

	ŁÓDŹ- ICZMP Podstawowa Dorosli	ŁÓDŹ- ICZMP Podstawowa Dzieci	ŁÓDŹ- ICZMP Bezmleczna podstawowa	ŁÓDŹ- ICZMP Łatwo strawna Dorosli	ŁÓDŹ- ICZMP Łatwo strawna Dzieci	ŁÓDŹ- ICZMP Bogatobiałkowa	ŁÓDŹ- ICZMP II rok życia	ŁÓDŹ- ICZMP Cukrzycowa	ŁÓDŹ- ICZMP Bezglutenowa podstawowa	ŁÓDŹ- ICZMP Wegetariańska	ŁÓDŹ- ICZMP Wysokoenergetyczna
Śniadanie	Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 20 g Pomidor 40 g Majonez z groszkiem 40 g (<u>JAJ, MLE, GOR</u>) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 20 g Pomidor 40 g Majonez z groszkiem 40 g (<u>JAJ, MLE, GOR</u>) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml 1 szt (<u>MLE</u>)	Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 20 g Pomidor b/skórki 70 g Mix салат 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Chrupki kukurydziane 25 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 20 g Pomidor b/skórki 70 g Mix салат 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Bulka pszenna długa krojona 120 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 20 g Pomidor b/skórki 70 g Mix салат 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Jogurt owoce leśne 100g 1 szt (<u>MLE</u>)	Bulka pszenna długa krojona 120 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 20 g Pomidor 70 g Mix салат 10 g Kawa zbozowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>) Jogurt owoce leśne 100g 1 szt (<u>MLE</u>)	Bulka pszenna długa krojona 120 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 20 g Pomidor 70 g Mix салат 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	Chleb Graham 120 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 20 g Pomidor 70 g Mix салат 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 120 g (<u>MLE</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 20 g Pomidor 70 g Mix салат 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Jogurt owoce leśne 100g 1 szt (<u>MLE</u>)	Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 20 g Pomidor 70 g Mix салат 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml 1 szt (<u>MLE</u>)	Chleb Graham 60 g (<u>GLU PSZ</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 20 g Pomidor b/skórki 70 g Mix салат 10 g Kawa zbozowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>) Jogurt owoce leśne 100g 1 szt (<u>MLE</u>)
	II SN							jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>MLE</u>)			
Obiad	Rosół z makaronem () 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Ziemniaki z koperkiem () 200 g udziec z kurczaka pieczony z/c z/s 100 g Surówka z marchwi i jabłka z olejem () 75 g Cukinia pieczona z olejem * 75 g Kompotowocowy* z/c 250 ml Ciasto piernik 70 g (<u>GLU PSZ, MLE, SO2, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>)	Rosół z makaronem () 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Ziemniaki z koperkiem () 200 g udziec z kurczaka pieczony z/c z/s 100 g Surówka z marchwi i jabłka z olejem () 50 g Cukinia pieczona z olejem * 75 g Kompotowocowy* z/c 250 ml Ciasto piernik 70 g (<u>GLU PSZ, MLE, SO2, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>)	Rosół z makaronem () 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Ziemniaki z koperkiem () 200 g udziec z kurczaka pieczony z/c z/s 100 g Marchew gotowana z olejem () 75 g Cukinia pieczona z olejem * 75 g Kompotowocowy* z/c 250 ml	Ciasto piernik 70 g (<u>GLU PSZ, MLE, SO2, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>) Rosół z makaronem () 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Ziemniaki z koperkiem () 200 g udziec drobiowy gotowany z/c z/s 100 g Marchew gotowana z olejem () 75 g Cukinia pieczona z olejem * 75 g Kompotowocowy* z/c 250 ml	Ciasto piernik 70 g (<u>GLU PSZ, MLE, SO2, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>) Rosół z makaronem () 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Ziemniaki z koperkiem () 200 g udziec drobiowy gotowany z/c z/s 150 g Marchew gotowana z olejem () 50 g Cukinia pieczona z olejem * 75 g Kompotowocowy* z/c 250 ml	Ciasto piernik 70 g (<u>GLU PSZ, MLE, SO2, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>) Rosół z makaronem () 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Ziemniaki z koperkiem () 200 g udziec z kurczaka pieczony z/c z/s 100 g Marchew gotowana z olejem () 75 g Cukinia pieczona z olejem * 75 g Kompotowocowy* z/c 250 ml	Rosół z makaronem () 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Ziemniaki z koperkiem () 200 g udziec drobiowy gotowany z/c z/s 100 g Marchew gotowana z olejem () 50 g Cukinia pieczona z olejem * 75 g Kompotowocowy* z/c 250 ml	Rosół z makaronem () 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Ziemniaki z koperkiem () 200 g udziec drobiowy gotowany z/c z/s 100 g Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c () 75 g Cukinia pieczona z olejem * 75 g Kompotowocowy* b/c 250 ml	Rosół z makaronem (bez glutenu) () 350 ml (<u>SEL</u>) Ziemniaki z koperkiem () 200 g udziec z kurczaka pieczony z/c z/s 100 g Surówka z marchwi i jabłka z olejem () 75 g Cukinia pieczona z olejem * 75 g Kompotowocowy* z/c 250 ml	Ciasto piernik 70 g (<u>GLU PSZ, MLE, SO2, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>) Bulion warzywny () 350 ml (<u>SEL</u>) Ziemniaki z koperkiem () 200 g Kotlety sojowe 100 g (<u>SOJ</u>) Surówka z marchwi i jabłka z olejem () 75 g Cukinia pieczona z olejem * 75 g Kompotowocowy* z/c 250 ml	Rosół z makaronem () 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Ziemniaki z koperkiem () 200 g udziec drobiowy gotowany z/c z/s 150 g Marchew gotowana z olejem () 75 g Cukinia pieczona z olejem * 75 g Kompotowocowy* z/c 250 ml
	PD		Mandarynka 1 szt		Mus z jabłek () z/c 150 g	Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Twaróg półtłusty 20 g (<u>MLE</u>)	Mus z jabłek () z/c 150 g		Mandarynka 1 szt		Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Twaróg półtłusty 20 g (<u>MLE</u>)
Kolejca	Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Szynka na kartki-wieprzowa,wędzona,parzona 60 g Ogórek kiszony 60 g Chrzan 20 g (<u>MLE, SO2</u>) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Szynka na kartki-wieprzowa,wędzona,parzona 60 g Ogórek kiszony 60 g Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Szynka na kartki-wieprzowa,wędzona,parzona 60 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Pomidor b/skórki 60 g Salata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Szynka na kartki-wieprzowa,wędzona,parzona 60 g Pomidor b/skórki 60 g Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Bulka pszenna długa krojona 120 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Szynka na kartki-wieprzowa,wędzona,parzona 60 g Pomidor b/skórki 60 g Ser żółty 60 g (<u>MLE</u>) Salata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Salata zielona 20 g	Chleb Graham 60 g (<u>GLU PSZ</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Szynka na kartki-wieprzowa,wędzona,parzona 60 g Ogórek kiszony 60 g Chrzan 20 g (<u>MLE, SO2</u>) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Bulka pszenna długa krojona 120 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Szynka na kartki-wieprzowa,wędzona,parzona 60 g Pomidor b/skórki 60 g Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb Graham 120 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Szynka na kartki-wieprzowa,wędzona,parzona 60 g Ogórek kiszony 60 g Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 120 g (<u>MLE</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Szynka na kartki-wieprzowa,wędzona,parzona 60 g Ogórek kiszony 60 g Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Twarożek 60 g (<u>MLE</u>) Ogórek kiszony 60 g Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb Graham 60 g (<u>GLU PSZ</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Ser żółty 60 g (<u>MLE</u>) Szynka na kartki-wieprzowa,wędzona,parzona 60 g Pomidor b/skórki 60 g Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml
	PN	Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt			Bulka pszenna długa krojona 30 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Szynka z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i białek mleka,wędzona,parzona 20 g (<u>SOJ, MLE, GLU OW</u>)	Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt			Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Szynka z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i białek mleka,wędzona,parzona 20 g (<u>SOJ, MLE, GLU OW</u>)	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt
	E: 2321.42 kcal; B: 85.87 g; T: 85.88 g; Kw. tł. nasy.: 29.84 g; W: 309.39 g; W tym cukry: 40.96 g; Bł.: 24.89 g; Sól: 7.75 g;	E: 2421.57 kcal; B: 89.39 g; T: 86.72 g; Kw. tł. nasy.: 30.62 g; W: 302.54 g; W tym cukry: 52.93 g; Bł.: 25.77 g; Sól: 7.71 g;	E: 2077.08 kcal; B: 84.41 g; T: 64.02 g; Kw. tł. nasy.: 17.05 g; W: 319.43 g; W tym cukry: 49.54 g; Bł.: 29.47 g; Sól: 7.44 g;	E: 2315.20 kcal; B: 89.57 g; T: 79.79 g; Kw. tł. nasy.: 30.31 g; W: 354.49 g; W tym cukry: 42.38 g; Bł.: 23.50 g; Sól: 7.43 g;	E: 2437.33 kcal; B: 92.76 g; T: 76.19 g; Kw. tł. nasy.: 30.31 g; W: 354.49 g; W tym cukry: 55.00 g; Bł.: 23.73 g; Sól: 4.92 g;	E: 3027.32 kcal; B: 141.38 g; T: 113.50 g; Kw. tł. nasy.: 49.53 g; W: 373.60 g; W tym cukry: 54.21 g; Bł.: 30.79 g; Sól: 10.16 g;	E: 2187.56 kcal; B: 89.28 g; T: 65.06 g; Kw. tł. nasy.: 27.86 g; W: 321.26 g; W tym cukry: 55.09 g; Bł.: 23.76 g; Sól: 4.84 g;	E: 1997.92 kcal; B: 96.84 g; T: 72.75 g; Kw. tł. nasy.: 30.79 g; W: 253.41 g; W tym cukry: 27.80 g; Bł.: 31.13 g; Sól: 7.63 g;	E: 2104.18 kcal; B: 72.26 g; T: 74.47 g; Kw. tł. nasy.: 26.69 g; W: 289.79 g; W tym cukry: 55.24 g; Bł.: 19.63 g; Sól: 3.76 g;	E: 2086.85 kcal; B: 72.28 g; T: 59.13 g; Kw. tł. nasy.: 25.10 g; W: 323.91 g; W tym cukry: 57.24 g; Bł.: 34.51 g; Sól: 6.50 g;	E: 3116.30 kcal; B: 147.65 g; T: 118.58 g; Kw. tł. nasy.: 52.64 g; W: 380.26 g; W tym cukry: 55.85 g; Bł.: 31.34 g; Sól: 11.07 g;

	ŁÓDŹ- ICZMP Podstawowa Dorosli	ŁÓDŹ- ICZMP Podstawowa Dzieci	ŁÓDŹ- ICZMP Bezmleczna podstawowa	ŁÓDŹ- ICZMP Łatwo strawna Dorosli	ŁÓDŹ- ICZMP Łatwo strawna Dzieci	ŁÓDŹ- ICZMP Bogatobiałkowa	ŁÓDŹ- ICZMP II rok życia	ŁÓDŹ- ICZMP Cukrzycowa	ŁÓDŹ- ICZMP Bezglutenowa podstawowa	ŁÓDŹ- ICZMP Wegetariańska	ŁÓDŹ- ICZMP Wysokoenergetyczna
Straszenie	Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Salatka jarzynowa () 100 g (<u>JAJ, MLE, SEL, GOR</u>) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 60 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>)	Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Salatka jarzynowa () 100 g (<u>JAJ, MLE, SEL, GOR</u>) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 60 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>) Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml	Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw. 80% tł 15 g Salatka jarzynowa - dieta (bez mleka) () 100 g (<u>SEL</u>) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 60 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>) Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Salatka jarzynowa - dieta () 100 g (<u>MLE, SEL</u>) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 60 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>) Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml	Bulka pszenna długa krojona 120 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 60 g Salatka jarzynowa - dieta () 100 g (<u>MLE, SEL</u>) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>) Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml	Chleb Graham 60 g (<u>GLU PSZ</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Salatka jarzynowa - dieta () 100 g (<u>MLE, SEL</u>) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 60 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>) Jogurt truskawkowy 100 g 1 szt (<u>MLE</u>)	Bulka pszenna długa krojona 120 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 60 g Salatka jarzynowa - dieta () 100 g (<u>MLE, SEL</u>) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>) Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml	Chleb Graham 120 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Salatka jarzynowa () 100 g (<u>JAJ, MLE, SEL, GOR</u>) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 60 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 120 g (<u>MLE</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Salatka jarzynowa () 100 g (<u>JAJ, MLE, SEL, GOR</u>) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 60 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Salatka jarzynowa - dieta () 100 g (<u>MLE, SEL</u>) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 60 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>) Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml	Chleb Graham 60 g (<u>GLU PSZ</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Salatka jarzynowa () 100 g (<u>JAJ, MLE, SEL, GOR</u>) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 60 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>) Jogurt truskawkowy 100 g 1 szt (<u>MLE</u>)
	II SN									Kisiel o smaku truskawkowym b/c 150 ml	
Obiad	Pomidorowa z ryżem () 350 ml (<u>MLE, SEL</u>) Ziemniaki z koperkiem () 200 g Kotlet schabowy 60 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Surówka wielowarzynowa z olejem () 75 g (<u>SEL</u>) Buraczki gotowane () 75 g Kompotowocowy* z/c 250 ml	Pomidorowa z ryżem (bez mleka) () 350 ml (<u>SEL</u>) Ziemniaki z koperkiem () 200 g Kotlet schabowy 60 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Szpinał gotowany z olejem* 75 g (<u>GLU PSZ</u>) Buraczki gotowane () 75 g Kompotowocowy* z/c 250 ml	Pomidorowa z ryżem () 350 ml (<u>MLE, SEL</u>) Ziemniaki z koperkiem () 200 g Bitka schabowa 60 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Sos własny () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Szpinał gotowany z olejem* 75 g (<u>GLU PSZ</u>) Buraczki gotowane () 75 g Kompotowocowy* z/c 250 ml	Pomidorowa z ryżem () 350 ml (<u>MLE, SEL</u>) Ziemniaki z koperkiem () 200 g Bitka schabowa 60 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Bitka schabowa 60 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Sos własny () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Szpinał gotowany z olejem* 75 g (<u>GLU PSZ</u>) Buraczki gotowane () 75 g Kompotowocowy* z/c 250 ml	Pomidorowa z ryżem () 350 ml (<u>MLE, SEL</u>) Ziemniaki z koperkiem () 200 g Kotlet schabowy 60 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Bitka schabowa 60 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Sos własny () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Szpinał gotowany z olejem* 75 g (<u>GLU PSZ</u>) Buraczki gotowane () 75 g Kompotowocowy* z/c 250 ml	Pomidorowa z ryżem () 300 ml (<u>MLE, SEL</u>) Ziemniaki z koperkiem () 150 g Żrazik wieprzowy gotowany mielony 60 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Sos własny () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Szpinał gotowany z olejem* 75 g (<u>GLU PSZ</u>) Buraczki gotowane () 75 g Kompotowocowy* z/c 250 ml	Pomidorowa z ryżem () 350 ml (<u>MLE, SEL</u>) Ziemniaki z koperkiem () 200 g Bitka schabowa 60 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Surówka wielowarzynowa z olejem b/c () 75 g (<u>SEL</u>) Szpinał gotowany z olejem* 75 g (<u>GLU PSZ</u>) Kompotowocowy* b/c 250 ml	Pomidorowa z ryżem () 350 ml (<u>MLE, SEL</u>) Ziemniaki z koperkiem () 200 g Bitka schabowa (bez glutenu) 60 g Sos własny (bez glutenu) 100 ml Szpinał gotowany z olejem (bez glutenu)* 75 g Buraczki gotowane () 75 g Kompotowocowy* z/c 250 ml	Pomidorowa z ryżem () 350 ml (<u>MLE, SEL</u>) Naleśniki ruskie () 300 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>) Surówka wielowarzynowa z olejem () 75 g (<u>SEL</u>) Buraczki gotowane () 75 g Kompotowocowy* z/c 250 ml	Pomidorowa z ryżem () 350 ml (<u>MLE, SEL</u>) Ziemniaki z koperkiem () 200 g Bitka schabowa 100 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Sosp własny () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Szpinał gotowany z olejem* 75 g (<u>GLU PSZ</u>) Buraczki gotowane () 75 g Kompotowocowy* z/c 250 ml	Pomidorowa z ryżem () 350 ml (<u>MLE, SEL</u>) Ziemniaki z koperkiem () 200 g Bitka schabowa 100 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Sosp własny () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Szpinał gotowany z olejem* 75 g (<u>GLU PSZ</u>) Buraczki gotowane () 75 g Kompotowocowy* z/c 250 ml
	PD	Chalka 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>)	Chrupki kukurydziane 25 g	Chalka 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>)	Chalka 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>)	Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<u>MLE</u>)	Chalka 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>)	Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<u>MLE</u>)	Chrupki kukurydziane 25 g	Chalka 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>)	Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>)
Kolacja	Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Szynka Delikatesowa z kurczaka produkt drobiowy grubo rozdrobiony parzony w osłonce niejadalnej 60 g Rzodkiew biała 60 g Żurawina domięs 20 g (<u>SOJ</u>) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Szynka Delikatesowa z kurczaka produkt drobiowy grubo rozdrobiony parzony w osłonce niejadalnej 60 g Pomidor 60 g Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Szynka Delikatesowa z kurczaka produkt drobiowy grubo rozdrobiony parzony w osłonce niejadalnej 60 g Pomidor b/skórki 60 g Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Bulka pszenna długa krojona 120 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Szynka Delikatesowa z kurczaka produkt drobiowy grubo rozdrobiony parzony w osłonce niejadalnej 60 g Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Bulka pszenna długa krojona 120 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Szynka Delikatesowa z kurczaka produkt drobiowy grubo rozdrobiony parzony w osłonce niejadalnej 60 g Pomidor 60 g Salata zielona 20 g Pasztet z soczewicy () 40 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Pomidor 60 g Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb Graham 60 g (<u>GLU PSZ</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Szynka Delikatesowa z kurczaka produkt drobiowy grubo rozdrobiony parzony w osłonce niejadalnej 60 g Pomidor 60 g Salata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Bulka pszenna długa krojona 120 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Szynka Delikatesowa z kurczaka produkt drobiowy grubo rozdrobiony parzony w osłonce niejadalnej 60 g Pomidor 60 g Rzodkiew biała 60 g Chrzan 20 g (<u>MLE, SOJ</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 120 g (<u>MLE</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Szynka Delikatesowa z kurczaka produkt drobiowy grubo rozdrobiony parzony w osłonce niejadalnej 60 g Pomidor 60 g Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Pasztet z soczewicy () 60 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Pomidor 60 g Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb Graham 60 g (<u>GLU PSZ</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Szynka Delikatesowa z kurczaka produkt drobiowy grubo rozdrobiony parzony w osłonce niejadalnej 60 g Pasztet z soczewicy () 40 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Pomidor 60 g Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	
	PN	Banan 1szt. 1 szt		Bulka pszenna długa krojona 30 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Schab Krotoszyński wedzonka wieprzowa z dodatkiem wody wedzona parzona 20 g (<u>SOJ, MLE</u>)		Banan 1szt. 1 szt		Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Schab Krotoszyński wedzonka wieprzowa z dodatkiem wody wedzona parzona 20 g (<u>SOJ, MLE</u>)	Banan 1szt. 1 szt		Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Schab Krotoszyński wedzonka wieprzowa z dodatkiem wody wedzona parzona 20 g (<u>SOJ, MLE</u>)
	E: 2280.23 kcal; B: 77.65 g; T: 64.94 g; Kw. tł. nasy.: 24.22 g; W: 360.30 g; W tym cukry: 95.44 g; Bł.: 32.15 g; Sól: 8.73 g;	E: 2698.13 kcal; B: 83.96 g; T: 74.67 g; Kw. tł. nasy.: 26.96 g; W: 437.49 g; W tym cukry: 118.19 g; Bł.: 32.17 g; Sól: 8.77 g;	E: 2316.48 kcal; B: 74.29 g; T: 57.63 g; Kw. tł. nasy.: 16.93 g; W: 389.35 g; W tym cukry: 106.12 g; Bł.: 32.00 g; Sól: 8.07 g;	E: 2125.10 kcal; B: 86.69 g; T: 58.90 g; Kw. tł. nasy.: 26.39 g; W: 322.65 g; W tym cukry: 53.55 g; Bł.: 24.72 g; Sól: 9.24 g;	E: 2640.93 kcal; B: 95.15 g; T: 64.38 g; Kw. tł. nasy.: 26.17 g; W: 432.43 g; W tym cukry: 117.19 g; Bł.: 24.00 g; Sól: 7.01 g;	E: 2802.78 kcal; B: 116.85 g; T: 78.91 g; Kw. tł. nasy.: 28.21 g; W: 421.67 g; W tym cukry: 102.74 g; Bł.: 36.10 g; Sól: 9.62 g;	E: 2522.01 kcal; B: 86.83 g; T: 61.77 g; Kw. tł. nasy.: 26.37 g; W: 415.85 g; W tym cukry: 116.27 g; Bł.: 22.37 g; Sól: 6.69 g;	E: 2033.62 kcal; B: 90.42 g; T: 69.02 g; Kw. tł. nasy.: 26.78 g; W: 278.34 g; W tym cukry: 33.37 g; Bł.: 33.03 g; Sól: 8.91 g;	E: 2287.71 kcal; B: 67.59 g; T: 70.27 g; Kw. tł. nasy.: 22.75 g; W: 352.96 g; W tym cukry: 89.54 g; Bł.: 21.76 g; Sól: 4.92 g;	E: 3326.52 kcal; B: 97.13 g; T: 98.77 g; Kw. tł. nasy.: 29.51 g; W: 528.56 g; W tym cukry: 127.29 g; Bł.: 36.00 g; Sól: 6.86 g;	E: 2828.41 kcal; B: 125.10 g; T: 93.25 g; Kw. tł. nasy.: 34.61 g; W: 387.95 g; W tym cukry: 60.30 g; Bł.: 35.60 g; Sól: 11.12 g;

	ŁÓDŹ- ICZMP Podstawowa Doroshi	ŁÓDŹ- ICZMP Podstawowa Dzieci	ŁÓDŹ- ICZMP Bezmleczna podstawowa	ŁÓDŹ- ICZMP Łatwo strawna Doroshi	ŁÓDŹ- ICZMP Łatwo strawna Dzieci	ŁÓDŹ- ICZMP Bogatobiałkowa	ŁÓDŹ- ICZMP II rok życia	ŁÓDŹ- ICZMP Cukrzycowa	ŁÓDŹ- ICZMP Bezglutenowa podstawowa	ŁÓDŹ- ICZMP Wegetariańska	ŁÓDŹ- ICZMP Wysokoenergetyczna	
Strzeżenie	Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 60 g Pasta z ryby gotowanej (miruna) i warzyw () 60 g (<u>RYB, SEL</u>) Ogórek kiszony 60 g Jabłko 1 szt 1 szt Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 60 g Pasta z ryby gotowanej (miruna) i warzyw () 60 g (<u>RYB, SEL</u>) Ogórek kiszony 60 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Budyń o smaku czekoladowym z/c 150 ml (<u>MLE</u>)	Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw. 80% tł 15 g Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 60 g Ogórek kiszony 60 g Rozspzonka 10 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 60 g Salata zielona 20 g Jabłko 1 szt 1 szt Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Bulka pszenna długa krojona 120 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 60 g Dżem 25 g 1 szt Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Budyń o smaku czekoladowym z/c 150 ml (<u>MLE</u>)	Chleb Graham 60 g (<u>GLU PSZ</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 60 g Pasta z ryby gotowanej (miruna) i warzyw () 60 g (<u>RYB, SEL</u>) Rozspzonka 10 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>) Budyń o smaku czekoladowym z/c 150 ml (<u>MLE</u>)	Bulka pszenna długa krojona 120 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 60 g Rozspzonka 10 g Jabłko 1 szt 1 szt Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Budyń o smaku czekoladowym z/c 150 ml (<u>MLE</u>)	Chleb Graham 120 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 60 g Ogórek kiszony 60 g Jabłko 1 szt 1 szt Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 120 g (<u>MLE</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 60 g Ogórek kiszony 70 g Rozspzonka 10 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Sok jabłkowy 100% 0,2l 1 szt	Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Pasta z ryby gotowanej (miruna) i warzyw () 60 g (<u>RYB, SEL</u>) Rozspzonka 10 g Jabłko 1 szt 1 szt Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Budyń o smaku czekoladowym z/c 150 ml (<u>MLE</u>)	Chleb Graham 60 g (<u>GLU PSZ</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 60 g Pasta z ryby gotowanej (miruna) i warzyw () 60 g (<u>RYB, SEL</u>) Salata zielona 20 g Budyń o smaku czekoladowym z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>) Budyń o smaku czekoladowym z/c 150 ml (<u>MLE</u>)	
	II SN	jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>MLE</u>)										
Obiad	Fasolowa z ziemniakami () 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Makaron z serem 300 g (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Sos jogurtowo-truskawkowy* 100 g (<u>MLE</u>) Surówka z selera i jabłka () 150 g (<u>MLE, SEL</u>) Kompotowocowy* z/c 250 ml	Fasolowa z ziemniakami () 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Nalesniki z serem 300 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>) Sos jogurtowo-truskawkowy* 100 g (<u>MLE</u>) Surówka z selera i jabłka () 150 g (<u>MLE, SEL</u>) Kompotowocowy* z/c 250 ml	Dyniowa z ziemniakami (bez mleka) () 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Makaron 200 g (<u>GLU PSZ</u>) Mieso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 60 g Sos ziołowy () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Marchew gotowana z olejem () 150 g Kompotowocowy* z/c 250 ml	Dyniowa z ziemniakami () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Makaron z serem 300 g (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Sos jogurtowo-truskawkowy* 100 g (<u>MLE</u>) Marchew gotowana z olejem () 150 g Kompotowocowy* z/c 250 ml	Dyniowa z ziemniakami () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Makaron z serem 400 g (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Sos jogurtowo-truskawkowy* 100 g (<u>MLE</u>) Marchew gotowana z olejem () 150 g Kompotowocowy* z/c 250 ml	Dyniowa z ziemniakami () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Makaron z serem 300 g (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Mieso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 60 g Surówka z selera i jabłka b/c () 100 g (<u>MLE, SEL</u>) Kompotowocowy* z/c 250 ml	Dyniowa z ziemniakami () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Makaron pelnoziarnisty 200 g (<u>GLU PSZ</u>) Mieso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 60 g Surówka z selera i jabłka b/c () 100 g (<u>MLE, SEL</u>) Kompotowocowy* b/c 250 ml	Dyniowa z ziemniakami (bez glutenu) () 350 ml (<u>MLE, SEL</u>) Makaron z serem 300 g (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Makaron z serem (bezglutenu) 300 g (<u>MLE</u>) Sos jogurtowo-truskawkowy* 100 g (<u>MLE</u>) Surówka z selera i jabłka () 150 g (<u>MLE, SEL</u>) Kompotowocowy* z/c 250 ml	Dyniowa z ziemniakami (bez glutenu) () 350 ml (<u>MLE, SEL</u>) Makaron z serem 300 g (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Makaron z serem (bezglutenu) 300 g (<u>MLE</u>) Sos jogurtowo-truskawkowy* 100 g (<u>MLE</u>) Surówka z selera i jabłka () 150 g (<u>MLE, SEL</u>) Kompotowocowy* z/c 250 ml	Dyniowa z ziemniakami () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Makaron z serem 300 g (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Makaron z serem (bezglutenu) 300 g (<u>MLE</u>) Sos jogurtowo-truskawkowy* 100 g (<u>MLE</u>) Surówka z selera i jabłka () 150 g (<u>MLE, SEL</u>) Kompotowocowy* z/c 250 ml	Dyniowa z ziemniakami () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Makaron z serem 400 g (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Sos jogurtowo-truskawkowy* 100 g (<u>MLE</u>) Kompotowocowy* z/c 250 ml	Dyniowa z ziemniakami () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Makaron z serem 400 g (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Sos jogurtowo-truskawkowy* 100 g (<u>MLE</u>) Kompotowocowy* z/c 250 ml
	PD	Jabłko 1 szt 1 szt			Jabłko pieczone 1szt. 1 szt			Koktajl bananowy 200 ml (<u>MLE</u>)			Jabłko 1 szt 1 szt	
Kolacja	Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Indyk z pasieki produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 60 g Pomidor 60 g Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw. 80% tł 15 g Indyk z pasieki produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 60 g Pomidor 60 g Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Indyk z pasieki produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 60 g Pomidor b/skórki 60 g Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Indyk z pasieki produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 60 g Pomidor b/skórki 60 g Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Bulka pszenna długa krojona 120 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Indyk z pasieki produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 60 g Pomidor b/skórki 60 g Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb Graham 60 g (<u>GLU PSZ</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Indyk z pasieki produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 60 g Ser żółty 50 g (<u>MLE</u>) Pomidor 60 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Bulka pszenna długa krojona 120 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Indyk z pasieki produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 60 g Pomidor b/skórki 60 g Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb Graham 120 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Indyk z pasieki produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 60 g Pomidor 60 g Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 120 g (<u>MLE</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Indyk z pasieki produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 60 g Pomidor 60 g Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Pasta z twarogu z koperkiem 60 g (<u>MLE</u>) Pomidor 60 g Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb Graham 60 g (<u>GLU PSZ</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Indyk z pasieki produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 60 g Ser żółty 50 g (<u>MLE</u>) Pomidor 60 g Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	
	PN	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt			Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>)			Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt			Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>)	
	E: 2253.08 kcal; B: 97.88 g; T: 54.81 g; Kw. tł. nasy.: 24.16 g; W: 356.52 g; W tym cukry: 76.27 g; Bł.: 40.00 g; Sól: 9.10 g;	E: 2647.97 kcal; B: 109.07 g; T: 70.95 g; Kw. tł. nasy.: 28.17 g; W: 407.70 g; W tym cukry: 108.37 g; Bł.: 40.40 g; Sól: 9.33 g;	E: 2093.68 kcal; B: 78.35 g; T: 47.16 g; Kw. tł. nasy.: 10.40 g; W: 351.34 g; W tym cukry: 87.97 g; Bł.: 38.35 g; Sól: 9.38 g;	E: 2178.60 kcal; B: 85.57 g; T: 57.15 g; Kw. tł. nasy.: 26.45 g; W: 341.77 g; W tym cukry: 77.73 g; Bł.: 29.53 g; Sól: 8.50 g;	E: 2277.98 kcal; B: 91.23 g; T: 51.53 g; Kw. tł. nasy.: 24.08 g; W: 370.92 g; W tym cukry: 103.17 g; Bł.: 26.95 g; Sól: 6.61 g;	E: 2892.74 kcal; B: 133.54 g; T: 78.58 g; Kw. tł. nasy.: 39.24 g; W: 425.05 g; W tym cukry: 108.58 g; Bł.: 35.26 g; Sól: 10.48 g;	E: 2390.94 kcal; B: 97.79 g; T: 54.85 g; Kw. tł. nasy.: 26.11 g; W: 384.90 g; W tym cukry: 114.41 g; Bł.: 27.77 g; Sól: 6.83 g;	E: 2034.19 kcal; B: 93.12 g; T: 62.12 g; Kw. tł. nasy.: 27.18 g; W: 289.07 g; W tym cukry: 48.83 g; Bł.: 43.29 g; Sól: 8.95 g;	E: 2119.99 kcal; B: 63.93 g; T: 55.74 g; Kw. tł. nasy.: 22.99 g; W: 344.33 g; W tym cukry: 93.29 g; Bł.: 25.13 g; Sól: 5.33 g;	E: 2270.89 kcal; B: 85.28 g; T: 52.50 g; Kw. tł. nasy.: 27.24 g; W: 378.33 g; W tym cukry: 107.11 g; Bł.: 38.36 g; Sól: 5.63 g;	E: 2916.49 kcal; B: 138.37 g; T: 84.23 g; Kw. tł. nasy.: 43.27 g; W: 411.95 g; W tym cukry: 98.76 g; Bł.: 27.14 g; Sól: 10.48 g;	

	ŁÓDŹ- ICZMP Podstawowa Doroshi	ŁÓDŹ- ICZMP Podstawowa Dzieci	ŁÓDŹ- ICZMP Bezmleczna podstawowa	ŁÓDŹ- ICZMP Łatwo strawna Doroshi	ŁÓDŹ- ICZMP Łatwo strawna Dzieci	ŁÓDŹ- ICZMP Bogatobiałkowa	ŁÓDŹ- ICZMP II rok życia	ŁÓDŹ- ICZMP Cukrzycowa	ŁÓDŹ- ICZMP Bezglutenowa podstawowa	ŁÓDŹ- ICZMP Wegetariańska	ŁÓDŹ- ICZMP Wysokoenergetyczna
Śniadanie	Chleb Graham 30 g (GLU PSZ)) Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.)) Masło extra 82% 15 g (MLE)) Ser topiony 50 g (MLE)) Papryka konserwowa 60 g Sałata zielona 20 g Banan 1szt. 1 szt Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb Graham 30 g (GLU PSZ)) Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.)) Masło extra 82% 15 g (MLE)) Ser topiony 50 g (MLE)) Papryka konserwowa 60 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Banan 1szt. 1 szt Ciastka różne 40 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE))	Chleb Graham 30 g (GLU PSZ)) Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.)) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 60 g Sałata zielona 20 g Banan 1szt. 1 szt Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.)) Masło extra 82% 15 g (MLE)) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 60 g (MLE)) Sałata zielona 20 g Pomidor b/skórki 60 g Banan 1szt. 1 szt Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Bulka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ)) Masło extra 82% 15 g (MLE)) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 60 g (MLE)) Sałata zielona 20 g Pomidor b/skórki 60 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Banan 1szt. 1 szt Ciastka różne 40 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE))	Chleb Graham 60 g (GLU PSZ)) Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.)) Masło extra 82% 15 g (MLE)) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 60 g Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 60 g (MLE)) Pomidor b/skórki 60 g Sałata zielona 20 g Jabłko 1 szt 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ)) Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml	Bulka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ)) Masło extra 82% 15 g (MLE)) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 60 g (MLE)) Sałata zielona 20 g Pomidor b/skórki 60 g Banan 1szt. 1 szt Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Ciastka różne 40 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE))	Chleb Graham 120 g (GLU PSZ)) Masło extra 82% 15 g (MLE)) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 60 g (MLE)) Papryka konserwowa 60 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 120 g (MLE)) Masło extra 82% 15 g (MLE)) Ser topiony 50 g (MLE)) Papryka konserwowa 60 g Sałata zielona 20 g Banan 1szt. 1 szt Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb Graham 30 g (GLU PSZ)) Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.)) Masło extra 82% 15 g (MLE)) Ser topiony 50 g (MLE)) Papryka konserwowa 60 g Sałata zielona 20 g Banan 1szt. 1 szt Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb Graham 60 g (GLU PSZ)) Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.)) Masło extra 82% 15 g (MLE)) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 60 g Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 60 g (MLE)) Pomidor b/skórki 60 g Sałata zielona 20 g Jabłko 1 szt 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ)) Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml
	II SNI								Kisiel o smaku truskawkowym b/c 150 ml		
Obiad	Barszcz biały z ziemniakami () 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT.)) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami() 300 g (SEL, GLU JECZ)) Sos pomidorowy 100 ml (GLU PSZ)) Surówka wielowarzywna z olejem () 75 g (SEL)) Brokuł gotowany* 75 g Kompotowocowy* z/c 250 ml	Barszcz biały z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT.)) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami() 300 g (SEL, GLU JECZ)) Sos pomidorowy 100 ml (GLU PSZ)) Surówka wielowarzywna z olejem () 75 g (SEL)) Brokuł gotowany* 75 g Kompotowocowy* z/c 250 ml	Ziemniaczana (bez mleka) () 350 ml (GLU PSZ, SEL)) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami() 300 g (SEL, GLU JECZ)) Sos pomidorowy 100 ml (GLU PSZ)) Surówka wielowarzywna z olejem () 75 g (SEL)) Brokuł gotowany* 75 g Kompotowocowy* z/c 250 ml	Ziemniaczana () 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL)) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami() 300 g (SEL, GLU JECZ)) Sos pomidorowy 100 ml (GLU PSZ)) Cukinia pieczona z olejem * 75 g Brokuł gotowany* 75 g Kompotowocowy* z/c 250 ml	Ziemniaczana () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL)) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami() 300 g (SEL, GLU JECZ)) Sos pomidorowy 100 ml (GLU PSZ)) Cukinia pieczona z olejem * 50 g Brokuł gotowany* 50 g Kompotowocowy* z/c 250 ml	Ziemniaczana () 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL)) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami() 300 g (SEL, GLU JECZ)) Zrazik wieprzowy gotowany mielony 60 g (GLU PSZ, JAJ)) Sos pomidorowy 100 ml (GLU PSZ)) Cukinia pieczona z olejem * 75 g Brokuł gotowany* 75 g Kompotowocowy* z/c 250 ml	Ziemniaczana () 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL)) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami() 300 g (SEL, GLU JECZ)) Sos pomidorowy 100 ml (GLU PSZ)) Cukinia pieczona z olejem * 50 g Brokuł gotowany* 50 g Kompotowocowy* z/c 250 ml	Barszcz biały z ziemniakami () 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT.)) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami() 300 g (SEL, GLU JECZ)) Sos pomidorowy 100 ml (GLU PSZ)) Surówka wielowarzywna z olejem b/c () 75 g (SEL)) Brokuł gotowany* 75 g Kompotowocowy* z/c 250 ml	Ziemniaczana (bez glutenu) () 350 ml (MLE, SEL)) Ryz na sypko 200 g Zrazik wieprzowy gotowany mielony (bez glutenu) 60 g (JAJ)) Sos pomidorowy (bez glutenu) 100 ml (GLU PSZ)) Surówka wielowarzywna z olejem () 75 g (SEL)) Brokuł gotowany* 75 g Kompotowocowy* z/c 250 ml	Barszcz biały z ziemniakami () 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT.)) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami() 300 g (SEL, GLU JECZ)) Zrazik wieprzowy gotowany mielony 60 g (GLU PSZ, JAJ)) Sos pomidorowy 100 ml (GLU PSZ)) Cukinia pieczona z olejem * 75 g Brokuł gotowany* 75 g Kompotowocowy* z/c 250 ml	Ziemniaczana () 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL)) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami() 300 g (SEL, GLU JECZ)) Zrazik wieprzowy gotowany mielony 60 g (GLU PSZ, JAJ)) Sos pomidorowy 100 ml (GLU PSZ)) Cukinia pieczona z olejem * 75 g Brokuł gotowany* 75 g Kompotowocowy* z/c 250 ml
	PD		Kisiel o smaku wiśniowym z jabłkiem z/c 150 ml	Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml		Serek homogenizowany waniliowy 150g 1 szt (MLE))		jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE))		Serek homogenizowany waniliowy 150g 1 szt (MLE))	
Kolacja	Chleb Graham 30 g (GLU PSZ)) Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.)) Masło extra 82% 15 g (MLE)) Szynka w siatce- wieprzowa, parzona, wędzona z pol. kaw. mięsa 60 g (GLU PSZ, SOJ)) Sałatka jarzynowa () 150 g (JAJ, MLE, SEL, GOR)) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb Graham 30 g (GLU PSZ)) Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.)) Masło extra 82% 15 g (MLE)) Szynka w siatce- wieprzowa, parzona, wędzona z pol. kaw. mięsa 60 g (GLU PSZ, SOJ)) Sałatka jarzynowa () 100 g (JAJ, MLE, SEL, GOR)) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb Graham 30 g (GLU PSZ)) Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.)) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Szynka na kartki- wieprzowa, wędzona, parzona 60 g Sałatka jarzynowa - dieta (bez mleka) () 150 g (SEL)) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.)) Masło extra 82% 15 g (MLE)) Szynka w siatce- wieprzowa, parzona, wędzona z pol. kaw. mięsa 60 g (GLU PSZ, SOJ)) Pomidor b/skórki 60 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Bulka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ)) Masło extra 82% 15 g (MLE)) Szynka w siatce- wieprzowa, parzona, wędzona z pol. kaw. mięsa 60 g (GLU PSZ, SOJ)) Pomidor b/skórki 60 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb Graham 60 g (GLU PSZ)) Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.)) Masło extra 82% 15 g (MLE)) Szynka w siatce- wieprzowa, parzona, wędzona z pol. kaw. mięsa 60 g (GLU PSZ, SOJ)) Ser żółty 50 g (MLE)) Pomidor 60 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Bulka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ)) Masło extra 82% 15 g (MLE)) Szynka w siatce- wieprzowa, parzona, wędzona z pol. kaw. mięsa 60 g (GLU PSZ, SOJ)) Pomidor 60 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb Graham 120 g (GLU PSZ)) Masło extra 82% 15 g (MLE)) Szynka w siatce- wieprzowa, parzona, wędzona z pol. kaw. mięsa 60 g (GLU PSZ, SOJ)) Sałatka jarzynowa () 150 g (JAJ, MLE, SEL, GOR)) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 120 g (MLE)) Masło extra 82% 15 g (MLE)) Baton szynkowy z kurczak 50 g Pomidor 60 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb Graham 30 g (GLU PSZ)) Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.)) Masło extra 82% 15 g (MLE)) Ser żółty 50 g (MLE)) Sałatka jarzynowa () 150 g (JAJ, MLE, SEL, GOR)) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb Graham 60 g (GLU PSZ)) Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.)) Masło extra 82% 15 g (MLE)) Szynka w siatce- wieprzowa, parzona, wędzona z pol. kaw. mięsa 60 g (GLU PSZ, SOJ)) Ser żółty 50 g (MLE)) Sałatka jarzynowa () 150 g (JAJ, MLE, SEL, GOR)) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml
	PN	Serek twarogowy śmietankowy 16,67g (kiri,haga) 1 szt (MLE)) Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 30 g	Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 30 g Serek twarogowy śmietankowy 16,67g (kiri,haga) 1 szt (MLE))	Dżem 25 g 1 szt Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 30 g	Bulka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ)) Masło extra 82% 5 g (MLE)) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ))	Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 30 g Serek twarogowy śmietankowy 16,67g (kiri,haga) 1 szt (MLE))		Chleb Graham 30 g (GLU PSZ)) Masło extra 82% 5 g (MLE)) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ))	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt	Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 30 g Sok jabłkowy 100 % 0,2l 1 szt	Chleb Graham 30 g (GLU PSZ)) Masło extra 82% 5 g (MLE)) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ))
	E: 2475.05 kcal; B: 76.79 g; T: 82.37 g; Kw. tł. nasy.: 36.56 g; W: 374.20 g; W tym cukry: 88.63 g; Bl.: 38.67 g; Sól: 9.88 g;	E: 2661.77 kcal; B: 76.11 g; T: 89.61 g; Kw. tł. nasy.: 42.75 g; W: 402.98 g; W tym cukry: 103.86 g; Bl.: 35.40 g; Sól: 9.46 g;	E: 2436.20 kcal; B: 77.83 g; T: 58.57 g; Kw. tł. nasy.: 13.39 g; W: 416.97 g; W tym cukry: 118.88 g; Bl.: 37.58 g; Sól: 7.61 g;	E: 2238.50 kcal; B: 79.75 g; T: 63.46 g; Kw. tł. nasy.: 26.44 g; W: 352.01 g; W tym cukry: 83.25 g; Bl.: 31.42 g; Sól: 7.90 g;	E: 2509.68 kcal; B: 81.63 g; T: 69.96 g; Kw. tł. nasy.: 32.78 g; W: 400.01 g; W tym cukry: 107.43 g; Bl.: 25.71 g; Sól: 6.05 g;	E: 3008.29 kcal; B: 141.44 g; T: 91.81 g; Kw. tł. nasy.: 44.42 g; W: 417.86 g; W tym cukry: 109.64 g; Bl.: 35.26 g; Sól: 11.34 g;	E: 2630.67 kcal; B: 100.33 g; T: 74.65 g; Kw. tł. nasy.: 36.58 g; W: 398.00 g; W tym cukry: 104.51 g; Bl.: 26.37 g; Sól: 6.25 g;	E: 2186.89 kcal; B: 90.60 g; T: 78.06 g; Kw. tł. nasy.: 29.72 g; W: 300.62 g; W tym cukry: 39.74 g; Bl.: 41.32 g; Sól: 8.54 g;	E: 2399.58 kcal; B: 71.08 g; T: 80.13 g; Kw. tł. nasy.: 32.71 g; W: 351.16 g; W tym cukry: 97.98 g; Bl.: 17.81 g; Sól: 5.07 g;	E: 2926.70 kcal; B: 82.68 g; T: 101.54 g; Kw. tł. nasy.: 49.77 g; W: 435.65 g; W tym cukry: 125.30 g; Bl.: 38.63 g; Sól: 9.12 g;	E: 3220.73 kcal; B: 149.06 g; T: 108.61 g; Kw. tł. nasy.: 46.28 g; W: 429.32 g; W tym cukry: 112.19 g; Bl.: 41.23 g; Sól: 12.36 g;

	ŁÓDŹ- ICZMP Podstawowa Doroshi	ŁÓDŹ- ICZMP Podstawowa Dzieci	ŁÓDŹ- ICZMP Bezmleczna podstawowa	ŁÓDŹ- ICZMP Łatwo strawna Doroshi	ŁÓDŹ- ICZMP Łatwo strawna Dzieci	ŁÓDŹ- ICZMP Bogatobiałkowa	ŁÓDŹ- ICZMP II rok życia	ŁÓDŹ- ICZMP Cukrzycowa	ŁÓDŹ- ICZMP Bezglutenowa podstawowa	ŁÓDŹ- ICZMP Wegetariańska	ŁÓDŹ- ICZMP Wysokoenergetyczna	
Śniadanie	Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Pasta z jaj z natką pietruszki -dieta 60 g (<u>JAJ, MLE</u>) Salata zielona 20 g Kakao z mlekiem 250 ml Pomarańcza 250g 1 szt	Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Pasta z jaj z natką pietruszki -dieta 60 g (<u>JAJ, MLE</u>) Salata zielona 20 g Pomarańcza 250g 1 szt Kakao z mlekiem 250 ml Jogurt owoce leśne 100g 1 szt (<u>MLE</u>)	Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Pasta z jaj (bez mlek) 60 g (<u>JAJ</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobiona 20 g Salata zielona 20 g Pomarańcza 250g 1 szt Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Pasta z jaj z natką pietruszki -dieta 60 g (<u>JAJ, MLE</u>) Salata zielona 20 g Pomarańcza 250g 1 szt Kakao z mlekiem 250 ml (<u>MLE</u>)	Bulka pszenna długa krojona 120 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Pasta z jaj z natką pietruszki -dieta 60 g (<u>JAJ, MLE</u>) Jabłko 1 szt 1 szt Salata zielona 20 g Kakao z mlekiem 250 ml (<u>MLE</u>) Jogurt owoce leśne 100g 1 szt (<u>MLE</u>)	Chleb Graham 60 g (<u>GLU PSZ</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Pasta z jaj z natką pietruszki -dieta 60 g (<u>JAJ, MLE</u>) Salata zielona 20 g Jabłko 1 szt 1 szt Kakao z mlekiem 250 ml (<u>MLE</u>) Pyzdra schabowa-wędzonka wieprzowa schab wieprzowy wędzony parzony 50 g Salata zielona 20 g Kakao z mlekiem 250 ml (<u>MLE</u>) Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<u>MLE</u>)	Bulka pszenna długa krojona 120 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Pasta z jaj z natką pietruszki -dieta 60 g (<u>JAJ, MLE</u>) Salata zielona 20 g Pomarańcza 250g 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JEJCZ</u>) Jogurt owoce leśne 100g 1 szt (<u>MLE</u>)	Chleb Graham 120 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Pasta z jaj z natką pietruszki -dieta 60 g (<u>JAJ, MLE</u>) Salata zielona 20 g Pomarańcza 250g 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JEJCZ</u>) Jogurt owoce leśne 100g 1 szt (<u>MLE</u>)	Chleb bezglutenowy 120 g (<u>MLE</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Pasta z jaj z natką pietruszki -dieta 60 g (<u>JAJ, MLE</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobiona 60 g Salata zielona 20 g Kakao z mlekiem 250 ml (<u>MLE</u>) Pomarańcza 250g 1 szt	Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Pasta z jaj z natką pietruszki -dieta 60 g (<u>JAJ, MLE</u>) Jabłko 1 szt 1 szt Salata zielona 20 g Kakao z mlekiem 250 ml (<u>MLE</u>) Jogurt owoce leśne 100g 1 szt (<u>MLE</u>)	Chleb Graham 60 g (<u>GLU PSZ</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobiona 60 g Pasta z jaj z natką pietruszki -dieta 60 g (<u>JAJ, MLE</u>) Pomidor b/skórki 60 g Salata zielona 20 g Kakao z mlekiem 250 ml (<u>MLE</u>) Pomarańcza 250g 1 szt	
	II SN										Kisiel o smaku truskawkowym b/c 150 ml	
Obiad	Szpinakowa z zacierką () 350 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL</u>) Ziemniaki z koperkiem () 200 g Ryba pieczona (Dorsz) 60 g (<u>RYB</u>) Surówka z kapusty czerwonej z olejem 75 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 75 g (<u>SEL</u>) Kompotowocowy* z/c 250 ml	Szpinakowa z zacierką () 300 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL</u>) Ziemniaki z koperkiem () 200 g Ryba pieczona (Dorsz) 60 g (<u>RYB</u>) Surówka z kapusty czerwonej z olejem 50 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 50 g (<u>SEL</u>) Kompotowocowy* z/c 250 ml	Szpinakowa z zacierką (bez mlek) () 350 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL</u>) Ziemniaki z koperkiem () 200 g Ryba pieczona (Dorsz) 60 g (<u>RYB</u>) Surówka z kapusty czerwonej z olejem 75 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 75 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Kompotowocowy* z/c 250 ml	Szpinakowa z zacierką () 350 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL</u>) Ziemniaki z koperkiem () 200 g Ryba pieczona (Dorsz) 60 g (<u>RYB</u>) Brokół gotowany* 75 g Bukiet jarzyn oprószony z olejem () 75 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Kompotowocowy* z/c 250 ml	Szpinakowa z zacierką () 300 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL</u>) Ziemniaki z koperkiem () 200 g Ryba pieczona (Dorsz) 60 g (<u>RYB</u>) Bukiet jarzyn oprószony z olejem () 50 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Kompotowocowy* z/c 250 ml	Szpinakowa z zacierką () 350 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL</u>) Ziemniaki z koperkiem () 200 g Ryba pieczona (Dorsz) 60 g (<u>RYB</u>) Bukiet jarzyn oprószony z olejem () 75 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Kompotowocowy* z/c 250 ml	Szpinakowa z zacierką () 300 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL</u>) Ziemniaki z koperkiem () 200 g Ryba pieczona (Dorsz) 60 g (<u>RYB</u>) Bukiet jarzyn oprószony z olejem () 50 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Kompotowocowy* z/c 250 ml	Szpinakowa z zacierką () 350 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL</u>) Ziemniaki z koperkiem () 200 g Ryba pieczona (Dorsz) 60 g (<u>RYB</u>) Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 75 g Surówka wykwinna z olejem b/c 75 g (<u>JAJ, GOR</u>) Kompotowocowy* b/c 250 ml	Szpinakowa z zacierką () 350 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL</u>) Ziemniaki z koperkiem () 200 g Ryba pieczona (Dorsz) 60 g (<u>RYB</u>) Surówka z kapusty czerwonej z olejem 75 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 75 g (<u>SEL</u>) Kompotowocowy* z/c 250 ml	Szpinakowa z ziemniakami (bez glutenu) () 350 ml (<u>MLE, SEL</u>) Ziemniaki z koperkiem () 200 g Ryba pieczona (Dorsz) 60 g (<u>RYB</u>) Surówka z kapusty czerwonej z olejem 75 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 75 g (<u>SEL</u>) Kompotowocowy* z/c 250 ml	Szpinakowa z zacierką () 350 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL</u>) Ziemniaki z koperkiem () 200 g Ryba pieczona (Dorsz) 60 g (<u>RYB</u>) Bukiet jarzyn oprószony z olejem () 75 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Kompotowocowy* z/c 250 ml	Szpinakowa z zacierką () 350 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL</u>) Ziemniaki z koperkiem () 200 g Ryba pieczona (Dorsz) 60 g (<u>RYB</u>) Bukiet jarzyn oprószony z olejem () 75 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Kompotowocowy* z/c 250 ml
	PD	Chrupki kukurydziane 25 g										
Kolacja	Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 60 g Pomidor 70 g Rukola 10 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 60 g Pomidor 70 g Rukola 10 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 60 g Pomidor b/skórki 70 g Rukola 10 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 60 g Pomidor b/skórki 70 g Rukola 10 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Bulka pszenna długa krojona 120 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 60 g Pomidor b/skórki 70 g Rukola 10 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Bulka pszenna długa krojona 120 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Twaróg półtłusty 60 g (<u>MLE</u>) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 60 g Pomidor 70 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb Graham 60 g (<u>GLU PSZ</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 60 g Pomidor b/skórki 70 g Rukola 10 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Bulka pszenna długa krojona 120 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 60 g Pomidor b/skórki 70 g Rukola 10 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb Graham 120 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 60 g Pomidor 70 g Rukola 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 120 g (<u>MLE</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 60 g Pomidor b/skórki 70 g Rukola 10 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Twaróg półtłusty 60 g (<u>MLE</u>) Pomidor b/skórki 70 g Rukola 10 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb Graham 60 g (<u>GLU PSZ</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 60 g Pomidor b/skórki 70 g Rukola 10 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml
	PN	Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt			Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt			Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt			Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt	
	E: 2027.31 kcal; B: 73.89 g; T: 58.04 g; Kw. tł. nasy.: 23.99 g; W: 314.58 g; W tym cukry: 76.63 g; Bł.: 32.70 g; Sól: 7.29 g;	E: 2148.42 kcal; B: 77.97 g; T: 58.85 g; Kw. tł. nasy.: 24.78 g; W: 339.32 g; W tym cukry: 78.40 g; Bł.: 32.45 g; Sól: 7.17 g;	E: 2152.50 kcal; B: 72.42 g; T: 57.83 g; Kw. tł. nasy.: 12.23 g; W: 349.52 g; W tym cukry: 86.97 g; Bł.: 34.48 g; Sól: 7.65 g;	E: 2111.76 kcal; B: 78.61 g; T: 60.93 g; Kw. tł. nasy.: 27.00 g; W: 324.21 g; W tym cukry: 72.64 g; Bł.: 29.09 g; Sól: 8.32 g;	E: 2152.40 kcal; B: 81.88 g; T: 57.83 g; Kw. tł. nasy.: 24.61 g; W: 335.60 g; W tym cukry: 71.07 g; Bł.: 24.98 g; Sól: 5.83 g;	E: 2322.26 kcal; B: 109.30 g; T: 66.80 g; Kw. tł. nasy.: 28.89 g; W: 332.56 g; W tym cukry: 62.37 g; Bł.: 30.79 g; Sól: 9.01 g;	E: 2062.50 kcal; B: 80.47 g; T: 54.76 g; Kw. tł. nasy.: 23.70 g; W: 320.65 g; W tym cukry: 70.84 g; Bł.: 23.79 g; Sól: 5.67 g;	E: 2040.51 kcal; B: 83.72 g; T: 65.61 g; Kw. tł. nasy.: 27.54 g; W: 295.23 g; W tym cukry: 61.87 g; Bł.: 34.76 g; Sól: 7.08 g;	E: 2224.96 kcal; B: 72.76 g; T: 68.08 g; Kw. tł. nasy.: 23.68 g; W: 337.11 g; W tym cukry: 77.21 g; Bł.: 26.88 g; Sól: 5.21 g;	E: 2161.87 kcal; B: 78.41 g; T: 60.34 g; Kw. tł. nasy.: 26.67 g; W: 340.30 g; W tym cukry: 76.66 g; Bł.: 33.22 g; Sól: 6.16 g;	E: 2418.88 kcal; B: 106.43 g; T: 67.40 g; Kw. tł. nasy.: 29.68 g; W: 363.29 g; W tym cukry: 81.66 g; Bł.: 36.28 g; Sól: 10.29 g;	

	ŁÓDŹ- ICZMP Podstawowa Dorosli	ŁÓDŹ- ICZMP Podstawowa Dzieci	ŁÓDŹ- ICZMP Bezmleczna podstawowa	ŁÓDŹ- ICZMP Łatwo strawna Dorosli	ŁÓDŹ- ICZMP Łatwo strawna Dzieci	ŁÓDŹ- ICZMP Bogatobiałkowa	ŁÓDŹ- ICZMP II rok życia	ŁÓDŹ- ICZMP Cukrzycowa	ŁÓDŹ- ICZMP Bezglutenowa podstawowa	ŁÓDŹ- ICZMP Wegetariańska	ŁÓDŹ- ICZMP Wysokoenergetyczna	
2023-12-30 sobota	Śniadanie	Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Pasztecik z soczewicy () 60 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Pomidor 70 g Sałata lodowa 10 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Pasztecik z soczewicy () 60 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Pomidor 70 g Sałata lodowa 10 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Budyń o smaku śmietankowym z/c 150 ml (<u>MLE</u>)	Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw. 80% tł 15 g Pasztecik z soczewicy () 60 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Pomidor 70 g Sałata lodowa 10 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Galaretki o smaku truskawkowym 150 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Pyzdra szynkowa-wędzonka wiewprzowa szynka wędzona parzona 60 g Pomidor 70 g Sałata lodowa 10 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Bulka pszenna długa krojona 120 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Pyzdra szynkowa-wędzonka wiewprzowa szynka wędzona parzona 60 g Pomidor 70 g Sałata lodowa 10 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Budyń o smaku śmietankowym z/c 150 ml (<u>MLE</u>)	Chleb Graham 60 g (<u>GLU PSZ</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Pyzdra szynkowa-wędzonka wiewprzowa szynka wędzona parzona 60 g Pomidor 70 g Sałata lodowa 10 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Budyń o smaku śmietankowym z/c 150 ml (<u>MLE</u>)	Bulka pszenna długa krojona 120 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Pyzdra szynkowa-wędzonka wiewprzowa szynka wędzona parzona 60 g Pomidor 70 g Sałata lodowa 10 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Budyń o smaku śmietankowym z/c 150 ml (<u>MLE</u>)	Chleb Graham 120 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Pasztecik z soczewicy () 60 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Pomidor 70 g Sałata lodowa 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 120 g (<u>MLE</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Pyzdra szynkowa-wędzonka wiewprzowa szynka wędzona parzona 60 g Pomidor 70 g Sałata lodowa 10 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>MLE</u>)	Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Pasztecik z soczewicy () 60 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Pomidor 70 g Sałata lodowa 10 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Budyń o smaku śmietankowym z/c 150 ml (<u>MLE</u>)	Chleb Graham 60 g (<u>GLU PSZ</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Pyzdra szynkowa-wędzonka wiewprzowa szynka wędzona parzona 60 g Pomidor 70 g Sałata lodowa 10 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Budyń o smaku śmietankowym z/c 150 ml (<u>MLE</u>)
		II SN										
2023-12-30 sobota	Obiad	Koperkowa z ryżem () 350 ml (<u>MLE, SEL</u>) Ziemniaki z koperkiem () 200 g Gulasz wiewprzowy- dieta 150 g (<u>GLU PSZ</u>) Surówka z marchwi i jabłka z olejem () 50 g Cukinia pieczona z olejem * 75 g Kompotowocowy* z/c 250 ml	Koperkowa z ryżem () 350 ml (<u>MLE, SEL</u>) Ziemniaki z koperkiem () 200 g Gulasz wiewprzowy- dieta 150 g (<u>GLU PSZ</u>) Surówka z marchwi i jabłka z olejem () 50 g Cukinia pieczona z olejem * 75 g Kompotowocowy* z/c 250 ml	Koperkowa z ryżem (bez mleka) () 350 ml (<u>SEL</u>) Ziemniaki z koperkiem () 200 g Gulasz wiewprzowy- dieta 150 g (<u>GLU PSZ</u>) Surówka z marchwi i jabłka z olejem () 75 g Cukinia pieczona z olejem * 75 g Kompotowocowy* z/c 250 ml	Koperkowa z ryżem () 350 ml (<u>MLE, SEL</u>) Ziemniaki z koperkiem () 200 g Gulasz wiewprzowy- dieta 150 g (<u>GLU PSZ</u>) Marchew oprószana z olejem () 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Cukinia pieczona z olejem * 75 g Kompotowocowy* z/c 250 ml	Koperkowa z ryżem () 350 ml (<u>MLE, SEL</u>) Ziemniaki z koperkiem () 200 g Gulasz wiewprzowy- dieta 150 g (<u>GLU PSZ</u>) Marchew oprószana z olejem () 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Cukinia pieczona z olejem * 75 g Kompotowocowy* z/c 250 ml	Koperkowa z ryżem () 350 ml (<u>MLE, SEL</u>) Ziemniaki z koperkiem () 200 g Gulasz wiewprzowy- dieta 150 g (<u>GLU PSZ</u>) Klopsik wiewprzowy 60 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Marchew oprószana z olejem () 75 g (<u>GLU PSZ</u>) Cukinia pieczona z olejem * 75 g Kompotowocowy* z/c 250 ml	Koperkowa z ryżem () 300 ml (<u>MLE, SEL</u>) Ziemniaki z koperkiem () 200 g Gulasz wiewprzowy- dieta 150 g (<u>GLU PSZ</u>) Marchew oprószana z olejem () 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Cukinia pieczona z olejem * 75 g Kompotowocowy* z/c 250 ml	Koperkowa z ryżem () 350 ml (<u>MLE, SEL</u>) Ziemniaki z koperkiem () 200 g Gulasz wiewprzowy (bez glutenu) 150 g (<u>GLU PSZ, SOJ, SEL</u>) Surówka z marchwi i jabłka z olejem () 75 g Cukinia pieczona z olejem * 75 g Kompotowocowy* z/c 250 ml	Koperkowa z ryżem () 350 ml (<u>MLE, SEL</u>) Ziemniaki z koperkiem () 200 g Gulasz wiewprzowy (bez glutenu) 150 g (<u>GLU PSZ, SOJ, SEL</u>) Surówka z marchwi i jabłka z olejem () 75 g Cukinia pieczona z olejem * 75 g Kompotowocowy* z/c 250 ml	Koperkowa z ryżem () 350 ml (<u>MLE, SEL</u>) Ziemniaki z koperkiem () 200 g Gulasz wiewprzowy- dieta 150 g (<u>GLU PSZ</u>) Klopsik wiewprzowy 60 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Marchew oprószana z olejem () 75 g (<u>GLU PSZ</u>) Cukinia pieczona z olejem * 75 g Kompotowocowy* z/c 250 ml	
		PD		Jabłko 1 szt 1 szt		Jabłko pieczone 1szt. 1 szt		Jabłko pieczone 1szt. 1 szt		Jabłko 1 szt 1 szt		Wafelki 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u>)
2023-12-30 sobota	Kolacja	Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Parówki drobiowe z cięciną homogenizowane, wędzone , parzone 80 g Musztarda 15g szaszetka 1 szt (<u>GOR</u>) Buraczki gotowane plasty () 60 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Parówki drobiowe z cięciną homogenizowane, wędzone , parzone 80 g Buraczki gotowane plasty () 60 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw. 80% tł 15 g Indyk z pasieki produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadłnej 60 g Buraczki gotowane plasty () 60 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Indyk z pasieki produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadłnej 60 g Buraczki gotowane plasty () 60 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Bulka pszenna długa krojona 120 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Indyk z pasieki produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadłnej 60 g Buraczki gotowane plasty () 60 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb Graham 60 g (<u>GLU PSZ</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Parówki drobiowe z cięciną homogenizowane, wędzone , parzone 80 g Serek homo. naturalny 40 g (<u>MLE</u>) Buraczki gotowane plasty () 60 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Bulka pszenna długa krojona 120 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Indyk z pasieki produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadłnej 60 g Buraczki gotowane plasty () 60 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb Graham 120 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Indyk z pasieki produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadłnej 60 g Sałata z buraczków i jabłka z olejem () 60 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 120 g (<u>MLE</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Indyk z pasieki produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadłnej 60 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Serek homo. naturalny 60 g (<u>MLE</u>) Buraczki gotowane plasty () 60 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb Graham 60 g (<u>GLU PSZ</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Parówki drobiowe z cięciną homogenizowane, wędzone , parzone 80 g Buraczki gotowane plasty () 60 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml
		PN	Mleko UHT 200ml 1,5% 1 szt (<u>MLE</u>) Rogal maślany 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>)		Sok pomidorowy 0,3l 1 szt	Bulka pszenna długa krojona 30 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Twaróg półtłusty 20 g (<u>MLE</u>)	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt	Mleko UHT 200ml 1,5% 1 szt (<u>MLE</u>) Rogal maślany 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>)	Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Twaróg półtłusty 20 g (<u>MLE</u>)	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt		Mleko UHT 200ml 1,5% 1 szt (<u>MLE</u>) Rogal maślany 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>)
	E: 2486.91 kcal; B: 89.83 g; T: 82.12 g; Kw. tł. nasy.: 26.22 g; W: 342.73 g; W tym cukry: 57.72 g; Bł.: 28.43 g; Sól: 7.59 g;	E: 2653.36 kcal; B: 93.89 g; T: 82.92 g; Kw. tł. nasy.: 27.92 g; W: 378.96 g; W tym cukry: 88.40 g; Bł.: 30.05 g; Sól: 7.35 g;	E: 2215.38 kcal; B: 79.98 g; T: 65.29 g; Kw. tł. nasy.: 15.22 g; W: 341.02 g; W tym cukry: 61.66 g; Bł.: 31.43 g; Sól: 8.05 g;	E: 2084.59 kcal; B: 88.68 g; T: 65.09 g; Kw. tł. nasy.: 28.34 g; W: 296.80 g; W tym cukry: 45.41 g; Bł.: 23.53 g; Sól: 8.55 g;	E: 2195.23 kcal; B: 94.69 g; T: 62.12 g; Kw. tł. nasy.: 26.70 g; W: 324.86 g; W tym cukry: 78.44 g; Bł.: 21.09 g; Sól: 7.44 g;	E: 3192.32 kcal; B: 144.09 g; T: 105.32 g; Kw. tł. nasy.: 36.86 g; W: 414.12 g; W tym cukry: 77.82 g; Bł.: 32.36 g; Sól: 9.92 g;	E: 2416.43 kcal; B: 104.37 g; T: 67.28 g; Kw. tł. nasy.: 28.50 g; W: 358.04 g; W tym cukry: 88.14 g; Bł.: 20.78 g; Sól: 6.87 g;	E: 2188.42 kcal; B: 92.52 g; T: 78.70 g; Kw. tł. nasy.: 29.59 g; W: 295.46 g; W tym cukry: 39.08 g; Bł.: 37.44 g; Sól: 7.00 g;	E: 2056.15 kcal; B: 72.86 g; T: 71.38 g; Kw. tł. nasy.: 25.60 g; W: 285.76 g; W tym cukry: 61.07 g; Bł.: 17.29 g; Sól: 5.08 g;	E: 2180.88 kcal; B: 76.50 g; T: 55.64 g; Kw. tł. nasy.: 21.89 g; W: 355.17 g; W tym cukry: 81.80 g; Bł.: 39.66 g; Sól: 6.53 g;	E: 3176.00 kcal; B: 133.41 g; T: 108.01 g; Kw. tł. nasy.: 39.15 g; W: 413.55 g; W tym cukry: 75.20 g; Bł.: 30.12 g; Sól: 9.66 g;	

	ŁÓDŹ- ICZMP Podstawowa Dorosli	ŁÓDŹ- ICZMP Podstawowa Dzieci	ŁÓDŹ- ICZMP Bezmleczna podstawowa	ŁÓDŹ- ICZMP Łatwo strawna Dorosli	ŁÓDŹ- ICZMP Łatwo strawna Dzieci	ŁÓDŹ- ICZMP Bogatobiałkowa	ŁÓDŹ- ICZMP II rok życia	ŁÓDŹ- ICZMP Cukrzycowa	ŁÓDŹ- ICZMP Bezglutenowa podstawowa	ŁÓDŹ- ICZMP Wegetariańska	ŁÓDŹ- ICZMP Wysokoenergetyczna
Śniadanie	Chleb Graham 30 g (GLU PSZ) Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, MLE) Masło extra 82% 15 g (MLE) Ser żółty 50 g (MLE) Kiwi 1 szt 1 szt Mix sałat 10 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,)	Chleb Graham 30 g (GLU PSZ) Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, MLE) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 60 g Kiwi 1 szt 1 szt Mix sałat 10 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, MLE) Masło extra 82% 15 g (MLE) Twarożek 60 g (MLE) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Mix sałat 10 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,)	Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, MLE) Masło extra 82% 15 g (MLE) Twarożek 60 g (MLE) Banana 1szt. 1 szt Mix sałat 10 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Bulka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 15 g (MLE) Twarożek 60 g (MLE) Banana 1szt. 1 szt Mix sałat 10 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,) Jabłko 1 szt 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,) Mix sałat 10 g Serek homo owocowy 150g 1 szt (MLE,)	Chleb Graham 60 g (GLU PSZ) Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, MLE) Masło extra 82% 15 g (MLE) Twarożek 40 g (MLE) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 60 g Jabłko 1 szt 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,) Mix sałat 10 g Serek homo owocowy 150g 1 szt (MLE,)	Bulka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 15 g (MLE) Twarożek 60 g (MLE) Banana 1szt. 1 szt Mix sałat 10 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Chleb Graham 120 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 15 g (MLE) Twarożek 60 g (MLE) Kiwi 1 szt 1 szt Mix sałat 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 120 g (MLE) Masło extra 82% 15 g (MLE) Twarożek 60 g (MLE) Kiwi 1 szt 1 szt Mix sałat 10 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Banana 1szt. 1 szt	Chleb Graham 30 g (GLU PSZ) Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, MLE) Masło extra 82% 15 g (MLE) Twarożek 60 g (MLE) Kiwi 1 szt 1 szt Mix sałat 10 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb Graham 60 g (GLU PSZ) Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, MLE) Masło extra 82% 15 g (MLE) Twarożek 40 g (MLE) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 60 g Jabłko 1 szt 1 szt Mix sałat 10 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,) Serek homo owocowy 150g 1 szt (MLE,)
	II SN							Jabłko 1 szt 1 szt			
Obiad	Rosół z makaronem () 350 ml (GLU PSZ, SEL) Ziemniaki z koperkiem () 200 g Udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 100 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 75 g Buraczki gotowane () 75 g Kompotowocowy* z/c 250 ml	Rosół z makaronem () 300 ml (GLU PSZ, SEL) Ziemniaki z koperkiem () 200 g Udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 100 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 50 g Buraczki gotowane () 50 g Kompotowocowy* z/c 250 ml	Rosół z makaronem () 350 ml (GLU PSZ, SEL) Ziemniaki z koperkiem () 200 g Udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 100 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 75 g (GLU PSZ, SEL) Buraczki gotowane () 75 g Kompotowocowy* z/c 250 ml	Rosół z makaronem () 350 ml (GLU PSZ, SEL) Ziemniaki z koperkiem () 200 g Udziec drobiowy gotowany z/k z/s 100 g Bukiet jarzyn oprószone z olejem () 50 g (GLU PSZ, SEL) Buraczki gotowane () 50 g Kompotowocowy* z/c 250 ml	Rosół z makaronem () 300 ml (GLU PSZ, SEL) Ziemniaki z koperkiem () 200 g Udziec drobiowy gotowany z/k z/s 100 g Bukiet jarzyn oprószone z olejem () 50 g (GLU PSZ, SEL) Buraczki gotowane () 50 g Kompotowocowy* z/c 250 ml	Rosół z makaronem () 350 ml (GLU PSZ, SEL) Ziemniaki z koperkiem () 200 g Udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 150 g Bukiet jarzyn oprószone z olejem () 75 g (GLU PSZ, SEL) Buraczki gotowane () 75 g Kompotowocowy* z/c 250 ml	Rosół z makaronem () 300 ml (GLU PSZ, SEL) Ziemniaki z koperkiem () 150 g Udziec drobiowy gotowany z/k z/s 100 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 75 g Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 75 g Kompotowocowy* z/c 250 ml	Rosół z makaronem () 350 ml (GLU PSZ, SEL) Ziemniaki z koperkiem () 200 g Udziec drobiowy gotowany z/k z/s 100 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 75 g Buraczki gotowane () 75 g Kompotowocowy* z/c 250 ml	Rosół z makaronem (bez glutenu) () 350 ml (SEL) Ziemniaki z koperkiem () 200 g Kotlety z brokula* 100 g (GLU PSZ, JAJ) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 75 g Buraczki gotowane () 75 g Kompotowocowy* z/c 250 ml	Bulion warzywny () 400 ml (SEL) Ziemniaki z koperkiem () 200 g Kotlety z brokula* 100 g (GLU PSZ, JAJ) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 75 g Buraczki gotowane () 75 g Kompotowocowy* z/c 250 ml	Rosół z makaronem () 350 ml (GLU PSZ, SEL) Ziemniaki z koperkiem () 200 g Udziec drobiowy gotowany z/k z/s 150 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 75 g (GLU PSZ, SEL) Buraczki gotowane () 75 g Kompotowocowy* z/c 250 ml
	PD		Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml		Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml	Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE,)	Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml	Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE,)	Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml	Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml	Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE,)
Kolacja	Chleb Graham 30 g (GLU PSZ) Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, MLE) Masło extra 82% 15 g (MLE) Szynka Rzeźnika-pr.wp.parz.wędz. wyprodukowany z połączonych kawałków mięsa z dodaną wodą w osłonce białkowe 60 g (GLU PSZ, SOJ,) Pomidor 70 g Rukola 10 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb Graham 30 g (GLU PSZ) Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, MLE) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 60 g Pomidor 70 g Rukola 10 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, MLE) Masło extra 82% 15 g (MLE) Szynka Rzeźnika-pr.wp.parz.wędz. wyprodukowany z połączonych kawałków mięsa z dodaną wodą w osłonce białkowe 60 g (GLU PSZ, SOJ,) Pomidor b/skórki 70 g Rukola 10 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Bulka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 15 g (MLE) Szynka Rzeźnika-pr.wp.parz.wędz. wyprodukowany z połączonych kawałków mięsa z dodaną wodą w osłonce białkowe 60 g (GLU PSZ, SOJ,) Pomidor b/skórki 70 g Rukola 10 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Bulka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 15 g (MLE) Szynka Rzeźnika-pr.wp.parz.wędz. wyprodukowany z połączonych kawałków mięsa z dodaną wodą w osłonce białkowe 60 g (GLU PSZ, SOJ,) Pomidor b/skórki 70 g Rukola 10 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb Graham 60 g (GLU PSZ) Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, MLE) Masło extra 82% 15 g (MLE) Szynka Rzeźnika-pr.wp.parz.wędz. wyprodukowany z połączonych kawałków mięsa z dodaną wodą w osłonce białkowe 60 g (GLU PSZ, SOJ,) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ,) Pomidor 70 g Rukola 10 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Bulka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 15 g (MLE) Szynka Rzeźnika-pr.wp.parz.wędz. wyprodukowany z połączonych kawałków mięsa z dodaną wodą w osłonce białkowe 60 g (GLU PSZ, SOJ,) Pomidor 70 g Rukola 10 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 120 g (MLE) Masło extra 82% 15 g (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 60 g Pomidor 70 g Rukola 10 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb Graham 30 g (GLU PSZ) Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, MLE) Masło extra 82% 15 g (MLE) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ,) Pomidor 70 g Rukola 10 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb Graham 60 g (GLU PSZ) Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, MLE) Masło extra 82% 15 g (MLE) Szynka Rzeźnika-pr.wp.parz.wędz. wyprodukowany z połączonych kawałków mięsa z dodaną wodą w osłonce białkowe 60 g (GLU PSZ, SOJ,) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ,) Pomidor 70 g Rukola 10 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	
	PN	Sok pomarańczowy 0,2L-kartonik 1 szt		Bulka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 5 g (MLE) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ,)		Sok pomarańczowy 0,2L-kartonik 1 szt		Chleb Graham 30 g (GLU PSZ) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ,) Masło extra 82% 5 g (MLE)	Sok pomarańczowy 0,2L-kartonik 1 szt		Chleb Graham 30 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 5 g (MLE) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ,)
	E: 2213.57 kcal; B: 92.86 g; T: 74.07 g; Kw. tł. nasy.: 36.55 g; W: 305.21 g; W tym cukry: 76.36 g; Bl.: 24.55 g; Sol: 8.49 g;	E: 2276.36 kcal; B: 90.64 g; T: 72.68 g; Kw. tł. nasy.: 36.32 g; W: 325.46 g; W tym cukry: 95.79 g; Bl.: 22.79 g; Sol: 8.36 g;	E: 2145.79 kcal; B: 85.03 g; T: 60.18 g; Kw. tł. nasy.: 15.00 g; W: 326.72 g; W tym cukry: 94.89 g; Bl.: 26.72 g; Sol: 8.59 g;	E: 2275.21 kcal; B: 96.17 g; T: 72.75 g; Kw. tł. nasy.: 32.55 g; W: 391.79 g; W tym cukry: 147.01 g; Bl.: 23.40 g; Sol: 6.13 g;	E: 2466.79 kcal; B: 94.67 g; T: 62.47 g; Kw. tł. nasy.: 28.14 g; W: 391.79 g; W tym cukry: 147.01 g; Bl.: 23.40 g; Sol: 6.13 g;	E: 2821.49 kcal; B: 141.63 g; T: 86.56 g; Kw. tł. nasy.: 34.30 g; W: 382.38 g; W tym cukry: 90.98 g; Bl.: 30.83 g; Sol: 10.13 g;	E: 2397.58 kcal; B: 93.31 g; T: 61.65 g; Kw. tł. nasy.: 32.32 g; W: 377.04 g; W tym cukry: 146.88 g; Bl.: 22.26 g; Sol: 6.00 g;	E: 2097.77 kcal; B: 100.48 g; T: 75.14 g; Kw. tł. nasy.: 26.72 g; W: 271.37 g; W tym cukry: 42.74 g; Bl.: 33.46 g; Sol: 7.22 g;	E: 2245.76 kcal; B: 73.57 g; T: 68.87 g; Kw. tł. nasy.: 26.72 g; W: 337.96 g; W tym cukry: 113.42 g; Bl.: 18.80 g; Sol: 3.44 g;	E: 2187.68 kcal; B: 57.16 g; T: 59.91 g; Kw. tł. nasy.: 24.71 g; W: 366.92 g; W tym cukry: 71.10 g; Bl.: 29.16 g; Sol: 5.51 g;	E: 2907.29 kcal; B: 149.36 g; T: 96.02 g; Kw. tł. nasy.: 38.62 g; W: 376.97 g; W tym cukry: 71.10 g; Bl.: 32.54 g; Sol: 10.67 g;

	ŁÓDŹ- ICZMP Podstawowa Doroshi	ŁÓDŹ- ICZMP Podstawowa Dzieci	ŁÓDŹ- ICZMP Bezmleczna podstawowa	ŁÓDŹ- ICZMP Łatwo strawna Doroshi	ŁÓDŹ- ICZMP Łatwo strawna Dzieci	ŁÓDŹ- ICZMP Bogatobiałkowa	ŁÓDŹ- ICZMP II rok życia	ŁÓDŹ- ICZMP Cukrzycowa	ŁÓDŹ- ICZMP Bezglutenowa podstawowa	ŁÓDŹ- ICZMP Wegetariańska	ŁÓDŹ- ICZMP Wysokoenergetyczna
Śniadanie	Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Szynka Konserwowa drobiowa z dodatkiem surowców wędzonych z polaczonych kawałków mięsa w osłonce niejadanej 60 g (<u>SOJ</u>) Rzodkiew biała 70 g Roszponka 10 g Kawa zbożowa z młkiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>)	Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 60 g Rzodkiew biała 70 g Roszponka 10 g Kawa zbożowa z młkiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>) Budyń o smaku czekoladowym z/c 150 ml (<u>MLE</u>)	Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 60 g Rzodkiew biała 70 g Roszponka 10 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Sok jabłkowy 100 % 0,2l 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 60 g Pomidor b/śkórki 70 g Roszponka 10 g Kawa zbożowa z młkiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>) Budyń o smaku czekoladowym z/c 150 ml (<u>MLE</u>)	Bulka pszenna długa krojona 120 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 60 g Pomidor b/śkórki 70 g Roszponka 10 g Kawa zbożowa z młkiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>) Budyń o smaku czekoladowym z/c 150 ml (<u>MLE</u>)	Chleb Graham 60 g (<u>GLU PSZ</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 60 g Twaróg półtłusty 40 g (<u>MLE</u>) Pomidor 70 g Roszponka 10 g Kawa zbożowa z młkiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>) Budyń o smaku czekoladowym z/c 150 ml (<u>MLE</u>)	Bulka pszenna długa krojona 120 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 60 g Pomidor b/śkórki 70 g Roszponka 10 g Kawa zbożowa z młkiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>) Budyń o smaku czekoladowym z/c 150 ml (<u>MLE</u>)	Chleb Graham 120 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 60 g Rzodkiew biała 70 g Roszponka 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 120 g (<u>MLE</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 60 g Rzodkiew biała 70 g Roszponka 10 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Twaróg półtłusty 60 g (<u>MLE</u>) Rzodkiew biała 70 g Roszponka 10 g Kawa zbożowa z młkiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>) Budyń o smaku czekoladowym z/c 150 ml (<u>MLE</u>)	Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Twaróg półtłusty 60 g (<u>MLE</u>) Rzodkiew biała 70 g Roszponka 10 g Kawa zbożowa z młkiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>) Budyń o smaku czekoladowym z/c 150 ml (<u>MLE</u>)	Chleb Graham 60 g (<u>GLU PSZ</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 60 g Twaróg półtłusty 40 g (<u>MLE</u>) Pomidor 70 g Roszponka 10 g Kawa zbożowa z młkiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>) Budyń o smaku czekoladowym z/c 150 ml (<u>MLE</u>)
	II SN									Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>)	
Obiad	Kapuśniak z kapusty kiszanej () 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL, GOR</u>) Kasza kuskus/sypko 200 g (<u>GLU PSZ</u>) Bitka wieprzowa z szynki 60 g (<u>GLU PSZ</u>) Sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU PSZ</u>) Surówka z selera i jabłka z olejem () 75 g (<u>SEL</u>) Bukiet warzyw gotowanych (march,kalafor, brokuł)* 75 g Kompotowocowy* z/c 250 ml	Kapuśniak z kapusty kiszanej () 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL, GOR</u>) Kasza kuskus/sypko 200 g (<u>GLU PSZ</u>) Bitka wieprzowa z szynki 60 g (<u>GLU PSZ</u>) Sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU PSZ</u>) Surówka z selera i jabłka z olejem () 50 g (<u>SEL</u>) Bukiet warzyw gotowanych (march,kalafor, brokuł)* 50 g Kompotowocowy* z/c 250 ml	Wielowarzynna z ziemniakami (bez mleka) () 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Kasza kuskus/sypko 200 g (<u>GLU PSZ</u>) Bitka wieprzowa z szynki 60 g (<u>GLU PSZ</u>) Sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU PSZ</u>) Cukinia pieczona z olejem * 75 g Bukiet warzyw gotowanych (march,kalafor, brokuł)* 75 g Kompotowocowy* z/c 250 ml	Wielowarzynna z ziemniakami () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Kasza kuskus/sypko 200 g (<u>GLU PSZ</u>) Bitka wieprzowa z szynki 60 g (<u>GLU PSZ</u>) Sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU PSZ</u>) Cukinia pieczona z olejem * 75 g Bukiet warzyw gotowanych (march,kalafor, brokuł)* 75 g Kompotowocowy* z/c 250 ml	Wielowarzynna z ziemniakami () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Kasza kuskus/sypko 200 g (<u>GLU PSZ</u>) Bitka wieprzowa z szynki 60 g (<u>GLU PSZ</u>) Klopsik wieprzowy 60 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU PSZ</u>) Cukinia pieczona z olejem * 50 g Bukiet warzyw gotowanych (march,kalafor, brokuł)* 50 g Kompotowocowy* z/c 250 ml	Wielowarzynna z ziemniakami () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Kasza kuskus/sypko 200 g (<u>GLU PSZ</u>) Bitka wieprzowa z szynki 60 g (<u>GLU PSZ</u>) Klopsik wieprzowy 60 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU PSZ</u>) Cukinia pieczona z olejem * 75 g Bukiet warzyw gotowanych (march,kalafor, brokuł)* 75 g Kompotowocowy* z/c 250 ml	Wielowarzynna z ziemniakami () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Kasza kuskus/sypko 150 g (<u>GLU PSZ</u>) Klopsik wieprzowy 60 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU PSZ</u>) Cukinia pieczona z olejem * 50 g Bukiet warzyw gotowanych (march,kalafor, brokuł)* 50 g Kompotowocowy* z/c 250 ml	Wielowarzynna z ziemniakami () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Kasza kuskus/sypko 200 g (<u>GLU PSZ</u>) Bitka wieprzowa z szynki 60 g (<u>GLU PSZ</u>) Sos pomidorowy (bez glutenu) 100 ml (<u>GLU PSZ</u>) Surówka z selera i jabłka z olejem () 75 g (<u>SEL</u>) Bukiet warzyw gotowanych (march,kalafor, brokuł)* 75 g Kompotowocowy* z/c 250 ml	Wielowarzynna z ziemniakami () 400 ml (<u>MLE, SEL</u>) Kasza kuskus/sypko 200 g (<u>GLU PSZ</u>) Kotlety sojowe 100 g (<u>SOJ</u>) Sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU PSZ</u>) Surówka z selera i jabłka z olejem () 75 g (<u>SEL</u>) Bukiet warzyw gotowanych (march,kalafor, brokuł)* 75 g Kompotowocowy* z/c 250 ml	Wielowarzynna z ziemniakami () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Kasza kuskus/sypko 200 g (<u>GLU PSZ</u>) Bitka wieprzowa z szynki 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU PSZ</u>) Cukinia pieczona z olejem * 75 g Bukiet warzyw gotowanych (march,kalafor, brokuł)* 75 g Kompotowocowy* z/c 250 ml	Wielowarzynna z ziemniakami () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Kasza kuskus/sypko 200 g (<u>GLU PSZ</u>) Bitka wieprzowa z szynki 60 g (<u>GLU PSZ</u>) Sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU PSZ</u>) Cukinia pieczona z olejem * 75 g Bukiet warzyw gotowanych (march,kalafor, brokuł)* 75 g Kompotowocowy* z/c 250 ml
	PD	Mandarynka 1 szt			Jabłko pieczone 1szt. 1 szt		Jabłko 1szt 1 szt		Mandarynka 1 szt		
Kolacja	Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Schab na kartki- wieprzowy, wędzony, parzony 60 g Marchew pieczona w słupki () 60 g Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 60 g Marchew pieczona w słupki () 60 g Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Schab na kartki- wieprzowy, wędzony, parzony 60 g Marchew pieczona w słupki () 60 g Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 60 g Marchew pieczona w słupki () 60 g Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Bulka pszenna długa krojona 120 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 60 g Marchew pieczona w słupki () 60 g Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Bulka pszenna długa krojona 120 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 60 g Marchew pieczona w słupki () 60 g Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb Graham 60 g (<u>GLU PSZ</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 60 g Marchew pieczona w słupki () 60 g Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Bulka pszenna długa krojona 120 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 60 g Marchew pieczona w słupki () 60 g Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 120 g (<u>MLE</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 60 g Marchew pieczona w słupki () 60 g Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>) Marchew pieczona w słupki () 60 g Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb Graham 60 g (<u>GLU PSZ</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 60 g Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>) Marchew pieczona w słupki () 60 g Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml
	PN	Ciasto drożdżowe 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SO2</u>) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Jabłko 1 szt 1 szt		Ciasto drożdżowe 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SO2</u>) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml		Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Twaróg półtłusty 20 g (<u>MLE</u>)		Jabłko 1 szt 1 szt		
	E: 2273.68 kcal; B: 84.90 g; T: 67.20 g; Kw. tł. nasy.: 26.05 g; W: 341.86 g; W tym cukry: 60.57 g; Bł.: 32.85 g; Sol: 9.93 g;	E: 2436.12 kcal; B: 93.05 g; T: 73.26 g; Kw. tł. nasy.: 27.08 g; W: 357.94 g; W tym cukry: 79.87 g; Bł.: 31.58 g; Sol: 9.47 g;	E: 2063.20 kcal; B: 77.58 g; T: 53.11 g; Kw. tł. nasy.: 11.75 g; W: 327.99 g; W tym cukry: 84.51 g; Bł.: 31.94 g; Sol: 8.49 g;	E: 2152.68 kcal; B: 86.38 g; T: 64.32 g; Kw. tł. nasy.: 25.73 g; W: 310.96 g; W tym cukry: 50.57 g; Bł.: 24.22 g; Sol: 8.88 g;	E: 2462.71 kcal; B: 96.60 g; T: 68.61 g; Kw. tł. nasy.: 25.62 g; W: 367.39 g; W tym cukry: 86.75 g; Bł.: 22.52 g; Sol: 7.55 g;	E: 2883.61 kcal; B: 126.37 g; T: 87.16 g; Kw. tł. nasy.: 31.07 g; W: 405.40 g; W tym cukry: 87.75 g; Bł.: 32.99 g; Sol: 10.24 g;	E: 2388.82 kcal; B: 89.86 g; T: 67.49 g; Kw. tł. nasy.: 25.79 g; W: 359.11 g; W tym cukry: 86.82 g; Bł.: 22.04 g; Sol: 7.31 g;	E: 2038.34 kcal; B: 103.14 g; T: 66.15 g; Kw. tł. nasy.: 23.95 g; W: 270.37 g; W tym cukry: 27.73 g; Bł.: 38.70 g; Sol: 7.85 g;	E: 2172.00 kcal; B: 75.09 g; T: 69.89 g; Kw. tł. nasy.: 19.70 g; W: 318.41 g; W tym cukry: 68.11 g; Bł.: 26.40 g; Sol: 4.41 g;	E: 2205.60 kcal; B: 87.25 g; T: 52.32 g; Kw. tł. nasy.: 25.51 g; W: 354.97 g; W tym cukry: 90.40 g; Bł.: 43.29 g; Sol: 6.12 g;	E: 2842.32 kcal; B: 148.99 g; T: 90.93 g; Kw. tł. nasy.: 27.96 g; W: 363.93 g; W tym cukry: 51.16 g; Bł.: 31.68 g; Sol: 10.07 g;

	ŁÓDŹ- ICZMP Podstawowa Doroshi	ŁÓDŹ- ICZMP Podstawowa Dzieci	ŁÓDŹ- ICZMP Bezmleczna podstawowa	ŁÓDŹ- ICZMP Łatwo strawna Doroshi	ŁÓDŹ- ICZMP Łatwo strawna Dzieci	ŁÓDŹ- ICZMP Bogatobiałkowa	ŁÓDŹ- ICZMP II rok życia	ŁÓDŹ- ICZMP Cukrzycowa	ŁÓDŹ- ICZMP Bezglutenowa podstawowa	ŁÓDŹ- ICZMP Wegetariańska	ŁÓDŹ- ICZMP Wysokoenergetyczna
Śniadanie	Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Pasta z ryby gotowanej (miruna) i warzyw () 30 g (<u>RYB, SEL</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 60 g Ogórek kiszony 60 g Seler naciowy 20 g (<u>SEL</u>) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Pasta z ryby gotowanej (miruna) i warzyw () 30 g (<u>RYB, SEL</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 60 g Ogórek kiszony 60 g Seler naciowy 20 g (<u>SEL</u>) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml truskawkowym 150 g	Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 60 g Ogórek kiszony 60 g Seler naciowy 20 g (<u>SEL</u>) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Galarełka o smaku truskawkowym 150 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 60 g Pomidor b/skórki 60 g Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Bulka pszenna długa krojona 120 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 60 g Pomidor b/skórki 60 g Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Galarełka o smaku truskawkowym 150 g	Chleb Graham 60 g (<u>GLU PSZ</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 60 g Pasta z ryby gotowanej (miruna) i warzyw () 60 g (<u>RYB, SEL</u>) Pomidor b/skórki 60 g Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Twaróg półtłusty 20 g (<u>MLE</u>)	Bulka pszenna długa krojona 120 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 60 g Pomidor b/skórki 60 g Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Galarełka o smaku truskawkowym 150 g	Chleb Graham 120 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 60 g Ogórek kiszony 60 g Seler naciowy 20 g (<u>SEL</u>) Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 120 g (<u>MLE</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 60 g Pomidor 60 g Ogórek kiszony 60 g Seler naciowy 20 g (<u>SEL</u>) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Galarełka o smaku truskawkowym 150 g	Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Pasta z ryby gotowanej (miruna) i warzyw () 60 g (<u>RYB, SEL</u>) Jabłko pieczone 1 szt. 1 szt Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Galarełka o smaku truskawkowym 150 g	Chleb Graham 60 g (<u>GLU PSZ</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 60 g Pasta z ryby gotowanej (miruna) i warzyw () 60 g (<u>RYB, SEL</u>) Jabłko pieczone 1 szt. 1 szt Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Twaróg półtłusty 20 g (<u>MLE</u>)
	II ŚN									Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Twaróg półtłusty 20 g (<u>MLE</u>)	
Obiad	Grochowa z ziemniakami () 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Pierogi z serem* 300 g (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Jogurt truskawkowy 100 g 1 szt (<u>MLE</u>) Kompotowocowy* z/c 250 ml	Grochowa z ziemniakami () 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Pierogi z serem* 300 g (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Jogurt truskawkowy 100 g 1 szt (<u>MLE</u>) Kompotowocowy* z/c 250 ml	Solferino (bez mleka) () 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Ryz na sypko 200 g Mięso z szynki wieprzowej 60 g Sos jarzynowy () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Szpinak gotowany z olejem* 75 g (<u>GLU PSZ</u>) Marchew gotowana z olejem () 75 g Kompotowocowy* z/c 250 ml	Solferino () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Pierogi z serem* 300 g (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Jogurt truskawkowy 100 g 1 szt (<u>MLE</u>) Kompotowocowy* z/c 250 ml	Solferino () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Pierogi z serem* 300 g (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Jogurt truskawkowy 100 g 1 szt (<u>MLE</u>) Kompotowocowy* z/c 250 ml	Solferino () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Pierogi z serem* 300 g (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Jogurt truskawkowy 100 g 1 szt (<u>MLE</u>) Kompotowocowy* z/c 250 ml	Solferino () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Pierogi z serem* 250 g (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Jogurt truskawkowy 100 g 1 szt (<u>MLE</u>) Kompotowocowy* z/c 250 ml	Solferino () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Pierogi z serem* 250 g (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Jogurt truskawkowy 100 g 1 szt (<u>MLE</u>) Kompotowocowy* z/c 250 ml	Grochowa z ziemniakami () 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Ryz na sypko (brązowy) 200 g Mięso z szynki wieprzowej 60 g Surówka Coleslaw b/c () 75 g (<u>JAJ, MLE, GOR</u>) Surówka z marchwi z olejem b/c () 75 g Kompotowocowy* b/c 250 ml	Solferino (bez glutenu) () 350 ml (<u>MLE, SEL</u>) Ryz z jabłkiem prażonym i cynamonem 300 g Jogurt truskawkowy 100 g 1 szt (<u>MLE</u>) Kompotowocowy* z/c 250 ml	Solferino () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Pierogi z serem* 300 g (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Jogurt truskawkowy 100 g 1 szt (<u>MLE</u>) Kompotowocowy* z/c 250 ml
	PD	Babka piaskowa 60 g (<u>GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE</u>)	Sok pomarańczowy 0,2L-kartonik 1 szt	Babka piaskowa 60 g (<u>GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE</u>)				Sok pomidorowy 0,3l 1 szt	Sok pomarańczowy 0,2L-kartonik 1 szt	Babka piaskowa 60 g (<u>GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE</u>)	
Kolacja	Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Pyzdra schabowa-wędzonka wieprzowa schab wieprzowy wędzony parzony. 60 g Pomidor 60 g Salata lodowa 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Baton szynkowy z kurcząt 60 g Pomidor 60 g Salata lodowa 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Baton szynkowy z kurcząt 60 g Pomidor 60 g Salata lodowa 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Pyzdra schabowa-wędzonka wieprzowa schab wieprzowy wędzony parzony. 60 g Pomidor b/skórki 60 g Salata lodowa 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Bulka pszenna długa krojona 120 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Pyzdra schabowa-wędzonka wieprzowa schab wieprzowy wędzony parzony. 60 g Pomidor b/skórki 60 g Salata lodowa 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb Graham 60 g (<u>GLU PSZ</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Pyzdra schabowa-wędzonka wieprzowa schab wieprzowy wędzony parzony. 60 g Twaróg półtłusty 40 g (<u>MLE</u>) Pomidor 60 g Salata lodowa 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Bulka pszenna długa krojona 120 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Pyzdra schabowa-wędzonka wieprzowa schab wieprzowy wędzony parzony. 60 g Pomidor 60 g Salata lodowa 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb Graham 120 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Pyzdra schabowa-wędzonka wieprzowa schab wieprzowy wędzony parzony. 60 g Pomidor 60 g Salata lodowa 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 120 g (<u>MLE</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Baton szynkowy z kurcząt 60 g Pomidor 60 g Salata lodowa 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Ser żółty 40 g (<u>MLE</u>) Pomidor 60 g Salata lodowa 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb Graham 60 g (<u>GLU PSZ</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Pyzdra schabowa-wędzonka wieprzowa schab wieprzowy wędzony parzony. 60 g Twaróg półtłusty 40 g (<u>MLE</u>) Pomidor 60 g Salata lodowa 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml
	PN	Mus owocowy 100g-produkt pasteryzowany 1 szt		Bulka pszenna długa krojona 30 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Poledwica Sopocka wieprzowa-wędzona parzona z dodatkiem wody. 20 g (<u>SOJ, MLE</u>)	Mus owocowy 100g-produkt pasteryzowany 1 szt		Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Poledwica Sopocka wieprzowa-wędzona parzona z dodatkiem wody. 20 g (<u>SOJ, MLE</u>)	Mus owocowy 100g-produkt pasteryzowany 1 szt	Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Poledwica Sopocka wieprzowa-wędzona parzona z dodatkiem wody. 20 g (<u>SOJ, MLE</u>)	Mus owocowy 100g-produkt pasteryzowany 1 szt	Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Poledwica Sopocka wieprzowa-wędzona parzona z dodatkiem wody. 20 g (<u>SOJ, MLE</u>)
	E: 2277.99 kcal; B: 102.09 g; T: 54.73 g; Kw. tł. nasy.: 24.14 g; W: 348.89 g; W tym cukry: 38.86 g; Bł.: 31.09 g; Sól: 8.16 g;	E: 2576.75 kcal; B: 106.59 g; T: 67.19 g; Kw. tł. nasy.: 28.40 g; W: 389.39 g; W tym cukry: 60.89 g; Bł.: 30.89 g; Sól: 8.14 g;	E: 2068.81 kcal; B: 74.58 g; T: 48.08 g; Kw. tł. nasy.: 10.64 g; W: 343.87 g; W tym cukry: 61.05 g; Bł.: 26.29 g; Sól: 8.95 g;	E: 2244.44 kcal; B: 95.21 g; T: 54.44 g; Kw. tł. nasy.: 26.97 g; W: 385.81 g; W tym cukry: 42.45 g; Bł.: 23.25 g; Sól: 7.88 g;	E: 2520.18 kcal; B: 101.85 g; T: 62.83 g; Kw. tł. nasy.: 28.06 g; W: 386.05 g; W tym cukry: 66.64 g; Bł.: 21.36 g; Sól: 5.55 g;	E: 2784.08 kcal; B: 123.25 g; T: 74.46 g; Kw. tł. nasy.: 33.07 g; W: 410.15 g; W tym cukry: 68.69 g; Bł.: 33.92 g; Sól: 8.42 g;	E: 2435.69 kcal; B: 96.66 g; T: 61.15 g; Kw. tł. nasy.: 27.49 g; W: 375.07 g; W tym cukry: 67.46 g; Bł.: 20.87 g; Sól: 5.61 g;	E: 2050.18 kcal; B: 99.85 g; T: 64.07 g; Kw. tł. nasy.: 28.67 g; W: 350.54 g; W tym cukry: 18.27 g; Bł.: 41.78 g; Sól: 9.44 g;	E: 2027.34 kcal; B: 43.90 g; T: 51.30 g; Kw. tł. nasy.: 18.33 g; W: 350.54 g; W tym cukry: 91.19 g; Bł.: 12.51 g; Sól: 3.64 g;	E: 2612.54 kcal; B: 89.38 g; T: 73.17 g; Kw. tł. nasy.: 34.50 g; W: 402.92 g; W tym cukry: 78.77 g; Bł.: 31.04 g; Sól: 5.69 g;	E: 2918.18 kcal; B: 128.74 g; T: 80.02 g; Kw. tł. nasy.: 36.24 g; W: 428.19 g; W tym cukry: 81.61 g; Bł.: 36.08 g; Sól: 9.24 g;

	ŁÓDŹ- ICZMP Podstawowa Doroshi	ŁÓDŹ- ICZMP Podstawowa Dzieci	ŁÓDŹ- ICZMP Bezmleczna podstawowa	ŁÓDŹ- ICZMP Łatwo strawna Doroshi	ŁÓDŹ- ICZMP Łatwo strawna Dzieci	ŁÓDŹ- ICZMP Bogatobiałkowa	ŁÓDŹ- ICZMP II rok życia	ŁÓDŹ- ICZMP Cukrzycowa	ŁÓDŹ- ICZMP Bezglutenowa podstawowa	ŁÓDŹ- ICZMP Wegetariańska	ŁÓDŹ- ICZMP Wysokoenergetyczna	
2024-01-03	Śniadanie	Chleb Graham 30 g (GLU PSZ_) Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (GLU PSZ, GLU ŻYT_) Masło extra 82% 15 g (MLE_) Serek homo. naturalny 60 g (MLE_) Rukola 10 g Rzodkiew biała 70 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Chleb Graham 30 g (GLU PSZ_) Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (GLU PSZ, GLU ŻYT_) Masło extra 82% 15 g (MLE_) Serek homo. naturalny 60 g (MLE_) Rukola 10 g Rzodkiew biała 70 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Chleb Graham 30 g (GLU PSZ_) Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (GLU PSZ, GLU ŻYT_) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw. 80% tł 15 g Szyntka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 60 g Rzodkiew biała 70 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT_) Masło extra 82% 15 g (MLE_) Serek homo. naturalny 60 g (MLE_) Jabłko pieczone 1 szt. 1 szt Rukola 10 g Pomidor b/skórki 70 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Mus z jabłek (l) z/c 150 g	Bulka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ_) Masło extra 82% 15 g (MLE_) Serek homo. naturalny 60 g (MLE_) Pomidor b/skórki 70 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Mus z jabłek (l) z/c 150 g	Chleb Graham 60 g (GLU PSZ_) Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (GLU PSZ, GLU ŻYT_) Masło extra 82% 15 g (MLE_) Serek homo. naturalny 40 g (MLE_) Szyntka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 60 g Pomidor b/skórki 70 g Rukola 10 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ_) Jabiko 1 szt 1 szt	Bulka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ_) Masło extra 82% 15 g (MLE_) Serek homo. naturalny 60 g (MLE_) Rukola 10 g Jabłko pieczone 1 szt. 1 szt Rzodkiew biała 70 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Pomarańcza 250g 1 szt	Chleb Graham 120 g (GLU PSZ_) Masło extra 82% 15 g (MLE_) Serek homo. naturalny 60 g (MLE_) Rzodkiew biała 70 g Rukola 10 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 120 g (MLE_) Masło extra 82% 15 g (MLE_) Serek homo. naturalny 60 g (MLE_) Rzodkiew biała 70 g Rukola 10 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Pomarańcza 250g 1 szt	Chleb Graham 30 g (GLU PSZ_) Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (GLU PSZ, GLU ŻYT_) Masło extra 82% 15 g (MLE_) Serek homo. naturalny 60 g (MLE_) Rzodkiew biała 70 g Rukola 10 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Chleb Graham 60 g (GLU PSZ_) Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (GLU PSZ, GLU ŻYT_) Masło extra 82% 15 g (MLE_) Serek homo. naturalny 40 g (MLE_) Szyntka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 60 g Rukola 10 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Chrupki kukurydziane 25 g Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE_)
										Pomarańcza 250g 1 szt		
2024-01-03	Obiad	Gryskowa (l) 350 ml (GLU PSZ, SEL_) Ziemniaki z koperkiem (l) 200 g Pieczeń rzymska drobiowa 60 g (GLU PSZ, JAJ_) Fasolka szparagowa z bulką tartą i z olejem* 75 g (GLU PSZ_) Surówka wykwinna z olejem b/c 75 g (JAJ, GOR_) Kompotowocowy* z/c 250 ml	Gryskowa (l) 300 ml (GLU PSZ, SEL_) Ziemniaki z koperkiem (l) 200 g Pieczeń rzymska drobiowa 60 g (GLU PSZ, JAJ_) Fasolka szparagowa z bulką tartą i z olejem* 50 g (GLU PSZ_) Surówka wykwinna z olejem b/c 50 g (JAJ, GOR_) Kompotowocowy* z/c 250 ml	Gryskowa (l) 350 ml (GLU PSZ, SEL_) Ziemniaki z koperkiem (l) 200 g Pieczeń rzymska drobiowa 60 g (GLU PSZ, JAJ_) Sos zielony (l) 100 ml (GLU PSZ, SEL_) Bukiet jarzyn gotowany z olejem (l) 75 g (SEL_) Dymna duszona z olejem* 75 g (GLU PSZ_) Kompotowocowy* z/c 250 ml	Gryskowa (l) 350 ml (GLU PSZ, SEL_) Ziemniaki z koperkiem (l) 200 g Pieczeń rzymska drobiowa 60 g (GLU PSZ, JAJ_) Sos zielony (l) 100 ml (GLU PSZ, SEL_) Bukiet jarzyn gotowany z olejem (l) 50 g (SEL_) Dymna duszona z olejem* 50 g (GLU PSZ_) Kompotowocowy* z/c 250 ml	Gryskowa (l) 300 ml (GLU PSZ, SEL_) Ziemniaki z koperkiem (l) 200 g Pieczeń rzymska drobiowa 60 g (GLU PSZ, JAJ_) Mieso drobiowe pieczone z udźką kurczaka 60 g (GLU PSZ_) Sos zielony (l) 100 ml (GLU PSZ, SEL_) Bukiet jarzyn gotowany z olejem (l) 75 g (SEL_) Dymna duszona z olejem* 75 g (GLU PSZ_) Kompotowocowy* z/c 250 ml	Gryskowa (l) 350 ml (GLU PSZ, SEL_) Ziemniaki z koperkiem (l) 200 g Pieczeń rzymska drobiowa 60 g (GLU PSZ, JAJ_) Mieso drobiowe pieczone z udźką kurczaka 60 g (GLU PSZ_) Sos zielony (l) 100 ml (GLU PSZ, SEL_) Bukiet jarzyn gotowany z olejem (l) 75 g (SEL_) Dymna duszona z olejem* 50 g (GLU PSZ_) Kompotowocowy* z/c 250 ml	Gryskowa (l) 300 ml (GLU PSZ, SEL_) Ziemniaki z koperkiem (l) 150 g Pieczeń rzymska drobiowa 60 g (GLU PSZ, JAJ_) Sos zielony (l) 100 ml (GLU PSZ, SEL_) Bukiet jarzyn gotowany z olejem (l) 50 g (SEL_) Dymna duszona z olejem* 50 g (GLU PSZ_) Kompotowocowy* z/c 250 ml	Gryskowa (l) 350 ml (GLU PSZ, SEL_) Ziemniaki z koperkiem (l) 200 g Pieczeń rzymska drobiowa 60 g (GLU PSZ, JAJ_) Surówka wielowarstwowa z olejem b/c (l) 75 g (SEL_) Kompotowocowy* b/c 250 ml Surówka wykwinna z olejem b/c 75 g (JAJ, GOR_) Kompotowocowy* z/c 250 ml	Gryskowa (l) 350 ml (GLU PSZ, SEL_) Kofeły ziemniaczane (l) 300 g (GLU PSZ, JAJ_) Fasolka szparagowa z bulką tartą i z olejem* 75 g (GLU PSZ_) Surówka wykwinna z olejem b/c 75 g (JAJ, GOR_) Kompotowocowy* z/c 250 ml	Gryskowa (l) 350 ml (GLU PSZ, SEL_) Ziemniaki z koperkiem (l) 200 g Pieczeń rzymska drobiowa 100 g (GLU PSZ, JAJ_) Sos zielony (l) 100 ml (GLU PSZ, SEL_) Bukiet jarzyn gotowany z olejem (l) 75 g (SEL_) Dymna duszona z olejem* (bez glutenu) 75 g (GLU PSZ_) Kompotowocowy* z/c 250 ml	Gryskowa (l) 350 ml (GLU PSZ, SEL_) Ziemniaki z koperkiem (l) 200 g Pieczeń rzymska drobiowa 100 g (GLU PSZ, JAJ_) Sos zielony (l) 100 ml (GLU PSZ, SEL_) Bukiet jarzyn gotowany z olejem (l) 75 g (SEL_) Dymna duszona z olejem* 75 g (GLU PSZ_) Kompotowocowy* z/c 250 ml
										Pomarańcza 250g 1 szt		
2024-01-03	PD		jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE_)	Banan 1szt. 1 szt	jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE_)			Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE_)	Banan 1szt. 1 szt	Chleb Graham 30 g (GLU PSZ_) Masło extra 82% 5 g (MLE_) Ser żółty 20 g (MLE_)		
2024-01-03	Kolacja	Chleb Graham 30 g (GLU PSZ_) Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (GLU PSZ, GLU ŻYT_) Masło extra 82% 15 g (MLE_) Baton szynkowy z kurcząt 60 g Pomidor 60 g Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb Graham 30 g (GLU PSZ_) Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (GLU PSZ, GLU ŻYT_) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw. 80% tł 15 g Baton szynkowy z kurcząt 60 g Pomidor 60 g Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT_) Masło extra 82% 15 g (MLE_) Baton szynkowy z kurcząt 60 g Pomidor b/skórki 60 g Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Bulka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ_) Masło extra 82% 15 g (MLE_) Baton szynkowy z kurcząt 60 g Pomidor b/skórki 60 g Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Bulka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ_) Masło extra 82% 15 g (MLE_) Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (GLU PSZ, GLU ŻYT_) Masło extra 82% 15 g (MLE_) Baton szynkowy z kurcząt 60 g Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ_) Pomidor 60 g Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb Graham 60 g (GLU PSZ_) Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (GLU PSZ, GLU ŻYT_) Masło extra 82% 15 g (MLE_) Baton szynkowy z kurcząt 60 g Pomidor 60 g Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Bulka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ_) Masło extra 82% 15 g (MLE_) Baton szynkowy z kurcząt 60 g Pomidor 60 g Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb Graham 120 g (GLU PSZ_) Masło extra 82% 15 g (MLE_) Baton szynkowy z kurcząt 60 g Pomidor 60 g Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 120 g (MLE_) Masło extra 82% 15 g (MLE_) Baton szynkowy z kurcząt 60 g Pomidor 60 g Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb Graham 30 g (GLU PSZ_) Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (GLU PSZ, GLU ŻYT_) Masło extra 82% 15 g (MLE_) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ_) Pomidor 60 g Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb Graham 30 g (GLU PSZ_) Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (GLU PSZ, GLU ŻYT_) Masło extra 82% 15 g (MLE_) Baton szynkowy z kurcząt 60 g Pomidor 60 g Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml
2024-01-03	PN	Bulka maślana 50g 1 szt (GLU PSZ, JAJ, MLE_) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt	Bulka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ_) Masło extra 82% 5 g (MLE_) Schab Krotoszyński wędzonka wieprzowa z dodatkiem wody wędzona parzona 20 g (SOJ, MLE_)	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt	Bulka maślana 50g 1 szt (GLU PSZ, JAJ, MLE_) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml		Chleb Graham 30 g (GLU PSZ_) Masło extra 82% 5 g (MLE_) Schab Krotoszyński wędzonka wieprzowa z dodatkiem wody wędzona parzona 20 g (SOJ, MLE_)	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt			Bulka maślana 50g 1 szt (GLU PSZ, JAJ, MLE_) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml
		E: 1997.40 kcal; B: 66.11 g; T: 56.55 g; Kw. tł. nasy.: 20.09 g; W: 318.10 g; W tym cukry: 48.38 g; Bł.: 25.43 g; Sól: 6.63 g;	E: 2119.48 kcal; B: 70.66 g; T: 57.17 g; Kw. tł. nasy.: 21.11 g; W: 344.08 g; W tym cukry: 72.40 g; Bł.: 28.56 g; Sól: 6.60 g;	E: 2173.00 kcal; B: 68.28 g; T: 58.94 g; Kw. tł. nasy.: 11.09 g; W: 359.00 g; W tym cukry: 103.09 g; Bł.: 35.82 g; Sól: 8.97 g;	E: 2041.11 kcal; B: 66.72 g; T: 56.81 g; Kw. tł. nasy.: 23.09 g; W: 327.26 g; W tym cukry: 56.50 g; Bł.: 27.68 g; Sól: 7.79 g;	E: 2042.61 kcal; B: 70.95 g; T: 53.81 g; Kw. tł. nasy.: 21.84 g; W: 329.49 g; W tym cukry: 55.18 g; Bł.: 23.28 g; Sól: 6.11 g;	E: 2640.07 kcal; B: 111.02 g; T: 76.29 g; Kw. tł. nasy.: 26.05 g; W: 389.91 g; W tym cukry: 77.12 g; Bł.: 32.99 g; Sól: 9.56 g;	E: 2193.94 kcal; B: 74.54 g; T: 55.45 g; Kw. tł. nasy.: 20.73 g; W: 360.16 g; W tym cukry: 90.29 g; Bł.: 24.81 g; Sól: 5.31 g;	E: 1940.85 kcal; B: 78.06 g; T: 62.65 g; Kw. tł. nasy.: 24.48 g; W: 284.80 g; W tym cukry: 41.07 g; Bł.: 36.53 g; Sól: 7.11 g;	E: 2240.54 kcal; B: 51.99 g; T: 67.51 g; Kw. tł. nasy.: 20.03 g; W: 366.80 g; W tym cukry: 105.54 g; Bł.: 29.41 g; Sól: 4.02 g;	E: 2260.23 kcal; B: 58.44 g; T: 62.55 g; Kw. tł. nasy.: 21.40 g; W: 380.32 g; W tym cukry: 78.82 g; Bł.: 32.70 g; Sól: 5.72 g;	E: 2635.20 kcal; B: 108.89 g; T: 81.31 g; Kw. tł. nasy.: 32.10 g; W: 379.70 g; W tym cukry: 62.55 g; Bł.: 32.19 g; Sól: 9.94 g;

	ŁÓDŹ- ICZMP Podstawowa Doroshi	ŁÓDŹ- ICZMP Podstawowa Dzieci	ŁÓDŹ- ICZMP Bezmleczna podstawowa	ŁÓDŹ- ICZMP Łatwo strawna Doroshi	ŁÓDŹ- ICZMP Łatwo strawna Dzieci	ŁÓDŹ- ICZMP Bogatobiałkowa	ŁÓDŹ- ICZMP II rok życia	ŁÓDŹ- ICZMP Cukrzycowa	ŁÓDŹ- ICZMP Bezglutenowa podstawowa	ŁÓDŹ- ICZMP Wegetariańska	ŁÓDŹ- ICZMP Wysokoenergetyczna
Śniadanie	Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Pasztet z soczewicy () 60 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Pomidor 60 g Salata lodowa 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Pasztet z soczewicy () 60 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Pomidor 60 g Salata lodowa 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Serek homo owocowy 150g 1 szt (<u>MLE</u>)	Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw. 80% tł 15 g Pasztet z soczewicy () 60 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Pomidor 60 g Salata lodowa 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Chrupki kukurydziane 25 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 60 g Pomidor b/skórki 60 g Salata lodowa 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Bulka pszenna długa krojona 120 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 60 g Pomidor b/skórki 60 g Salata lodowa 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Serek homo owocowy 150g 1 szt (<u>MLE</u>)	Chleb Graham 60 g (<u>GLU PSZ</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 60 g Pasztet z soczewicy () 40 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Pomidor 60 g Salata lodowa 20 g Kawa zbożowa z makiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>) Serek homo owocowy 150g 1 szt (<u>MLE</u>)	Bulka pszenna długa krojona 120 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 60 g Pomidor 60 g Salata lodowa 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Serek homo owocowy 150g 1 szt (<u>MLE</u>)	Chleb Graham 120 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Pasztet z soczewicy () 60 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Pomidor 60 g Salata lodowa 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Serek homo owocowy 150g 1 szt (<u>MLE</u>)	Chleb bezglutenowy 120 g (<u>MLE</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 60 g Pomidor 60 g Salata lodowa 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Serek homo owocowy 150g 1 szt (<u>MLE</u>)	Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Pasztet z soczewicy () 60 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Pomidor 60 g Salata lodowa 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Serek homo owocowy 150g 1 szt (<u>MLE</u>)	Chleb Graham 60 g (<u>GLU PSZ</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 60 g Pasztet z soczewicy () 40 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Pomidor 60 g Salata lodowa 20 g Kawa zbożowa z makiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>) Serek homo owocowy 150g 1 szt (<u>MLE</u>) jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>MLE</u>)
	II SN										
Obiad	Barszcz czerwony z ziemniakami () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Makaron (pełnoziarnisty) z sosem mięsno-warzywnym, z mięsa wieprzowego () 300 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Brokuł gotowany* 75 g Surówka z marchwi z olejem b/c () 75 g Kompotowocowy* z/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Makaron (pełnoziarnisty) z sosem mięsno-warzywnym, z mięsa wieprzowego () 300 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Brokuł gotowany* 50 g Surówka z marchwi z olejem b/c () 50 g Kompotowocowy* z/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Makaron (pełnoziarnisty) z sosem mięsno-warzywnym, z mięsa wieprzowego () 300 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Brokuł gotowany* 75 g Surówka z marchwi z olejem b/c () 75 g Kompotowocowy* z/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Makaron z sosem mięsno-warzywnym, z mięsa wieprzowego () 300 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Brokuł gotowany* 75 g Marchew gotowana z olejem () 75 g Kompotowocowy* z/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Makaron z sosem mięsno-warzywnym, z mięsa wieprzowego () 300 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Brokuł gotowany* 50 g Marchew gotowana z olejem () 50 g Kompotowocowy* z/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Makaron z sosem mięsno-warzywnym, z mięsa wieprzowego () 300 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Pulpet wieprzowy 60 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Brokuł gotowany* 75 g Marchew gotowana z olejem () 75 g Kompotowocowy* z/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Makaron z sosem mięsno-warzywnym, z mięsa wieprzowego () 300 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Brokuł gotowany* 50 g Marchew gotowana z olejem () 50 g Kompotowocowy* z/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Makaron (pełnoziarnisty) z sosem mięsno-warzywnym, z mięsa wieprzowego () 300 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Surówka Coleslaw b/c () 75 g (<u>JAJ, MLE, GOR</u>) Surówka z marchwi z olejem b/c () 75 g Kompotowocowy* b/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami (bez glutenu) () 350 ml (<u>MLE, SEL</u>) Makaron z sosem mięsno-warzywnym, z mięsa wieprzowego () (b)glutenu 300 g (<u>SEL</u>) Brokuł gotowany* 75 g Marchew gotowana z olejem () 75 g Kompotowocowy* z/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Makaron z warzywami i serem żółtym () 300 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Brokuł gotowany* 75 g Marchew gotowana z olejem () 75 g Kompotowocowy* z/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Makaron z sosem mięsno-warzywnym, z mięsa wieprzowego () 300 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Pulpet wieprzowy 60 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Brokuł gotowany* 75 g Marchew gotowana z olejem () 75 g Kompotowocowy* z/c 250 ml
	PD		Jabłko 1 szt 1 szt		Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<u>MLE</u>)		Jabłko 1 szt 1 szt		Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Ser żółty 20 g (<u>MLE</u>)
Kolacja	Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 60 g Salata zielona 20 g Pomidor 60 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw. 80% tł 15 g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 60 g Salata zielona 20 g Pomidor b/skórki 60 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 60 g Salata zielona 20 g Pomidor b/skórki 60 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 60 g Salata zielona 20 g Pomidor b/skórki 60 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Bulka pszenna długa krojona 120 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 60 g Salata zielona 20 g Pomidor b/skórki 60 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb Graham 60 g (<u>GLU PSZ</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 60 g Ser żółty 50 g (<u>MLE</u>) Salata zielona 20 g Pomidor 60 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Bulka pszenna długa krojona 120 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 60 g Salata zielona 20 g Pomidor 60 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb Graham 120 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 60 g Salata zielona 20 g Pomidor 60 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 120 g (<u>MLE</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 60 g Salata zielona 20 g Pomidor 60 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Ser żółty 50 g (<u>MLE</u>) Salata zielona 20 g Pomidor 60 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb Graham 60 g (<u>GLU PSZ</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 60 g Ser żółty 50 g (<u>MLE</u>) Salata zielona 20 g Pomidor 60 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml
	PN		Mandarynka 1 szt		Bulka pszenna długa krojona 30 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>)		Mandarynka 1 szt		Mandarynka 1 szt		Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>)
	E: 2067.15 kcal; B: 69.00 g; T: 59.92 g; Kw. tł. nasy.: 21.89 g; W: 328.70 g; W tym cukry: 59.16 g; Bł.: 32.71 g; Sól: 6.97 g;	E: 2311.92 kcal; B: 84.19 g; T: 63.89 g; Kw. tł. nasy.: 23.35 g; W: 367.29 g; W tym cukry: 70.40 g; Bł.: 33.11 g; Sól: 6.75 g;	E: 2200.83 kcal; B: 70.78 g; T: 59.45 g; Kw. tł. nasy.: 12.41 g; W: 363.73 g; W tym cukry: 73.10 g; Bł.: 37.63 g; Sól: 6.85 g;	E: 2088.62 kcal; B: 79.30 g; T: 61.83 g; Kw. tł. nasy.: 25.25 g; W: 315.46 g; W tym cukry: 48.82 g; Bł.: 26.61 g; Sól: 8.68 g;	E: 2237.46 kcal; B: 92.86 g; T: 57.22 g; Kw. tł. nasy.: 22.36 g; W: 350.90 g; W tym cukry: 71.71 g; Bł.: 24.74 g; Sól: 6.44 g;	E: 2922.87 kcal; B: 137.20 g; T: 93.68 g; Kw. tł. nasy.: 38.73 g; W: 401.13 g; W tym cukry: 70.33 g; Bł.: 35.26 g; Sól: 10.50 g;	E: 2269.53 kcal; B: 93.73 g; T: 57.43 g; Kw. tł. nasy.: 22.38 g; W: 357.98 g; W tym cukry: 72.93 g; Bł.: 25.56 g; Sól: 6.57 g;	E: 2215.81 kcal; B: 86.02 g; T: 75.87 g; Kw. tł. nasy.: 27.67 g; W: 317.26 g; W tym cukry: 46.13 g; Bł.: 40.25 g; Sól: 6.86 g;	E: 2180.23 kcal; B: 70.41 g; T: 65.82 g; Kw. tł. nasy.: 21.74 g; W: 335.56 g; W tym cukry: 71.97 g; Bł.: 23.40 g; Sól: 4.13 g;	E: 2496.01 kcal; B: 82.82 g; T: 79.24 g; Kw. tł. nasy.: 34.10 g; W: 383.52 g; W tym cukry: 74.91 g; Bł.: 37.04 g; Sól: 6.80 g;	E: 2978.21 kcal; B: 134.99 g; T: 106.03 g; Kw. tł. nasy.: 47.38 g; W: 389.00 g; W tym cukry: 62.11 g; Bł.: 36.78 g; Sól: 11.58 g;

	ŁÓDŹ- ICZMP Podstawowa Doroshi	ŁÓDŹ- ICZMP Podstawowa Dzieci	ŁÓDŹ- ICZMP Bezmleczna podstawowa	ŁÓDŹ- ICZMP Łatwo strawna Doroshi	ŁÓDŹ- ICZMP Łatwo strawna Dzieci	ŁÓDŹ- ICZMP Bogatobiałkowa	ŁÓDŹ- ICZMP II rok życia	ŁÓDŹ- ICZMP Cukrzycowa	ŁÓDŹ- ICZMP Bezglutenowa podstawowa	ŁÓDŹ- ICZMP Wegetariańska	ŁÓDŹ- ICZMP Wysokoenergetyczna
Śniadanie	Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 60 g (<u>JAJ, MLE</u>) Pomidor 70 g Rozszonka 10 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>)	Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 60 g (<u>JAJ, MLE</u>) Pomidor 70 g Rozszonka 10 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>) Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml	Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 12 g Pasta z jaj (bez mlekka) 60 g (<u>JAJ</u>) Pomidor 70 g Rozszonka 10 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 60 g (<u>JAJ, MLE</u>) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Rozszonka 10 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>)	Bulka pszenna długa krojona 120 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 60 g (<u>JAJ, MLE</u>) Pomidor biskorki 70 g Rozszonka 10 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>) Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml	Chleb Graham 60 g (<u>GLU PSZ</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 60 g (<u>JAJ, MLE</u>) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowegoi wody 60 g (<u>SOJ</u>) Jabłko 1 szt 1 szt Rozszonka 10 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>) Jogurt owoce leśne 100g 1 szt (<u>MLE</u>)	Bulka pszenna długa krojona 120 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 60 g (<u>JAJ, MLE</u>) Pomidor biskorki 70 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>) Rozszonka 10 g Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml	Chleb Graham 120 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 60 g (<u>JAJ, MLE</u>) Pomidor 70 g Rozszonka 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 120 g (<u>MLE</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 60 g (<u>JAJ, MLE</u>) Jabłko 1 szt 1 szt Rozszonka 10 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Jogurt owoce leśne 100g 1 szt (<u>MLE</u>)	Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 60 g (<u>JAJ, MLE</u>) Jabłko 1 szt 1 szt Rozszonka 10 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>) Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml	Chleb Graham 60 g (<u>GLU PSZ</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowegoi wody 60 g (<u>SOJ</u>) Jabłko 1 szt 1 szt Rozszonka 10 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>) Jogurt owoce leśne 100g 1 szt (<u>MLE</u>)
	II SN									jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>MLE</u>)	
Obiad	Kalaflorowa z ryżem () 350 ml (<u>MLE, SEL</u>) Ziemniaki z koperkiem () 200 g Ryba pieczona (Dorsz) 60 g (<u>RYB</u>) Surówka z kapusty kiszzonej z olejem () 75 g Surówka z selera i jabłka z olejem () 75 g (<u>SEL</u>) Kompotowocowy* z/c 250 ml	Kalaflorowa z ryżem () 300 ml (<u>MLE, SEL</u>) Ziemniaki z koperkiem () 200 g Ryba pieczona w panierce (Miruna) 60 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB</u>) Surówka z kapusty kiszzonej z olejem () 50 g Surówka z selera i jabłka z olejem () 50 g (<u>SEL</u>) Kompotowocowy* z/c 250 ml	Ryżowa (bez mlekka) () 350 ml (<u>SEL</u>) Ziemniaki z koperkiem () 200 g Ryba pieczona (Dorsz) 60 g (<u>RYB</u>) Surówka z kapusty kiszzonej z olejem () 75 g Surówka z selera i jabłka z olejem () 75 g (<u>SEL</u>) Kompotowocowy* z/c 250 ml	Ryżowa () 350 ml (<u>MLE, SEL</u>) Ziemniaki z koperkiem () 200 g Ryba pieczona (Dorsz) 60 g (<u>RYB</u>) Warzywa po grecku () 75 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Cukinia pieczona z olejem * 75 g Kompotowocowy* z/c 250 ml	Ryżowa () 300 ml (<u>MLE, SEL</u>) Ziemniaki z koperkiem () 200 g Ryba pieczona (Dorsz) 60 g (<u>RYB</u>) Warzywa po grecku () 50 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Cukinia pieczona z olejem * 50 g Kompotowocowy* z/c 250 ml	Ryżowa () 350 ml (<u>MLE, SEL</u>) Ziemniaki z koperkiem () 200 g Ryba pieczona (Dorsz) 60 g (<u>RYB</u>) Warzywa po grecku () 75 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Cukinia pieczona z olejem * 75 g Kompotowocowy* z/c 250 ml	Ryżowa () 300 ml (<u>MLE, SEL</u>) Ziemniaki z koperkiem () 150 g Ryba pieczona (Dorsz) 60 g (<u>RYB</u>) Warzywa po grecku () 50 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Cukinia pieczona z olejem * 50 g Kompotowocowy* z/c 250 ml	Ryżowa () 350 ml (<u>MLE, SEL</u>) Ziemniaki z koperkiem () 200 g Ryba pieczona (Dorsz) 50 g (<u>RYB</u>) Surówka z kapusty kiszzonej z olejem b/c () 75 g Surówka z selera i jabłka z olejem () 75 g (<u>SEL</u>) Kompotowocowy* b/c 250 ml	Ryżowa () 350 ml (<u>MLE, SEL</u>) Ziemniaki z koperkiem () 200 g Ryba pieczona (Dorsz) 60 g (<u>RYB</u>) Surówka z kapusty kiszzonej z olejem () 75 g Surówka z selera i jabłka z olejem () 75 g (<u>SEL</u>) Kompotowocowy* z/c 250 ml	Kalaflorowa z ryżem () 350 ml (<u>MLE, SEL</u>) Ziemniaki z koperkiem () 200 g Ryba pieczona (Dorsz) 60 g (<u>RYB</u>) Surówka z kapusty kiszzonej z olejem () 75 g Surówka z selera i jabłka z olejem () 75 g (<u>SEL</u>) Kompotowocowy* z/c 250 ml	Ryżowa () 350 ml (<u>MLE, SEL</u>) Ziemniaki z koperkiem () 200 g Pulpet rybny (Miruna) 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB</u>) Warzywa po grecku () 75 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Cukinia pieczona z olejem * 75 g Kompotowocowy* z/c 250 ml
	PD	Mandarynka 1 szt			Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Ciasto drożdżowe 60 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, S02</u>)	Jabłko 1 szt 1 szt	Mandarynka 1 szt		Ciasto drożdżowe 60 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, S02</u>)	
Kolacja	Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Ser żółty 50 g (<u>MLE</u>) Ketchup 15g szaszetka 1 szt Papryka konserwowa 60 g Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Kurczak gotowany produkt drobiowy grubo rozdrobiony parzony 60 g Kurczak gotowany produkt drobiowy grubo rozdrobiony parzony 60 g Papryka konserwowa 60 g Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Kurczak gotowany produkt drobiowy grubo rozdrobiony parzony 60 g Brokuł gotowany* 60 g Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Kurczak gotowany produkt drobiowy grubo rozdrobiony parzony 60 g Brokuł gotowany* 60 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Salata zielona 20 g	Bulka pszenna długa krojona 120 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Kurczak gotowany produkt drobiowy grubo rozdrobiony parzony 60 g Brokuł gotowany* 60 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Salata zielona 20 g	Chleb Graham 60 g (<u>GLU PSZ</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Twaróg półtłusty 40 g (<u>MLE</u>) Kurczak gotowany produkt drobiowy grubo rozdrobiony parzony 60 g Brokuł gotowany* 60 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Bulka pszenna długa krojona 120 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Kurczak gotowany produkt drobiowy grubo rozdrobiony parzony 60 g Brokuł gotowany* 60 g Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb Graham 120 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Kurczak gotowany produkt drobiowy grubo rozdrobiony parzony 60 g Papryka konserwowa 60 g Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 120 g (<u>MLE</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Kurczak gotowany produkt drobiowy grubo rozdrobiony parzony 60 g Brokuł gotowany* 60 g Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Dżem 80 g Brokuł gotowany* 60 g Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb Graham 60 g (<u>GLU PSZ</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Twaróg półtłusty 40 g (<u>MLE</u>) Kurczak gotowany produkt drobiowy grubo rozdrobiony parzony 60 g Brokuł gotowany* 60 g Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml
	PN	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt		Bulka pszenna długa krojona 30 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Schab Krotoszyński wędzonka wieprzowa z dodatkiem wody wędzona parzona 20 g (<u>SOJ, MLE</u>)	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt		Sok pomidorowy 0,3l 1 szt		Sok pomidorowy 0,3l 1 szt		Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Schab Krotoszyński wędzonka wieprzowa z dodatkiem wody wędzona parzona 20 g (<u>SOJ, MLE</u>)
	E: 1977.44 kcal; B: 73.18 g; T: 68.37 g; Kw. tł. nasy.: 33.08 g; W: 284.56 g; W tym cukry: 47.75 g; Bł.: 27.45 g; Sól: 8.74 g;	E: 2169.77 kcal; B: 71.01 g; T: 72.84 g; Kw. tł. nasy.: 33.42 g; W: 323.73 g; W tym cukry: 76.33 g; Bł.: 26.51 g; Sól: 8.55 g;	E: 1901.45 kcal; B: 63.98 g; T: 51.55 g; Kw. tł. nasy.: 12.27 g; W: 310.32 g; W tym cukry: 70.55 g; Bł.: 28.94 g; Sól: 8.63 g;	E: 2031.98 kcal; B: 74.30 g; T: 57.48 g; Kw. tł. nasy.: 26.72 g; W: 316.72 g; W tym cukry: 62.18 g; Bł.: 25.94 g; Sól: 8.38 g;	E: 2028.15 kcal; B: 74.59 g; T: 51.20 g; Kw. tł. nasy.: 23.51 g; W: 328.30 g; W tym cukry: 86.66 g; Bł.: 21.02 g; Sól: 6.66 g;	E: 2489.27 kcal; B: 104.29 g; T: 68.07 g; Kw. tł. nasy.: 27.53 g; W: 380.32 g; W tym cukry: 69.14 g; Bł.: 32.04 g; Sól: 11.15 g;	E: 1958.36 kcal; B: 73.20 g; T: 50.38 g; Kw. tł. nasy.: 23.28 g; W: 313.41 g; W tym cukry: 86.44 g; Bł.: 19.85 g; Sól: 6.52 g;	E: 1775.84 kcal; B: 76.38 g; T: 58.92 g; Kw. tł. nasy.: 26.35 g; W: 253.60 g; W tym cukry: 27.38 g; Bł.: 35.24 g; Sól: 8.00 g;	E: 1947.97 kcal; B: 54.53 g; T: 61.61 g; Kw. tł. nasy.: 22.24 g; W: 302.92 g; W tym cukry: 68.00 g; Bł.: 22.47 g; Sól: 4.80 g;	E: 2404.57 kcal; B: 76.31 g; T: 64.44 g; Kw. tł. nasy.: 26.35 g; W: 393.35 g; W tym cukry: 115.70 g; Bł.: 31.98 g; Sól: 7.70 g;	E: 2708.43 kcal; B: 118.34 g; T: 75.35 g; Kw. tł. nasy.: 30.91 g; W: 404.99 g; W tym cukry: 68.69 g; Bł.: 33.33 g; Sól: 11.78 g;

	ŁÓDŹ- ICZMP Podstawowa Dorosli	ŁÓDŹ- ICZMP Podstawowa Dzieci	ŁÓDŹ- ICZMP Bezmleczna podstawowa	ŁÓDŹ- ICZMP Łatwo strawna Dorosli	ŁÓDŹ- ICZMP Łatwo strawna Dzieci	ŁÓDŹ- ICZMP Bogatobiałkowa	ŁÓDŹ- ICZMP II rok życia	ŁÓDŹ- ICZMP Cukrzycowa	ŁÓDŹ- ICZMP Bezglutenowa podstawowa	ŁÓDŹ- ICZMP Wegetariańska	ŁÓDŹ- ICZMP Wysokoenergetyczna
Śniadanie	Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 60 g Pomidor 70 g Mix салат 10 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 60 g Pomidor 70 g Mix салат 10 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Herbatniki 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u>)	Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw. 80% tł 15 g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 60 g Pomidor 70 g Mix салат 10 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Herbatniki 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 60 g Pomidor 70 g Mix салат 10 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 120 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 60 g Pomidor 70 g Mix салат 10 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Herbatniki 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u>)	Chleb Graham 60 g (<u>GLU PSZ</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Salatka z ryżu, brokułów i wędliny drob wp () 100 g (<u>JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 60 g Pomidor 70 g Kawa zbożowa z młkiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>) Budyń o smaku śmietankowym z/c 150 ml (<u>MLE</u>)	Bułka pszenna długa krojona 120 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 60 g Pomidor 70 g Mix салат 10 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Herbatniki 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u>)	Chleb Graham 120 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 60 g Pomidor 70 g Mix салат 10 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 120 g (<u>MLE</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 60 g Pomidor 70 g Mix салат 10 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Jabłko 1 szt 1 szt	Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Salatka z ryżu, brokułów i jajka 100 g (<u>JAJ, MLE, GOR</u>) Pomidor 70 g Mix салат 10 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Herbatniki 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u>)	Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Salatka z ryżu, brokułów i wędliny drob wp () 100 g (<u>JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 60 g Mix салат 10 g Kawa zbożowa z młkiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>) Herbatniki 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u>)
	II SN									Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>)	
Obiad	Ogórkowa z ziemniakami () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JECZ</u>) Potrawka drobiowa () 150 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Salatka z buraczków i jabłka z olejem () 75 g Bukiet warzyw gotowanych (march, kaliafor, brokuł)* 75 g Kompotowocowy* z/c 250 ml	Ogórkowa z ziemniakami () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JECZ</u>) Potrawka drobiowa () 150 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Salatka z buraczków i jabłka z olejem () 50 g Bukiet warzyw gotowanych (march, kaliafor, brokuł)* 50 g Kompotowocowy* z/c 250 ml	Ziemniaczana (bez mleka) () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JECZ</u>) Potrawka drobiowa () 150 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Salatka z buraczków i jabłka z olejem () 75 g Bukiet warzyw gotowanych (march, kaliafor, brokuł)* 75 g Kompotowocowy* z/c 250 ml	Ziemniaczana () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JECZ</u>) Potrawka drobiowa () 150 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Buraczki gotowane drobno tarte () 75 g Bukiet warzyw gotowanych (march, kaliafor, brokuł)* 75 g Kompotowocowy* z/c 250 ml	Ziemniaczana () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JECZ</u>) Potrawka drobiowa () 150 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Buraczki gotowane drobno tarte () 50 g Bukiet warzyw gotowanych (march, kaliafor, brokuł)* 50 g Kompotowocowy* z/c 250 ml	Ziemniaczana () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JECZ</u>) Potrawka drobiowa () 150 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 60 g Buraczki gotowane drobno tarte () 75 g Bukiet warzyw gotowanych (march, kaliafor, brokuł)* 75 g Kompotowocowy* z/c 250 ml	Ziemniaczana () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JECZ</u>) Potrawka drobiowa () 150 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Buraczki gotowane drobno tarte () 50 g Bukiet warzyw gotowanych (march, kaliafor, brokuł)* 50 g Kompotowocowy* z/c 250 ml	Ogórkowa z ziemniakami () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Ryż na sypko 200 g (<u>GLU JECZ</u>) Potrawka drobiowa () 150 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Surówka wykwiwna z olejem b/c 75 g (<u>JAJ, GOR</u>) Bukiet warzyw gotowanych (march, kaliafor, brokuł)* 75 g Kompotowocowy* b/c 250 ml	Ziemniaczana (bez glutenu) () 350 ml (<u>MLE, SEL</u>) Ryż na sypko 200 g (<u>GLU JECZ</u>) Potrawka drobiowa () 150 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Salatka z buraczków i jabłka z olejem () 75 g Bukiet warzyw gotowanych (march, kaliafor, brokuł)* 75 g Kompotowocowy* z/c 250 ml	Ziemniaczana () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JECZ</u>) Potrawka drobiowa () 150 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 60 g Buraczki gotowane drobno tarte () 75 g Bukiet warzyw gotowanych (march, kaliafor, brokuł)* 75 g Kompotowocowy* z/c 250 ml	Ziemniaczana () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JECZ</u>) Potrawka drobiowa () 150 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 60 g Buraczki gotowane drobno tarte () 75 g Bukiet warzyw gotowanych (march, kaliafor, brokuł)* 75 g Kompotowocowy* z/c 250 ml
	PD		Sok jabłkowy 100 % 0,2l 1 szt	Sok pomarańczowy 0,2L-kartonik 1 szt	Sok jabłkowy 100 % 0,2l 1 szt	Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>)	Sok jabłkowy 100 % 0,2l 1 szt	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt	Sok jabłkowy 100 % 0,2l 1 szt		Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Twaróg półtłusty 20 g (<u>MLE</u>)
Kolacja	Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Parówki drobiowe z cieplącą homogenizowane, wędzone, parzone 80 g Pomidor 70 g Kielki brokuła 10 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw. 80% tł 15 g Schab na kartki- wieprzowy, wędzony, parzony 60 g Pomidor 70 g Kielki brokuła 10 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Schab na kartki- wieprzowy, wędzony, parzony 60 g Pomidor b/skórki 70 g Kielki brokuła 10 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 120 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Schab na kartki- wieprzowy, wędzony, parzony 60 g Pomidor b/skórki 70 g Kielki brokuła 10 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 120 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Schab na kartki- wieprzowy, wędzony, parzony 60 g Pomidor b/skórki 70 g Kielki brokuła 10 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb Graham 60 g (<u>GLU PSZ</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Parówki drobiowe z cieplącą homogenizowane, wędzone, parzone 80 g Paszet z soczewicy () 60 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Pomidor 70 g Kielki brokuła 10 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 120 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Schab na kartki- wieprzowy, wędzony, parzony 60 g Pomidor 70 g Kielki brokuła 10 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb Graham 120 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Schab na kartki- wieprzowy, wędzony, parzony 60 g Pomidor 70 g Kielki brokuła 10 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 120 g (<u>MLE</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Schab na kartki- wieprzowy, wędzony, parzony 60 g Pomidor 70 g Kielki brokuła 10 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Paszet z soczewicy () 60 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Pomidor 70 g Kielki brokuła 10 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb Graham 60 g (<u>GLU PSZ</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Parówki drobiowe z cieplącą homogenizowane, wędzone, parzone 80 g Paszet z soczewicy () 60 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Pomidor 70 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml
	PN	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (<u>MLE</u>)	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt	Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Twaróg półtłusty 20 g (<u>MLE</u>)	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (<u>MLE</u>)			Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Twaróg półtłusty 20 g (<u>MLE</u>)	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (<u>MLE</u>)		
	E: 1989.68 kcal; B: 76.82 g; T: 58.13 g; Kw. tł. nasy.: 22.30 g; W: 285.77 g; W tym cukry: 49.02 g; Bł.: 27.04 g; Sól: 8.78 g;	E: 2146.74 kcal; B: 77.83 g; T: 60.05 g; Kw. tł. nasy.: 22.59 g; W: 319.10 g; W tym cukry: 74.53 g; Bł.: 25.43 g; Sól: 8.76 g;	E: 1978.67 kcal; B: 74.56 g; T: 45.12 g; Kw. tł. nasy.: 11.33 g; W: 332.23 g; W tym cukry: 79.07 g; Bł.: 30.89 g; Sól: 9.09 g;	E: 1935.28 kcal; B: 77.84 g; T: 47.34 g; Kw. tł. nasy.: 23.84 g; W: 312.89 g; W tym cukry: 47.93 g; Bł.: 28.30 g; Sól: 8.92 g;	E: 2074.95 kcal; B: 82.16 g; T: 49.00 g; Kw. tł. nasy.: 22.98 g; W: 337.43 g; W tym cukry: 79.46 g; Bł.: 21.20 g; Sól: 7.14 g;	E: 3007.65 kcal; B: 137.96 g; T: 91.11 g; Kw. tł. nasy.: 29.45 g; W: 409.42 g; W tym cukry: 81.62 g; Bł.: 37.20 g; Sól: 10.61 g;	E: 2075.52 kcal; B: 82.18 g; T: 60.22 g; Kw. tł. nasy.: 24.39 g; W: 337.56 g; W tym cukry: 79.55 g; Bł.: 21.23 g; Sól: 7.15 g;	E: 1899.12 kcal; B: 98.86 g; T: 59.13 g; Kw. tł. nasy.: 24.39 g; W: 257.42 g; W tym cukry: 19.10 g; Bł.: 32.98 g; Sól: 9.15 g;	E: 2052.62 kcal; B: 61.33 g; T: 62.49 g; Kw. tł. nasy.: 22.28 g; W: 324.85 g; W tym cukry: 82.35 g; Bł.: 18.57 g; Sól: 4.43 g;	E: 2344.24 kcal; B: 73.49 g; T: 62.49 g; Kw. tł. nasy.: 22.94 g; W: 383.29 g; W tym cukry: 78.29 g; Bł.: 38.68 g; Sól: 5.95 g;	E: 2913.46 kcal; B: 123.58 g; T: 91.04 g; Kw. tł. nasy.: 31.33 g; W: 399.98 g; W tym cukry: 71.56 g; Bł.: 36.79 g; Sól: 10.61 g;

	ŁÓDŹ- ICZMP Podstawowa Doroshi	ŁÓDŹ- ICZMP Podstawowa Dzieci	ŁÓDŹ- ICZMP Bezmleczna podstawowa	ŁÓDŹ- ICZMP Łatwo strawna Doroshi	ŁÓDŹ- ICZMP Łatwo strawna Dzieci	ŁÓDŹ- ICZMP Bogatobiałkowa	ŁÓDŹ- ICZMP II rok życia	ŁÓDŹ- ICZMP Cukrzycowa	ŁÓDŹ- ICZMP Bezglutenowa podstawowa	ŁÓDŹ- ICZMP Wegetariańska	ŁÓDŹ- ICZMP Wysokoenergetyczna
Śniadanie	Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Ser żółty 60 g (<u>MLE</u>) Pomidor 60 g Banian 1szt. 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>)	Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Ser żółty 60 g (<u>MLE</u>) Pomidor 60 g Banian 1szt. 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>) Jabłko 1 szt 1 szt	Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 12 g Szynka kostowa-drobiowa, średnio rozdrob. 60 g Pomidor 60 g Banian 1szt. 1 szt Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Jabłko 1 szt 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Twaróg półtłusty 60 g (<u>MLE</u>) Pomidor b/skórki 40 g Banian 1szt. 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Bulka pszenna długa krojona 120 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Twaróg półtłusty 60 g (<u>MLE</u>) Pomidor b/skórki 40 g Banian 1szt. 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Chleb Graham 60 g (<u>GLU PSZ</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Twarożek z ziolami 40 g (<u>MLE</u>) Szynka kostowa-drobiowa, średnio rozdrob. 60 g Pomidor 60 g Banian 1szt. 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>) Jogurt truskawkowy 100 g 1 szt (<u>MLE</u>)	Bulka pszenna długa krojona 120 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Twarożek z ziolami 60 g (<u>MLE</u>) Pomidor 60 g Banian 1szt. 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>) Jabłko 1 szt 1 szt	Chleb Graham 120 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Twaróg półtłusty 60 g (<u>MLE</u>) Pomidor 60 g Banian 1szt. 1 szt Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 120 g (<u>MLE</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Twaróg półtłusty 60 g (<u>MLE</u>) Pomidor 60 g Banian 1szt. 1 szt Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Jabłko 1 szt 1 szt	Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Ser żółty 60 g (<u>MLE</u>) Pomidor 60 g Banian 1szt. 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Chleb Graham 60 g (<u>GLU PSZ</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Twarożek z ziolami 40 g (<u>MLE</u>) Szynka kostowa-drobiowa, średnio rozdrob. 60 g Pomidor 60 g Banian 1szt. 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt
	II SNI	Jabłko 1 szt 1 szt									
Obiad	Pomidorowa z makaronem () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Ziemniaki z koperkiem () 200 g Kotlet schabowy 60 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Surówka z kapusty białej z olejem () 75 g Buraczki gotowane () 75 g Kompotowocowy* z/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Ziemniaki z koperkiem () 200 g Kotlet schabowy 60 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Surówka z kapusty białej z olejem () 50 g Buraczki gotowane () 50 g Kompotowocowy* z/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem (bez mleka) () 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Ziemniaki z koperkiem () 200 g Kotlet schabowy 60 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Bukiet warzyw gotowanych (march,kalafor, brokul)* 75 g Buraczki gotowane () 75 g Kompotowocowy* z/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Ziemniaki z koperkiem () 200 g Schab gotowany 60 g Sos własny () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Bukiet warzyw gotowanych (march,kalafor, brokul)* 75 g Buraczki gotowane () 75 g Kompotowocowy* z/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Ziemniaki z koperkiem () 200 g Schab gotowany 60 g Sos własny () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Schab gotowany 60 g Sos własny () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Bukiet warzyw gotowanych (march,kalafor, brokul)* 75 g Buraczki gotowane () 50 g Kompotowocowy* z/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Ziemniaki z koperkiem () 200 g Kotlet schabowy 60 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Surówka z kapusty białej z olejem () 75 g Sos własny () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Bukiet warzyw gotowanych (march,kalafor, brokul)* 75 g Buraczki gotowane () 50 g Kompotowocowy* z/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Ziemniaki z koperkiem () 150 g Pulpet wieprzowy 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Sos własny () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Bukiet warzyw gotowanych (march,kalafor, brokul)* 75 g Buraczki gotowane () 50 g Kompotowocowy* z/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Ziemniaki z koperkiem () 200 g Schab gotowany 60 g Surówka z kapusty białej z olejem () 75 g Salatka z buraczków i jabłka z olejem () 75 g Kompotowocowy* b/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem (bez glutenu) () 350 ml (<u>MLE, SEL</u>) Ziemniaki z koperkiem () 200 g Pierogi ukraińskie * 300 g (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Surówka z kapusty białej z olejem () 75 g Buraczki gotowane () 75 g Kompotowocowy* z/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Ziemniaki z koperkiem () 200 g Schab gotowany 60 g Sos własny () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Bukiet warzyw gotowanych (march,kalafor, brokul)* 75 g Buraczki gotowane () 75 g Kompotowocowy* z/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Ziemniaki z koperkiem () 200 g Schab gotowany 100 g Sos własny () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Bukiet warzyw gotowanych (march,kalafor, brokul)* 75 g Buraczki gotowane () 75 g Kompotowocowy* z/c 250 ml
	PD	Jogurt truskawkowy 100 g 1 szt (<u>MLE</u>)	Chrupki kukurydziane 25 g		Jogurt truskawkowy 100 g 1 szt (<u>MLE</u>)	Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<u>MLE</u>)	Jogurt truskawkowy 100 g 1 szt (<u>MLE</u>)	Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<u>MLE</u>)	Jogurt truskawkowy 100 g 1 szt (<u>MLE</u>)		
Kolacja	Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Pyzdra szynkowa-wędzonka wieprzowa szynka wędzona parzona 60 g Salata zielona 20 g Pomidor 60 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Pyzdra szynkowa-wędzonka wieprzowa szynka wędzona parzona 60 g Salata zielona 10 g Pomidor 60 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Pyzdra szynkowa-wędzonka wieprzowa szynka wędzona parzona 60 g Salata zielona 10 g Pomidor 60 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Pyzdra szynkowa-wędzonka wieprzowa szynka wędzona parzona 60 g Salata zielona 10 g Pomidor 60 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Bulka pszenna długa krojona 120 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Pyzdra szynkowa-wędzonka wieprzowa szynka wędzona parzona 60 g Salata zielona 10 g Pomidor 60 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb Graham 60 g (<u>GLU PSZ</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Pyzdra szynkowa-wędzonka wieprzowa szynka wędzona parzona 60 g Salata zielona 10 g Pomidor 60 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Bulka pszenna długa krojona 120 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Pyzdra szynkowa-wędzonka wieprzowa szynka wędzona parzona 60 g Salata zielona 10 g Pomidor 60 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Pyzdra szynkowa-wędzonka wieprzowa szynka wędzona parzona 60 g Salata zielona 10 g Pomidor 60 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 120 g (<u>MLE</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Szynka z indykami drobiowa z dodatkami surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa parzona 60 g (<u>SOJ</u>) Salata zielona 10 g Pomidor 60 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>) Salata zielona 10 g Pomidor 60 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb Graham 60 g (<u>GLU PSZ</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Pyzdra szynkowa-wędzonka wieprzowa szynka wędzona parzona 60 g Salata zielona 10 g Pomidor 60 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml
	PN	Pomarańcza 250g 1 szt		Bulka pszenna długa krojona 30 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>)	Chrupki kukurydziane 20 g	Pomarańcza 250g 1 szt		Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>)	Pomarańcza 250g 1 szt		
	E: 2446.11 kcal; B: 89.75 g; T: 73.94 g; Kw. tł. nasy.: 35.76 g; W: 372.33 g; W tym cukry: 116.65 g; Bl.: 32.98 g; Sól: 7.66 g;	E: 2553.08 kcal; B: 91.03 g; T: 75.89 g; Kw. tł. nasy.: 36.59 g; W: 393.62 g; W tym cukry: 131.60 g; Bl.: 34.17 g; Sól: 7.60 g;	E: 2298.38 kcal; B: 81.56 g; T: 51.79 g; Kw. tł. nasy.: 11.78 g; W: 393.14 g; W tym cukry: 120.39 g; Bl.: 37.66 g; Sól: 7.62 g;	E: 2272.72 kcal; B: 95.97 g; T: 57.22 g; Kw. tł. nasy.: 29.50 g; W: 355.83 g; W tym cukry: 93.58 g; Bl.: 26.19 g; Sól: 7.14 g;	E: 2322.60 kcal; B: 96.88 g; T: 51.59 g; Kw. tł. nasy.: 26.07 g; W: 380.08 g; W tym cukry: 112.06 g; Bl.: 24.97 g; Sól: 5.05 g;	E: 2879.72 kcal; B: 134.09 g; T: 80.45 g; Kw. tł. nasy.: 36.47 g; W: 421.52 g; W tym cukry: 125.06 g; Bl.: 36.67 g; Sól: 9.77 g;	E: 2387.01 kcal; B: 93.65 g; T: 57.95 g; Kw. tł. nasy.: 27.44 g; W: 386.10 g; W tym cukry: 134.54 g; Bl.: 27.54 g; Sól: 5.16 g;	E: 1934.86 kcal; B: 96.73 g; T: 62.70 g; Kw. tł. nasy.: 29.16 g; W: 262.17 g; W tym cukry: 42.80 g; Bl.: 31.95 g; Sól: 5.89 g;	E: 2185.02 kcal; B: 62.56 g; T: 54.74 g; Kw. tł. nasy.: 22.89 g; W: 370.53 g; W tym cukry: 128.06 g; Bl.: 25.99 g; Sól: 3.32 g;	E: 2706.28 kcal; B: 81.82 g; T: 88.58 g; Kw. tł. nasy.: 45.57 g; W: 413.11 g; W tym cukry: 113.85 g; Bl.: 34.19 g; Sól: 6.23 g;	E: 2825.51 kcal; B: 136.69 g; T: 78.61 g; Kw. tł. nasy.: 38.93 g; W: 409.77 g; W tym cukry: 113.85 g; Bl.: 35.80 g; Sól: 10.11 g;

<nazwa jednostki>

<ulica>, <kod>

Oznaczenia alergenów:

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

Oznaczenia wskaźników odż.:

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