MLE) Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 150 g (GLUPSZ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Buraczki gotowane 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Maślanka naturalna 0,33l 1 szt (MLE)	Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLUPSZ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Pasta z jaj z natką pietruszki i cebulą 100 g (JAJ, MLE, GOR.) Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Maślanka naturalna 0,33l 1 szt (MLE)	Chleb Graham 150 g (GLUPSZ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 100 g (JAJ, MLE) Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 150 g (SEZ, może zawierać: ORZ.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE) Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 100 g (JAJ, MLE) Buraczki gotowane 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Maślanka naturalna 0,33l 1 szt (MLE)	Bułka pszenna długa krojona 150 g (GLUPSZ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 100 g (JAJ, MLE) Buraczki gotowane 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml
	PN	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Szynka wieśniowa-wieprzowa, wędz. parz. z dod. wody i białka wp. 20 g (SOJ, może zawierać: GLUPSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Sałata zielona 5g Masło extra 82% 5g (MLE)	Chleb Graham 30 g (GLUPSZ) Szynka wieśniowa-wieprzowa, wędz. parz. z dod. wody i białka wp. 20 g (SOJ, może zawierać: GLUPSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Sałata zielona 5g	Masło extra 82% 5g (MLE) Chleb Graham 30 g (GLUPSZ) Szynka wieśniowa-wieprzowa, wędz. parz. z dod. wody i białka wp. 20 g (SOJ, może zawierać: GLUPSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Sałata zielona 5g	Bułka pszenna długa krojona 30g (GLUPSZ) Szynka wieśniowa-wieprzowa, wędz. parz. z dod. wody i białka wp. 20 g (SOJ, może zawierać: GLUPSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Sałata zielona 5g Masło extra 82% 5g (MLE)	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Szynka wieśniowa-wieprzowa, wędz. parz. z dod. wody i białka wp. 20 g (SOJ, może zawierać: GLUPSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Sałata zielona 5g Masło extra 82% 5g (MLE)	Salata zielona 5g Chleb Graham 30 g (GLUPSZ) Masło extra 82% 5g (MLE) Szynka wieśniowa-wieprzowa, wędz. parz. z dod. wody i białka wp. 20 g (SOJ, może zawierać: GLUPSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.)	Chleb bezglutenowy 30 g (SEZ, może zawierać: ORZ.) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 20 g Masło extra 82% 5g (MLE)
	Wartość energetyczna: 2797.47 kcal; Białko ogółem: 106.55 g; Tłuszcz: 83.65 g; Kw. tł. nasy.: 37.30 g; Węglowodany ogółem: 423.20 g; W tym cukry: 126.37 g; Błonnik pok.: 30.53 g; Sód: 3980.48 mg;	Wartość energetyczna: 2752.63 kcal; Białko ogółem: 118.31 g; Tłuszcz: 75.03 g; Kw. tł. nasy.: 34.76 g; Węglowodany ogółem: 422.21 g; W tym cukry: 123.73 g; Błonnik pok.: 28.90 g; Sód: 3916.53 mg;	Wartość energetyczna: 2226.69 kcal; Białko ogółem: 108.00 g; Tłuszcz: 64.84 g; Kw. tł. nasy.: 29.13 g; Węglowodany ogółem: 339.00 g; W tym cukry: 47.70 g; Błonnik pok.: 40.05 g; Sód: 3597.17 mg;	Wartość energetyczna: 2722.10 kcal; Białko ogółem: 125.26 g; Tłuszcz: 68.65 g; Kw. tł. nasy.: 30.02 g; Węglowodany ogółem: 420.35 g; W tym cukry: 125.07 g; Błonnik pok.: 29.10 g; Sód: 3827.82 mg;	Wartość energetyczna: 3301.83 kcal; Białko ogółem: 175.95 g; Tłuszcz: 101.73 g; Kw. tł. nasy.: 41.81 g; Węglowodany ogółem: 435.09 g; W tym cukry: 130.94 g; Błonnik pok.: 29.10 g; Sód: 4566.76 mg;	Wartość energetyczna: 2653.30 kcal; Białko ogółem: 173.39 g; Tłuszcz: 81.33 g; Kw. tł. nasy.: 33.72 g; Węglowodany ogółem: 342.47 g; W tym cukry: 51.01 g; Błonnik pok.: 39.48 g; Sód: 4383.99 mg;	Wartość energetyczna: 2610.51 kcal; Białko ogółem: 85.93 g; Tłuszcz: 78.87 g; Kw. tł. nasy.: 28.61 g; Węglowodany ogółem: 406.19 g; W tym cukry: 115.42 g; Błonnik pok.: 30.28 g; Sód: 1549.54 mg;	Wartość energetyczna: 2812.81 kcal; Białko ogółem: 165.04 g; Tłuszcz: 78.66 g; Kw. tł. nasy.: 30.27 g; Węglowodany ogółem: 381.67 g; W tym cukry: 58.73 g; Błonnik pok.: 30.62 g; Sód: 3985.10 mg;

DIETETYK CENTRALNY
mgr Emilia Łaska

	ŁÓDŹ- WWCOIT D01 Podstawowa	ŁÓDŹ- WWCOIT D02 Łatwo strawna	ŁÓDŹ- WWCOIT D03 Z ogr. łatwo przysw. węglowodanów	ŁÓDŹ- WWCOIT D05 Łatwo str. z ogr. tłuszczu	ŁÓDŹ- WWCOIT D01/D07 Bogatobiałkowa podstawowa	ŁÓDŹ- WWCOIT D03/D07 Z ogr.łatwprzysw.węgl.bog.biał	ŁÓDŹ- WWCOIT GL Bezglutenowa	ŁÓDŹ- WWCOIT D07 Bogatobiałkowa (OPS)	
2026-04-04 sobota	Śniadanie	Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ) Chleb Graham 100 g (GLU PSZ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE) Pasta z ciecierzycy z warzywami* 100 g (SEL) Papryka konserwowa 100 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Miód (25g) 1 szt	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) Serek homo. naturalny 100 g (MLE) Marchew gotowana z olejem 100 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Miód (25g) 1 szt	Chleb Graham 100 g (GLU PSZ) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE) Serek homo. naturalny 100 g (MLE) Marchew gotowana z olejem 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ) Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE) Serek homo. naturalny 100 g (MLE) Marchew gotowana z olejem 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Miód (25g) 1 szt	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) Serek homo. naturalny 100 g (MLE) Pasta z ciecierzycy z warzywami* 100 g (SEL) Papryka konserwowa 100 g Marchew gotowana z olejem 100 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Miód (25g) 1 szt	Chleb Graham 100 g (GLU PSZ) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE) Indyk z pasieki produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w sosie niejadłalnej 50 g Marchew gotowana z olejem 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Miód (25g) 1 szt	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) Serek homo. naturalny 100 g (MLE) Serek twarogowy śmietankowy 16,67g (kiri,haga) 2 szt (MLE) Marchew gotowana z olejem 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml Miód (25g) 1 szt	
		II SN		Kisiel o smaku truskawkowym b/c 150 ml			Kisiel o smaku truskawkowym b/c 150 ml	Biszkoty b/ml 30 g (GLU PSZ, JAJ)	
2026-04-04 sobota	Obiad	Selerowa z ziemniakami * 400 ml (MLE, SEL.) Naleśniki z serem* 3 szt 200 g (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Sos jogurtowo truskawkowy*b/c 100 g (MLE) Jabłka prażone b/c 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami * 400 ml (MLE, SEL.) Makaron z serem b/c 300 g (GLU PSZ, MLE.) Jabłka prażone b/c 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami * 400 ml (MLE, SEL.) Makaron pełnoziarnisty 200 g (GLU PSZ) Gulasz warzywny z ciecierzycą * 150 g (GLU PSZ, SEL.) Surówka z marchwi z olejem b/c 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Ziemniaczana * 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Makaron drobny 200 g (GLU PSZ) Udziec z kurczaka gotowany b/k b/s 100 g Sos jarzynowy * 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Marchew gotowana z olejem 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami * 400 ml (MLE, SEL.) Naleśniki z serem* 3 szt 200 g (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Sos jogurtowo truskawkowy*b/c 100 g (MLE) Jabłka prażone b/c 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml Serek homo naturalny 150g 1 szt (MLE)	Selerowa z ziemniakami * 400 ml (MLE, SEL.) Makaron pełnoziarnisty 200 g (GLU PSZ) Udziec z kurczaka gotowany b/k b/s 100 g Gulasz warzywny z ciecierzycą * 150 g (GLU PSZ, SEL.) Surówka z marchwi z olejem b/c 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami * 400 ml (MLE, SEL.) Naleśniki z serem* 3 szt 200 g (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Sos jogurtowo truskawkowy*b/c 100 g (MLE) Jabłka prażone b/c 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Serek homo naturalny 150g 1 szt (MLE)	
		PD		Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE)			Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE)	Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE)	
2026-04-04 sobota	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) Twaróg półtłusty 100 g (MLE) Mandarynka 1 szt Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE)	Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE) Twaróg półtłusty 100 g (MLE) Mandarynka 1 szt Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE)	Chleb Graham 150 g (GLU PSZ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE) Twaróg półtłusty 100 g (MLE) Mandarynka 1 szt Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 150 g (GLU PSZ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE) Twaróg półtłusty 100 g (MLE) Banan 1szt. 1 szt Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE)	Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE) Twaróg półtłusty 100 g (MLE) Pasta z tofu i marchewki 100 g (SOJ) Mandarynka 1 szt Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb Graham 150 g (GLU PSZ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE) Pasta z tofu i marchewki 100 g (SOJ) Twaróg półtłusty 100 g (MLE) Mandarynka 1 szt Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 150 g (SEZ, może zawierać: ORZ.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE) Twaróg półtłusty 100 g (MLE) Banan 1szt. 1 szt Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE)	Bułka pszenna długa krojona 150 g (GLU PSZ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE) Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt (MLE) Pasta z tofu i marchewki 100 g (SOJ) Banan 1szt. 1 szt Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml
		PN	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Sałata zielona 5 g Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 20 g	Chleb Graham 30 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 5 g (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 20 g Sałata zielona 5 g	Chleb Graham 30 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 5 g (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 20 g	Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 5 g (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Sałata zielona 5 g Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 20 g	Chleb Graham 30 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 5 g (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 20 g Sałata zielona 5 g	Chleb bezglutenowy 30 g (SEZ, może zawierać: ORZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 20 g
	Wartość energetyczna: 2463.38 kcal; Białko ogółem: 90.15 g; Tłuszcz: 62.35 g; Kw. tł. nasy.: 28.82 g; Węglowodany ogółem: 417.19 g; W tym cukry: 96.86 g; Błonnik pok.: 33.34 g; Sód: 2493.21 mg;	Wartość energetyczna: 2599.42 kcal; Białko ogółem: 102.62 g; Tłuszcz: 59.77 g; Kw. tł. nasy.: 30.28 g; Węglowodany ogółem: 435.07 g; W tym cukry: 111.73 g; Błonnik pok.: 26.24 g; Sód: 2293.31 mg;	Wartość energetyczna: 2273.94 kcal; Białko ogółem: 93.80 g; Tłuszcz: 66.53 g; Kw. tł. nasy.: 26.21 g; Węglowodany ogółem: 365.52 g; W tym cukry: 58.54 g; Błonnik pok.: 48.96 g; Sód: 2660.05 mg;	Wartość energetyczna: 2708.80 kcal; Białko ogółem: 114.38 g; Tłuszcz: 67.24 g; Kw. tł. nasy.: 27.79 g; Węglowodany ogółem: 429.89 g; W tym cukry: 113.80 g; Błonnik pok.: 26.43 g; Sód: 2208.24 mg;	Wartość energetyczna: 2854.94 kcal; Białko ogółem: 124.78 g; Tłuszcz: 75.75 g; Kw. tł. nasy.: 29.36 g; Węglowodany ogółem: 444.39 g; W tym cukry: 105.78 g; Błonnik pok.: 32.00 g; Sód: 2584.89 mg;	Wartość energetyczna: 2760.64 kcal; Białko ogółem: 136.47 g; Tłuszcz: 90.47 g; Kw. tł. nasy.: 29.76 g; Węglowodany ogółem: 393.87 g; W tym cukry: 57.77 g; Błonnik pok.: 55.79 g; Sód: 3230.87 mg;	Wartość energetyczna: 2565.77 kcal; Białko ogółem: 80.21 g; Tłuszcz: 76.64 g; Kw. tł. nasy.: 27.33 g; Węglowodany ogółem: 408.62 g; W tym cukry: 110.95 g; Błonnik pok.: 35.84 g; Sód: 1508.58 mg;	Wartość energetyczna: 2876.83 kcal; Białko ogółem: 108.46 g; Tłuszcz: 83.07 g; Kw. tł. nasy.: 42.22 g; Węglowodany ogółem: 446.49 g; W tym cukry: 104.03 g; Błonnik pok.: 25.02 g; Sód: 2403.56 mg;	

DIETETYK CENTRALNY
mgr Emilia Łaska

	ŁÓDŹ- WWC0IT D01 Podstawowa	ŁÓDŹ- WWC0IT D02 Łatwo strawna	ŁÓDŹ- WWC0IT D03 z ogr. łatwo przysw. węglowodanów	ŁÓDŹ- WWC0IT D05 Łatwo str. z ogr. tłuszczu	ŁÓDŹ- WWC0IT D01/D07 Bogatobiałkowa podstawowa	ŁÓDŹ- WWC0IT D03/D07 Z ogr.łatwprzysw.węgl.bog.biał	ŁÓDŹ- WWC0IT GL Bezglutenowa	ŁÓDŹ- WWC0IT D07 Bogatobiałkowa (OPS)	
2026-04-05 niedziela	Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Jajko gotowane kl L 1 szt (<u>JAJ.</u>) Pasztet drobiowo-wieprzowy z watróbką 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ, SEL, może zawierać: JAJ, MLE, GOR, GLU OW.</u>) Pomidor 100 g Kawa zbożowa z mlekem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>) Miód (25g) 1 szt Babka piaskowa 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</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>) Jajko gotowane kl L 1 szt (<u>JAJ.</u>) Jabko pieczone 1szt. 1 szt Kawa zbożowa z mlekem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>) Miód (25g) 1 szt Babka piaskowa 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>)	Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Jajko gotowane kl L 1 szt (<u>JAJ.</u>) Pomidor 100 g Chrzaz 20 g (<u>MLE, SO2.</u>) 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>) Jajko gotowane kl L 1 szt (<u>JAJ.</u>) Jabko pieczone 1szt. 1 szt Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Miód (25g) 1 szt Babka piaskowa 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</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>) Jajko gotowane kl L 1 szt (<u>JAJ.</u>) Pasztet drobiowo-wp z warzywami 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL.</u>) Pomidor 100 g Kawa zbożowa z mlekem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>) Miód (25g) 1 szt Babka piaskowa 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>)	Chleb bezglutenowy 150 g (<u>SEZ, może zawierać: ORZ.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Jajko gotowane kl L 1 szt (<u>JAJ.</u>) Jabko pieczone 1szt. 1 szt Szynkowa debowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Chrzaz 20 g (<u>MLE, SO2.</u>)	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>) Jajko gotowane kl L 1 szt (<u>JAJ.</u>) Pasztet drobiowo-wieprzowy z watróbką 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, SEL, może zawierać: JAJ, MLE, GOR, GLU OW.</u>) Jabko pieczone 1szt. 1 szt Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml Miód (25g) 1 szt Babka piaskowa 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</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
2026-04-05 niedziela	Obiad	Żurek z ziemniakami * 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Kotlet schabowy 120 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Buraczki oprószane 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Ziemniaczana * 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Schab gotowany 100 g Sos własny () 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Buraczki gotowane drobno tarte 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Żurek z ziemniakami * 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Schab gotowany 100 g Sos własny () 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Buraczki gotowane drobno tarte 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Ziemniaczana * 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Schab gotowany 100 g Sos własny () 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Buraczki gotowane drobno tarte 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Żurek z ziemniakami * 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Kotlet schabowy 120 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Schab gotowany 100 g Sos własny () 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Buraczki oprószane 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Ziemniaczana * 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Schab gotowany 100 g Zrazik wieprzowy pieczony mielony 120 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos własny () 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Buraczki gotowane drobno tarte 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Ziemniaczana * (bez glutenu) 400 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Schab gotowany 100 g Sos własny (bez glutenu) 80 ml Buraczki gotowane drobno tarte 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Żurek z ziemniakami * 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Kotlet schabowy 120 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Schab gotowany 100 g Sos własny () 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Buraczki gotowane drobno tarte 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml
		PD		Sok pomidorowy 0,3l 1 szt			Sok pomidorowy 0,3l 1 szt		Chrupki kukurydziane 25 g
2026-04-05 niedziela	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb Graham 60 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Kielbasa biała wieprzowa parzona średniorozdrobniona 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Chrzaz 20 g (<u>MLE, SO2.</u>) Jabko 1 szt 1 szt Herbata miętowa ekspresowa z/c 250 ml Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<u>MLE.</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Szynka szkolna-wp. parzona 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u>) Szynka szkolna-wp. parzona 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u>) Brokuł gotowany* 100 g Herbata miętowa ekspresowa z/c 250 ml Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<u>MLE.</u>)	Chleb Graham 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Szynka szkolna-wp. parzona 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u>) Ogórek kiszony 100 g Herbata miętowa ekspresowa b/c 250 ml Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<u>MLE.</u>)	Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Szynka szkolna-wp. parzona 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u>) Brokuł gotowany* 100 g Herbata miętowa ekspresowa z/c 250 ml Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<u>MLE.</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Szynka szkolna-wp. parzona 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u>) Szynka szkolna-wp. parzona 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u>) Kielbasa biała wieprzowa parzona średniorozdrobniona 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, może zawierać: MLE, SEL, GOR.</u>) Chrzaz 20 g (<u>MLE, SO2.</u>) Jabko 1 szt 1 szt Herbata miętowa ekspresowa z/c 250 ml Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<u>MLE.</u>)	Chleb Graham 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Szynka szkolna-wp. parzona 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u>) Serek twarogowy śmietankowy 18,67g (kiri,haga) 2 [Por] x 1 szt (<u>MLE.</u>) Ogórek kiszony 100 g Herbata miętowa ekspresowa b/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 150 g (<u>SEZ, może zawierać: ORZ.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Szynka od Zduna-wędzonka wieprzowa,szynka wędzona,parzona 50 g Brokuł gotowany* 100 g Herbata miętowa ekspresowa z/c 250 ml Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<u>MLE.</u>)	Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Szynka szkolna-wp. parzona 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u>) Jajko gotowane kl L 1 szt (<u>JAJ.</u>) Brokuł gotowany* 100 g Herbata miętowa ekspresowa 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 Filet zapiekany drobiowy 20 g (<u>MLE.</u>)	Salata zielona 5 g Filet zapiekany drobiowy 20 g (<u>MLE.</u>) Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>)	Bułka pszenna długa krojona 30 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Salata zielona 5 g Filet zapiekany drobiowy 20 g (<u>MLE.</u>)	Bułka pszenna długa krojona 30 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Salata zielona 5 g Filet zapiekany drobiowy 20 g (<u>MLE.</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Salata zielona 5 g Filet zapiekany drobiowy 20 g (<u>MLE.</u>)	Salata zielona 5 g Filet zapiekany drobiowy 20 g (<u>MLE.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ.</u>)	Mus- przecier owocowy jablko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 15 g
	Wartość energetyczna: 3007.57 kcal; Białko ogółem: 104.97 g; Tłuszcz: 98.13 g; Kw. tł. nasy.: 36.62 g; Węglowodany ogółem: 452.19 g; W tym cukry: 115.39 g; Błonnik pok.: 33.04 g; Sód: 3889.45 mg;	Wartość energetyczna: 2628.74 kcal; Białko ogółem: 107.70 g; Tłuszcz: 64.32 g; Kw. tł. nasy.: 29.55 g; Węglowodany ogółem: 426.99 g; W tym cukry: 112.37 g; Błonnik pok.: 27.12 g; Sód: 3650.03 mg;	Wartość energetyczna: 2039.23 kcal; Białko ogółem: 105.83 g; Tłuszcz: 55.30 g; Kw. tł. nasy.: 27.30 g; Węglowodany ogółem: 313.94 g; W tym cukry: 31.93 g; Błonnik pok.: 35.16 g; Sód: 4897.85 mg;	Wartość energetyczna: 2585.84 kcal; Białko ogółem: 108.56 g; Tłuszcz: 61.79 g; Kw. tł. nasy.: 27.71 g; Węglowodany ogółem: 417.70 g; W tym cukry: 108.01 g; Błonnik pok.: 24.27 g; Sód: 3047.27 mg;	Wartość energetyczna: 3337.46 kcal; Białko ogółem: 150.77 g; Tłuszcz: 107.42 g; Kw. tł. nasy.: 38.93 g; Węglowodany ogółem: 464.80 g; W tym cukry: 115.98 g; Błonnik pok.: 28.95 g; Sód: 4426.10 mg;	Wartość energetyczna: 2481.37 kcal; Białko ogółem: 145.62 g; Tłuszcz: 81.44 g; Kw. tł. nasy.: 40.33 g; Węglowodany ogółem: 325.51 g; W tym cukry: 30.64 g; Błonnik pok.: 34.32 g; Sód: 5636.18 mg;	Wartość energetyczna: 2281.92 kcal; Białko ogółem: 78.86 g; Tłuszcz: 60.70 g; Kw. tł. nasy.: 23.67 g; Węglowodany ogółem: 372.16 g; W tym cukry: 99.82 g; Błonnik pok.: 29.59 g; Sód: 1415.72 mg;	Wartość energetyczna: 3315.48 kcal; Białko ogółem: 151.72 g; Tłuszcz: 107.81 g; Kw. tł. nasy.: 40.91 g; Węglowodany ogółem: 455.95 g; W tym cukry: 101.00 g; Błonnik pok.: 30.11 g; Sód: 3939.17 mg;	

DIETETYK CENTRALNY
mgr Emilia Łaska

	ŁÓDŹ- WWCOIT D01 Podstawowa	ŁÓDŹ- WWCOIT D02 Łatwostrawna	ŁÓDŹ- WWCOIT D03 z ogr. łatwo przysw. węglowodanów	ŁÓDŹ- WWCOIT D05 Łatwo str. z ogr. tłuszczu	ŁÓDŹ- WWCOIT D01/D07 Bogatobiałkowa podstawowa	ŁÓDŹ- WWCOIT D03/D07 Z ogr.łatwprzysw.węgl.bog.biał	ŁÓDŹ- WWCOIT GL Bezglutenowa	ŁÓDŹ- WWCOIT D07 Bogatobiałkowa (OPS)
2026-04-06 poniedziałek	Śniadanie	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE) Chleb Graham 100 g (GLU PSZ) Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 50 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SO2) Salatka jarzynowa 100 g (JAJ, MLE, SEL, GOR) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Miód (25g) 1 szt	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (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 krucha z pieca wieprzowa, parzona 50 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SO2) Salatka jarzynowa - dieta 100 g (MLE, SEL) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Miód (25g) 1 szt	Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 300 ml (SEL) Chleb Graham 100 g (GLU PSZ) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 50 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SO2) Salatka jarzynowa - dieta 100 g (MLE, SEL) Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ) Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 50 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SO2) Salatka jarzynowa - dieta 100 g (MLE, SEL) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Miód (25g) 1 szt	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (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 krucha z pieca wieprzowa, parzona 50 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SO2) Serek homo. naturalny 100 g (MLE) Salatka jarzynowa 100 g (JAJ, MLE, SEL, GOR) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Miód (25g) 1 szt	Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 300 ml (SEL) Chleb Graham 100 g (GLU PSZ) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 50 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SO2) Serek homo. naturalny 100 g (MLE) Salatka jarzynowa - dieta 100 g (MLE, SEL) Herbata czarna granulowana z cytryną b/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) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 50 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SO2) Serek twarogowy śmietankowy 16,67g (kiri,haga) 1 szt (MLE) Salatka jarzynowa - dieta 100 g (MLE, SEL) Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml Miód (25g) 1 szt
		II SN		Jabłko 1 szt 1 szt		Jabłko 1 szt 1 szt		Ciastka różne 40 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE)
	Obiad	Rosół z makaronem * 400 ml (GLU PSZ, SEL) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Udko pieczone 1 szt. 210 g Surówka Coleslaw b/c 200 g (JAJ, MLE, GOR) Kompot owocowy* z/c 250 ml Ciasto drożdżowe 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE)	Rosół z makaronem * 400 ml (GLU PSZ, SEL) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Udko gotowane 1szt. 210 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 200 g (SEL) Kompot owocowy* z/c 250 ml Ciasto drożdżowe 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE)	Rosół z makaronem * 400 ml (GLU PSZ, SEL) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Udko gotowane 1szt. 210 g Surówka Coleslaw b/c 200 g (JAJ, MLE, GOR) Kompot owocowy* b/c 250 ml	Bulion warzywny z makaronem * 400 ml (GLU PSZ, SEL) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Udko gotowane 1szt. 210 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 200 g (SEL) Kompot owocowy* z/c 250 ml Ciasto drożdżowe 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE)	Rosół z makaronem * 400 ml (GLU PSZ, SEL) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Udko pieczone 1 szt. 210 g Udko gotowane 1szt. 210 g Surówka Coleslaw b/c 200 g (JAJ, MLE, GOR) Kompot owocowy* z/c 250 ml Ciasto drożdżowe 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE)	Rosół z makaronem (bez glutenu)* 400 ml (SEL) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Udko gotowane 1szt. 210 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 200 g (SEL) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Rosół z makaronem * 400 ml (GLU PSZ, SEL) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Udko pieczone 1 szt. 210 g Udko gotowane 1szt. 210 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 200 g (SEL) Kompot owocowy* b/c 250 ml
		PD		Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE)		Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE)		Ciasto drożdżowe 50 g (GLU PSZ, JAJ, 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) Ser żółty 50 g (MLE) Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE) Pasta z twarogu z koperkiem 100 g (MLE) Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	Chleb Graham 150 g (GLU PSZ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE) Pasta z twarogu z koperkiem 100 g (MLE) Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE)	Bułka pszenna długa krojona 150 g (GLU PSZ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE) Pasta z twarogu z koperkiem 100 g (MLE) Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE)	Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE) Ser żółty 50 g (MLE) Szynka wiśniowa-wieprzowa, wędz. parz. z dod. wody i białka wp. 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR) Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	Chleb Graham 150 g (GLU PSZ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE) Pasta z twarogu z koperkiem 100 g (MLE) Szynka wiśniowa-wieprzowa, wędz. parz. z dod. wody i białka wp. 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR) Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną 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 osłonce niejadalnej 50 g Marchew gotowana z olejem 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE)
		PN	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Salata zielona 5 g Serek twarogowy śmietankowy 16,67g (kiri,haga) 1 szt (MLE)	Chleb Graham 30 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 5 g (MLE) Salata zielona 5 g Serek twarogowy śmietankowy 16,67g (kiri,haga) 1 szt (MLE)	Chleb pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 5 g (MLE) Serek twarogowy śmietankowy 16,67g (kiri,haga) 1 szt (MLE)	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Salata zielona 5 g Serek twarogowy śmietankowy 16,67g (kiri,haga) 1 szt (MLE)	Chleb Graham 30 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 5 g (MLE) Salata zielona 5 g Serek twarogowy śmietankowy 16,67g (kiri,haga) 1 szt (MLE)	Chleb bezglutenowy 30 g (SEZ, może zawierać: ORZ) Masło extra 82% 5 g (MLE) Serek twarogowy śmietankowy 16,67g (kiri,haga) 1 szt (MLE)
	Wartość energetyczna: 3290.83 kcal; Białko ogółem: 144.03 g; Tłuszcz: 123.69 g; Kw. tł. nasy.: 53.28 g; Węglowodany ogółem: 407.48 g; W tym cukry: 89.84 g; Błonnik pok.: 30.39 g; Sód: 3830.51 mg;	Wartość energetyczna: 3182.91 kcal; Białko ogółem: 144.80 g; Tłuszcz: 101.20 g; Kw. tł. nasy.: 44.78 g; Węglowodany ogółem: 422.18 g; W tym cukry: 92.50 g; Błonnik pok.: 27.59 g; Sód: 3525.59 mg;	Wartość energetyczna: 2624.08 kcal; Białko ogółem: 140.58 g; Tłuszcz: 97.23 g; Kw. tł. nasy.: 41.07 g; Węglowodany ogółem: 338.53 g; W tym cukry: 45.40 g; Błonnik pok.: 39.92 g; Sód: 3209.77 mg;	Wartość energetyczna: 3129.35 kcal; Białko ogółem: 143.35 g; Tłuszcz: 97.92 g; Kw. tł. nasy.: 44.10 g; Węglowodany ogółem: 413.84 g; W tym cukry: 92.22 g; Błonnik pok.: 24.25 g; Sód: 2858.13 mg;	Wartość energetyczna: 4000.10 kcal; Białko ogółem: 217.58 g; Tłuszcz: 160.44 g; Kw. tł. nasy.: 63.10 g; Węglowodany ogółem: 420.97 g; W tym cukry: 90.13 g; Błonnik pok.: 25.65 g; Sód: 4981.61 mg;	Wartość energetyczna: 3303.55 kcal; Białko ogółem: 216.77 g; Tłuszcz: 137.34 g; Kw. tł. nasy.: 51.10 g; Węglowodany ogółem: 341.84 g; W tym cukry: 45.45 g; Błonnik pok.: 39.92 g; Sód: 4258.47 mg;	Wartość energetyczna: 2724.64 kcal; Białko ogółem: 103.19 g; Tłuszcz: 101.89 g; Kw. tł. nasy.: 36.66 g; Węglowodany ogółem: 367.56 g; W tym cukry: 70.96 g; Błonnik pok.: 34.17 g; Sód: 2319.10 mg;	Wartość energetyczna: 3856.33 kcal; Białko ogółem: 197.90 g; Tłuszcz: 168.96 g; Kw. tł. nasy.: 73.75 g; Węglowodany ogółem: 386.48 g; W tym cukry: 49.85 g; Błonnik pok.: 27.83 g; Sód: 4683.94 mg;

DIETETYK CENTRALNY
mgr Ewelina Łaska

	ŁÓDŹ- WWC0IT D01 Podstawowa	ŁÓDŹ- WWC0IT D02 Łatwo strawna	ŁÓDŹ- WWC0IT D03 z ogr. łatwo przysw. węglowodanów	ŁÓDŹ- WWC0IT D05 Łatwo str. z ogr. tłuszczu	ŁÓDŹ- WWC0IT D01/D07 Bogatobiałkowa podstawowa	ŁÓDŹ- WWC0IT D03/D07 Z ogr.łatwprzys.węgl.bog.biał	ŁÓDŹ- WWC0IT GL Bezglutenowa	ŁÓDŹ- WWC0IT D07 Bogatobiałkowa (OPS)							
2026-04-07 wtorek	Śniadanie	Platki jęczmienne na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU, JECZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Pasztecik drobiowo- wieprzowy z watróbką 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, SEL, może zawierać: JAJ, MLE, GOR, GLU OW.</u>) Pomidor 90 g Mix салат 10 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Miód (25g) 1 szt	Platki jęczmienne na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU, JECZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Serek a la homogenizowany z ziołami 100 g (<u>MLE.</u>) Kalafor gotowany* 90 g Mix салат 10 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Miód (25g) 1 szt	Platki jęczmienne na wywarze jarzynowym 300 ml (<u>SEL, GLU JECZ.</u>) Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Szynkowa drobowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (<u>SEL.</u>) Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	Platki jęczmienne na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU, JECZ.</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Serek a la homogenizowany z ziołami 100 g (<u>MLE.</u>) Szynkowa drobowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Kalafor gotowany* 90 g Mix салат 10 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Miód (25g) 1 szt	Platki jęczmienne na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU, JECZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Serek a la homogenizowany z ziołami 100 g (<u>MLE.</u>) Szynkowa drobowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Kalafor gotowany* 90 g Mix салат 10 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Miód (25g) 1 szt	Platki jęczmienne na wywarze jarzynowym 300 ml (<u>SEL, GLU JECZ.</u>) Chleb bezglutenowy 150 g (<u>SEZ, może zawierać: ORZ.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Serek a la homogenizowany z ziołami 100 g (<u>MLE.</u>) Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml 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>) Pasztecik drobiowy (50g) 1 szt (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u>) Szynkowa drobowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Kalafor gotowany* 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml Miód (25g) 1 szt							
		II SN		Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<u>MLE.</u>)			Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<u>MLE.</u>)		Brzoskwinie w syropie 100 g						
	Obiad	Barszcz czerwony z ziemniakami * 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Gulasz z soczewicy i papryki () 150 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ryż na sypko 200 g Fasolka szparagowa z wody* 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami * 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Gulasz warzywny z tofu dieta* 150 g (<u>GLU PSZ, SOJ, SEL.</u>) Ryż na sypko 200 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 200 g (<u>SEL.</u>) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami * 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ryż na sypko 200 g Szynka wieprzowa pieczona 100 g Sos koperkowy * 80 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 200 g (<u>SEL.</u>) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami * 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Pierogi z mięsem wieprzowo-wołowym* 300 g (<u>GLU PSZ, SOJ, GOR.</u>) Gulasz z soczewicy i papryki () 150 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ryż na sypko 200 g Fasolka szparagowa z wody* 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami * 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ryż na sypko 200 g Szynka wieprzowa pieczona 100 g Gulasz z soczewicy i papryki () 150 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Fasolka szparagowa z wody* 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami (bez glutenu)* 400 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Ryż na sypko 200 g Szynka wieprzowa pieczona 100 g Sos koperkowy *(bez glutenu) 80 ml (<u>MLE.</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 200 g (<u>SEL.</u>) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami * 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Gulasz z soczewicy i papryki () 150 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Pierogi z mięsem wieprzowo-wołowym* 300 g (<u>GLU PSZ, SOJ, GOR.</u>) Ryż na sypko 200 g Fasolka szparagowa z wody* 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml							
		PD		Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)			Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)		Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>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>) Szynka szkolna- wp. parzona 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u>) Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<u>MLE.</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Szynka szkolna- wp. parzona 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u>) Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<u>MLE.</u>)	Chleb Graham 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Szynka szkolna- wp. parzona 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u>) Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<u>MLE.</u>)	Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Szynka szkolna- wp. parzona 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u>) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<u>MLE.</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Szynka szkolna- wp. parzona 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u>) Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<u>MLE.</u>)	Chleb Graham 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Pasta z twarogu z koperkiem 100 g (<u>MLE.</u>) Szynka szkolna- wp. parzona 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u>) Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 150 g (<u>SEZ, może zawierać: ORZ.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Pasta z twarogu z koperkiem 100 g (<u>MLE.</u>) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (<u>SOJ.</u>) Szynka szkolna- wp. parzona 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u>) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<u>MLE.</u>)	Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Pasta z twarogu z koperkiem 100 g (<u>MLE.</u>) Szynka szkolna- wp. parzona 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u>) Sałatka warzywna polska 140g 1 szt (<u>JAJ, SEL, GOR.</u>) Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml						
		PN	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Twaróg półtłusty 20 g (<u>MLE.</u>) Sałata zielona 5 g Masło extra 82% 5 g (<u>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>) Sałata zielona 5 g	Bułka pszenna długa krojona 30 g (<u>GLU PSZ.</u>) Twaróg półtłusty 20 g (<u>MLE.</u>) Sałata zielona 5 g Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Twaróg półtłusty 20 g (<u>MLE.</u>) Sałata zielona 5 g Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>)	Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Twaróg półtłusty 20 g (<u>MLE.</u>)	Chleb bezglutenowy 30 g (<u>SEZ, może zawierać: ORZ.</u>) Twaróg półtłusty 20 g (<u>MLE.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>)	Bułka pszenna długa krojona 30 g (<u>GLU PSZ.</u>) Twaróg półtłusty 20 g (<u>MLE.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>)	Wartość energetyczna: 2742.65 kcal; Białko ogółem: 91.64 g; Tłuszcz: 69.99 g; Kw. tł. nasy.: 32.51 g; Węglowodany ogółem: 465.38 g; W tym cukry: 105.24 g; Błonnik pok.: 38.88 g; Sód: 3916.57 mg;	Wartość energetyczna: 2728.21 kcal; Białko ogółem: 92.21 g; Tłuszcz: 71.79 g; Kw. tł. nasy.: 31.79 g; Węglowodany ogółem: 451.28 g; W tym cukry: 111.21 g; Błonnik pok.: 33.72 g; Sód: 3547.39 mg;	Wartość energetyczna: 2413.27 kcal; Białko ogółem: 107.97 g; Tłuszcz: 63.79 g; Kw. tł. nasy.: 27.02 g; Węglowodany ogółem: 388.71 g; W tym cukry: 46.59 g; Błonnik pok.: 50.20 g; Sód: 3098.85 mg;	Wartość energetyczna: 2707.71 kcal; Białko ogółem: 110.78 g; Tłuszcz: 68.86 g; Kw. tł. nasy.: 30.23 g; Węglowodany ogółem: 430.45 g; W tym cukry: 101.82 g; Błonnik pok.: 29.28 g; Sód: 3368.96 mg;	Wartość energetyczna: 3939.69 kcal; Białko ogółem: 158.68 g; Tłuszcz: 134.79 g; Kw. tł. nasy.: 53.33 g; Węglowodany ogółem: 544.33 g; W tym cukry: 111.74 g; Błonnik pok.: 34.52 g; Sód: 4780.67 mg;	Wartość energetyczna: 2773.53 kcal; Białko ogółem: 165.45 g; Tłuszcz: 76.16 g; Kw. tł. nasy.: 32.97 g; Węglowodany ogółem: 393.31 g; W tym cukry: 50.36 g; Błonnik pok.: 50.23 g; Sód: 3802.70 mg;

DIETETYK CENTRALNY
mgr Emilia Łaska

	ŁÓDŹ- WWCOIT D01 Podstawowa	ŁÓDŹ- WWCOIT D02 Łatwostrawna	ŁÓDŹ- WWCOIT D03 Z ogr. łatwo przysw. węglowodanów	ŁÓDŹ- WWCOIT D05 Łatwo str. z ogr. tłuszczu	ŁÓDŹ- WWCOIT D01/D07 Bogatobiałkowa podstawowa	ŁÓDŹ- WWCOIT D03/D07 Z ogr.łatwoprzysw.węgl.bog.biał	ŁÓDŹ- WWCOIT GL Bezglutenowa	ŁÓDŹ- WWCOIT D07 Bogatobiałkowa (OPS)
Śniadanie	Platki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU, OW.) Chleb Graham 100 g (GLU, PSZ.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Twarożek 100 g (MLE.) Kiwi 1 szt 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU, ŻYT, GLU, JĘCZ.) Miód (25g) 1 szt Bułka masłana 50g 1 szt (GLU, PSZ, JAJ, MLE.)	Platki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU, OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Twarożek 100 g (MLE.) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU, ŻYT, GLU, JĘCZ.) Miód (25g) 1 szt Bułka masłana 50g 1 szt (GLU, PSZ, JAJ, MLE.)	Platki owsiane na wywarze jarzynowym 300 ml (SEL, GLU, OW.) Chleb Graham 100 g (GLU, PSZ.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Twarożek 100 g (MLE.) Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLU, PSZ.)	Platki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU, OW.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU, PSZ.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (SOJ.) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Miód (25g) 1 szt Bułka masłana 50g 1 szt (GLU, PSZ, JAJ, MLE.)	Platki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU, OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Twarożek 100 g (MLE.) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (SOJ.) Kiwi 1 szt 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU, ŻYT, GLU, JĘCZ.) Miód (25g) 1 szt Bułka masłana 50g 1 szt (GLU, PSZ, JAJ, MLE.)	Platki owsiane na wywarze jarzynowym 300 ml (SEL, GLU, OW.) Chleb bezglutenowy 150 g (SEZ, moze zawierać: ORZ.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Indyk z pasieki produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłone niejadłnej 50 g Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Miód (25g) 1 szt	Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 300 ml (SEL.) Chleb bezglutenowy 150 g (SEZ, moze zawierać: ORZ.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Indyk z pasieki produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłone niejadłnej 50 g Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Miód (25g) 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU, PSZ.) Bułka masłana 50g 1 szt (GLU, PSZ, JAJ, MLE.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (SOJ.) Twarożek 100 g (MLE.) Mus z jabłek () z/c 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml Miód (25g) 1 szt
	II SN			Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE.)			Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE.)	
Obiad	Kapuśniak z kapusty kiszzonej * 400 ml (GLU, PSZ, SEL, GOR.) Kasza pęczak/sypko 200 g (GLU, JĘCZ.) Zrazik drobiowy z udźca pieczony mielony 120 g (GLU, PSZ, JAJ.) Sos pieczarkowy 80 ml (GLU, PSZ, MLE.) Surówka z marchwi i pomarańczy z olejem 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Ziemniaczana * 400 ml (GLU, PSZ, MLE, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU, JĘCZ.) Udziec z kurczaka gotowany b/k b/s 100 g Sos jarzynowy * 80 ml (GLU, PSZ, SEL.) Marchew gotowana z olejem 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Kapuśniak z kapusty kiszzonej * 400 ml (GLU, PSZ, SEL, GOR.) Kasza pęczak/sypko 200 g (GLU, JĘCZ.) Udziec z kurczaka gotowany b/k b/s 100 g Sos jarzynowy * 80 ml (GLU, PSZ, SEL.) Surówka z marchwi i pomarańczy z olejem 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Ziemniaczana * 400 ml (GLU, PSZ, MLE, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU, JĘCZ.) Udziec z kurczaka gotowany b/k b/s 100 g Sos jarzynowy * 80 ml (GLU, PSZ, SEL.) Marchew gotowana z olejem 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Kapuśniak z kapusty kiszzonej * 400 ml (GLU, PSZ, SEL, GOR.) Kasza pęczak/sypko 200 g (GLU, JĘCZ.) Zrazik drobiowy z udźca pieczony mielony 120 g (GLU, PSZ, JAJ.) Udziec z kurczaka gotowany b/k b/s 100 g Sos pieczarkowy 80 ml (GLU, PSZ, MLE.) Marchew gotowana z olejem 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Kapuśniak z kapusty kiszzonej * 400 ml (MLE, SEL.) Ryż na sypko 200 g Udziec z kurczaka gotowany b/k b/s 100 g Sos jarzynowy* (bez glutenu) 80 ml (SEL.) Marchew gotowana z olejem 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Ziemniaczana * (bez glutenu) 400 ml (MLE, SEL.) Ryż na sypko 200 g Udziec z kurczaka gotowany b/k b/s 100 g Sos jarzynowy* (bez glutenu) 80 ml (SEL.) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Ziemniaczana * 400 ml (GLU, PSZ, MLE, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU, JĘCZ.) Zrazik drobiowy z udźca pieczony mielony 120 g (GLU, PSZ, JAJ.) Udziec z kurczaka gotowany b/k b/s 100 g Sos jarzynowy * 80 ml (GLU, PSZ, SEL.) Marchew gotowana z olejem 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml
	PD		Sok pomidorowy 0,3l 1 szt			Sok pomidorowy 0,3l 1 szt		Herbatniki 30 g (GLU, PSZ, SOJ, MLE.)
Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Chleb Graham 60 g (GLU, PSZ.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Paprykarz rybno (morszczuk)-warzywny* 100 g (RYB, SEL.) Sałata lodowa 10 g Ogórek kiszony 90 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.) Paprykarz rybno (morszczuk)-warzywny* 100 g (RYB, SEL.) Sałata lodowa 10 g Pomidor 90 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.) Paprykarz rybno (morszczuk)-warzywny* 100 g (RYB, SEL.) Sałata lodowa 10 g Ogórek kiszony 90 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/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.) Paprykarz rybno (morszczuk)-warzywny* 100 g (RYB, SEL.) Cukinia pieczona z olejem * 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 zielonogórska- wieprzowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 50 g (SOJ, MLE, SEL, moze zawierać: JAJ, GOR.) Paprykarz rybno (morszczuk)-warzywny* 100 g (RYB, SEL.) Sałata lodowa 10 g Ogórek kiszony 90 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 150 g (SEZ, moze zawierać: ORZ.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka od Zduna-wędzonka wieprzowa, szynka wędzona, parzona 50 g Cukinia pieczona z olejem * 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE.)	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.) Szynka zielonogórska- wieprzowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 50 g (SOJ, MLE, SEL, moze zawierać: JAJ, GOR.) Paprykarz rybno (morszczuk)-warzywny* 100 g (RYB, SEL.) Cukinia pieczona z olejem * 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.) Sałata zielona 5 g Filet zapiekany drobiowy 20 g (MLE.)	Chleb Graham 30 g (GLU, PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Sałata zielona 5 g Filet zapiekany drobiowy 20 g (MLE.)	Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU, PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Filet zapiekany drobiowy 20 g (MLE.)	Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU, PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Filet zapiekany drobiowy 20 g (MLE.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Sałata zielona 5 g Filet zapiekany drobiowy 20 g (MLE.)	Chleb Graham 30 g (GLU, PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Sałata zielona 5 g Filet zapiekany drobiowy 20 g (MLE.)	Chleb bezglutenowy 100 g (SEZ, moze zawierać: ORZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Filet zapiekany drobiowy 20 g (MLE.)
	Wartość energetyczna: 3071.29 kcal; Białko ogółem: 121.11 g; Tłuszcz: 101.44 g; Kw. tł. nasy.: 35.89 g; Węglowodany ogółem: 452.83 g; W tym cukry: 104.81 g; Błonnik pok.: 44.43 g; Sód: 3786.11 mg;	Wartość energetyczna: 2965.85 kcal; Białko ogółem: 118.87 g; Tłuszcz: 73.47 g; Kw. tł. nasy.: 32.83 g; Węglowodany ogółem: 481.45 g; W tym cukry: 132.53 g; Błonnik pok.: 33.57 g; Sód: 2999.29 mg;	Wartość energetyczna: 2472.86 kcal; Białko ogółem: 114.71 g; Tłuszcz: 74.02 g; Kw. tł. nasy.: 30.32 g; Węglowodany ogółem: 439.28 g; W tym cukry: 101.32 g; Błonnik pok.: 29.99 g; Sód: 2990.77 mg;	Wartość energetyczna: 2761.17 kcal; Białko ogółem: 112.02 g; Tłuszcz: 70.98 g; Kw. tł. nasy.: 28.36 g; Węglowodany ogółem: 439.28 g; W tym cukry: 101.32 g; Błonnik pok.: 29.99 g; Sód: 2990.77 mg;	Wartość energetyczna: 3397.11 kcal; Białko ogółem: 161.97 g; Tłuszcz: 113.52 g; Kw. tł. nasy.: 38.78 g; Węglowodany ogółem: 439.28 g; W tym cukry: 100.19 g; Błonnik pok.: 40.19 g; Sód: 5119.00 mg;	Wartość energetyczna: 2922.76 kcal; Białko ogółem: 155.97 g; Tłuszcz: 100.48 g; Kw. tł. nasy.: 34.12 g; Węglowodany ogółem: 391.89 g; W tym cukry: 49.03 g; Błonnik pok.: 52.47 g; Sód: 5652.84 mg;	Wartość energetyczna: 2676.15 kcal; Białko ogółem: 79.16 g; Tłuszcz: 78.88 g; Kw. tł. nasy.: 25.46 g; Węglowodany ogółem: 431.05 g; W tym cukry: 82.81 g; Błonnik pok.: 34.31 g; Sód: 1857.87 mg;	Wartość energetyczna: 3221.14 kcal; Białko ogółem: 146.30 g; Tłuszcz: 102.07 g; Kw. tł. nasy.: 36.70 g; Węglowodany ogółem: 453.20 g; W tym cukry: 83.98 g; Błonnik pok.: 29.71 g; Sód: 3730.28 mg;

2026-04-08 środa

DIETETYK CENTRALNY
mgr Emilia Łaska

	ŁÓDŹ- WWCOIT D01 Podstawowa	ŁÓDŹ- WWCOIT D02 Łatwo strawna	ŁÓDŹ- WWCOIT D03 Z ogr. łatwo przysw. węglowodanów	ŁÓDŹ- WWCOIT D05 Łatwo str. z ogr. tłuszczu	ŁÓDŹ- WWCOIT D01/D07 Bogatobiałkowa podstawowa	ŁÓDŹ- WWCOIT D03/D07 Z ogr.łatwprzysw.węgl.bog.biał	ŁÓDŹ- WWCOIT GL Bezglutenowa	ŁÓDŹ- WWCOIT D07 Bogatobiałkowa (OPS)		
2026-04-09 czwartek	II SN	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 Salatka z ryżu*- meksykańska 100 g (JAJ, SEL, 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 Salatka z ryżu*- meksykańska 100 g (JAJ, SEL, 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) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Marchew gotowana z olejem 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Miód (25g) 1 szt Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ)	Kasza manna na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Salatka z ryżu*- meksykańska 100 g (JAJ, SEL, 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 Marchew gotowana z olejem 100 g Salatka z ryżu*- meksykańska 100 g (JAJ, SEL, GOR) Herbata czarna granulowana z cytryną z/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) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Marchew gotowana z olejem 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.)	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 z olejem 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.)
					Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE)			Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE)		Chrupki kukurydziane 25 g
	Obiad	Szpinalkowa z ziemniakami * 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Makaron pełnoziarnisty 200 g (GLU PSZ) Szynka wieprzowa pieczona 100 g Sos pomidorowy 80 ml (GLU PSZ) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Szpinalkowa z ziemniakami * 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Makaron pełnoziarnisty 200 g (GLU PSZ) Szynka wieprzowa pieczona 100 g Sos pomidorowy 80 ml (GLU PSZ) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Szpinalkowa z ziemniakami * 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Makaron pełnoziarnisty 200 g (GLU PSZ) Szynka wieprzowa pieczona 100 g Sos pomidorowy 80 ml (GLU PSZ) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Szpinalkowa z ziemniakami * 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Makaron pełnoziarnisty 200 g (GLU PSZ) Szynka wieprzowa pieczona 100 g Sos pomidorowy 80 ml (GLU PSZ) Dyńka pieczona z natką pietruszki 200 g (GLU PSZ) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Szpinalkowa z ziemniakami * 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Makaron pełnoziarnisty 200 g (GLU PSZ) Szynka wieprzowa pieczona 100 g Sos boloński z mięsa wp (-)dieta 150 g (GLU PSZ, SEL) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Szpinalkowa z ziemniakami * 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Makaron bezglutenowy 200 g (GLU PSZ) Szynka wieprzowa pieczona 100 g Sos boloński z mięsa wp (-)dieta 150 g (GLU PSZ, SEL) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Szpinalkowa z ziemniakami * 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Makaron bezglutenowy 200 g (GLU PSZ) Szynka wieprzowa pieczona 100 g Sos boloński z mięsa wp (-)dieta 150 g (GLU PSZ, SEL) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Szpinalkowa z ziemniakami * 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Makaron 200 g (GLU PSZ) Szynka wieprzowa pieczona 100 g Sos boloński z mięsa wp (-)dieta 150 g (GLU PSZ, SEL) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	
				Kisiel o smaku truskawkowym b/c 150 ml			Kisiel o smaku truskawkowym b/c 150 ml		Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml	
	Kolejacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 60 g (GLU PSZ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE) Fasolka po bretońsku 200 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, GOR) Pomarańcza 1/2 szt. 1 Por 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 100 g (GLU PSZ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE) Fasolka po bretońsku 200 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, GOR) Pomarańcza 1/2 szt. 1 Por Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml	Chleb Graham 150 g (GLU PSZ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE) Fasolka po bretońsku 200 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, GOR) Pomarańcza 1/2 szt. 1 Por 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) Twarożek 100 g (MLE) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE)	Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE) Baton szynkowy z kurcząt 50 g (GLU PSZ, MLE, SEL, GOR) Fasolka po bretońsku 200 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, GOR) Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Pomarańcza 1/2 szt. 1 Por	Chleb Graham 150 g (GLU PSZ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE) Fasolka po bretońsku 200 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, GOR) Baton szynkowy z kurcząt 50 g (GLU PSZ, MLE, SEL, GOR) Pomarańcza 1/2 szt. 1 Por Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 150 g (SEZ, może zawierać: ORZ.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE) Fasolka po bretońsku 200 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, GOR) Pasta mięsno-warzwna, z mięsa drobiowego z udźca* 100 g (SEL) Mus z jabłek () z/c 100 g 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 (GLU PSZ, MLE, SEL, GOR) Pasta mięsno-warzwna, z mięsa drobiowego z udźca* 100 g (SEL) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Mus z jabłek () z/c 100 g	
				Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 20 g Salata zielona 5 g	Masło extra 82% 5 g (MLE) Chleb Graham 30 g (GLU PSZ) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 20 g Salata zielona 5 g	Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 20 g Salata zielona 5 g Masło extra 82% 5 g (MLE)	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 20 g Salata zielona 5 g Masło extra 82% 5 g (MLE)	Chleb Graham 30 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 5 g (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 20 g Salata zielona 5 g	Chleb bezglutenowy 30 g (SEZ, może zawierać: ORZ.) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 20 g Masło extra 82% 5 g (MLE)	Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 20 g Masło extra 82% 5 g (MLE)
		Wartość energetyczna: 2965.68 kcal; Białko ogółem: 125.69 g; Tłuszcz: 80.57 g; Kw. tł. nasy.: 34.31 g; Węglowodany ogółem: 460.12 g; W tym cukry: 95.28 g; Błonnik pok.: 37.40 g; Sód: 4085.91 mg;	Wartość energetyczna: 2821.88 kcal; Białko ogółem: 127.27 g; Tłuszcz: 65.41 g; Kw. tł. nasy.: 33.87 g; Węglowodany ogółem: 448.46 g; W tym cukry: 87.80 g; Błonnik pok.: 20.24 g; Sód: 3277.70 mg;	Wartość energetyczna: 2584.99 kcal; Białko ogółem: 118.60 g; Tłuszcz: 73.34 g; Kw. tł. nasy.: 29.56 g; Węglowodany ogółem: 398.01 g; W tym cukry: 44.16 g; Błonnik pok.: 43.70 g; Sód: 3584.32 mg;	Wartość energetyczna: 2785.69 kcal; Białko ogółem: 123.82 g; Tłuszcz: 69.35 g; Kw. tł. nasy.: 31.79 g; Węglowodany ogółem: 429.28 g; W tym cukry: 103.05 g; Błonnik pok.: 23.96 g; Sód: 2582.09 mg;	Wartość energetyczna: 3230.10 kcal; Białko ogółem: 145.09 g; Tłuszcz: 95.42 g; Kw. tł. nasy.: 36.54 g; Węglowodany ogółem: 468.75 g; W tym cukry: 97.99 g; Błonnik pok.: 33.85 g; Sód: 4276.49 mg;	Wartość energetyczna: 2844.11 kcal; Białko ogółem: 140.24 g; Tłuszcz: 88.60 g; Kw. tł. nasy.: 31.99 g; Węglowodany ogółem: 407.91 g; W tym cukry: 47.68 g; Błonnik pok.: 45.84 g; Sód: 4069.00 mg;	Wartość energetyczna: 2508.86 kcal; Białko ogółem: 81.23 g; Tłuszcz: 73.26 g; Kw. tł. nasy.: 26.67 g; Węglowodany ogółem: 403.38 g; W tym cukry: 73.06 g; Błonnik pok.: 34.24 g; Sód: 1620.16 mg;	Wartość energetyczna: 2837.77 kcal; Białko ogółem: 131.37 g; Tłuszcz: 77.57 g; Kw. tł. nasy.: 29.19 g; Węglowodany ogółem: 423.62 g; W tym cukry: 66.79 g; Błonnik pok.: 25.91 g; Sód: 3399.68 mg;	

DIETETYK CENTRALNY
mgr Emilia Łaska

	ŁÓDŹ- WWC0IT D01 Podstawowa	ŁÓDŹ- WWC0IT D02 Łatwo strawna	ŁÓDŹ- WWC0IT D03 Z ogr. łatwo przysw. węglowodanów	ŁÓDŹ- WWC0IT D05 Łatwo str. z ogr. tłuszczu	ŁÓDŹ- WWC0IT D01/D07 Bogatobiałkowa podstawowa	ŁÓDŹ- WWC0IT D03/D07 Z ogr.łatwprzysw.węgl.bog.biał	ŁÓDŹ- WWC0IT GL Bezglutenowa	ŁÓDŹ- WWC0IT D07 Bogatobiałkowa (OPS)	
2026-04-10 piątek	Śniadanie	Zacierka na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE) Chleb Graham 100 g (GLU PSZ, SEL) Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ, SEL) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE) Pasta z jaj z cebulą i koperkiem 100 g (JAJ, GOR.) Pomidor 90 g Rukola 10 g Kakao z mlekiem z/c 250 ml (MLE) Miód (25g) 1 szt	Zacierka na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ, SEL) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 100 g (JAJ, MLE) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 100 g (JAJ, MLE) Pomidor 90 g Rukola 10 g Kakao z mlekiem z/c 250 ml (MLE) Miód (25g) 1 szt	Zacierka na wywarze jarzynowym 300 ml (GLU PSZ, SEL) Chleb Graham 100 g (GLU PSZ, SEL) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 100 g (JAJ, MLE) Pomidor 90 g Rukola 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ)	Zacierka na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ) Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ, SEL) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE) Szynka wiśniowa-wieprzowa, wędz. parz. z dod. wody i białka wp. 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Szynka wiśniowa-wieprzowa, wędz. parz. z dod. wody i białka wp. 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Pomidor 90 g Rukola 10 g Kakao z mlekiem z/c 250 ml (MLE) Miód (25g) 1 szt	Zacierka na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ, SEL) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE) Pasta z jaj z cebulą i koperkiem 100 g (JAJ, GOR.) Szynka wiśniowa-wieprzowa, wędz. parz. z dod. wody i białka wp. 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Pomidor 90 g Rukola 10 g Kakao z mlekiem z/c 250 ml (MLE) Miód (25g) 1 szt	Zacierka na wywarze jarzynowym 300 ml (GLU PSZ, SEL) Chleb bezglutenowy 150 g (SEZ, może zawierać: ORZ.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE) Szynka wiśniowa-wieprzowa, wędz. parz. z dod. wody i białka wp. 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Pasta z jaj z koperkiem -dieta 100 g (JAJ, MLE) Pomidor 90 g Rukola 10 g Miód (25g) 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE) Szynka wiśniowa-wieprzowa, wędz. parz. z dod. wody i białka wp. 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 100 g (JAJ, MLE) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Pasta z jaj z koperkiem -dieta 100 g (JAJ, MLE) Pomidor 90 g Rukola 10 g Miód (25g) 1 szt Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.)	
		II SN		Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE)			Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE)		Kisiel o smaku truskawkowym b/c 150 ml
2026-04-10 piątek	Obiad	Krupnik jęczmienny * 400 ml (MLE, SEL, GLU JECZ.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Ryba smażona (Morszczuk) 120 g (GLU PSZ, JAJ, RYB.) Surówka z kapusty kiszzonej z olejem b/c 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Krupnik jęczmienny * 400 ml (MLE, SEL, GLU JECZ.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 120 g (RYB.) Warzywa po grecku 200 g (GLU PSZ, SEL) Kompot owocowy* b/c 250 ml	Krupnik jęczmienny * 400 ml (MLE, SEL, GLU JECZ.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 120 g (RYB.) Surówka z kapusty kiszzonej z olejem b/c 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Krupnik jęczmienny * 400 ml (MLE, SEL, GLU JECZ.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Ryba smażona (Morszczuk) 120 g (GLU PSZ, JAJ, RYB.) Ryba pieczona (Morszczuk) 120 g (RYB.) Warzywa po grecku 200 g (GLU PSZ, SEL) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Krupnik jęczmienny * 400 ml (MLE, SEL, GLU JECZ.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Ryba smażona (Morszczuk) 120 g (GLU PSZ, JAJ, RYB.) Ryba pieczona (Morszczuk) 120 g (RYB.) Warzywa po grecku 200 g (GLU PSZ, SEL) Kompot owocowy* b/c 250 ml	Ryżowa* 400 ml (MLE, SEL) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 120 g (RYB.) Warzywa po grecku (bez glutenu) 200 g (SEL) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Krupnik jęczmienny * 400 ml (MLE, SEL, GLU JECZ.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Ryba smażona (Morszczuk) 120 g (GLU PSZ, JAJ, RYB.) Ryba pieczona (Morszczuk) 120 g (RYB.) Warzywa po grecku 200 g (GLU PSZ, SEL) 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
2026-04-10 piątek	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chałka 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE) Powidła śliwkowe 30g 1 szt Twaróg półtłusty 50 g (MLE) Jabko 1 szt 1 szt Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chałka 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE) Twaróg półtłusty 100 g (MLE) Jabko 1 szt 1 szt	Chleb Graham 150 g (GLU PSZ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE) Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml Twaróg półtłusty 100 g (MLE) Jabko 1 szt 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ) Chałka 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE) Twaróg półtłusty 100 g (MLE) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (SEL) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chałka 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE) Powidła śliwkowe 30g 1 szt Twaróg półtłusty 50 g (MLE) Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (SOJ) Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml Jabko 1 szt 1 szt Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE)	Chleb bezglutenowy 150 g (SEZ, może zawierać: ORZ.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE) Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (SOJ) Twaróg półtłusty 100 g (MLE) Dżem 25 g 1 szt Jabko pieczone 1szt. 1 szt Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE)	Bułka pszenna długa krojona 150 g (GLU PSZ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE) Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (SOJ) Serek wiejski ziarnisty 200g 1 szt (MLE) Brokuł gotowany* 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	
		PN	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 20 g Sałata zielona 5 g	Chleb Graham 30 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 5 g (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 20 g Sałata zielona 5 g	Chleb pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 5 g (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 20 g Sałata zielona 5 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 20 g Sałata zielona 5 g	Chleb Graham 30 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 5 g (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 20 g Sałata zielona 5 g	Chleb bezglutenowy 30 g (SEZ, może zawierać: ORZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 20 g Sałata zielona 5 g	Chleb bezglutenowy 30 g (SEZ, może zawierać: ORZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 20 g Sałata zielona 5 g
		Wartość energetyczna: 3065.85 kcal; Białko ogółem: 123.79 g; Tłuszcz: 104.60 g; Kw. tł. nasy.: 37.64 g; Węglowodany ogółem: 427.60 g; W tym cukry: 118.51 g; Błonnik pok.: 27.98 g; Sód: 3444.91 mg;	Wartość energetyczna: 2843.70 kcal; Białko ogółem: 123.48 g; Tłuszcz: 80.49 g; Kw. tł. nasy.: 36.15 g; Węglowodany ogółem: 424.15 g; W tym cukry: 123.78 g; Błonnik pok.: 25.61 g; Sód: 3182.24 mg;	Wartość energetyczna: 2455.35 kcal; Białko ogółem: 138.95 g; Tłuszcz: 82.68 g; Kw. tł. nasy.: 30.54 g; Węglowodany ogółem: 322.49 g; W tym cukry: 36.31 g; Błonnik pok.: 36.66 g; Sód: 3327.05 mg;	Wartość energetyczna: 2732.42 kcal; Białko ogółem: 126.19 g; Tłuszcz: 73.14 g; Kw. tł. nasy.: 32.08 g; Węglowodany ogółem: 407.03 g; W tym cukry: 108.18 g; Błonnik pok.: 24.67 g; Sód: 3102.22 mg;	Wartość energetyczna: 3457.85 kcal; Białko ogółem: 179.21 g; Tłuszcz: 112.42 g; Kw. tł. nasy.: 39.41 g; Węglowodany ogółem: 450.07 g; W tym cukry: 127.62 g; Błonnik pok.: 27.16 g; Sód: 4816.31 mg;	Wartość energetyczna: 2995.75 kcal; Białko ogółem: 195.11 g; Tłuszcz: 109.09 g; Kw. tł. nasy.: 33.65 g; Węglowodany ogółem: 343.10 g; W tym cukry: 36.67 g; Błonnik pok.: 30.54 g; Sód: 4905.38 mg;	Wartość energetyczna: 2662.97 kcal; Białko ogółem: 105.91 g; Tłuszcz: 83.13 g; Kw. tł. nasy.: 29.44 g; Węglowodany ogółem: 390.20 g; W tym cukry: 96.99 g; Błonnik pok.: 30.54 g; Sód: 1747.53 mg;	Wartość energetyczna: 3271.20 kcal; Białko ogółem: 182.76 g; Tłuszcz: 112.41 g; Kw. tł. nasy.: 39.78 g; Węglowodany ogółem: 406.26 g; W tym cukry: 73.80 g; Błonnik pok.: 26.18 g; Sód: 5296.11 mg;

DIETETYK CENTRALNY
mgr Ewelina Łaska

	ŁÓDŹ- WWCOIT D01 Podstawowa	ŁÓDŹ- WWCOIT D02 Łatwostrawna	ŁÓDŹ- WWCOIT D03 z ogr. łatwo przysw. węglowodanów	ŁÓDŹ- WWCOIT D05 Łatwo str. z ogr. tłuszczu	ŁÓDŹ- WWCOIT D01/D07 Bogatobiałkowa podstawowa	ŁÓDŹ- WWCOIT D03/D07 Z ogr.łatwprzysw.węgl.bog.biał	ŁÓDŹ- WWCOIT GL Bezglutenowa	ŁÓDŹ- WWCOIT D07 Bogatobiałkowa (OPS)
Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Sałatka z makaronu z wędliną drobiowo wieprzowa- dieta* 100 g (<u>GLU PSZ, SOJ, SEL.</u>) Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z makiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</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>) Sałatka z makaronu z wędliną drobiowo wieprzowa- dieta* 100 g (<u>GLU PSZ, SOJ, SEL.</u>) Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z makiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>) Miód (25g) 1 szt Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>)	Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Twarożek z natką pietruszki 100 g (<u>MLE</u>) Cukinia pieczona z olejem * 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>) Sałatka z makaronu z wędliną drobiowo wieprzowa- dieta* 100 g (<u>GLU PSZ, SOJ, SEL.</u>) Sałata zielona 10 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>) Twarożek z natką pietruszki 100 g (<u>MLE</u>) Sałatka z makaronu z wędliną drobiowo wieprzowa- dieta* 100 g (<u>GLU PSZ, SOJ, SEL.</u>) Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z makiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>) Miód (25g) 1 szt Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>)	Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Twarożek z natką pietruszki 100 g (<u>MLE</u>) Sałatka z makaronu z wędliną drobiowo wieprzowa- dieta* 100 g (<u>GLU PSZ, SOJ, SEL.</u>) Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml Miód (25g) 1 szt Bułka graham-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>) Twarożek z natką pietruszki 100 g (<u>MLE</u>) Cukinia pieczona z olejem * 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- wieprzowa parzona z dodatkiem wody z połączonymi kawałków mięsa 50 g (<u>SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR.</u>) Twarożek z natką pietruszki 100 g (<u>MLE</u>) Sałata 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	Ogórkowa z ziemniakami * 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ryż na sypko (brązowy) 200 g Kociolatek meksykański z kurczakiem i fasolą 150 g (<u>SEL.</u>) Surówka z marchwi i jabłka b/c 200 g (<u>MLE</u>) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Koperkowa z ziemniakami * 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ryż na sypko 200 g Potrawka drobiowa z warzywami * 150 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Buraczki gotowane 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Ogórkowa z ziemniakami * 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ryż na sypko (brązowy) 200 g Kociolatek meksykański z kurczakiem i fasolą 150 g (<u>SEL.</u>) Surówka z marchwi i jabłka b/c 200 g (<u>MLE</u>) Kompot owocowy* b/c 250 ml	Koperkowa z ziemniakami * 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ryż na sypko 200 g Udziec z kurczaka gotowany b/k b/s 100 g Sos jarzynowy * 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Buraczki gotowane 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Koperkowa z ziemniakami * 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ryż na sypko 200 g Kociolatek meksykański z kurczakiem i fasolą 150 g (<u>SEL.</u>) Udziec z kurczaka gotowany b/k b/s 100 g Buraczki gotowane 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Ogórkowa z ziemniakami * 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ryż na sypko (brązowy) 200 g Kociolatek meksykański z kurczakiem i fasolą 150 g (<u>SEL.</u>) Udziec z kurczaka gotowany b/k b/s 100 g Surówka z marchwi i jabłka b/c 200 g (<u>MLE</u>) Kompot owocowy* b/c 250 ml	Koperkowa z ziemniakami (bez glutenu)* 400 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Ryż na sypko 200 g Potrawka drobiowa z warzywami (bez glutenu)* 150 g (<u>SEL.</u>) Buraczki gotowane 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Ogórkowa z ziemniakami * 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ryż na sypko 200 g Kociolatek meksykański z kurczakiem i fasolą 150 g (<u>SEL.</u>) Udziec z kurczaka gotowany b/k b/s 100 g Sos jarzynowy * 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Buraczki gotowane 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml
	PD		Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt				Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 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>) Kielbasa Śląska wieprzowa drobno rozdrobniona wysokowydajna wędzona w osłazce jadalnej - na ciepło 100 g Musztarda 10 g (<u>GOR.</u>) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Banan 1szt. 1 szt Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<u>MLE</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Parówki z szynki-kielbasa wieprzowa,homogenizowana,wędz ona,parzona 80 g Parówki z szynki-kielbasa wieprzowa,homogenizowana,wędz ona,parzona 80 g Banan 1szt. 1 szt Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<u>MLE</u>)	Chleb Graham 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Parówki z szynki-kielbasa wieprzowa,homogenizowana,wędz ona,parzona 80 g 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 krucho z pieca wieprzowa, parzona 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SO2.</u>) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<u>MLE</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Pasztet z soczewicy * 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Parówki z szynki-kielbasa wieprzowa,homogenizowana,wędz ona,parzona 80 g Ketchup 10 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 Graham 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Szynka krucho z pieca wieprzowa, parzona 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SO2.</u>) Pasztet z soczewicy * 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 150 g (<u>SEZ, może zawierać: ORZ.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Pasta mięsno-warzwna, z mięsa drobiowego z udźca* 100 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>) Parówki z szynki-kielbasa wieprzowa,homogenizowana,wędz ona,parzona 80 g Ketchup 10 g (<u>SEL.</u>) Serek twarogowy śmietankowy 16,67g (kiri,haga) 1 szt (<u>MLE</u>) Banan 1szt. 1 szt Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml
	PN	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Twaróg półtłusty 20 g (<u>MLE</u>) Sałata zielona 5 g Masło extra 82% 5 g (<u>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>) Sałata zielona 5 g	Bułka pszenna długa krojona 30 g (<u>GLU PSZ.</u>) Twaróg półtłusty 20 g (<u>MLE</u>) Sałata zielona 5 g Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>)	Bułka pszenna długa krojona 30 g (<u>GLU PSZ.</u>) Twaróg półtłusty 20 g (<u>MLE</u>) Sałata zielona 5 g Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Twaróg półtłusty 20 g (<u>MLE</u>) Sałata zielona 5 g Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>)	Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Twaróg półtłusty 20 g (<u>MLE</u>) Sałata zielona 5 g	Chleb bezglutenowy 30 g (<u>SEZ, może zawierać: ORZ.</u>) Twaróg półtłusty 20 g (<u>MLE</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>)
	Wartość energetyczna: 2783.71 kcal; Białko ogółem: 74.58 g; Tłuszcz: 90.49 g; Kw. tł. nasy.: 39.87 g; Węglowodany ogółem: 443.53 g; W tym cukry: 114.44 g; Błonnik pok.: 38.87 g; Sód: 4169.63 mg;	Wartość energetyczna: 2727.65 kcal; Białko ogółem: 79.79 g; Tłuszcz: 77.63 g; Kw. tł. nasy.: 34.94 g; Węglowodany ogółem: 447.68 g; W tym cukry: 116.24 g; Błonnik pok.: 25.70 g; Sód: 3147.70 mg;	Wartość energetyczna: 2323.65 kcal; Białko ogółem: 88.04 g; Tłuszcz: 81.36 g; Kw. tł. nasy.: 36.59 g; Węglowodany ogółem: 344.90 g; W tym cukry: 43.84 g; Błonnik pok.: 46.58 g; Sód: 3287.10 mg;	Wartość energetyczna: 2445.08 kcal; Białko ogółem: 91.33 g; Tłuszcz: 61.19 g; Kw. tł. nasy.: 26.45 g; Węglowodany ogółem: 403.48 g; W tym cukry: 86.53 g; Błonnik pok.: 20.83 g; Sód: 2330.21 mg;	Wartość energetyczna: 3390.73 kcal; Białko ogółem: 132.27 g; Tłuszcz: 108.89 g; Kw. tł. nasy.: 41.16 g; Węglowodany ogółem: 491.25 g; W tym cukry: 123.86 g; Błonnik pok.: 32.24 g; Sód: 3695.93 mg;	Wartość energetyczna: 2795.61 kcal; Białko ogółem: 135.40 g; Tłuszcz: 92.39 g; Kw. tł. nasy.: 33.54 g; Węglowodany ogółem: 399.05 g; W tym cukry: 44.38 g; Błonnik pok.: 52.88 g; Sód: 3485.80 mg;	Wartość energetyczna: 2412.82 kcal; Białko ogółem: 68.42 g; Tłuszcz: 74.11 g; Kw. tł. nasy.: 26.80 g; Węglowodany ogółem: 384.96 g; W tym cukry: 92.22 g; Błonnik pok.: 30.94 g; Sód: 867.26 mg;	Wartość energetyczna: 3256.68 kcal; Białko ogółem: 121.29 g; Tłuszcz: 115.78 g; Kw. tł. nasy.: 40.55 g; Węglowodany ogółem: 448.26 g; W tym cukry: 122.05 g; Błonnik pok.: 26.22 g; Sód: 4631.76 mg;

DIETETYK CENTRALNY
mgr Emilia Łaska

	ŁÓDŹ- WWCOIT D01 Podstawowa	ŁÓDŹ- WWCOIT D02 Łatwo strawna	ŁÓDŹ- WWCOIT D03 Z ogr. łatwo przysw. węglowodanów	ŁÓDŹ- WWCOIT D05 Łatwo str. z ogr. tłuszczu	ŁÓDŹ- WWCOIT D01/D07 Bogatobiałkowa podstawowa	ŁÓDŹ- WWCOIT D03/D07 Z ogr.łatwprzysw.węgl.bog.biał	ŁÓDŹ- WWCOIT GL Bezglutenowa	ŁÓDŹ- WWCOIT D07 Bogatobiałkowa (OPS)
Śniadanie	Chleb Graham 100 g (GLU,PSZ.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU,PSZ.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Serek a la homogenizowany o smaku wanilinowym 100 g (MLE.) Mandarynka 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU, ŻYT, GLU, JĘCZ.) Miód (25g) 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (GLU,PSZ, GLU, ŻYT.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Serek a la homogenizowany o smaku wanilinowym 100 g (MLE.) Jabłko 1 szt 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU, ŻYT, GLU, JĘCZ.) 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.) Serek twarogowy homogenizowany 100 g (MLE.) Mandarynka 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 (MLE.) Serek a la homogenizowany o smaku wanilinowym 100 g (MLE.) 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.) Serek a la homogenizowany o smaku wanilinowym 100 g (MLE.) Filet zapiekany drobiowy 50 g (MLE.) Mandarynka 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU, ŻYT, GLU, JĘCZ.) 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.) Serek twarogowy homogenizowany 100 g (MLE.) Filet zapiekany drobiowy 50 g (MLE.) Jabłko 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: ORZ.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Filet zapiekany drobiowy 50 g (MLE.) Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml 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.) Filet zapiekany drobiowy 50 g (MLE.) Serek z ziolami do chleba termizowany 100g 1 szt (MLE.) Brzoskwinie w syropie 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		Salatka szwedzka z olejem b/c 100 g (GOR.)			Salatka szwedzka z olejem b/c 100 g (GOR.)		Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml
Obiad	Pomidorowa z makaronem * 400 ml (GLU,PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Kotlet schabowy 120 g (GLU,PSZ, JAJ.) Kapusta zasmażana 200 g (GLU,PSZ.) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem * 400 ml (GLU,PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Schab gotowany 100 g Sos własny () 80 ml (GLU,PSZ, SEL.) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 200 g (SEL.) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem * 400 ml (GLU,PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Schab gotowany 100 g Sos własny () 80 ml (GLU,PSZ, SEL.) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem * 400 ml (GLU,PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Schab gotowany 100 g Zrazik wieprzowy pieczony z olejem* 200 g (SEL.) Kompot owocowy* z/c 250 ml Sos własny () 80 ml (GLU,PSZ, SEL.) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem * 400 ml (GLU,PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Kotlet schabowy 120 g (GLU,PSZ, JAJ.) Schab gotowany 100 g Sos własny () 80 ml (GLU,PSZ, SEL.) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem * 400 ml (GLU,PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Schab gotowany 100 g Zrazik wieprzowy pieczony mielony 120 g (GLU,PSZ, JAJ.) Sos własny () 80 ml (GLU,PSZ, SEL.) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem (bez glutenu)* 400 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Schab gotowany 100 g Sos własny (bez glutenu) 80 ml Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 200 g (JAJ, SEL.) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem * 400 ml (GLU,PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Kotlet schabowy 120 g (GLU,PSZ, JAJ.) Schab gotowany 100 g Sos własny () 80 ml (GLU,PSZ, SEL.) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 200 g (SEL.) Kompot owocowy* b/c 250 ml
	PD		Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE.)			Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE.)		Ciastka różne 40 g (GLU,PSZ, JAJ, SOJ, MLE.)
Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (GLU,PSZ, GLU, ŻYT.) Chleb Graham 60 g (GLU,PSZ.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 100 g Herbata miętowa ekspresowa z/c 250 ml Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (GLU,PSZ, GLU, ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU,PSZ.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 100 g Herbata miętowa ekspresowa z/c 250 ml Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE.)	Chleb Graham 150 g (GLU,PSZ.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) 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 (MLE.)	Bułka pszenna długa krojona 150 g (GLU,PSZ.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) 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 (MLE.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (GLU,PSZ, GLU, ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU,PSZ.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Pasta z jaj z koperkiem -dieta 100 g (JAJ, MLE.) Pomidor 100 g Herbata miętowa ekspresowa z/c 250 ml Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE.)	Chleb Graham 150 g (GLU,PSZ.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Pasta z jaj z koperkiem -dieta 100 g (JAJ, MLE.) Pomidor 100 g Herbata miętowa ekspresowa z/c 250 ml Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE.)	Chleb bezglutenowy 150 g (SEZ, może zawierać: ORZ.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Pasta z jaj z koperkiem -dieta 100 g (JAJ, MLE.) Herbata miętowa ekspresowa z/c 250 ml Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE.)	Bułka pszenna długa krojona 150 g (GLU,PSZ.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Pasta z jaj z koperkiem -dieta 100 g (JAJ, MLE.) Herbata miętowa ekspresowa z/c 250 ml Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE.)
	BN	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (GLU,PSZ, GLU, ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Ser żółty 20 g (MLE.) Salata zielona 5 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (GLU,PSZ, GLU, ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Serek twarogowy śmietankowy 16,67g (kiri,haga) 1 szt (MLE.) Salata zielona 5 g	Chleb Graham 30 g (GLU,PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Serek twarogowy śmietankowy 16,67g (kiri,haga) 1 szt (MLE.) Salata zielona 5 g	Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU,PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Serek twarogowy śmietankowy 16,67g (kiri,haga) 1 szt (MLE.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (GLU,PSZ, GLU, ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Ser żółty 20 g (MLE.) Salata zielona 5 g	Chleb Graham 30 g (GLU,PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Serek twarogowy śmietankowy 16,67g (kiri,haga) 1 szt (MLE.) Salata zielona 5 g	Chleb bezglutenowy 30 g (SEZ, może zawierać: ORZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Serek twarogowy śmietankowy 16,67g (kiri,haga) 1 szt (MLE.)
	Wartość energetyczna: 2702.55 kcal; Białko ogółem: 113.18 g; Tłuszcz: 84.36 g; Kw. tł. nasy.: 34.35 g; Węglowodany ogółem: 403.16 g; W tym cukry: 95.09 g; Błonnik pok.: 31.57 g; Sód: 3324.38 mg;	Wartość energetyczna: 2516.92 kcal; Białko ogółem: 109.92 g; Tłuszcz: 65.40 g; Kw. tł. nasy.: 33.55 g; Węglowodany ogółem: 394.77 g; W tym cukry: 100.27 g; Błonnik pok.: 27.97 g; Sód: 3347.21 mg;	Wartość energetyczna: 2149.60 kcal; Białko ogółem: 111.86 g; Tłuszcz: 68.07 g; Kw. tł. nasy.: 32.28 g; Węglowodany ogółem: 307.38 g; W tym cukry: 36.20 g; Błonnik pok.: 36.28 g; Sód: 3485.09 mg;	Wartość energetyczna: 2533.88 kcal; Białko ogółem: 111.30 g; Tłuszcz: 67.98 g; Kw. tł. nasy.: 32.04 g; Węglowodany ogółem: 389.55 g; W tym cukry: 97.15 g; Błonnik pok.: 27.59 g; Sód: 2863.73 mg;	Wartość energetyczna: 3141.83 kcal; Białko ogółem: 170.31 g; Tłuszcz: 101.69 g; Kw. tł. nasy.: 40.65 g; Węglowodany ogółem: 408.95 g; W tym cukry: 90.76 g; Błonnik pok.: 26.17 g; Sód: 4066.67 mg;	Wartość energetyczna: 2698.03 kcal; Białko ogółem: 166.11 g; Tłuszcz: 96.07 g; Kw. tł. nasy.: 40.69 g; Węglowodany ogółem: 327.82 g; W tym cukry: 42.78 g; Błonnik pok.: 37.75 g; Sód: 4226.98 mg;	Wartość energetyczna: 2389.37 kcal; Białko ogółem: 78.55 g; Tłuszcz: 75.17 g; Kw. tł. nasy.: 28.89 g; Węglowodany ogółem: 367.40 g; W tym cukry: 92.65 g; Błonnik pok.: 30.87 g; Sód: 1899.94 mg;	Wartość energetyczna: 3500.03 kcal; Białko ogółem: 154.65 g; Tłuszcz: 139.04 g; Kw. tł. nasy.: 63.63 g; Węglowodany ogółem: 428.12 g; W tym cukry: 82.07 g; Błonnik pok.: 27.95 g; Sód: 4055.66 mg;

Oznaczenia alergenów:

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

Oznaczenia wskaźników odż:

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