

	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)	
2026-05-11 poniedziałek	Śniadanie	Platki pszenne na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE) Paszтет drobiowo- wieprzowy z wiatróbka 50 g (GLU PSZ, SOJ, SEL, może zawierać: JAJ, MLE, GOR, GLU OW) Rzodkiewka 100 g Kawa zbożowa z makiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ) Dżem 25 g 1 szt	Platki pszenne na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Mus z jabłek (j) z/c 100 g Kawa zbożowa z makiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ) Dżem 25 g 1 szt	Platki pszenne na wywarze jarzynowym 300 ml (GLU PSZ, SEL) Chleb Graham 100 g (GLU PSZ) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Rzodkiewka 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	Platki pszenne 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) Szynka szkolna- wp. parzona 50 g (GLU PSZ, SOJ, MLE) Jabłko pieczone 1 szt. 1 szt Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Dżem 25 g 1 szt	Platki pszenne na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE) Paszтет drobiowo- wieprzowy z wiatróbka 50 g (GLU PSZ, SOJ, SEL, może zawierać: JAJ, MLE, GOR, GLU OW) Twarożek z papryką 100 g (MLE) Rzodkiewka 100 g Kawa zbożowa z makiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ) Dżem 25 g 1 szt	Platki pszenne na wywarze jarzynowym 300 ml (GLU PSZ, 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 Jabłko pieczone 1 szt. 1 szt Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Dżem 25 g 1 szt	Ryż na wywarze jarzynowym 300 g (SEL) Chleb bezglutenowy 150 g (SEZ, może zawierać: ORZ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE) Ser żółty 50 g (MLE) Paszтет drobiowo- wieprzowy z wiatróbka 50 g (GLU PSZ, SOJ, SEL, może zawierać: JAJ, MLE, GOR, GLU OW) Gruski połówki 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml Dżem 25 g 1 szt	
		II SN		Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE)			Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE)		Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE)
2026-05-11 poniedziałek	Obiad	Ogórkowa z ziemniakami * 400 ml (GLU PSZ, 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	Ziemniaczana * 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Makaron z serem b/c 300 g (GLU PSZ, MLE) Jabłka prażone b/c 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Ogórkowa z ziemniakami * 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Makaron pełnoziarnisty 200 g (GLU PSZ) Gulasz warzywny z ciecierzycą * 150 g (GLU PSZ, SEL) Surówka z selera i jabłka b/c 200 g (MLE, SEL) Kompot owocowy* b/c 250 ml	Ziemniaczana * 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Makaron drobny 200 g (GLU PSZ, JAJ, MLE) 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	Ogórkowa z ziemniakami * 400 ml (GLU PSZ, 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)	Ogórkowa z ziemniakami * 400 ml (GLU PSZ, 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 selera i jabłka b/c 200 g (MLE, SEL) Kompot owocowy* b/c 250 ml	Ziemniaczana *(bez glutenu) 400 ml (MLE, SEL) Makaron bezglutenowy 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	Ogórkowa z ziemniakami * 400 ml (GLU PSZ, 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		Pomarańcza 1/2 szt. 1 Por			Pomarańcza 1/2 szt. 1 Por		Mus- przecier owocowy jabko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt
2026-05-11 poniedziałek	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Chleb Graham 60 g (GLU PSZ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE) Jajko gotowane kl L 1 szt (JAJ) Majonez 10 g (JAJ, GOR) Szynka szkolna- wp. parzona 20 g (GLU PSZ, SOJ, MLE) Pomidor 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa 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) Jajko gotowane kl L 1 szt (JAJ) Szynka szkolna- wp. parzona 20 g (GLU PSZ, SOJ, MLE) Pomidor 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Chleb Graham 150 g (GLU PSZ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE) Jajko gotowane kl L 1 szt (JAJ) Szynka szkolna- wp. parzona 20 g (GLU PSZ, SOJ, 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) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Pasta warzywna* 100 g (SEL) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa 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) Jajko gotowane kl L 1 szt (JAJ) Szynka szkolna- wp. parzona 50 g (GLU PSZ, SOJ, MLE) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Chleb Graham 150 g (GLU PSZ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE) Jajko gotowane kl L 1 szt (JAJ) Szynka szkolna- wp. parzona 50 g (GLU PSZ, SOJ, 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) Jajko gotowane kl L 1 szt (JAJ) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Pasta warzywna* 100 g (SEL) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	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) Jajko gotowane kl L 1 szt (JAJ) Szynka szkolna- wp. parzona 50 g (GLU PSZ, SOJ, MLE) Pasta warzywna* 100 g (SEL) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml
		PN	Mini Crisper pieczywo chrupkie jaglane z nasionami chia 30 g 1 szt (GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JECZ, może zawierać: ORZ, SEZ) Serek twarogowy śmietankowy 16,67g (kiri,haga) 1 szt (MLE)	Chleb Graham 30 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 5 g (MLE) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 20 g (SOJ) Sałata zielona 5 g	Serek twarogowy śmietankowy 16,67g (kiri,haga) 1 szt (MLE) Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 20 g	Serek twarogowy śmietankowy 16,67g (kiri,haga) 1 szt (MLE)	Mini Crisper pieczywo chrupkie jaglane z nasionami chia 30 g 1 szt (GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JECZ, może zawierać: ORZ, SEZ) Serek twarogowy śmietankowy 16,67g (kiri,haga) 1 szt (MLE)	Masło extra 82% 5 g (MLE) Chleb Graham 30 g (GLU PSZ) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 20 g (SOJ) Sałata zielona 5 g	Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 20 g Sok jabłkowy 100 % 0,2l w kartoniku 1 szt
	Wartość energetyczna: 2551.78 kcal; Białko ogółem: 88.11 g; Tłuszcz: 73.24 g; Kw. tł. nasy.: 35.29 g; Węglowodany ogółem: 413.01 g; W tym cukry: 93.44 g; Błonnik pok.: 30.48 g; Sód: 3721.40 mg;	Wartość energetyczna: 2559.24 kcal; Białko ogółem: 94.86 g; Tłuszcz: 62.66 g; Kw. tł. nasy.: 33.80 g; Węglowodany ogółem: 428.91 g; W tym cukry: 75.73 g; Błonnik pok.: 25.61 g; Sód: 3257.60 mg;	Wartość energetyczna: 2199.37 kcal; Białko ogółem: 86.53 g; Tłuszcz: 63.17 g; Kw. tł. nasy.: 27.88 g; Węglowodany ogółem: 364.74 g; W tym cukry: 42.85 g; Błonnik pok.: 52.45 g; Sód: 3815.11 mg;	Wartość energetyczna: 2590.08 kcal; Białko ogółem: 101.43 g; Tłuszcz: 68.67 g; Kw. tł. nasy.: 29.10 g; Węglowodany ogółem: 410.02 g; W tym cukry: 87.25 g; Błonnik pok.: 27.78 g; Sód: 3286.23 mg;	Wartość energetyczna: 2763.44 kcal; Białko ogółem: 120.66 g; Tłuszcz: 76.21 g; Kw. tł. nasy.: 37.37 g; Węglowodany ogółem: 420.92 g; W tym cukry: 96.17 g; Błonnik pok.: 25.08 g; Sód: 3834.60 mg;	Wartość energetyczna: 2533.53 kcal; Białko ogółem: 133.11 g; Tłuszcz: 77.30 g; Kw. tł. nasy.: 32.89 g; Węglowodany ogółem: 369.78 g; W tym cukry: 46.59 g; Błonnik pok.: 33.84 g; Sód: 4431.07 mg;	Wartość energetyczna: 2456.18 kcal; Białko ogółem: 70.17 g; Tłuszcz: 69.94 g; Kw. tł. nasy.: 21.75 g; Węglowodany ogółem: 404.60 g; W tym cukry: 90.48 g; Błonnik pok.: 33.84 g; Sód: 1707.94 mg;	Wartość energetyczna: 2704.76 kcal; Białko ogółem: 111.09 g; Tłuszcz: 87.27 g; Kw. tł. nasy.: 41.59 g; Węglowodany ogółem: 391.60 g; W tym cukry: 76.85 g; Błonnik pok.: 21.37 g; Sód: 4159.09 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.łatwprzys.węgl.bog.biał	ŁÓDŹ- WWC0IT GL Bezglutenowa	ŁÓDŹ- WWC0IT D07 Bogatobiałkowa (OPS)
Śniadanie	Zacierka na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE) Chleb Graham 100 g (GLU PSZ, SEL) Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE) Pasta z ciecierzycy z warzywami* 100 g (SEL) Rzodkiewka 100 g Kawa zbożowa z mlekiem 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) Twaróg 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	Zacierka na wywarze jarzynowym 300 ml (GLU PSZ, JAJ, SEL) Chleb Graham 100 g (GLU PSZ, SEL) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE) Pasta z ciecierzycy z warzywami* 100 g (SEL) Rzodkiewka 100 g 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) Twarożek 100 g (MLE) Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml 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) Pasta z ciecierzycy z warzywami* 100 g (SEL) Szyńska krucha z pieca wieprzowa, parzona 50 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SO2) Szyńska krucha z pieca wieprzowa, parzona 50 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SO2) Rzodkiewka 100 g Kawa zbożowa z mlekiem 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, SEL) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE) Szyńska krucha z pieca wieprzowa, parzona 50 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SO2) Pasta z ciecierzycy z warzywami* 100 g (SEL) Rzodkiewka 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Makaron bezglutenowy na wywarze jarzynowym 300 ml (SEL) 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 Mus z jabłek (j) 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) Szyńska drobna drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Serek wiejski ziarnisty 200g 1 szt (MLE) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt 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)		Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE)
Obiad	Zupa wiosenna z cukinią i ziemniakami* 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Kasza gryczana 200 g Gulasz wołowy-dieta 150 g (GLU PSZ) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Zupa wiosenna z cukinią i ziemniakami* 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JĘCZ.) Gulasz wołowy-dieta 150 g (GLU PSZ) Buraczki gotowane drobno tarte 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Zupa wiosenna z cukinią i ziemniakami* 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Kasza gryczana 200 g Gulasz wołowy-dieta 150 g (GLU PSZ) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Zupa wiosenna z cukinią i ziemniakami* 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Ryż na sypko 200 g Gulasz wołowy-dieta 150 g (GLU PSZ) Buraczki gotowane drobno tarte 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Zupa wiosenna z cukinią i ziemniakami* 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Kasza gryczana 200 g Pulpet wieprzowy 120 g (GLU PSZ, JAJ) Gulasz wołowy-dieta 150 g (GLU PSZ) Buraczki gotowane drobno tarte 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Zupa wiosenna z cukinią i ziemniakami* 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Kasza gryczana 200 g Gulasz wołowy-dieta 150 g (GLU PSZ, JAJ) Pulpet wieprzowy 120 g (GLU PSZ, JAJ) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Ziemniaczana *(bez glutenu) 400 ml (MLE, SEL) Ryż na sypko 200 g Pulpet wieprzowy (bez glutenu) 120 g (JAJ) Buraczki gotowane drobno tarte 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Zupa wiosenna z cukinią i ziemniakami* 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Kasza gryczana 200 g Pulpet wieprzowy 120 g (GLU PSZ, JAJ) Gulasz wołowy-dieta 150 g (GLU PSZ) 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		Sok pomidorowy 0,3l 1 szt
Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 60 g (GLU PSZ, SEL) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE) Filet zapiekany drobiowy 50 g (MLE) Pasta warzywna* 100 g (SEL) Powidła śliwkowe 30g 1 szt 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) Filet zapiekany drobiowy 50 g (MLE) Pasta warzywna* 100 g (SEL) Dżem 25 g 1 szt Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb Graham 150 g (GLU PSZ, SEL) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE) Filet zapiekany drobiowy 50 g (MLE) Pasta warzywna* 100 g (SEL) 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) Filet zapiekany drobiowy 50 g (MLE) Dżem 25 g 1 szt Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (SEL) 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) Filet zapiekany drobiowy 50 g (MLE) Dżem 25 g 1 szt Pasta warzywna* 100 g (SEL) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb Graham 150 g (GLU PSZ, SEL) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE) Filet zapiekany drobiowy 50 g (MLE) Jajko gotowane kl L 1 szt (JAJ) Pasta warzywna* 100 g (SEL) 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) Filet zapiekany drobiowy 50 g (MLE) Dżem 25 g 1 szt Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (SEL) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE) Filet zapiekany drobiowy 50 g (MLE) Jajko gotowane kl L 1 szt (JAJ) Sałatka warzywna polska 140g 1 szt (JAJ, SEL, GOR) 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) Twaróg półtłusty 20 g (MLE) Sałata zielona 5 g	Chleb Graham 30 g (GLU PSZ, SEL) Masło extra 82% 5 g (MLE) Twaróg półtłusty 20 g (MLE) Sałata zielona 5 g	Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 5 g (MLE) Twaróg półtłusty 20 g (MLE) Sałata zielona 5 g	Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Twaróg półtłusty 20 g (MLE) Sałata zielona 5 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Twaróg półtłusty 20 g (MLE) Sałata zielona 5 g	Chleb Graham 30 g (GLU PSZ, SEL) Masło extra 82% 5 g (MLE) Twaróg półtłusty 20 g (MLE) Sałata zielona 5 g	Chleb bezglutenowy 30 g (SEZ, może zawierać: ORZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Twaróg półtłusty 20 g (MLE)
	Wartość energetyczna: 2906.04 kcal; Białko ogółem: 114.22 g; Tłuszcz: 87.62 g; Kw. tł. nasy.: 31.15 g; Węglowodany ogółem: 446.97 g; W tym cukry: 100.78 g; Błonnik pok.: 41.49 g; Sód: 2915.68 mg;	Wartość energetyczna: 2742.27 kcal; Białko ogółem: 114.13 g; Tłuszcz: 67.89 g; Kw. tł. nasy.: 31.95 g; Węglowodany ogółem: 439.40 g; W tym cukry: 116.58 g; Błonnik pok.: 28.54 g; Sód: 2945.87 mg;	Wartość energetyczna: 2549.93 kcal; Białko ogółem: 112.93 g; Tłuszcz: 85.33 g; Kw. tł. nasy.: 28.12 g; Węglowodany ogółem: 374.58 g; W tym cukry: 30.29 g; Błonnik pok.: 49.94 g; Sód: 3711.95 mg;	Wartość energetyczna: 2761.39 kcal; Białko ogółem: 114.58 g; Tłuszcz: 63.66 g; Kw. tł. nasy.: 29.86 g; Węglowodany ogółem: 446.88 g; W tym cukry: 120.15 g; Błonnik pok.: 19.62 g; Sód: 2149.41 mg;	Wartość energetyczna: 3337.62 kcal; Białko ogółem: 169.26 g; Tłuszcz: 102.92 g; Kw. tł. nasy.: 39.29 g; Węglowodany ogółem: 464.86 g; W tym cukry: 105.41 g; Błonnik pok.: 36.99 g; Sód: 3592.72 mg;	Wartość energetyczna: 2991.67 kcal; Białko ogółem: 158.55 g; Tłuszcz: 111.93 g; Kw. tł. nasy.: 36.13 g; Węglowodany ogółem: 410.57 g; W tym cukry: 30.77 g; Błonnik pok.: 49.06 g; Sód: 4346.71 mg;	Wartość energetyczna: 2584.52 kcal; Białko ogółem: 81.85 g; Tłuszcz: 77.34 g; Kw. tł. nasy.: 28.04 g; Węglowodany ogółem: 396.82 g; W tym cukry: 82.65 g; Błonnik pok.: 30.96 g; Sód: 1498.01 mg;	Wartość energetyczna: 3348.11 kcal; Białko ogółem: 168.05 g; Tłuszcz: 131.97 g; Kw. tł. nasy.: 43.78 g; Węglowodany ogółem: 396.82 g; W tym cukry: 66.92 g; Błonnik pok.: 24.85 g; Sód: 5995.56 mg;

2026-05-12 wtorek

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)	
2026-05-13 środa	Śniadanie	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE) Sałatka śledziowa z cebulą i olejem 100 g (RYB.) Ogórek świeży 100 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Dżem 25 g 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) Pasta z ryby gotowanej (morszczuk) z warzywami* 100 g (RYB, SEL.) Pomidor 90 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Dżem 25 g 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) Pasta z ryby gotowanej (morszczuk) z warzywami* 100 g (RYB, SEL.) Ogórek świeży 90 g Sałata zielona 10 g 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 Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (SOJ.) Banan 1szt. 1 szt Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Dżem 25 g 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 Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (SOJ.) Sałatka śledziowa z cebulą i olejem 100 g (RYB.) Ogórek świeży 90 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Dżem 25 g 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 Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (SOJ.) Pasta z ryby gotowanej (morszczuk) z warzywami* 100 g (RYB, SEL.) Ogórek świeży 90 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 150 g (SEL.) 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.) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Dżem 25 g 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 Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (SOJ.) Serek śmietankowy do chleba termizowany 100g 1 szt (MLE) Banan 1szt. 1 szt Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml Dżem 25 g 1 szt
		II SN		Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE)			Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE)		Chalka 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE)
2026-05-13 środa	Obiad	Jarzynowa z makaronem* dieta 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Kotlet drobiowy panierowany z udzka 120 g (GLU PSZ, JAJ.) Fasolka szparagowa z wody* 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Jarzynowa z makaronem* dieta 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Filet z kurczaka gotowany 100 g Sos pietruszkowy* 80 ml (GLU PSZ, MLE) Marchew gotowana z olejem 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Jarzynowa z makaronem* dieta 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Filet z kurczaka gotowany 100 g Sos pietruszkowy* 80 ml (GLU PSZ, MLE) Fasolka szparagowa z wody* 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Ryżowa* 400 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Filet z kurczaka gotowany 100 g Sos pietruszkowy* 80 ml (GLU PSZ, MLE) Marchew gotowana z olejem 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Jarzynowa z makaronem* dieta 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Filet z kurczaka gotowany 100 g Kotlet drobiowy panierowany z udzka 120 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos pietruszkowy* 80 ml (GLU PSZ, MLE) Fasolka szparagowa z wody* 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Jarzynowa z makaronem* dieta 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Filet z kurczaka gotowany 100 g Filet z kurczaka gotowany 100 g Sos pietruszkowy* 80 ml (GLU PSZ, MLE) Marchew gotowana z olejem 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Ryżowa* 400 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Filet z kurczaka gotowany 100 g Kotlet drobiowy panierowany z udzka 120 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos pietruszkowy* 80 ml (GLU PSZ, MLE) Fasolka szparagowa z wody* 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	
		PD		Jabłko 1 szt 1 szt		Jabłko 1 szt 1 szt		Chrupki kukurydziane 25 g	
2026-05-13 środa	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) Kaszanka wp z cebulką 100 g (GOR.) Musztarda 20 g (GOR.) Buraczki gotowane 100 g Herbata miętowa ekspresowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE) Risotto z mięsem wieprz i warzywami* 200 g (SEL.) Pomidor 100 g Herbata miętowa ekspresowa b/c 250 ml	Chleb Graham 150 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE) Risotto z mięsem wieprz i warzywami* 200 g (SEL.) Pomidor 100 g Herbata miętowa ekspresowa b/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 150 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE) Jajko gotowane kl L 1 szt (JAJ.) Pomidor 50 g Herbata miętowa ekspresowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE) Risotto z mięsem wieprz i warzywami* 200 g (SEL.) Ser żółty 50 g (MLE) Jabłko 1 szt 1 szt Herbata miętowa ekspresowa z/c 250 ml	Chleb Graham 150 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE) Risotto z mięsem wieprz i warzywami* 200 g (SEL.) Jajko gotowane kl L 1 szt (JAJ.) Pomidor 100 g Herbata miętowa ekspresowa b/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 150 g (SEZ, może zawierać: ORZ.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE) Jajko gotowane kl L 1 szt (JAJ.) Buraczki gotowane 100 g Herbata miętowa ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE) Paszтет drobiowy (50g) 1 szt (GLU PSZ, SOJ, MLE) Jajko gotowane kl L 1 szt (JAJ.) Buraczki gotowane 100 g Herbata miętowa ekspresowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.)
		BN	Mieszanka studencka 30 g (OZI, ORZ.) Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt Herbatniki 20 g (GLU PSZ, SOJ, MLE)	Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt Herbatniki 20 g (GLU PSZ, SOJ, MLE)	Chleb Graham 30 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Szynka szkolna- wp. parzona 20 g (GLU PSZ, SOJ, MLE) Sałata zielona 5 g	Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt Herbatniki 20 g (GLU PSZ, SOJ, MLE)	Mieszanka studencka 30 g (OZI, ORZ.) Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt	Chleb Graham 30 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Szynka szkolna- wp. parzona 20 g (GLU PSZ, SOJ, MLE) Sałata zielona 5 g	Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt Wafle ryżane 20 g
	Wartość energetyczna: 2984.25 kcal; Białko ogółem: 106.78 g; Tłuszcz: 107.98 g; Kw. tł. nasy.: 32.25 g; Węglowodany ogółem: 426.08 g; W tym cukry: 96.06 g; Błonnik pok.: 32.65 g; Sód: 4808.76 mg;	Wartość energetyczna: 2701.71 kcal; Białko ogółem: 110.95 g; Tłuszcz: 67.11 g; Kw. tł. nasy.: 26.46 g; Węglowodany ogółem: 437.24 g; W tym cukry: 112.97 g; Błonnik pok.: 31.98 g; Sód: 2829.90 mg;	Wartość energetyczna: 2305.79 kcal; Białko ogółem: 116.83 g; Tłuszcz: 61.09 g; Kw. tł. nasy.: 25.76 g; Węglowodany ogółem: 359.30 g; W tym cukry: 40.96 g; Błonnik pok.: 46.36 g; Sód: 2962.08 mg;	Wartość energetyczna: 2481.17 kcal; Białko ogółem: 97.84 g; Tłuszcz: 54.49 g; Kw. tł. nasy.: 23.65 g; Węglowodany ogółem: 418.70 g; W tym cukry: 126.05 g; Błonnik pok.: 23.62 g; Sód: 2490.09 mg;	Wartość energetyczna: 3453.47 kcal; Białko ogółem: 161.89 g; Tłuszcz: 120.16 g; Kw. tł. nasy.: 40.79 g; Węglowodany ogółem: 458.42 g; W tym cukry: 103.07 g; Błonnik pok.: 29.84 g; Sód: 4674.58 mg;	Wartość energetyczna: 2578.09 kcal; Białko ogółem: 164.50 g; Tłuszcz: 70.08 g; Kw. tł. nasy.: 27.97 g; Węglowodany ogółem: 359.98 g; W tym cukry: 41.22 g; Błonnik pok.: 46.36 g; Sód: 3726.75 mg;	Wartość energetyczna: 2215.78 kcal; Białko ogółem: 66.74 g; Tłuszcz: 57.86 g; Kw. tł. nasy.: 19.99 g; Węglowodany ogółem: 376.83 g; W tym cukry: 86.66 g; Błonnik pok.: 32.21 g; Sód: 1372.46 mg;	Wartość energetyczna: 3202.05 kcal; Białko ogółem: 132.59 g; Tłuszcz: 105.48 g; Kw. tł. nasy.: 43.26 g; Węglowodany ogółem: 447.98 g; W tym cukry: 93.66 g; Błonnik pok.: 28.81 g; Sód: 3880.54 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)	
2026-05-14 czwartek	Śniadanie	Platki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) Chleb Graham 100 g (GLU PSZ.) Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Serek twarogowy homogenizowany 100 g (MLE.) Banan 1szt. 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Miód (25g) 1 szt	Platki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) 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 twarogowy homogenizowany 100 g (MLE.) Banan 1szt. 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Miód (25g) 1 szt	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.) Serek twarogowy homogenizowany 100 g (MLE.) Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	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 wieśniowa-wieprzowa, wędz. parz. z dod. wody i białka wp 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Mus z jabłek prażonych 150 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Miód (25g) 1 szt	Platki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna 50g 1 szt (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.) Ser żółty 50 g (MLE.) Banan 1szt. 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Miód (25g) 1 szt	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.) Indyk z pasieki produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadłalnej 50 g Jabłko pieczone 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.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) 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.) Ser żółty 50 g (MLE.) Przecier owocowy jabłko-morela 120g 1 szt (może zawierać: MLE.) Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml Miód (25g) 1 szt	
		II SN		Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt			Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt		Sok jabłkowy 100 % 0,2l w kartoniku 1 szt
2026-05-14 czwartek	Obiad	Barszcz biały z ziemniakami * 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JĘCZ.) Szynka wieprzowa pieczona 100 g Sos pomidorowy 80 ml (GLU PSZ.) Marchew z groszkiem* 200 g Salatka szwedzka z olejem b/c 200 g (GOR.) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Ziemniaczana * 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JĘCZ.) Szynka wieprzowa pieczona 100 g Sos pomidorowy 80 ml (GLU PSZ.) Marchew z groszkiem* 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Barszcz biały z ziemniakami * 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JĘCZ.) Szynka wieprzowa pieczona 100 g Sos pomidorowy 80 ml (GLU PSZ.) Marchew z groszkiem* 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Ziemniaczana * 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JĘCZ.) Szynka wieprzowa pieczona 100 g Sos pomidorowy 80 ml (GLU PSZ.) Marchew z groszkiem* 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Barszcz biały z ziemniakami * 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JĘCZ.) Szynka wieprzowa pieczona 100 g Zrazik wieprzowy pieczony mielony 120 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos pomidorowy 80 ml (GLU PSZ.) Marchew z groszkiem* 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Barszcz biały z ziemniakami * 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JĘCZ.) Szynka wieprzowa pieczona 100 g Zrazik wieprzowy pieczony mielony 120 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos pomidorowy 80 ml (GLU PSZ.) Salatka szwedzka z olejem b/c 200 g (GOR.) Kompot owocowy* b/c 250 ml	Ziemniaczana *(bez glutenu) 400 ml (MLE, SEL.) Ryż na sypko 200 g Szynka wieprzowa pieczona 100 g Sos pomidorowy (bez glutenu) 80 g Marchew z groszkiem* 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Barszcz biały z ziemniakami * 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JĘCZ.) Szynka wieprzowa pieczona 100 g Zrazik wieprzowy pieczony mielony 120 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos pomidorowy 80 ml (GLU PSZ.) Marchew z groszkiem* 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.)		Kisiel o smaku wiśniowym z/c 150 ml
2026-05-14 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.) 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.) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Salatka jarzynowa - dieta 100 g (MLE, SEL.) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb Graham 150 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Salatka jarzynowa - dieta 100 g (MLE, SEL.) Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 150 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Salatka jarzynowa - dieta 100 g (MLE, SEL.) 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.) Twaróg półtłusty 100 g (MLE.) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Salatka jarzynowa 100 g (JAJ, MLE, SEL, GOR.) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb Graham 150 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Twaróg półtłusty 100 g (MLE.) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Salatka jarzynowa z olejem 100 g (SEL.) 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.) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Salatka jarzynowa z olejem 100 g (SEL.) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Jajko gotowane kl L 1 szt (JAJ.) Salatka warzywna polska 140g 1 szt (JAJ, SEL, GOR.) 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.) Jajko gotowane kl L 1 szt (JAJ.) Salata zielona 5 g	Chleb Graham 30 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Jajko gotowane kl L 1 szt (JAJ.) Salata zielona 5 g	Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Szynka zielonogórska-wieprzowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 20 g (SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Jajko gotowane kl L 1 szt (JAJ.) Salata zielona 5 g	Chleb Graham 30 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Jajko gotowane kl L 1 szt (JAJ.) Salata zielona 5 g	Chleb bezglutenowy 30 g (SEZ, może zawierać: ORZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Jajko gotowane kl L 1 szt (JAJ.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka zielonogórska-wieprzowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 20 g (SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR.)
	Wartość energetyczna: 2890.29 kcal; Białko ogółem: 121.63 g; Tłuszcz: 84.93 g; Kw. tł. nasy.: 36.12 g; Węglowodany ogółem: 437.81 g; W tym cukry: 118.94 g; Błonnik pok.: 33.39 g; Sód: 4159.77 mg;	Wartość energetyczna: 2859.36 kcal; Białko ogółem: 122.47 g; Tłuszcz: 66.96 g; Kw. tł. nasy.: 33.95 g; Węglowodany ogółem: 465.57 g; W tym cukry: 123.34 g; Błonnik pok.: 33.98 g; Sód: 3278.04 mg;	Wartość energetyczna: 2438.84 kcal; Białko ogółem: 119.49 g; Tłuszcz: 73.17 g; Kw. tł. nasy.: 31.72 g; Węglowodany ogółem: 362.62 g; W tym cukry: 38.25 g; Błonnik pok.: 43.16 g; Sód: 4013.88 mg;	Wartość energetyczna: 2648.40 kcal; Białko ogółem: 108.89 g; Tłuszcz: 56.15 g; Kw. tł. nasy.: 28.25 g; Węglowodany ogółem: 444.28 g; W tym cukry: 94.27 g; Błonnik pok.: 30.18 g; Sód: 3446.97 mg;	Wartość energetyczna: 3461.89 kcal; Białko ogółem: 173.25 g; Tłuszcz: 107.56 g; Kw. tł. nasy.: 50.86 g; Węglowodany ogółem: 475.41 g; W tym cukry: 123.72 g; Błonnik pok.: 35.01 g; Sód: 4703.34 mg;	Wartość energetyczna: 2914.82 kcal; Białko ogółem: 173.22 g; Tłuszcz: 95.39 g; Kw. tł. nasy.: 39.69 g; Węglowodany ogółem: 377.92 g; W tym cukry: 41.68 g; Błonnik pok.: 43.50 g; Sód: 4953.80 mg;	Wartość energetyczna: 2519.18 kcal; Białko ogółem: 80.41 g; Tłuszcz: 71.52 g; Kw. tł. nasy.: 25.85 g; Węglowodany ogółem: 407.30 g; W tym cukry: 76.07 g; Błonnik pok.: 34.68 g; Sód: 1800.58 mg;	Wartość energetyczna: 3330.80 kcal; Białko ogółem: 145.23 g; Tłuszcz: 122.16 g; Kw. tł. nasy.: 47.54 g; Węglowodany ogółem: 431.69 g; W tym cukry: 91.18 g; Błonnik pok.: 27.80 g; Sód: 5430.83 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)	
2026-05-15 piątek	Śniadanie	Kasza manna na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE) 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) Dżem 25 g 1 szt	Kasza manna 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 jaj z koperkiem -dieta 100 g (JAJ, MLE) Pomidor 90 g Rukola 10 g Kakao z mlekiem z/c 250 ml (MLE) Dżem 25 g 1 szt	Kasza manna 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 z jaj z koperkiem -dieta 100 g (JAJ, MLE) Pomidor 90 g Rukola 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	Kasza manna 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) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 50 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SOZ) Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Dżem 25 g 1 szt	Kasza manna 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 krucha z pieca wieprzowa, parzona 50 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SOZ) 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) Dżem 25 g 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 jaj z koperkiem -dieta 100 g (JAJ, MLE) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml Dżem 25 g 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 150 g (GLU PSZ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE) Serek wijski ziarnisty 200g 1 szt (MLE) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 100 g (JAJ, MLE) Marchew gotowana z olejem 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Dżem 25 g 1 szt	
		II SN		Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE)			Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE)		Sok wielowarzynny pasteryzowany 0,33l 1 szt
2026-05-15 piątek	Obiad	Szpinakowa z zacierką * 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Ryba smażona (Morszczuk) 120 g (GLU PSZ, JAJ, RYB) Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Szpinakowa z zacierką * 400 ml (GLU PSZ, 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	Szpinakowa z zacierką * 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 120 g (RYB) Sos ziołowy* 80 ml (GLU PSZ, SEL) Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Ziemniaczana *(bez mleka) 400 ml (GLU PSZ, SEL) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 120 g (RYB) Sos ziołowy* 80 ml (GLU PSZ, SEL) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 200 g (SEL) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Szpinakowa z zacierką * 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Ryba smażona (Morszczuk) 120 g (GLU PSZ, JAJ, RYB) Ryba pieczona (Morszczuk) 120 g (RYB) Sos ziołowy* 80 ml (GLU PSZ, SEL) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 200 g (SEL) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Szpinakowa z zacierką * 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Ryba smażona (Morszczuk) 120 g (RYB) Sos ziołowy* (bez glutenu) 80 ml (SEL) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 200 g (SEL) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Szpinakowa z zacierką * 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Ryba smażona (Morszczuk) 120 g (GLU PSZ, JAJ, RYB) Ryba pieczona (Morszczuk) 120 g (RYB) Sos ziołowy* 80 ml (GLU PSZ, SEL) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 200 g (SEL) Kompot owocowy* b/c 250 ml	
		PD		Surówka z selera i marchwi z olejem () b/c 100 g (SEL)			Surówka z selera i marchwi z olejem () b/c 100 g (SEL)		Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 30 g
2026-05-15 piątek	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Chleb Graham 60 g (GLU PSZ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE) Twarożek na słodko 100 g (MLE) Mandarynka 1 szt Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa 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) Twarożek 100 g (MLE) Mandarynka 1 szt Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml	Chleb Graham 150 g (GLU PSZ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE) Twarożek 100 g (MLE) Mandarynka 1 szt Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 150 g (GLU PSZ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE) Twarożek na słodko 100 g (MLE) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE) Szynka szkolna- wp. parzona 50 g (GLU PSZ, SOJ, MLE) Mandarynka 1 szt Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 150 g (SEZ, może zawierać: ORZ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE) Szynka szkolna- wp. parzona 50 g (GLU PSZ, SOJ, MLE) Twarożek 100 g (MLE) Mandarynka 1 szt Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE) Szynka szkolna- wp. parzona 50 g (GLU PSZ, SOJ, MLE) Twarożek na słodko 100 g (MLE) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT)	
		PN	Muffinka Stracciatella 75g 1 szt (GLU PSZ, JAJ, MLE, może zawierać: ORZ) Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 szt (MLE)	Chleb Graham 30 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 5 g (MLE) Szynka wiśniowa- wieprzowa, wędz. parz. z dod. wody i białka wp. 20 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR) Sałata zielona 5 g	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 szt (MLE) Biszkopty b/ml 20 g (GLU PSZ, JAJ)	Muffinka Stracciatella 75g 1 szt (GLU PSZ, JAJ, MLE, może zawierać: ORZ) Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 szt (MLE)	Muffinka Stracciatella 75g 1 szt (GLU PSZ, JAJ, MLE, może zawierać: ORZ) Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 szt (MLE)	Chleb Graham 30 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 5 g (MLE) Szynka wiśniowa- wieprzowa, wędz. parz. z dod. wody i białka wp. 20 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR) Sałata zielona 5 g	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 szt (MLE) Chrupki kukurydziane 20 g
		Wartość energetyczna: 3112.18 kcal; Białko ogółem: 129.43 g; Tłuszcz: 110.98 g; Kw. tł. nasy.: 39.43 g; Węglowodany ogółem: 420.41 g; W tym cukry: 94.88 g; Błonnik pok.: 24.97 g; Sód: 3467.37 mg;	Wartość energetyczna: 3008.31 kcal; Białko ogółem: 131.87 g; Tłuszcz: 95.38 g; Kw. tł. nasy.: 38.26 g; Węglowodany ogółem: 424.63 g; W tym cukry: 107.72 g; Błonnik pok.: 26.19 g; Sód: 3233.96 mg;	Wartość energetyczna: 2285.26 kcal; Białko ogółem: 121.91 g; Tłuszcz: 74.67 g; Kw. tł. nasy.: 30.29 g; Węglowodany ogółem: 315.69 g; W tym cukry: 34.40 g; Błonnik pok.: 37.51 g; Sód: 3108.88 mg;	Wartość energetyczna: 2730.89 kcal; Białko ogółem: 121.85 g; Tłuszcz: 70.44 g; Kw. tł. nasy.: 30.74 g; Węglowodany ogółem: 424.50 g; W tym cukry: 116.83 g; Błonnik pok.: 24.13 g; Sód: 2467.68 mg;	Wartość energetyczna: 3581.22 kcal; Białko ogółem: 187.76 g; Tłuszcz: 130.67 g; Kw. tł. nasy.: 42.99 g; Węglowodany ogółem: 438.27 g; W tym cukry: 102.50 g; Błonnik pok.: 26.63 g; Sód: 4580.03 mg;	Wartość energetyczna: 2926.23 kcal; Białko ogółem: 183.42 g; Tłuszcz: 107.66 g; Kw. tł. nasy.: 36.69 g; Węglowodany ogółem: 445.74 g; W tym cukry: 41.33 g; Błonnik pok.: 38.51 g; Sód: 4466.37 mg;	Wartość energetyczna: 2593.41 kcal; Białko ogółem: 88.76 g; Tłuszcz: 78.67 g; Kw. tł. nasy.: 26.99 g; Węglowodany ogółem: 400.89 g; W tym cukry: 107.64 g; Błonnik pok.: 32.82 g; Sód: 1809.05 mg;	Wartość energetyczna: 3603.84 kcal; Białko ogółem: 196.11 g; Tłuszcz: 128.73 g; Kw. tł. nasy.: 41.25 g; Węglowodany ogółem: 441.18 g; W tym cukry: 77.25 g; Błonnik pok.: 31.16 g; Sód: 4707.39 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)
Śniadanie	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (MLE, GLU, JECZ.) Chleb Graham 100 g (GLU, PSZ.) Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU, PSZ.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Pasztet z soczewicy * 50 g (GLU, PSZ, JAJ.) Ogórek świeży 90 g Sałata lodowa 10 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU, ŻYT, GLU, JECZ.) Miód (25g) 1 szt	Płatki 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.) Szynkowa debowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Kiełbasa gotowane 90 g Sałata lodowa 10 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU, ŻYT, GLU, JECZ.) Miód (25g) 1 szt	Płatki 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.) Pasztet z soczewicy * 50 g (GLU, PSZ, JAJ.) Ogórek świeży 90 g Sałata lodowa 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	Płatki 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.) Szynkowa debowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Buraczki gotowane 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Miód (25g) 1 szt	Płatki 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.) Szynkowa debowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Pasztet z soczewicy * 50 g (GLU, PSZ, JAJ.) Ogórek świeży 90 g Sałata lodowa 10 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU, ŻYT, GLU, JECZ.) Miód (25g) 1 szt	Płatki 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.) Budyń o smaku śmietankowym b/c 150 ml (MLE.) Szynkowa debowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Pasztet z soczewicy * 50 g (GLU, PSZ, JAJ.) Ogórek świeży 90 g Sałata lodowa 10 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU, ŻYT, GLU, JECZ.) Miód (25g) 1 szt	Makaron na wywarze jarzynowym 300 ml (SEL.) Chleb bezglutenowy 150 g (SEZ, może zawierać: ORZ.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynkowa debowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Buraczki gotowane 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.) Szynkowa debowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Serek twarogowy śmietankowy 16,67g (kiri,haga) 2 szt (MLE.) Buraczki gotowane 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.)		Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE.)
Obiad	Koperkowa z ziemniakami * 400 ml (GLU, PSZ, MLE, SEL.) Kluski śląskie* 200 g (JAJ.) Bitka schabowa duszona 100 g (GLU, PSZ.) Sos pieczeniowy 80 ml (GLU, PSZ.) Surówka z marchwi i pomarańczy z olejem 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Koperkowa z ziemniakami * 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.) Warzywa po grecku 200 g (GLU, PSZ, SEL.) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Koperkowa z ziemniakami * 400 ml (GLU, PSZ, MLE, SEL.) Ryż na sypko (brązowy) 200 g Bitka schabowa duszona 100 g (GLU, PSZ.) Sos własny () 80 ml (GLU, PSZ, SEL.) Surówka z marchwi i pomarańczy z olejem 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Koperkowa z ziemniakami * 400 ml (GLU, PSZ, MLE, SEL.) Ryż na sypko 200 g Klopsik wieprzowy 120 g (GLU, PSZ, JAJ.) Sos własny () 80 ml (GLU, PSZ, SEL.) Warzywa po grecku 200 g (GLU, PSZ, SEL.) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Koperkowa z ziemniakami * 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 pieczeniowy 80 ml (GLU, PSZ.) Warzywa po grecku 200 g (GLU, PSZ, SEL.) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Koperkowa z ziemniakami (bez glutenu)* 400 ml (MLE, SEL.) Ryż na sypko 200 g Bitka schabowa duszona 100 g (GLU, PSZ.) Warzywa po grecku (bez glutenu) 200 g (SEL.) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Koperkowa z ziemniakami * 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.) Surówka z marchwi i pomarańczy z olejem 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Koperkowa z ziemniakami * 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.) Warzywa po grecku 200 g (GLU, PSZ, SEL.) Kompot owocowy* b/c 250 ml
	PD		Sok pomidorowy 0,3l 1 szt			Sok pomidorowy 0,3l 1 szt		Wafelki 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.) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (SOJ.) Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU, PSZ.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (SOJ.) Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb Graham 150 g (GLU, PSZ.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (SOJ.) Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 150 g (GLU, PSZ.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (SOJ.) 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.) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (SOJ.) Pasta z tofu i marchewki 100 g (SOJ.) Jabłko 1 szt 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.) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (SOJ.) 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.) Szynka od Zduna-wędzonka wieprzowa,szynka wędzona,parzona 50 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU, PSZ.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Jajko gotowane kl L 1 szt (JAJ.) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (SOJ.) Pomikro pieczone 1szt. 1 szt Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.)
	BN	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Ser zółty 20 g (MLE.) Sałata 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.) Sałata 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.) Sałata 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 zółty 20 g (MLE.) Sałata 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.) Sałata zielona 5 g	Chleb bezglutenowy 30 g (SEZ, może zawierać: ORZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Ser zółty 20 g (MLE.)
	Wartość energetyczna: 2921.81 kcal; Białko ogółem: 110.64 g; Tłuszcz: 92.89 g; Kw. tł. nasy.: 39.02 g; Węglowodany ogółem: 442.18 g; W tym cukry: 103.45 g; Błonnik pok.: 36.45 g; Sód: 3343.19 mg;	Wartość energetyczna: 2793.95 kcal; Białko ogółem: 107.64 g; Tłuszcz: 83.03 g; Kw. tł. nasy.: 38.55 g; Węglowodany ogółem: 426.05 g; W tym cukry: 92.33 g; Błonnik pok.: 27.60 g; Sód: 3803.66 mg;	Wartość energetyczna: 2492.97 kcal; Białko ogółem: 106.06 g; Tłuszcz: 81.58 g; Kw. tł. nasy.: 31.21 g; Węglowodany ogółem: 369.84 g; W tym cukry: 34.39 g; Błonnik pok.: 46.02 g; Sód: 4031.68 mg;	Wartość energetyczna: 2736.68 kcal; Białko ogółem: 103.80 g; Tłuszcz: 75.92 g; Kw. tł. nasy.: 33.43 g; Węglowodany ogółem: 427.70 g; W tym cukry: 87.09 g; Błonnik pok.: 23.77 g; Sód: 3158.46 mg;	Wartość energetyczna: 3499.18 kcal; Białko ogółem: 155.57 g; Tłuszcz: 118.40 g; Kw. tł. nasy.: 45.05 g; Węglowodany ogółem: 477.46 g; W tym cukry: 104.15 g; Błonnik pok.: 33.15 g; Sód: 4310.19 mg;	Wartość energetyczna: 3127.80 kcal; Białko ogółem: 157.17 g; Tłuszcz: 110.20 g; Kw. tł. nasy.: 38.96 g; Węglowodany ogółem: 414.16 g; W tym cukry: 52.55 g; Błonnik pok.: 48.18 g; Sód: 4940.21 mg;	Wartość energetyczna: 2497.72 kcal; Białko ogółem: 73.10 g; Tłuszcz: 81.00 g; Kw. tł. nasy.: 30.09 g; Węglowodany ogółem: 386.65 g; W tym cukry: 71.14 g; Błonnik pok.: 29.40 g; Sód: 1609.41 mg;	Wartość energetyczna: 3363.12 kcal; Białko ogółem: 145.07 g; Tłuszcz: 131.09 g; Kw. tł. nasy.: 60.76 g; Węglowodany ogółem: 423.52 g; W tym cukry: 66.64 g; Błonnik pok.: 26.91 g; Sód: 4009.27 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.łatwoprzysw.węgl.bog.biał	ŁÓDŹ- WWCOIT GL Bezglutenowa	ŁÓDŹ- WWCOIT D07 Bogatobiałkowa (OPS)	
2026-05-17 niedziela	Śniadanie	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE) Ser żółty 50 g (MLE) Pasta warzywna* 100 g (SEL.) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE) Szynka wieśniowa- wieprzowa, wędz. parz. z dod. wody i białka wp. 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Pasta warzywna* 100 g (SEL.) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	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 wieśniowa- wieprzowa, wędz. parz. z dod. wody i białka wp. 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Pasta warzywna* 100 g (SEL.) Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE) Bułka pszenna długa krojona 150 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE) Twaróg półtłusty 100 g (MLE) Pasta warzywna* 100 g (SEL.) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE) Twaróg półtłusty 100 g (MLE) Pasta z twarogu waniliowa 100 g (MLE) Filet zapiekany drobiowy 50 g (MLE) Pasta warzywna* 100 g (SEL.) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	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) Indyk z pasieki produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 50 g (MLE) Pasta warzywna* 100 g (SEL.) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE) Pasta z twarogu waniliowa 100 g (MLE) Filet zapiekany drobiowy 50 g (MLE) Pasta warzywna* 100 g (SEL.) Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	
		II SN		Serek homo naturalny 150g 1 szt (MLE .)		Serek homo naturalny 150g 1 szt (MLE .)		Herbatniki 30 g (GLU PSZ, SOJ, MLE .)	
2026-05-17 niedziela	Obiad	Rosół z makaronem* 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Udko pieczone 1 szt. 210 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Rosół z makaronem* 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Udko gotowane 1szt. 210 g Dyńka duszona z olejem* 200 g (GLU PSZ.) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Rosół z makaronem* 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Udko gotowane 1szt. 210 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Bullion warzywny z makaronem* 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Udko gotowane 1szt. 210 g Dyńka duszona z olejem* 200 g (GLU PSZ.) 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 Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Rosół z makaronem (bez glutenu)* 400 ml (SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Udko gotowane 1szt. 210 g Fasolka szparagowa z wodą* 200 g 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 Udko gotowane 1szt. 210 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	
		PD		Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE .)		Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE .)		Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml	
2026-05-17 niedziela	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) Baleron z indyka kielbasa drobiowa grubo rozdrobniona parzona z dodatkiem białka wieprzowego w osłonce niejadalnej 50 g (GLU PSZ, SOJ.) Salatka szwedzka z olejem b/c 100 g (GOR.) Herbata miętowa ekspresowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE) Jajko gotowane kl L 1 szt (JAJ.) Salatka szwedzka z olejem b/c 100 g (GOR.) Herbata miętowa ekspresowa z/c 250 ml	Chleb Graham 150 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE) Jajko gotowane kl L 1 szt (JAJ.) Salatka szwedzka z olejem b/c 100 g (GOR.) Herbata miętowa ekspresowa b/c 250 ml	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.) Marchew gotowana z olejem 100 g Herbata miętowa ekspresowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE) Baleron z indyka kielbasa drobiowa grubo rozdrobniona parzona z dodatkiem białka wieprzowego w osłonce niejadalnej 50 g (GLU PSZ, SOJ.) Ser mozzarella 50 g (MLE) Salatka szwedzka z olejem b/c 100 g (GOR.) Herbata miętowa ekspresowa z/c 250 ml	Chleb Graham 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.) Marchew gotowana z olejem 100 g Herbata miętowa ekspresowa z/c 250 ml	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 Marchew gotowana z olejem 100 g Herbata miętowa ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE) Szynka wieśniowa- wieprzowa, wędz. parz. z dod. wody i białka wp. 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Ser topiony Gouda plastry 16,25 g 2 szt (MLE) Marchew gotowana z olejem 100 g Herbata miętowa ekspresowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.)
		PN	Jabłko 1 szt 1 szt Sok pomidorowy 0,2L-100% tioczony 1 szt	Chleb Graham 30 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Twaróg półtłusty 20 g (MLE) Sałata zielona 5 g	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Sok pomidorowy 0,2L-100% tioczony 1 szt	Jabłko 1 szt 1 szt Sok pomidorowy 0,2L-100% tioczony 1 szt	Chleb Graham 30 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Twaróg półtłusty 20 g (MLE) Sałata zielona 5 g	Chleb bezglutenowy 30 g (SEZ, może zawierać: ORZ.) Twaróg półtłusty 20 g (MLE) Masło extra 82% 5 g (MLE)	Sok pomidorowy 0,2L-100% tioczony 1 szt Jabłko pieczone 1szt. 1 szt
	Wartość energetyczna: 2940.15 kcal; Białko ogółem: 127.41 g; Tłuszcz: 116.41 g; Kw. tł. nasy.: 46.41 g; Węglowodany ogółem: 367.74 g; W tym cukry: 80.23 g; Błonnik pok.: 33.05 g; Sód: 5209.21 mg;	Wartość energetyczna: 2819.01 kcal; Białko ogółem: 130.83 g; Tłuszcz: 94.28 g; Kw. tł. nasy.: 36.29 g; Węglowodany ogółem: 379.62 g; W tym cukry: 86.54 g; Błonnik pok.: 28.11 g; Sód: 4375.53 mg;	Wartość energetyczna: 2606.63 kcal; Białko ogółem: 144.18 g; Tłuszcz: 105.05 g; Kw. tł. nasy.: 36.29 g; Węglowodany ogółem: 306.98 g; W tym cukry: 22.09 g; Błonnik pok.: 38.79 g; Sód: 4006.35 mg;	Wartość energetyczna: 2773.67 kcal; Białko ogółem: 135.28 g; Tłuszcz: 88.91 g; Kw. tł. nasy.: 34.46 g; Węglowodany ogółem: 373.79 g; W tym cukry: 86.81 g; Błonnik pok.: 27.77 g; Sód: 3782.34 mg;	Wartość energetyczna: 3636.16 kcal; Białko ogółem: 209.94 g; Tłuszcz: 149.71 g; Kw. tł. nasy.: 48.64 g; Węglowodany ogółem: 378.70 g; W tym cukry: 85.68 g; Błonnik pok.: 28.11 g; Sód: 5312.23 mg;	Wartość energetyczna: 3405.26 kcal; Białko ogółem: 235.42 g; Tłuszcz: 151.02 g; Kw. tł. nasy.: 47.20 g; Węglowodany ogółem: 371.52 g; W tym cukry: 25.29 g; Błonnik pok.: 38.79 g; Sód: 4564.85 mg;	Wartość energetyczna: 2552.26 kcal; Białko ogółem: 107.32 g; Tłuszcz: 96.03 g; Kw. tł. nasy.: 32.62 g; Węglowodany ogółem: 332.58 g; W tym cukry: 43.97 g; Błonnik pok.: 32.75 g; Sód: 2025.58 mg;	Wartość energetyczna: 3345.27 kcal; Białko ogółem: 199.81 g; Tłuszcz: 129.35 g; Kw. tł. nasy.: 42.16 g; Węglowodany ogółem: 367.56 g; W tym cukry: 78.60 g; Błonnik pok.: 29.17 g; Sód: 4944.10 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)
Śniadanie	Platki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) Chleb Graham 100 g (GLU PSZ.) Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Pasztecik drobiowo- wieprzowy z wiatróbka 50g (GLU PSZ, SOJ, SEL, może zawierać: JAJ, MLE, GOR, GLU OW.) Pomidor 100 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Dżem 25 g 1 szt	Platki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) 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.) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Pomidor 100 g Szynekowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Dżem 25 g 1 szt	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.) Szynekowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	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.) Szynekowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Dżem 25 g 1 szt	Platki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) 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.) Pasztecik drobiowo- wieprzowy z wiatróbka 50 g (GLU PSZ, SOJ, SEL, może zawierać: JAJ, MLE, GOR, GLU OW.) Szynekowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 100 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Dżem 25 g 1 szt	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.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynekowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Jabłko pieczone 1 szt Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Dżem 25 g 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.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynekowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Dżem 25 g 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.) Szynekowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Pasztecik drobiowy (50g) 1 szt (GLU PSZ, SOJ, MLE.) Jabłko pieczone 1 szt Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml Dżem 25 g 1 szt
	II SN		Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt			Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt		Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt
Obiad	Kapuśniak z kapusty białej * 400 ml (GLU PSZ, SEL, GOR.) Pierogi z serem* 300 g (GLU PSZ, MLE.) Sos jogurtowo truskawkowy*b/c 100 g (MLE.) Mus z jabłek () z/c 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Wielowarzywna z ziemniakami * 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Pierogi z serem* 300 g (GLU PSZ, MLE.) Sos jogurtowo truskawkowy*b/c 100 g (MLE.) Mus z jabłek () z/c 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Wielowarzywna z ziemniakami * 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryż na sypko (brązowy) 200 g Szynekowa wieprzowa pieczona 100 g Sos dyniowy * 80 ml (GLU PSZ, MLE.) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 200 g (SEL.) Kompot owocowy* b/c 250 ml	Wielowarzywna z ziemniakami * 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryż na sypko 200 g Szynekowa wieprzowa pieczona 100 g Sos dyniowy * 80 ml (GLU PSZ, MLE.) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 200 g (SEL.) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Wielowarzywna z ziemniakami * 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Pierogi z serem* 300 g (GLU PSZ, MLE.) Ryż na sypko 200 g Mus z jabłek () z/c 100 g Sos jogurtowo truskawkowy*b/c 100 g (MLE.) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Wielowarzywna z ziemniakami * 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryż na sypko (brązowy) 200 g Szynekowa wieprzowa pieczona 100 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 200 g (SEL.) Kompot owocowy* b/c 250 ml	Ziemiaczana *(bez glutenu) 400 ml (MLE, SEL.) Ryż na sypko 200 g Szynekowa wieprzowa pieczona 100 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 200 g (SEL.) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Wielowarzywna z ziemniakami * 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Pierogi z serem* 300 g (GLU PSZ, MLE.) Ryż na sypko 200 g Mus z jabłek () z/c 100 g Sos jogurtowo truskawkowy*b/c 100 g (MLE.) Kompot owocowy* b/c 250 ml
	PD		Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE.)		Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE.)		Chrupki kukurydziane 25 g	
Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 60 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Pasta z twarogu z koperkiem 100 g (MLE.) Banan 1szt. 1 szt Herbata miętowa ekspresowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Pasta z twarogu z koperkiem 100 g (MLE.) Banan 1szt. 1 szt Herbata miętowa ekspresowa z/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 miętowa ekspresowa b/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 150 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Pasta z twarogu z koperkiem 100 g (MLE.) Banan 1szt. 1 szt Herbata miętowa ekspresowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Pasta z twarogu z koperkiem 100 g (MLE.) Ser żółty 50 g (MLE.) Banan 1szt. 1 szt Herbata miętowa ekspresowa z/c 250 ml	Chleb Graham 150 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynekowa zielonogórska- wieprzowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 50 g (SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR.) Jajko gotowane kl L 1 szt (JAJ.) Pomidor 100 g Herbata miętowa ekspresowa b/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 150 g (SEZ, może zawierać: ORZ.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynekowa od Zduna-wędzonka wieprzowa, szynka wędzona, parzona 50 g Buraczki gotowane 100 g Herbata miętowa ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynekowa zielonogórska- wieprzowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 50 g (SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR.) Jajko gotowane kl L 1 szt (JAJ.) Buraczki gotowane 100 g Herbata miętowa ekspresowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.)
	PN	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Szynekowa zielonogórska- wieprzowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 20 g (SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR.) Masło extra 82% 5g (MLE.) Sałata zielona 5 g	Chleb Graham 30 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5g (MLE.) Szynekowa zielonogórska- wieprzowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 20 g (SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR.) Sałata zielona 5 g	Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ.) Szynekowa zielonogórska- wieprzowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 20 g (SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR.) Masło extra 82% 5g (MLE.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Szynekowa zielonogórska- wieprzowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 20 g (SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR.) Masło extra 82% 5g (MLE.) Sałata zielona 5 g	Chleb Graham 30 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5g (MLE.) Szynekowa zielonogórska- wieprzowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 20 g (SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR.) Sałata zielona 5 g	Chleb bezglutenowy 30 g (SEZ, może zawierać: ORZ.) Szynekowa zielonogórska- wieprzowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 20 g (SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR.) Masło extra 82% 5g (MLE.)	Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ.) Serek twarogowy śmietankowy 16,67g (kiri, haga) 1 szt (MLE.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.)
	Wartość energetyczna: 3036.04 kcal; Białko ogółem: 117.24 g; Tłuszcz: 81.86 g; Kw. tł. nasy.: 38.94 g; Węglowodany ogółem: 488.40 g; W tym cukry: 116.59 g; Błonnik pok.: 35.22 g; Sód: 2822.04 mg;	Wartość energetyczna: 2932.35 kcal; Białko ogółem: 114.80 g; Tłuszcz: 65.09 g; Kw. tł. nasy.: 33.84 g; Węglowodany ogółem: 495.06 g; W tym cukry: 113.91 g; Błonnik pok.: 29.23 g; Sód: 2936.99 mg;	Wartość energetyczna: 2335.04 kcal; Białko ogółem: 116.75 g; Tłuszcz: 69.78 g; Kw. tł. nasy.: 29.75 g; Węglowodany ogółem: 345.56 g; W tym cukry: 32.83 g; Błonnik pok.: 47.61 g; Sód: 3087.65 mg;	Wartość energetyczna: 2751.19 kcal; Białko ogółem: 116.83 g; Tłuszcz: 70.36 g; Kw. tł. nasy.: 31.16 g; Węglowodany ogółem: 430.76 g; W tym cukry: 110.48 g; Błonnik pok.: 26.06 g; Sód: 2597.77 mg;	Wartość energetyczna: 3548.45 kcal; Białko ogółem: 141.10 g; Tłuszcz: 93.00 g; Kw. tł. nasy.: 47.61 g; Węglowodany ogółem: 561.83 g; W tym cukry: 114.32 g; Błonnik pok.: 31.15 g; Sód: 3738.64 mg;	Wartość energetyczna: 2775.54 kcal; Białko ogółem: 160.73 g; Tłuszcz: 93.98 g; Kw. tł. nasy.: 37.13 g; Węglowodany ogółem: 357.05 g; W tym cukry: 32.49 g; Błonnik pok.: 47.38 g; Sód: 3789.07 mg;	Wartość energetyczna: 2386.78 kcal; Białko ogółem: 77.18 g; Tłuszcz: 69.64 g; Kw. tł. nasy.: 25.06 g; Węglowodany ogółem: 381.57 g; W tym cukry: 69.54 g; Błonnik pok.: 32.51 g; Sód: 1659.72 mg;	Wartość energetyczna: 3161.78 kcal; Białko ogółem: 113.07 g; Tłuszcz: 82.66 g; Kw. tł. nasy.: 39.57 g; Węglowodany ogółem: 510.99 g; W tym cukry: 48.53 g; Błonnik pok.: 34.10 g; Sód: 3357.19 mg;

	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)	
2026-05-19 wtorek	Sniadanie	Makaron na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Ser żółty 50 g (MLE.) Ogórek świeży 90 g Sałata lodowa 10 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Miód (25g) 1 szt	Makaron 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.) Szynkowa drobna drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Ogórek świeży 90 g Jabłko 1 szt 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Miód (25g) 1 szt	Makaron 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.) Szynkowa drobna drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Ogórek świeży 90 g Sałata lodowa 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Makaron 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.) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 50 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SOZ.) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Miód (25g) 1 szt	Makaron 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 krucha z pieca wieprzowa, parzona 50 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SOZ.) Ser żółty 50 g (MLE.) Pomidor 100 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Miód (25g) 1 szt	Makaron 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.) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 50 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SOZ.) Serek twarogowy śmietankowy 18,67g (kiri,haga) 1 szt (MLE.) Ogórek świeży 90 g Sałata lodowa 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/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.) Szynka od Zduna-wędzonka wieprzowa,szynka wędzona,parzona 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, 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, SOZ.) Ser żółty 50 g (MLE.) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml Miód (25g) 1 szt
		II SN		Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE.)			Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE.)		Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE.)
2026-05-19 wtorek	Obiad	Grochowa z ziemniakami * 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Kluski na parze 200 g (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Szynka wieprzowa pieczona 100 g Sos własny () 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Solferino * 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Kluski na parze 200 g (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Szynka wieprzowa pieczona 100 g Sos własny () 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Buraczki gotowane 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Grochowa z ziemniakami * 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JĘCZ.) Szynka wieprzowa pieczona 100 g Sos własny () 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Solferino * 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Kluski na parze 200 g (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Szynka wieprzowa pieczona 100 g Sos własny () 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Buraczki gotowane 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Grochowa z ziemniakami * 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Kluski na parze 200 g (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Zrazik wieprzowy pieczony mielony 120 g (GLU PSZ, JAJ.) Szynka wieprzowa pieczona 100 g Sos własny () 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Solferino * 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JĘCZ.) Szynka wieprzowa pieczona 100 g Zrazik wieprzowy pieczony mielony 120 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos własny () 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Solferino (bez glutenu)* 400 ml (MLE, SEL.) Ryż na sypko 200 g Szynka wieprzowa pieczona 100 g Sos własny (bez glutenu) 80 ml Buraczki gotowane 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Solferino * 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Kluski na parze 200 g (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Zrazik wieprzowy pieczony mielony 120 g (GLU PSZ, JAJ.) Szynka wieprzowa pieczona 100 g Sos własny () 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Buraczki gotowane 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml
		PD		Sok pomidorowy 0,3l 1 szt			Sok pomidorowy 0,3l 1 szt		Sok pomidorowy 0,3l 1 szt
2026-05-19 wtorek	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 60 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Jajko gotowane kl L 1 szt (JAJ.) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 20 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SOZ.) Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 60 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Jajko gotowane kl L 1 szt (JAJ.) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 20 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SOZ.) Brokuł gotowany* 90 g Sałata lodowa 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb Graham 150 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Jajko gotowane kl L 1 szt (JAJ.) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 20 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SOZ.) Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 150 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynkowa drobna drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (SEL.) 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.) Jajko gotowane kl L 1 szt (JAJ.) Szynkowa drobna drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Brokuł gotowany* 90 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb Graham 150 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynkowa drobna drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Jajko gotowane kl L 1 szt (JAJ.) Jabłko 1 szt 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.) Szynkowa drobna drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (SEL.) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynkowa drobna drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Jajko gotowane kl L 1 szt (JAJ.) Brokuł gotowany* 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.)
		PN	Chalka 60 g (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Dżem 25 g 1 szt	Chleb Graham 30 g (GLU PSZ.) Twaróg półtłusty 20 g (MLE.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Sałata zielona 5 g	Chalka 60 g (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Dżem 25 g 1 szt	Chleb Graham 30 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Sałata zielona 5 g	Chleb Graham 30 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Twaróg półtłusty 20 g (MLE.) Sałata zielona 5 g	Chleb bezglutenowy 30 g (SEZ, może zawierać: ORZ.) Twaróg półtłusty 20 g (MLE.) Masło extra 82% 5 g (MLE.)	Chalka 60 g (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Dżem 25 g 1 szt
	Wartość energetyczna: 3237.68 kcal; Białko ogółem: 133.88 g; Tłuszcz: 94.59 g; Kw. tł. nasy.: 42.30 g; Węglowodany ogółem: 487.92 g; W tym cukry: 100.27 g; Błonnik pok.: 30.00 g; Sód: 3447.00 mg;	Wartość energetyczna: 2926.17 kcal; Białko ogółem: 122.38 g; Tłuszcz: 67.07 g; Kw. tł. nasy.: 31.45 g; Węglowodany ogółem: 478.76 g; W tym cukry: 118.03 g; Błonnik pok.: 24.56 g; Sód: 3380.01 mg;	Wartość energetyczna: 2466.48 kcal; Białko ogółem: 117.75 g; Tłuszcz: 74.76 g; Kw. tł. nasy.: 29.93 g; Węglowodany ogółem: 372.56 g; W tym cukry: 40.00 g; Błonnik pok.: 45.44 g; Sód: 3906.66 mg;	Wartość energetyczna: 2888.50 kcal; Białko ogółem: 119.64 g; Tłuszcz: 64.12 g; Kw. tł. nasy.: 28.76 g; Węglowodany ogółem: 476.39 g; W tym cukry: 116.07 g; Błonnik pok.: 21.00 g; Sód: 2888.04 mg;	Wartość energetyczna: 3637.58 kcal; Białko ogółem: 176.25 g; Tłuszcz: 114.54 g; Kw. tł. nasy.: 47.96 g; Węglowodany ogółem: 499.48 g; W tym cukry: 100.16 g; Błonnik pok.: 26.23 g; Sód: 4167.12 mg;	Wartość energetyczna: 2729.54 kcal; Białko ogółem: 145.38 g; Tłuszcz: 93.93 g; Kw. tł. nasy.: 39.18 g; Węglowodany ogółem: 368.85 g; W tym cukry: 43.81 g; Błonnik pok.: 40.62 g; Sód: 4397.93 mg;	Wartość energetyczna: 2423.34 kcal; Białko ogółem: 79.49 g; Tłuszcz: 66.88 g; Kw. tł. nasy.: 25.19 g; Węglowodany ogółem: 393.15 g; W tym cukry: 86.19 g; Błonnik pok.: 31.23 g; Sód: 1444.90 mg;	Wartość energetyczna: 3236.32 kcal; Białko ogółem: 163.74 g; Tłuszcz: 97.31 g; Kw. tł. nasy.: 43.58 g; Węglowodany ogółem: 449.46 g; W tym cukry: 80.00 g; Błonnik pok.: 21.86 g; Sód: 4859.27 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)		
2026-05-20 środa	Śniadanie	Ryż 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) Serek a la homogenizowany o smaku wanilinowym 70 g (MLE) Powidła śliwkowe 30g 1 szt Kawa zbożowa z makiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Dżem 25 g 1 szt	Ryż 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) Serek a la homogenizowany o smaku wanilinowym 70 g (MLE) Dżem 25 g 1 szt Banan 1szt. 1 szt Kawa zbożowa z makiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Dżem 25 g 1 szt	Ryż 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) Serek twarogowy homogenizowany 100 g (MLE) Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	Ryż 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) Serek a la homogenizowany o smaku wanilinowym 100 g (MLE) Banan 1szt. 1 szt Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Dżem 25 g 1 szt	Ryż 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) Szyńska dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Serek a la homogenizowany o smaku wanilinowym 70 g (MLE) Powidła śliwkowe 30g 1 szt Banan 1szt. 1 szt Kawa zbożowa z makiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Dżem 25 g 1 szt	Ryż na wywarze jarzynowym 300 ml (SEL) Chleb bezglutenowy 150 g (SEZ, może zawierać: ORZ.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE) Szyńska dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Banan 1szt. 1 szt Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Dżem 25 g 1 szt	Ryż na wywarze jarzynowym 300 ml (SEL) Chleb bezglutenowy 150 g (SEZ, może zawierać: ORZ.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE) Szyńska dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Banan 1szt. 1 szt Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Dżem 25 g 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 wiejski ziarnisty 200g 1 szt (MLE) Pasztet drobiowy (50g) 1 szt (GLU PSZ, SOJ, MLE) Banan 1szt. 1 szt Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml Dżem 25 g 1 szt	
		II SN		Maślanka naturalna 0,33l 1 szt (MLE)			Maślanka naturalna 0,33l 1 szt (MLE)		Chrupki kukurydziane 25 g	
		Obiad	Grysikowa * 400 ml (GLU PSZ, SEL) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Bitka wołowa duszona 100 g (GLU PSZ) Sos ziołowy* 80 ml (GLU PSZ, SEL) Surówka z marchwi i jabłka b/c 200 g (MLE) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Grysikowa * 400 ml (GLU PSZ, SEL) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Bitka wołowa duszona 100 g (GLU PSZ) Sos ziołowy* 80 ml (GLU PSZ, SEL) Surówka z marchwi i jabłka b/c 200 g (MLE) Kompot owocowy* b/c 250 ml	Grysikowa * 400 ml (GLU PSZ, SEL) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Pulpet wołowy 120 g (GLU PSZ, JAJ) Sos ziołowy* 80 ml (GLU PSZ, SEL) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Grysikowa * 400 ml (GLU PSZ, SEL) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Bitka wołowa duszona 100 g (GLU PSZ) Zrazik drobiowy z udźca pieczony mielony 100 g (GLU PSZ, JAJ) Sos ziołowy* 80 ml (GLU PSZ, SEL) Surówka z marchwi i jabłka b/c 200 g (MLE) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Grysikowa * 400 ml (GLU PSZ, SEL) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Bitka wołowa duszona 100 g (GLU PSZ) Zrazik drobiowy z udźca pieczony mielony 100 g (GLU PSZ, JAJ) Sos ziołowy* 80 ml (GLU PSZ, SEL) Surówka z marchwi i jabłka b/c 200 g (MLE) Kompot owocowy* b/c 250 ml	Grysikowa * 400 ml (GLU PSZ, SEL) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Zrazik drobiowy pieczony (bez glutenu) 100 g (JAJ) Sos ziołowy* (bez glutenu) 80 ml (GLU PSZ) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Grysikowa * 400 ml (GLU PSZ, SEL) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Bitka wołowa duszona 100 g (GLU PSZ) Zrazik drobiowy z udźca pieczony mielony 100 g (GLU PSZ, JAJ) Sos ziołowy* 80 ml (GLU PSZ, SEL) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	
		PD		Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 100 g	Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 100 g		Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 100 g		Kisiel o smaku cytrynowym 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) Szprot w sosie pomidorowym 100 g (RYB, SEL) Rzodkiewka 90 g Rukola 10 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa 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) Szprot w sosie pomidorowym 100 g (RYB, SEL) Rzodkiewka 90 g Rukola 10 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Chleb Graham 150 g (GLU PSZ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE) Szprot w sosie pomidorowym 100 g (RYB, SEL) Rzodkiewka 90 g Rukola 10 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) Szyńska szkolna- wp. parzona 50 g (GLU PSZ, SOJ, MLE) Buraczki gotowane 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa 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) Szyńska szkolna- wp. parzona 50 g (GLU PSZ, SOJ, MLE) Szprot w sosie pomidorowym 100 g (RYB, SEL) Jajko gotowane kl L 1 szt (JAJ) Rzodkiewka 90 g Rukola 10 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Chleb Graham 150 g (GLU PSZ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE) Szprot w sosie pomidorowym 100 g (RYB, SEL) Jajko gotowane kl L 1 szt (JAJ) Rzodkiewka 90 g Rukola 10 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/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 osłone niejadalnej 50 g Buraczki gotowane 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE) Jajko gotowane kl L 1 szt (JAJ) Szyńska szkolna- wp. parzona 50 g (GLU PSZ, SOJ, MLE) Buraczki gotowane 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT)
		PN	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło extra 82% 5 g (MLE) Szyńska Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 20 g (SOJ) Salata lodowa 5 g	Szyńska Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 20 g (SOJ) Chleb Graham 30 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 5 g (MLE) Salata lodowa 5 g	Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 5 g (MLE) Szyńska Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 20 g (SOJ) Salata lodowa 5 g	Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 5 g (MLE) Szyńska Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 20 g (SOJ) Salata lodowa 5 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło extra 82% 5 g (MLE) Szyńska Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 20 g (SOJ) Salata lodowa 5 g	Chleb Graham 30 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 5 g (MLE) Szyńska Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 20 g (SOJ) Salata lodowa 5 g	Chleb bezglutenowy 30 g (SEZ, może zawierać: ORZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Szyńska Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 20 g (SOJ)	Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE) Szyńska Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 20 g (SOJ)
	Wartość energetyczna: 2761.05 kcal; Białko ogółem: 110.49 g; Tłuszcz: 73.15 g; Kw. tł. nasy.: 35.38 g; Węglowodany ogółem: 445.60 g; W tym cukry: 128.59 g; Błonnik pok.: 34.15 g; Sód: 2822.04 mg;	Wartość energetyczna: 2783.60 kcal; Białko ogółem: 107.11 g; Tłuszcz: 72.83 g; Kw. tł. nasy.: 35.34 g; Węglowodany ogółem: 447.75 g; W tym cukry: 125.57 g; Błonnik pok.: 26.98 g; Sód: 2916.42 mg;	Wartość energetyczna: 2415.15 kcal; Białko ogółem: 117.81 g; Tłuszcz: 74.45 g; Kw. tł. nasy.: 34.96 g; Węglowodany ogółem: 355.45 g; W tym cukry: 53.12 g; Błonnik pok.: 42.85 g; Sód: 2875.88 mg;	Wartość energetyczna: 2649.53 kcal; Białko ogółem: 109.13 g; Tłuszcz: 63.87 g; Kw. tł. nasy.: 29.83 g; Węglowodany ogółem: 425.49 g; W tym cukry: 115.53 g; Błonnik pok.: 20.78 g; Sód: 2936.93 mg;	Wartość energetyczna: 3247.61 kcal; Białko ogółem: 145.11 g; Tłuszcz: 99.56 g; Kw. tł. nasy.: 40.18 g; Węglowodany ogółem: 466.28 g; W tym cukry: 129.40 g; Błonnik pok.: 29.70 g; Sód: 3709.98 mg;	Wartość energetyczna: 2844.91 kcal; Białko ogółem: 155.07 g; Tłuszcz: 101.22 g; Kw. tł. nasy.: 39.77 g; Węglowodany ogółem: 365.95 g; W tym cukry: 53.69 g; Błonnik pok.: 43.14 g; Sód: 3661.41 mg;	Wartość energetyczna: 2361.02 kcal; Białko ogółem: 68.05 g; Tłuszcz: 69.60 g; Kw. tł. nasy.: 23.41 g; Węglowodany ogółem: 382.35 g; W tym cukry: 93.00 g; Błonnik pok.: 28.18 g; Sód: 1997.08 mg;	Wartość energetyczna: 3226.94 kcal; Białko ogółem: 140.83 g; Tłuszcz: 115.36 g; Kw. tł. nasy.: 41.36 g; Węglowodany ogółem: 425.20 g; W tym cukry: 96.67 g; Błonnik pok.: 24.71 g; Sód: 4665.43 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.łatwprzys.węgl.bog.biał	ŁÓDŹ- WWCOIT GL Bezglutenowa	ŁÓDŹ- WWCOIT D07 Bogatobiałkowa (OPS)							
2026-05-21 czwartek	Sniadanie	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE) Pasta z kurczaka i warzyw gotowanych 100 g (SEL.) Pomidor 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) Pasta z kurczaka i warzyw gotowanych 100 g (SEL.) Pomidor 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) Pasta z kurczaka i warzyw gotowanych 100 g (SEL.) Pomidor 100 g 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 Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (SOJ.) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (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 Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (SOJ.) Pasta z kurczaka i warzyw gotowanych 100 g (SEL.) Pomidor 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) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (SOJ.) Pasta z kurczaka i warzyw gotowanych 100 g (SEL.) Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/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) Pasta z kurczaka i warzyw gotowanych 100 g (SEL.) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (SEL.) 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) Pasta z kurczaka i warzyw gotowanych 100 g (SEL.) Ser mozzarella 50 g (MLE) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (SEL.) 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.)						
2026-05-21 czwartek	Obiad	Barszcz ukraiński z ziemniakami* 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Krokiety z mięsem wieprzowym* 2szt 240 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.) Surówka wielowarzywna z olejem b/c 200 g (SEL.) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami * 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Sos boloński z mięsa wp (-)dieta 150 g (GLU PSZ, SEL.) Makaron 200 g (GLU PSZ.) Brokuł gotowany* 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Barszcz ukraiński z ziemniakami* 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Sos boloński z mięsa wp (-)dieta 150 g (GLU PSZ, SEL.) Pulpet wieprzowy 120 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos pomidorowy 80 ml (GLU PSZ.) Marchew gotowana z olejem 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami * 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Krokiety z mięsem wieprzowym* 2szt 240 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.) Makaron 200 g (GLU PSZ.) Pulpet wieprzowy 120 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos pomidorowy 80 ml (GLU PSZ.) Brokuł gotowany* 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Barszcz ukraiński z ziemniakami* 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Krokiety z mięsem wieprzowym* 2szt 240 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.) Makaron pełnoziarnisty 200 g (GLU PSZ.) Pulpet wieprzowy 120 g (GLU PSZ, JAJ.) Surówka wielowarzywna z olejem b/c 200 g (SEL.) Kompot owocowy* b/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami (bez glutenu) * 400 ml (MLE, SEL.) Makaron bezglutenowy 200 g Szynka wieprzowa pieczona 100 g Sos pomidorowy (bez glutenu) 80 ml Marchew gotowana z olejem 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Barszcz ukraiński z ziemniakami* 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Krokiety z mięsem wieprzowym* 2szt 240 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.) Sos boloński z mięsa wp (-)dieta 150 g (GLU PSZ, SEL.) Makaron 200 g (GLU PSZ.) Brokuł gotowany* 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml							
		PD		Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt			Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt		Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (może zawierać: MLE.)						
2026-05-21 czwartek	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 60 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE) Kielbasa Śląska wieprzowa drobno rozdrobniona wysokowydajna wędzona w osłazce jadalnej - na ciepło 100 g Ketchup 20 g (SEL.) Jabłko 1 szt 1 szt Sałata zielona 10 g Herbata miętowa ekspresowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g Musztarda 20 g (GOR.) Jabłko 1 szt 1 szt Herbata miętowa ekspresowa b/c 250 ml	Chleb Graham 150 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE) Parówki z szynki-kielbasa wieprzowa, homogenizowana, wędzona, parzona 80 g Musztarda 20 g (GOR.) Jabłko 1 szt 1 szt Herbata miętowa ekspresowa 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 30 g Kluski leniwe z serem 150 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, może zawierać: SOJ, ORZ, GOR, SEZ.) Herbata miętowa ekspresowa z/c 250 ml Mus z jabłek () z/c 100 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Kielbasa Śląska wieprzowa drobno rozdrobniona wysokowydajna wędzona w osłazce jadalnej - na ciepło 100 g Ketchup 20 g (SEL.) Jabłko 1 szt 1 szt Sałata zielona 10 g Herbata miętowa ekspresowa z/c 250 ml	Chleb Graham 150 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Parówki z szynki-kielbasa wieprzowa, homogenizowana, wędzona, parzona 80 g Jabłko 1 szt 1 szt Sałata zielona 10 g Herbata miętowa ekspresowa 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 Mus z jabłek () z/c 100 g Herbata miętowa ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE) Parówki z szynki-kielbasa wieprzowa, homogenizowana, wędzona, parzona 80 g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Ketchup 20 g (SEL.) Herbata miętowa ekspresowa b/c 250 ml Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.)						
		PN	Ciasto drożdżowe 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt	Chleb Graham 30 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Jajko gotowane kl L 1 szt (JAJ.) Sałata zielona 5 g		Ciasto drożdżowe 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt	Chleb Graham 30 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Jajko gotowane kl L 1 szt (JAJ.) Sałata zielona 5 g	Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 15 g	Ciasto drożdżowe 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt	Wartość energetyczna: 3243.43 kcal; Białko ogółem: 100.97 g; Tłuszcz: 114.85 g; Kw. tł. nasy.: 41.70 g; Węglowodany ogółem: 453.48 g; W tym cukry: 129.86 g; Błonnik pok.: 32.77 g; Sód: 5384.65 mg;	Wartość energetyczna: 3174.84 kcal; Białko ogółem: 108.21 g; Tłuszcz: 74.30 g; Kw. tł. nasy.: 31.23 g; Węglowodany ogółem: 512.12 g; W tym cukry: 136.00 g; Błonnik pok.: 28.99 g; Sód: 3266.30 mg;	Wartość energetyczna: 2662.57 kcal; Białko ogółem: 107.27 g; Tłuszcz: 99.47 g; Kw. tł. nasy.: 31.23 g; Węglowodany ogółem: 375.62 g; W tym cukry: 51.94 g; Błonnik pok.: 50.03 g; Sód: 3609.43 mg;	Wartość energetyczna: 3278.04 kcal; Białko ogółem: 117.06 g; Tłuszcz: 78.57 g; Kw. tł. nasy.: 31.59 g; W tym cukry: 124.05 g; Błonnik pok.: 27.75 g; Sód: 3382.41 mg;	Wartość energetyczna: 3947.46 kcal; Białko ogółem: 159.81 g; Tłuszcz: 132.71 g; Kw. tł. nasy.: 46.93 g; Węglowodany ogółem: 526.60 g; W tym cukry: 128.17 g; Błonnik pok.: 29.37 g; Sód: 6255.10 mg;	Wartość energetyczna: 3052.25 kcal; Białko ogółem: 154.40 g; Tłuszcz: 117.82 g; Kw. tł. nasy.: 42.51 g; Węglowodany ogółem: 385.76 g; W tym cukry: 50.32 g; Błonnik pok.: 49.66 g; Sód: 4703.98 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)
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) Serek twarogowy homogenizowany 100 g (MLE) Kiwi 1 szt 1 szt Kawa zbożowa z makiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Dżem 25 g 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) Serek twarogowy homogenizowany 100 g (MLE) Serek twarogowy homogenizowany 100 g (MLE) Kiwi 1 szt 1 szt Jabłko 1 szt 1 szt Kawa zbożowa z makiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Dżem 25 g 1 szt	Makaron 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) Serek twarogowy homogenizowany 100 g (MLE) Kiwi 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) Serek twarogowy homogenizowany 100 g (MLE) Kiwi 1 szt 1 szt Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Dżem 25 g 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) Serek twarogowy homogenizowany 100 g (MLE) Kiwi 1 szt 1 szt Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Kiwi 1 szt 1 szt Kawa zbożowa z makiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Dżem 25 g 1 szt	Makaron 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) Serek twarogowy homogenizowany 100 g (MLE) Serek twarogowy homogenizowany 100 g (MLE) Kiwi 1 szt 1 szt Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Kiwi 1 szt 1 szt Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	Makaron na wywarze jarzynowym 150 g (SEZ, może zawierać: ORZ.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE) Dżem 25 g 1 szt Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Dżem 25 g 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 150 g (GLU PSZ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Serek twarogowy śmietankowy 16,67g (kiwi,haga) 1 szt (MLE) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml Povidła sliwkowe 30g 1 szt Dżem 25 g 1 szt
	II SN			Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE)				
Obiad	Kalafiorowa z ryżem * 400 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Dorsz panierowany 120 g (GLU PSZ, JAJ, RYB.) Surówka z kapusty kiszzonej z olejem b/c 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Ryżowa* 400 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Ryba pieczona (Dorsz) 120 g (RYB.) Warzywa po grecku 200 g (GLU PSZ, SEL.) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Kalafiorowa z ryżem * 400 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Ryba pieczona (Dorsz) 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 Dorsz panierowany 120 g (GLU PSZ, JAJ, RYB.) Ryba pieczona (Dorsz) 120 g (RYB.) Warzywa po grecku 200 g (GLU PSZ, SEL.) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Ryżowa* 400 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Dorsz panierowany 120 g (GLU PSZ, JAJ, RYB.) Ryba pieczona (Dorsz) 120 g (RYB.) Warzywa po grecku 200 g (GLU PSZ, SEL.) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Kalafiorowa z ryżem * 400 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Dorsz panierowany 120 g (GLU PSZ, JAJ, RYB.) Ryba pieczona (Dorsz) 120 g (RYB.) Surówka z kapusty kiszzonej z olejem b/c 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Ryżowa* 400 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Ryba pieczona (Dorsz) 120 g (RYB.) Warzywa po grecku (bez glutenu) 200 g (SEL.) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Ryżowa* 400 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Dorsz panierowany 120 g (GLU PSZ, JAJ, RYB.) Ryba pieczona (Dorsz) 120 g (RYB.) Warzywa po grecku 200 g (GLU PSZ, SEL.) Kompot owocowy* b/c 250 ml
	PD		Surówka z selera i jabłka b/c 100 g (MLE, SEL.)			Surówka z selera i jabłka b/c 100 g (MLE, SEL.)		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) Pasta z jaj z cebulą i koperkiem 100 g (JAJ, GOR.) 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 jaj z koperkiem -dieta 100 g (JAJ, MLE) Brokuł gotowany* 100 g 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 jaj z koperkiem -dieta 100 g (JAJ, MLE) Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 150 g (GLU PSZ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE) Indyk z pasieki produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 50 g Brokuł gotowany* 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 jaj z cebulą i koperkiem 100 g (JAJ, GOR.) Indyk z pasieki produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 50 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb Graham 150 g (GLU PSZ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 100 g (JAJ, MLE) Indyk z pasieki produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 50 g 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 Buraczki gotowane 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE) Indyk z pasieki produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 50 g Pasta z jaj z koperkiem -dieta 100 g (JAJ, MLE) Buraczki gotowane 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.)
	BN	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Szynka wiśniowa- wieprzowa, wędz. parz. z dod. wody i białka wp. 20 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Sałata zielona 5 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Serek twarogowy śmietankowy 16,67g (kiwi,haga) 1 szt (MLE) Masło extra 82% 5 g (MLE) Sałata zielona 5 g	Chleb Graham 30 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 5 g (MLE) Szynka wiśniowa- wieprzowa, wędz. parz. z dod. wody i białka wp. 20 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Sałata zielona 5 g	Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ) Serek twarogowy śmietankowy 16,67g (kiwi,haga) 1 szt (MLE) Masło extra 82% 5 g (MLE)	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Szynka wiśniowa- wieprzowa, wędz. parz. z dod. wody i białka wp. 20 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Sałata zielona 5 g	Chleb Graham 30 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 5 g (MLE) Szynka wiśniowa- wieprzowa, wędz. parz. z dod. wody i białka wp. 20 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Sałata 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)
	Wartość energetyczna: 2755.88 kcal; Białko ogółem: 110.09 g; Tłuszcz: 97.17 g; Kw. tł. nasy.: 34.00 g; Węglowodany ogółem: 386.73 g; W tym cukry: 79.49 g; Błonnik pok.: 30.49 g; Sód: 3568.28 mg;	Wartość energetyczna: 2662.43 kcal; Białko ogółem: 111.61 g; Tłuszcz: 74.45 g; Kw. tł. nasy.: 35.98 g; Węglowodany ogółem: 406.69 g; W tym cukry: 94.91 g; Błonnik pok.: 28.01 g; Sód: 2917.88 mg;	Wartość energetyczna: 2238.31 kcal; Białko ogółem: 110.40 g; Tłuszcz: 73.89 g; Kw. tł. nasy.: 30.53 g; Węglowodany ogółem: 319.73 g; W tym cukry: 34.37 g; Błonnik pok.: 43.53 g; Sód: 3445.83 mg;	Wartość energetyczna: 2514.45 kcal; Białko ogółem: 108.63 g; Tłuszcz: 62.63 g; Kw. tł. nasy.: 31.15 g; Węglowodany ogółem: 395.42 g; W tym cukry: 89.55 g; Błonnik pok.: 24.88 g; Sód: 2576.48 mg;	Wartość energetyczna: 3126.95 kcal; Białko ogółem: 155.17 g; Tłuszcz: 99.90 g; Kw. tł. nasy.: 34.84 g; Węglowodany ogółem: 422.13 g; W tym cukry: 90.39 g; Błonnik pok.: 28.59 g; Sód: 4407.65 mg;	Wartość energetyczna: 2717.71 kcal; Białko ogółem: 154.58 g; Tłuszcz: 97.81 g; Kw. tł. nasy.: 33.00 g; Węglowodany ogółem: 422.13 g; W tym cukry: 36.14 g; Błonnik pok.: 46.17 g; Sód: 4774.59 mg;	Wartość energetyczna: 2265.73 kcal; Białko ogółem: 68.19 g; Tłuszcz: 61.94 g; Kw. tł. nasy.: 21.32 g; Węglowodany ogółem: 378.24 g; W tym cukry: 84.18 g; Błonnik pok.: 32.95 g; Sód: 1936.15 mg;	Wartość energetyczna: 3205.51 kcal; Białko ogółem: 136.59 g; Tłuszcz: 96.88 g; Kw. tł. nasy.: 37.38 g; Węglowodany ogółem: 440.94 g; W tym cukry: 95.89 g; Błonnik pok.: 29.47 g; Sód: 4175.29 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 (GLU PSZ, MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE) Salceson z indykami z dodatkiem surowców wleprzowych parzony 50 g (SOJ, SEL) Ogórek świeży 100 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Miód (25g) 1 szt	Platki pszenne na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE) Szynkowa debowa 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	Platki pszenne na wywarze jarzynowym 300 ml (GLU PSZ, SEL) Chleb Graham 100 g (GLU PSZ) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE) Szynkowa debowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Ogórek świeży 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	Platki pszenne 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) Szynkowa debowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Miód (25g) 1 szt	Platki pszenne na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE) Twarożek 100 g (MLE) Salceson z indykami z dodatkiem surowców wleprzowych parzony 50 g (SOJ, SEL) Ogórek świeży 100 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Miód (25g) 1 szt	Platki pszenne na wywarze jarzynowym 300 ml (GLU PSZ, SEL) Chleb Graham 100 g (GLU PSZ) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE) Twarożek 100 g (MLE) Szynkowa debowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Ogórek świeży 100 g 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 debowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (SEL) 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) Szynkowa debowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Ser mozzarella 50 g (MLE) Brzoskwinie w syropie 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml Miód (25g) 1 szt
	II SN							
Obiad	Jarzynowa z ziemniakami* 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Wątróbka drobiowa smażona z cebulką 100 g (GLU PSZ) Salatka z buraczków i jabłka z olejem 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Jarzynowa z ziemniakami* 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JECZ.) Potrawka drobiowa z warzywami* 150 g (GLU PSZ, SEL) Buraczki gotowane drobno tarte 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Jarzynowa z ziemniakami* 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Kasza pęczak/sypko 200 g (GLU JECZ.) Potrawka drobiowa z warzywami* 150 g (GLU PSZ, SEL) Salatka z buraczków i jabłka z olejem 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Jarzynowa z ziemniakami* 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JECZ.) Udziec z kurczaka gotowany b/k b/s 100 g Sos koperkowy* 80 ml (GLU PSZ, MLE) Buraczki gotowane drobno tarte 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Jarzynowa z ziemniakami* 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Udziec z kurczaka gotowany b/k b/s 100 g Wątróbka drobiowa smażona z cebulką 100 g (GLU PSZ) Buraczki gotowane drobno tarte 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Jarzynowa z ziemniakami* 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Kasza pęczak/sypko 200 g (GLU JECZ.) Udziec z kurczaka gotowany b/k b/s 100 g Potrawka drobiowa z warzywami* 150 g (GLU PSZ, SEL) Salatka z buraczków i jabłka z olejem 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami* 400 ml (MLE, SEL) Ryż na sypko 200 g Potrawka drobiowa z warzywami (bez glutenu)* 150 g (SEL) Buraczki gotowane drobno tarte 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Jarzynowa z ziemniakami* 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Kasza pęczak/sypko 200 g (GLU JECZ.) Potrawka drobiowa z warzywami* 150 g (GLU PSZ, SEL) Udziec z kurczaka gotowany b/k b/s 100 g Buraczki gotowane drobno tarte 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml
	PD							
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) Pasztecik z soczewicy* 100 g (GLU PSZ, JAJ) Papryka świeża 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (SOJ) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (SOJ) Banan 1szt. 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) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (SOJ) Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 150 g (GLU PSZ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE) 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	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) Pasztecik z soczewicy* 100 g (GLU PSZ, JAJ) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (SOJ) Papryka świeża 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb Graham 150 g (GLU PSZ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (SOJ) Pasztecik z soczewicy* 100 g (GLU PSZ, JAJ) Jabłko 1 szt 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) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (SOJ) Banan 1szt. 1 szt Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	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) Serek wiejski ziarnisty 200g 1 szt (MLE) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.)
	PN	Mini Crisper pieczywo chrupkie jaglane z nasionami chia 30 g 1 szt (GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JECZ, może zawierać: ORZ, SEZ.) Serek twarogowy śmietankowy 16,67g (kiri,haga) 1 szt (MLE)	Chleb Graham 30 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 5 g (MLE) Serek twarogowy śmietankowy 16,67g (kiri,haga) 1 szt (MLE) Salata zielona 5 g	Serek twarogowy śmietankowy 16,67g (kiri,haga) 1 szt (MLE) Wafle ryżowe 20 g	Mini Crisper pieczywo chrupkie jaglane z nasionami chia 30 g 1 szt (GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JECZ, może zawierać: ORZ, SEZ.) Serek twarogowy śmietankowy 16,67g (kiri,haga) 1 szt (MLE)	Masło extra 82% 5 g (MLE) Chleb Graham 30 g (GLU PSZ) Serek twarogowy śmietankowy 16,67g (kiri,haga) 1 szt (MLE) Salata zielona 5 g	Serek twarogowy śmietankowy 16,67g (kiri,haga) 1 szt (MLE) Wafle ryżowe 20 g	Mini Crisper pieczywo chrupkie jaglane z nasionami chia 30 g 1 szt (GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JECZ, może zawierać: ORZ, SEZ.) Serek twarogowy śmietankowy 16,67g (kiri,haga) 1 szt (MLE)
	Wartość energetyczna: 2918.31 kcal; Białko ogółem: 99.98 g; Tłuszcz: 93.40 g; Kw. tł. nasy.: 33.88 g; Węglowodany ogółem: 449.70 g; W tym cukry: 95.53 g; Błonnik pok.: 40.75 g; Sód: 3740.78 mg;	Wartość energetyczna: 2594.06 kcal; Białko ogółem: 91.04 g; Tłuszcz: 56.81 g; Kw. tł. nasy.: 29.30 g; Węglowodany ogółem: 453.85 g; W tym cukry: 131.27 g; Błonnik pok.: 32.77 g; Sód: 3830.67 mg;	Wartość energetyczna: 2264.91 kcal; Białko ogółem: 89.19 g; Tłuszcz: 67.57 g; Kw. tł. nasy.: 29.20 g; Węglowodany ogółem: 367.31 g; W tym cukry: 42.78 g; Błonnik pok.: 49.40 g; Sód: 4441.26 mg;	Wartość energetyczna: 2463.97 kcal; Białko ogółem: 100.07 g; Tłuszcz: 56.99 g; Kw. tł. nasy.: 27.78 g; Węglowodany ogółem: 405.96 g; W tym cukry: 99.19 g; Błonnik pok.: 25.72 g; Sód: 3098.66 mg;	Wartość energetyczna: 3183.88 kcal; Białko ogółem: 150.96 g; Tłuszcz: 97.30 g; Kw. tł. nasy.: 37.20 g; Węglowodany ogółem: 450.12 g; W tym cukry: 102.81 g; Błonnik pok.: 34.96 g; Sód: 4191.37 mg;	Wartość energetyczna: 2950.40 kcal; Białko ogółem: 148.75 g; Tłuszcz: 98.73 g; Kw. tł. nasy.: 35.86 g; Węglowodany ogółem: 410.92 g; W tym cukry: 48.51 g; Błonnik pok.: 55.32 g; Sód: 4791.47 mg;	Wartość energetyczna: 2410.39 kcal; Białko ogółem: 58.43 g; Tłuszcz: 61.08 g; Kw. tł. nasy.: 23.20 g; Węglowodany ogółem: 426.63 g; W tym cukry: 110.54 g; Błonnik pok.: 34.50 g; Sód: 1617.61 mg;	Wartość energetyczna: 2954.25 kcal; Białko ogółem: 147.01 g; Tłuszcz: 87.03 g; Kw. tł. nasy.: 32.46 g; Węglowodany ogółem: 427.65 g; W tym cukry: 91.09 g; Błonnik pok.: 37.35 g; Sód: 5341.40 mg;

	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 manna na mleku 300 ml (GLUPSZ, MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 60 g (GLUPSZ, MLE.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Twarożek 100 g (MLE.) Jabłko 1 szt 1 szt Kakao z makiem z/c 250 ml (MLE.)	Kasza manna na mleku 300 ml (GLUPSZ, MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLUPSZ, MLE.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Filet zapiekany drobiowy 50 g (MLE.) Jabłko 1 szt 1 szt Kakao z makiem z/c 250 ml (MLE.)	Kasza manna na wywarze jarzynowym* 300 ml (GLUPSZ, SEL.) Chleb Graham 100 g (GLUPSZ, MLE.) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLUPSZ, MLE.) 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	Kasza manna na mleku 300 ml (GLUPSZ, MLE.) Bułka pszenna długa krojona 150 g (GLUPSZ, MLE.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Filet zapiekany drobiowy 50 g (MLE.) Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Kasza manna na mleku 300 ml (GLUPSZ, MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLUPSZ, MLE.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Twarożek 100 g (MLE.) Filet zapiekany drobiowy 50 g (MLE.) Jabłko 1 szt 1 szt Kakao z makiem z/c 250 ml (MLE.)	Kasza manna na wywarze jarzynowym* 300 ml (GLUPSZ, SEL.) Chleb Graham 100 g (GLUPSZ, MLE.) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLUPSZ, MLE.) 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	Ryż 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 Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLUPSZ, MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Filet zapiekany drobiowy 50 g (MLE.) Ser żółty 50 g (MLE.) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml
			Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt			Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt		Kisiel o smaku wiśniowym z/c 150 ml
Obiad	Pomidorowa z makaronem * 400 ml (GLUPSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Kotlet schabowy 120 g (GLUPSZ, JAJ.) Mizeria 200 g (MLE.) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem * 400 ml (GLUPSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Bitka schabowa duszona 100 g (GLUPSZ, MLE.) Sos własny () 80 ml (GLUPSZ, SEL.) Dyńka duszona z marchewką * 200 g (GLUPSZ, MLE.) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem * 400 ml (GLUPSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Sos własny () 80 ml (GLUPSZ, SEL.) Bitka schabowa duszona 100 g (GLUPSZ, MLE.) Mizeria 200 g (MLE.) Kompot owocowy* b/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem * 400 ml (GLUPSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Bitka schabowa duszona 100 g (GLUPSZ, MLE.) Sos własny () 80 ml (GLUPSZ, SEL.) Dyńka duszona z marchewką * 200 g (GLUPSZ, MLE.) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem * 400 ml (GLUPSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Kotlet schabowy 120 g (GLUPSZ, JAJ.) Bitka schabowa duszona 100 g (GLUPSZ, MLE.) Sos własny () 80 ml (GLUPSZ, SEL.) Mizeria 200 g (MLE.) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem * 400 ml (GLUPSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Bitka schabowa duszona 100 g (GLUPSZ, MLE.) Pulpet wieprzowy 120 g (GLUPSZ, JAJ.) Sos własny () 80 ml (GLUPSZ, SEL.) Mizeria 200 g (MLE.) Kompot owocowy* b/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem (bez glutenu)* 400 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Bitka schabowa duszona (bez glutenu) 100 g Sos własny (bez glutenu) 80 ml Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem * 400 ml (GLUPSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Bitka schabowa duszona 100 g (GLUPSZ, MLE.) Kotlet schabowy 120 g (GLUPSZ, JAJ.) Sos własny () 80 ml (GLUPSZ, SEL.) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml
			Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE.)			Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE.)		Wafelki 30 g (GLUPSZ, SOJ, MLE.)
Kolejka	Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 60 g (GLUPSZ, 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.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Pasta warzywna* 100 g (SEL.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLUPSZ, 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.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Pasta warzywna* 100 g (SEL.)	Chleb Graham 150 g (GLUPSZ, 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.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Pasta warzywna* 100 g (SEL.)	Bułka pszenna długa krojona 150 g (GLUPSZ, 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.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Kisiel o smaku wiśniowym z/c 150 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLUPSZ, 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.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Pasta warzywna* 100 g (SEL.)	Chleb Graham 150 g (GLUPSZ, 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.) Jajko gotowane kl L 1 szt (JAJ.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Pasta warzywna* 100 g (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 Kisiel o smaku wiśniowym z/c 150 ml Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLUPSZ, 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* 100 g (SEL.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.)
		Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Twaróg półtłusty 20 g (MLE.) Sałata zielona 5 g	Chleb Graham 30 g (GLUPSZ, MLE.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Twaróg półtłusty 20 g (MLE.) Sałata zielona 5 g	Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLUPSZ, MLE.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Twaróg półtłusty 20 g (MLE.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Twaróg półtłusty 20 g (MLE.) Sałata zielona 5 g	Chleb Graham 30 g (GLUPSZ, MLE.) Twaróg półtłusty 20 g (MLE.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Sałata zielona 5 g	Chleb bezglutenowy 30 g (SEZ, może zawierać: ORZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Twaróg półtłusty 20 g (MLE.)	Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLUPSZ, MLE.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Twaróg półtłusty 20 g (MLE.)
PN	Wartość energetyczna: 2744.72 kcal; Białko ogółem: 115.00 g; Tłuszcz: 85.47 g; Kw. tł. nasy.: 35.91 g; Węglowodany ogółem: 406.79 g; W tym cukry: 85.61 g; Błonnik pok.: 31.19 g; Sód: 3446.80 mg;	Wartość energetyczna: 2719.62 kcal; Białko ogółem: 116.84 g; Tłuszcz: 76.32 g; Kw. tł. nasy.: 31.94 g; Węglowodany ogółem: 412.29 g; W tym cukry: 88.65 g; Błonnik pok.: 30.65 g; Sód: 3716.57 mg;	Wartość energetyczna: 2356.28 kcal; Białko ogółem: 115.83 g; Tłuszcz: 71.38 g; Kw. tł. nasy.: 31.18 g; Węglowodany ogółem: 349.10 g; W tym cukry: 42.98 g; Błonnik pok.: 40.65 g; Sód: 3037.67 mg;	Wartość energetyczna: 2681.79 kcal; Białko ogółem: 113.91 g; Tłuszcz: 67.12 g; Kw. tł. nasy.: 28.75 g; Węglowodany ogółem: 421.39 g; W tym cukry: 98.65 g; Błonnik pok.: 23.76 g; Sód: 2978.88 mg;	Wartość energetyczna: 3264.30 kcal; Białko ogółem: 169.44 g; Tłuszcz: 108.44 g; Kw. tł. nasy.: 41.19 g; Węglowodany ogółem: 423.74 g; W tym cukry: 86.78 g; Błonnik pok.: 26.84 g; Sód: 3983.57 mg;	Wartość energetyczna: 2815.42 kcal; Białko ogółem: 165.56 g; Tłuszcz: 95.25 g; Kw. tł. nasy.: 38.30 g; Węglowodany ogółem: 360.75 g; W tym cukry: 43.16 g; Błonnik pok.: 41.00 g; Sód: 3645.18 mg;	Wartość energetyczna: 2378.89 kcal; Białko ogółem: 80.15 g; Tłuszcz: 71.12 g; Kw. tł. nasy.: 25.28 g; Węglowodany ogółem: 365.55 g; W tym cukry: 73.18 g; Błonnik pok.: 23.81 g; Sód: 1650.25 mg;	Wartość energetyczna: 3286.58 kcal; Białko ogółem: 156.53 g; Tłuszcz: 125.59 g; Kw. tł. nasy.: 52.33 g; Węglowodany ogółem: 399.86 g; W tym cukry: 52.44 g; Błonnik pok.: 23.43 g; Sód: 3957.27 mg;

DIETETYK CENTRALNY
mgr Emilia Łaska

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,