

	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) Pasta z ryby gotowanej (miruna) i warzyw (l) 30 g (RYB, SEL.) Baton szynkowy z kurcząt 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Ogórek kiszony 60 g (.) Salata zielona 20 g (.) 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) Pasta z ryby gotowanej (miruna) i warzyw (l) 30 g (RYB, SEL.) Baton szynkowy z kurcząt 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Ogórek kiszony 60 g (.) Salata zielona 20 g (.) 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.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 12 g (.) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 60 g (.) Ogórek kiszony 60 g (.) Salata zielona 20 g (.) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml (.) Banan 1szt. 1 szt (.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Baton szynkowy z kurcząt 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) g (może zawierać: GLUPSZ, MLE, GOR.) Pomidor b/śkórki 60 g (.) Salata zielona 20 g (.) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml (.)	Bulka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Baton szynkowy z kurcząt 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) g (może zawierać: GLUPSZ, MLE, GOR.) Pomidor b/śkórki 60 g (.) Salata zielona 20 g (.) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml (.) Banan 1szt. 1 szt (.)	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) Pasta z ryby gotowanej (miruna) i warzyw (l) 60 g (RYB, SEL.) Baton szynkowy z kurcząt 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) g (może zawierać: GLUPSZ, MLE, GOR.) Pomidor 60 g (.) Salata zielona 20 g (.) Kawa zbozowa z makiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Chleb Graham 30 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 20 g (.)	Bulka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Baton szynkowy z kurcząt 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 12 g (MLE) Pasta z ryby gotowanej (miruna) i warzyw (l) 30 g (RYB, SEL.) Baton szynkowy z kurcząt 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) g (może zawierać: GLUPSZ, MLE, GOR.) Ogórek kiszony 60 g (.) Salata zielona 20 g (.) Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml (.)	Chleb Graham 120 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 12 g (MLE) Pasta z ryby gotowanej (miruna) i warzyw (l) 30 g (RYB, SEL.) Baton szynkowy z kurcząt 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) g (może zawierać: GLUPSZ, MLE, GOR.) Ogórek kiszony 60 g (.) Salata zielona 20 g (.) Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml (.)	Chleb bezglutenowy 120 g (.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 60 g (.) Pomidor 60 g (.) Salata zielona 20 g (.) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml (.) Banan 1szt. 1 szt (.)	Chleb Graham 30 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Pasta z ryby gotowanej (miruna) i warzyw (l) 60 g (RYB, SEL.) Baton szynkowy z kurcząt 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) g (może zawierać: GLUPSZ, MLE, GOR.) Pomidor 60 g (.) Salata zielona 20 g (.) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml (.) Banan 1szt. 1 szt (.)	Chleb Graham 60 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Pasta z ryby gotowanej (miruna) i warzyw (l) 60 g (RYB, SEL.) Baton szynkowy z kurcząt 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) g (może zawierać: GLUPSZ, MLE, GOR.) Pomidor 60 g (.) Salata zielona 20 g (.) Kawa zbozowa z makiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Chleb Graham 30 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 20 g (.)	
	II SN								Jabłko 1 szt 1 szt (.)			
Obiad	Brokuluwa z ryżem (l) 350 ml (MLE, SEL.) Pierogi leniwe z cukrem i cynamonem (l) 300 g (GLU PSZ, JAJ, MLE.) jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE) Surówka z marchwi i jabłka z olejem (l) 150 g (.) Kompotowocowy* z/c 250 ml (.)	Brokuluwa z ryżem (l) 350 ml (MLE, SEL.) Pierogi leniwe z cukrem i cynamonem (l) 300 g (GLU PSZ, JAJ, MLE.) jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE) Surówka z marchwi i jabłka z olejem (l) 100 g (.) Kompotowocowy* z/c 250 ml (.)	Brokuluwa z ryżem (bez mleka) (l) 350 ml (SEL.) Ziemniaki z koperkiem (l) 200 g (.) Pulpet drobiowy 60 g (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Sos koperkowy*(bez mleka) 100 ml (GLU PSZ.) Marchew gotowana z olejem (l) 75 g (.) Cukinia pieczona z olejem * 75 g (.) Kompotowocowy* z/c 250 ml (.)	Brokuluwa z ryżem (l) 350 ml (MLE, SEL.) Pierogi leniwe z cukrem i cynamonem (l) 300 g (GLU PSZ, JAJ, MLE.) jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt (.) Kompotowocowy* z/c 250 ml (.)	Brokuluwa z ryżem (l) 350 ml (MLE, SEL.) Pierogi leniwe z cukrem i cynamonem (l) 300 g (GLU PSZ, JAJ, MLE.) jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE) Surówka z marchwi i jabłka z olejem (l) 150 g (.) Kompotowocowy* z/c 250 ml (.)	Brokuluwa z ryżem (l) 300 ml (MLE, SEL.) Pierogi leniwe z cukrem i cynamonem (l) 300 g (GLU PSZ, JAJ, MLE.) jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE) Surówka z marchwi i jabłka z olejem (l) 100 g (.) Kompotowocowy* z/c 250 ml (.)	Brokuluwa z ryżem (l) 400 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem (l) 200 g (.) Pulpet drobiowy 60 g (GLU PSZ, JAJ, MLE.) jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE) Surówka z marchwi i jabłka z olejem (l) 100 g (.) Kompotowocowy* z/c 250 ml (.)	Brokuluwa z ryżem (l) 350 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem (l) 200 g (.) Pulpet drobiowy (bez glutenu) 50 g (JAJ.) Sos koperkowy *(bez glutenu) 100 ml (MLE.) Surówka z marchwi i jabłka z olejem (l) 75 g (.) Cukinia pieczona z olejem * 75 g (.) Kompotowocowy* z/c 250 ml (.)	Brokuluwa z ryżem (l) 350 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem (l) 200 g (.) Pulpet drobiowy (bez glutenu) 50 g (JAJ.) Sos koperkowy *(bez glutenu) 100 ml (MLE.) Surówka z marchwi i jabłka z olejem (l) 75 g (.) Cukinia pieczona z olejem * 75 g (.) Kompotowocowy* z/c 250 ml (.)	Brokuluwa z ryżem (l) 350 ml (MLE, SEL.) Pierogi leniwe z cukrem i cynamonem (l) 300 g (GLU PSZ, JAJ, MLE.) jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE) Surówka z marchwi i jabłka z olejem (l) 150 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 (.)	Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE.)	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.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Pyzdra schabowa-wędzonka wierzpowa schab wierzpowy wędzony parzony. 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.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 12 g (.) Pyzdra schabowa-wędzonka wierzpowa schab wierzpowy wędzony parzony. 60 g (.) Pomidor b/śkórki 70 g (.) Rukola 10 g (.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml (.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Pyzdra schabowa-wędzonka wierzpowa schab wierzpowy wędzony parzony. 60 g (.) Pomidor b/śkórki 70 g (.) Rukola 10 g (.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml (.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Pyzdra schabowa-wędzonka wierzpowa schab wierzpowy wędzony parzony. 60 g (.) Pomidor b/śkórki 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) Pyzdra schabowa-wędzonka wierzpowa schab wierzpowy wędzony parzony. 60 g (.) Pomidor b/śkórki 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.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Pyzdra schabowa-wędzonka wierzpowa schab wierzpowy wędzony parzony. 60 g (.) Pomidor b/śkórki 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) Pyzdra schabowa-wędzonka wierzpowa schab wierzpowy wędzony parzony. 60 g (.) Pomidor b/śkórki 70 g (.) Rukola 10 g (.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml (.)	Chleb Graham 120 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 12 g (MLE) Pyzdra schabowa-wędzonka wierzpowa schab wierzpowy wędzony parzony. 60 g (.) Pomidor 70 g (.) Rukola 10 g (.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml (.)	Chleb bezglutenowy 120 g (.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Pyzdra schabowa-wędzonka wierzpowa schab wierzpowy wędzony parzony. 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.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Hummus 60 g (SEZ.) 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.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Hummus 60 g (SEZ.) Pomidor 70 g (.) Rukola 10 g (.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml (.)	
	PN	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt (.)		Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.)	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt (.)	Sok przecierowy warzywno-owocowy 0,33l 1 szt (.)	Chleb Graham 30 g (GLU PSZ.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Masło extra 82% 5 g (MLE)		Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt (.)		Chleb Graham 30 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE)	Chleb Graham 30 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.)
	E: 2033.28 kcal; B: 80.55 g; T: 59.07 g; Kw. tł. nasy.: 23.73 g; W: 304.71 g; W tym cukry: 67.40 g; Bł.: 27.69 g; Sól: 8.36 g;	E: 2305.24 kcal; B: 82.00 g; T: 58.52 g; Kw. tł. nasy.: 23.85 g; W: 373.23 g; W tym cukry: 124.77 g; Bł.: 28.93 g; Sól: 8.27 g;	E: 2065.39 kcal; B: 74.15 g; T: 44.97 g; Kw. tł. nasy.: 11.12 g; W: 353.82 g; W tym cukry: 101.62 g; Bł.: 30.91 g; Sól: 9.18 g;	E: 2119.38 kcal; B: 81.24 g; T: 63.93 g; Kw. tł. nasy.: 27.66 g; W: 313.51 g; W tym cukry: 71.61 g; Bł.: 20.55 g; Sól: 7.62 g;	E: 2350.68 kcal; B: 84.53 g; T: 55.65 g; Kw. tł. nasy.: 23.50 g; W: 386.06 g; W tym cukry: 135.58 g; Bł.: 22.36 g; Sól: 5.45 g;	E: 2661.74 kcal; B: 107.71 g; T: 87.96 g; Kw. tł. nasy.: 31.53 g; W: 370.24 g; W tym cukry: 81.27 g; Bł.: 33.60 g; Sól: 10.30 g;	E: 2408.83 kcal; B: 83.20 g; T: 57.45 g; Kw. tł. nasy.: 23.76 g; W: 397.76 g; W tym cukry: 34.61 g; Bł.: 34.13 g; Sól: 9.01 g;	E: 1960.87 kcal; B: 87.99 g; T: 66.13 g; Kw. tł. nasy.: 23.96 g; W: 270.61 g; W tym cukry: 34.61 g; Bł.: 34.13 g; Sól: 9.01 g;	E: 2128.09 kcal; B: 60.86 g; T: 60.11 g; Kw. tł. nasy.: 21.55 g; W: 341.23 g; W tym cukry: 104.47 g; Bł.: 21.30 g; Sól: 4.38 g;	E: 2366.62 kcal; B: 64.46 g; T: 66.81 g; Kw. tł. nasy.: 24.25 g; W: 387.03 g; W tym cukry: 130.95 g; Bł.: 32.19 g; Sól: 6.23 g;	E: 2778.14 kcal; B: 114.00 g; T: 97.42 g; Kw. tł. nasy.: 35.85 g; W: 373.94 g; W tym cukry: 81.39 g; Bł.: 32.34 g; Sól: 10.84 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 Bezglutenowa podstawowa	ŁÓDŹ- ICZMP Wegetariańska	ŁÓDŹ- ICZMP Wysokoenergetyczna	
2024-01-09 wtorek	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 kiełbasa grubo rozdrobniona 60 g ( ) Papryka konserwowa 70 g ( ) Mix салат 10 g ( ) Kawa zbożowa z mlekkiem 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> ) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 60 g ( ) Papryka konserwowa 70 g ( ) Mix салат 10 g ( ) Kawa zbożowa z mlekkiem 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 ( ) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 60 g ( ) Pomidor 70 g ( ) Mix салат 10 g ( ) Kawa zbożowa z mlekkiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u> ) 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> ) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 60 g ( ) Pomidor b/skórki 70 g ( ) Mix салат 10 g ( ) Kawa zbożowa z mlekkiem 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> ) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 60 g ( ) Pomidor b/skórki 70 g ( ) Mix салат 10 g ( ) Kawa zbożowa z mlekkiem 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> ) Serek Fromage 40 g ( <u>GLU PSZ, MLE</u> ) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 60 g ( ) Mix салат 10 g ( ) Banana 1szt. 1 szt ( ) Kawa zbożowa z mlekkiem 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> ) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 60 g ( ) Pomidor b/skórki 70 g ( ) Mix салат 10 g ( ) Kawa zbożowa z mlekkiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u> ) Budyń o smaku czekoladowym z/c 150 ml ( <u>MLE</u> )	Chleb bezglutenowy 120 g ( ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 60 g ( ) Mix салат 10 g ( ) Papryka konserwowa 70 g ( ) Mix салат 10 g ( ) Herbata czarna granulowana b/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 Fromage 60 g ( <u>GLU PSZ, MLE</u> ) Banana 1szt. 1 szt ( ) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 60 g ( ) Banana 1szt. 1 szt ( ) Mix салат 10 g ( ) Kawa zbożowa z mlekkiem 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> ) Serek Fromage 60 g ( <u>GLU PSZ, MLE</u> ) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 60 g ( ) Banana 1szt. 1 szt ( ) Mix салат 10 g ( ) Kawa zbożowa z mlekkiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u> ) Budyń o smaku czekoladowym z/c 150 ml ( <u>MLE</u> )
	II SNI									Sok pomidorowy 0,3l 1 szt ( )	
2024-01-09 wtorek	Obiad	Pieczarkowa z ziemniakami ( ) 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ) Makaron 200 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Bitka wieprzowa z szynki 60 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Sos pieczeniowy 100 ml ( <u>GLU PSZ</u> ) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem ( ) 75 g ( ) Brokuł gotowany* 75 g ( ) Kompotowocowy* z/c 250 ml ( )	Pieczarkowa z ziemniakami ( ) 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ) Makaron 200 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Bitka wieprzowa z szynki 60 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Sos pieczeniowy 100 ml ( <u>GLU PSZ</u> ) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem ( ) 50 g ( ) Brokuł gotowany* 50 g ( ) Kompotowocowy* z/c 250 ml ( )	Sofferino (bez mleka) ( ) 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ) Makaron 200 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Bitka wieprzowa z szynki 60 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Sos własny ( ) 100 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem ( ) 75 g ( ) Brokuł gotowany* 75 g ( ) Kompotowocowy* z/c 250 ml ( )	Sofferino ( ) 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ) Makaron 200 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Bitka wieprzowa z szynki 60 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Sos własny ( ) 100 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Dyńna duszona z olejem* 75 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Brokuł gotowany* 75 g ( ) Kompotowocowy* z/c 250 ml ( )	Sofferino ( ) 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ) Makaron 200 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Bitka wieprzowa z szynki 60 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Klopsik wieprzowy 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ</u> ) Sos własny ( ) 100 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Dyńna duszona z olejem* 50 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Brokuł gotowany* 50 g ( ) Kompotowocowy* z/c 250 ml ( )	Sofferino ( ) 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ) Makaron 200 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Bitka wieprzowa z szynki 60 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Klopsik wieprzowy 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ</u> ) Sos własny ( ) 100 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Dyńna duszona z olejem* 75 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Brokuł gotowany* 75 g ( ) Kompotowocowy* z/c 250 ml ( )	Sofferino ( ) 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ) Makaron 150 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Klopsik wieprzowy 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ</u> ) Sos własny ( ) 100 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Dyńna duszona z olejem* 50 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Brokuł gotowany* 50 g ( ) Kompotowocowy* z/c 250 ml ( )	Pieczarkowa z ziemniakami ( ) 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ) Makaron bezglutenowy 200 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Bitka wieprzowa z szynki 60 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem ( ) 75 g ( ) Brokuł gotowany* 75 g ( ) Kompotowocowy* b/c 250 ml ( )	Sofferino ( ) 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ) Makaron z warzywami( ) 300 g ( <u>GLU PSZ, MLE</u> ) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem ( ) 75 g ( ) Brokuł gotowany* 75 g ( ) Kompotowocowy* z/c 250 ml ( )	Sofferino ( ) 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ) Makaron 200 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Bitka wieprzowa z szynki 100 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Dyńna duszona z olejem* 75 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Brokuł gotowany* 75 g ( ) Kompotowocowy* z/c 250 ml ( )
	PD	Sok pomarańczowy 0,2L-kartonik 1 szt ( )			Sok pomarańczowy 0,2L-kartonik 1 szt ( )	jogurt naturalny 100g 1 szt ( <u>MLE</u> )	Sok pomarańczowy 0,2L-kartonik 1 szt ( )	jogurt naturalny 100g 1 szt ( <u>MLE</u> )	Sok pomarańczowy 0,2L-kartonik 1 szt ( )		Chleb Graham 30 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE</u> ) Ser żółty 20 g ( <u>MLE</u> )
2024-01-09 wtorek	Kolejka	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> ) Galaretki drobiowaz udzka kurczaka ( ) 100 g ( <u>SEL</u> ) 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> ) Szynka tostowa- drobiowa, srednio rozdrob. 60 g ( <u>może zawierać: MLE, GOR</u> ) 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> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g ( ) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 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 tostowa- drobiowa, srednio rozdrob. 60 g ( <u>może zawierać: MLE, GOR</u> ) 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 tostowa- drobiowa, srednio rozdrob. 60 g ( <u>może zawierać: MLE, GOR</u> ) 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> ) Szynka tostowa- drobiowa, srednio rozdrob. 60 g ( <u>może zawierać: MLE, GOR</u> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ</u> ) Pomidor 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, srednio rozdrob. 60 g ( <u>może zawierać: MLE, GOR</u> ) Pomidor 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> ) Galaretki drobiowaz udzka kurczaka ( ) 100 g ( <u>SEL</u> ) Pomidor 60 g ( ) Salata zielona 20 g ( ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml ( )	Chleb bezglutenowy 120 g ( ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Szynka tostowa- drobiowa, srednio rozdrob. 60 g ( <u>może zawierać: MLE, GOR</u> ) 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> ) Szynka tostowa- drobiowa, srednio rozdrob. 60 g ( <u>może zawierać: MLE, GOR</u> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ</u> ) Pomidor 60 g ( ) Salata zielona 20 g ( ) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml ( )
	PN	Bulka maślana 1 szt 1 szt ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u> ) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml ( )	Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt ( )		Bulka maślana 1 szt 1 szt ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u> ) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml ( )		Chleb Graham 30 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE</u> ) Szynka gotowana wieprzowa wedzona parzona zawiera wodę dodaną, w siatce niejadalnej 20 g ( <u>GLU PSZ, SOJ</u> )	Chleb Graham 30 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE</u> ) Szynka gotowana wieprzowa wedzona parzona zawiera wodę dodaną, w siatce niejadalnej 20 g ( <u>GLU PSZ, SOJ</u> )	Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt ( )	Bulka maślana 1 szt 1 szt ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u> ) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml ( )	Chleb Graham 30 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE</u> ) Szynka gotowana wieprzowa wedzona parzona zawiera wodę dodaną, w siatce niejadalnej 20 g ( <u>GLU PSZ, SOJ</u> )
	E: 2313.86 kcal; B: 89.77 g; T: 61.03 g; Kw. tł. nasy.: 25.04 g; W: 363.68 g; W tym cukry: 61.27 g; Bł.: 26.38 g; Sól: 8.90 g;	E: 2529.96 kcal; B: 98.19 g; T: 64.60 g; Kw. tł. nasy.: 26.39 g; W: 397.28 g; W tym cukry: 91.90 g; Bł.: 23.75 g; Sól: 9.61 g;	E: 2091.84 kcal; B: 79.70 g; T: 48.56 g; Kw. tł. nasy.: 11.64 g; W: 343.01 g; W tym cukry: 83.01 g; Bł.: 24.45 g; Sól: 8.10 g;	E: 2374.97 kcal; B: 91.61 g; T: 60.75 g; Kw. tł. nasy.: 24.29 g; W: 373.35 g; W tym cukry: 66.00 g; Bł.: 22.92 g; Sól: 9.13 g;	E: 2614.24 kcal; B: 103.55 g; T: 63.74 g; Kw. tł. nasy.: 26.17 g; W: 412.14 g; W tym cukry: 100.45 g; Bł.: 18.04 g; Sól: 7.67 g;	E: 3228.04 kcal; B: 131.28 g; T: 94.30 g; Kw. tł. nasy.: 41.47 g; W: 474.35 g; W tym cukry: 121.18 g; Bł.: 30.51 g; Sól: 10.51 g;	E: 2476.40 kcal; B: 93.49 g; T: 60.42 g; Kw. tł. nasy.: 25.93 g; W: 394.72 g; W tym cukry: 99.75 g; Bł.: 17.08 g; Sól: 7.42 g;	E: 1884.44 kcal; B: 90.75 g; T: 61.77 g; Kw. tł. nasy.: 25.97 g; W: 314.32 g; W tym cukry: 18.23 g; Bł.: 34.19 g; Sól: 8.66 g;	E: 2104.70 kcal; B: 67.55 g; T: 64.47 g; Kw. tł. nasy.: 20.79 g; W: 314.32 g; W tym cukry: 57.60 g; Bł.: 16.44 g; Sól: 4.25 g;	E: 2773.71 kcal; B: 75.88 g; T: 74.47 g; Kw. tł. nasy.: 41.05 g; W: 461.75 g; W tym cukry: 137.72 g; Bł.: 30.72 g; Sól: 7.11 g;	E: 3148.59 kcal; B: 134.43 g; T: 106.25 g; Kw. tł. nasy.: 52.83 g; W: 425.18 g; W tym cukry: 100.79 g; Bł.: 31.98 g; Sól: 11.15 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> ) Ogórek kiszony 70 g ( ) Roszponka 10 g ( ) 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> ) Pasztet z soczewicy ( ) 60 g ( <u>GLU PSZ, JAJ</u> ) Ogórek kiszony 70 g ( ) Roszponka 10 g ( ) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa 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> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g ( ) Pasztet z soczewicy ( ) 60 g ( <u>GLU PSZ, JAJ</u> ) Ogórek kiszony 70 g ( ) Roszponka 10 g ( ) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml ( ) Galarełka o smaku truskawkowym 150 g ( )	Chleb mieszany pszenno-żytni 120g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Szynka na kartki-wieprzowa,wędzona,parzona 60 g ( ) Marchew pieczona w słupki ( ) 70 g ( ) Roszponka 10 g ( ) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml ( ) Galarełka o smaku truskawkowym 150 g ( )	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 ( ) Marchew pieczona w słupki ( ) 70 g ( ) Roszponka 10 g ( ) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa 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> ) Pasztet z soczewicy ( ) 60 g ( <u>GLU PSZ, JAJ</u> ) Szynka na kartki-wieprzowa,wędzona,parzona 60 g ( ) Marchew pieczona w słupki ( ) 70 g ( ) Roszponka 10 g ( ) Kawa zbozowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</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> ) Szynka na kartki-wieprzowa,wędzona,parzona 60 g ( ) Marchew pieczona w słupki ( ) 70 g ( ) Roszponka 10 g ( ) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa 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> ) Pasztet z soczewicy ( ) 60 g ( <u>GLU PSZ, JAJ</u> ) Ogórek kiszony 70 g ( ) Roszponka 10 g ( ) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml ( )	Chleb bezglutenowy 120 g ( ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Szynka na kartki-wieprzowa,wędzona,parzona 60 g ( ) Ogórek kiszony 70 g ( ) Roszponka 10 g ( ) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa 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> ) Pasztet z soczewicy ( ) 60 g ( <u>GLU PSZ, JAJ</u> ) Marchew pieczona w słupki ( ) 70 g ( ) Roszponka 10 g ( ) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa 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> ) Pasztet z soczewicy ( ) 60 g ( <u>GLU PSZ, JAJ</u> ) Szynka na kartki-wieprzowa,wędzona,parzona 60 g ( ) Roszponka 10 g ( ) Kawa zbozowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u> ) Kefir 1,5% tł 150g 1 Por ( <u>MLE</u> )
	II SN	Jabłko 1 szt 1 szt ( )									
Obiad	Grysikowa ( ) 350 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Ziemniaki z koperkiem ( ) 200 g ( ) Kotlet mielony drobiowy 60 g ( <u>GLU PSZ, JAJ</u> ) Buraczki zasmażane z olejem ( ) 75 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Bukiet jarzyn gotowany z olejem ( ) 75 g ( <u>SEL</u> ) Kompot owocowy* z/c 250 ml ( )	Grysikowa ( ) 350 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Ziemniaki z koperkiem ( ) 200 g ( ) Kotlet mielony drobiowy 60 g ( <u>GLU PSZ, JAJ</u> ) Buraczki oprószone ( ) 75 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Bukiet jarzyn gotowany z olejem ( ) 75 g ( <u>SEL</u> ) Kompot owocowy* z/c 250 ml ( )	Grysikowa ( ) 350 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Ziemniaki z koperkiem ( ) 200 g ( ) Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 60 g ( <u>GLU PSZ, JAJ</u> ) Sos jarzynowy ( ) 100 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Buraczki oprószone ( ) 75 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Bukiet jarzyn gotowany z olejem ( ) 75 g ( <u>SEL</u> ) Kompot owocowy* z/c 250 ml ( )	Grysikowa ( ) 300 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Ziemniaki z koperkiem ( ) 200 g ( ) Kotlet mielony drobiowy z udźca gotowany mielony 60 g ( <u>GLU PSZ, JAJ</u> ) Sos jarzynowy ( ) 100 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Buraczki oprószone ( ) 50 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Bukiet jarzyn gotowany z olejem ( ) 50 g ( <u>SEL</u> ) Kompot owocowy* z/c 250 ml ( )	Grysikowa ( ) 350 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Ziemniaki z koperkiem ( ) 200 g ( ) Kotlet mielony drobiowy 60 g ( <u>GLU PSZ, JAJ</u> ) Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 60 g ( <u>GLU PSZ, JAJ</u> ) Sos jarzynowy ( ) 100 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Buraczki oprószone ( ) 75 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Bukiet jarzyn gotowany z olejem ( ) 75 g ( <u>SEL</u> ) Kompot owocowy* z/c 250 ml ( )	Grysikowa ( ) 300 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Ziemniaki z koperkiem ( ) 150 g ( ) Kotlet mielony drobiowy z udźca gotowany mielony 60 g ( <u>GLU PSZ, JAJ</u> ) Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 60 g ( <u>GLU PSZ, JAJ</u> ) Sos jarzynowy ( ) 100 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Buraczki oprószone ( ) 50 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Bukiet jarzyn gotowany z olejem ( ) 50 g ( <u>SEL</u> ) Kompot owocowy* z/c 250 ml ( )	Grysikowa ( ) 350 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Ziemniaki z koperkiem ( ) 200 g ( ) Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 60 g ( <u>GLU PSZ, JAJ</u> ) Sos jarzynowy ( ) 100 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Buraczki oprószone ( ) 75 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Bukiet jarzyn gotowany z olejem ( ) 75 g ( <u>SEL</u> ) Kompot owocowy* z/c 250 ml ( )	Grysikowa ( ) 300 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Ziemniaki z koperkiem ( ) 200 g ( ) Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 60 g ( <u>GLU PSZ, JAJ</u> ) Sos jarzynowy ( ) 100 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Buraczki oprószone ( ) 50 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Bukiet jarzyn gotowany z olejem ( ) 50 g ( <u>SEL</u> ) Kompot owocowy* z/c 250 ml ( )	Ziemiaczana (bez glutenu) ( ) 400 ml ( <u>MLE, SEL</u> ) Ziemniaki z koperkiem ( ) 200 g ( ) Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony (bez glutenu) 60 g ( <u>JAJ</u> ) Sos jarzynowy (bez glutenu) ( ) 100 ml ( <u>SEL</u> ) Cwikla z jabłkiem ( ) 75 g ( ) Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c ( ) 75 g ( ) Kompot owocowy* b/c 250 ml ( )	Grysikowa ( ) 350 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Ziemniaki z koperkiem ( ) 200 g ( ) Kotlety sojowe 100 g ( <u>SOJ</u> ) Sos jarzynowy ( ) 100 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Cwikla z jabłkiem ( ) 75 g ( ) Bukiet jarzyn gotowany z olejem ( ) 75 g ( <u>SEL</u> ) Kompot owocowy* z/c 250 ml ( )	Grysikowa ( ) 350 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Ziemniaki z koperkiem ( ) 200 g ( ) Kotlet mielony drobiowy 60 g ( <u>GLU PSZ, JAJ</u> ) Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 60 g ( <u>GLU PSZ, JAJ</u> ) Sos jarzynowy ( ) 100 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Buraczki oprószone ( ) 75 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Bukiet jarzyn gotowany z olejem ( ) 75 g ( <u>SEL</u> ) Kompot owocowy* z/c 250 ml ( )
	PD	Banan 1szt. 1 szt ( )			Banan 1szt. 1 szt ( )			Kefir 1,5% tł 150g 1 Por ( <u>MLE</u> )		Banan 1szt. 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> ) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 60 g ( ) Banan 1szt. 1 szt ( ) 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 ( )	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 b/skórki 70 g ( ) Mix салат 10 g ( ) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml ( )	Chleb mieszany pszenno-żytni 120g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 60 g ( ) Pomidor b/skórki 70 g ( ) Mix салат 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> ) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 60 g ( ) Pomidor b/skórki 70 g ( ) Mix салат 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> ) Serek homo. naturalny 60 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 ( )	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 ( ) Pomidor 70 g ( ) Mix салат 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> ) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 60 g ( ) Pomidor 70 g ( ) Mix салат 10 g ( ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml ( )	Chleb bezglutenowy 120 g ( ) 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> ) Serek homo. naturalny 60 g ( <u>MLE</u> ) Pomidor 70 g ( ) Mix салат 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> ) Serek homo. naturalny 60 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 ( )
	PN	Pomarancza 250g 1 szt ( )		Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE</u> ) Schab Benedykta wp parzony z dodatkiem wody 20 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, SEL, może zawierać: JAJ, OZI, MLE, GOR, SEZ</u> )	Pomarancza 250g 1 szt ( )		Chleb Graham 30 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE</u> ) Schab Benedykta wp parzony z dodatkiem wody 20 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, SEL, może zawierać: JAJ, OZI, MLE, GOR, SEZ</u> )		Pomarancza 250g 1 szt ( )		Surówka z marchwi i jabłka z olejem ( ) 100 g ( )
	E: 2353.56 kcal; B: 69.54 g; T: 67.83 g; Kw. tł. nasy.: 22.40 g; W: 383.34 g; W tym cukry: 105.06 g; Bł.: 36.69 g; Sól: 8.73 g;	E: 2465.75 kcal; B: 72.45 g; T: 67.98 g; Kw. tł. nasy.: 22.44 g; W: 408.21 g; W tym cukry: 107.19 g; Bł.: 37.60 g; Sól: 8.75 g;	E: 2426.26 kcal; B: 71.88 g; T: 64.70 g; Kw. tł. nasy.: 12.76 g; W: 406.14 g; W tym cukry: 106.40 g; Bł.: 37.30 g; Sól: 8.76 g;	E: 1914.31 kcal; B: 68.38 g; T: 50.14 g; Kw. tł. nasy.: 24.10 g; W: 310.33 g; W tym cukry: 50.87 g; Bł.: 28.22 g; Sól: 8.57 g;	E: 2184.56 kcal; B: 74.97 g; T: 45.39 g; Kw. tł. nasy.: 21.02 g; W: 383.27 g; W tym cukry: 109.87 g; Bł.: 29.44 g; Sól: 5.88 g;	E: 2894.39 kcal; B: 115.42 g; T: 80.54 g; Kw. tł. nasy.: 27.35 g; W: 447.14 g; W tym cukry: 123.21 g; Bł.: 44.95 g; Sól: 9.13 g;	E: 2115.35 kcal; B: 73.60 g; T: 44.57 g; Kw. tł. nasy.: 20.79 g; W: 368.52 g; W tym cukry: 109.74 g; Bł.: 28.30 g; Sól: 5.75 g;	E: 1937.81 kcal; B: 77.42 g; T: 58.72 g; Kw. tł. nasy.: 25.58 g; W: 293.38 g; W tym cukry: 38.53 g; Bł.: 36.87 g; Sól: 8.51 g;	E: 2212.94 kcal; B: 61.41 g; T: 55.29 g; Kw. tł. nasy.: 20.79 g; W: 376.42 g; W tym cukry: 108.85 g; Bł.: 26.74 g; Sól: 4.97 g;	E: 2367.61 kcal; B: 76.93 g; T: 52.00 g; Kw. tł. nasy.: 20.13 g; W: 413.59 g; W tym cukry: 112.20 g; Bł.: 48.08 g; Sól: 6.06 g;	E: 2849.17 kcal; B: 114.35 g; T: 82.34 g; Kw. tł. nasy.: 27.55 g; W: 432.88 g; W tym cukry: 108.96 g; Bł.: 44.56 g; Sól: 9.39 g;

	ŁÓDŹ- ICZMP Podstawowa Doroshi	ŁÓDŹ- ICZMP Podstawowa Dzieci	ŁÓDŹ- ICZMP Bezemleczna 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 żółty 60 g (MLE) Rzodkiew biała 60 g (JAJ) Mandarynka 1 szt (M) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml (J)	Chleb Graham 30 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Ser żółty 60 g (MLE) Rzodkiew biała 60 g (JAJ) Mandarynka 1 szt (M) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml (J)	Chleb Graham 30 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 12 g (J) Pyzdra szynkowa-wędzonka wiewprzowa szynka wędzona parzona 60 g (J) Sałata zielona 20 g (J) Mandarynka 1 szt (M) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml (J) Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml (J)	Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Twaróg półtłusty 60 g (MLE) Sałata zielona 20 g (J) Mandarynka 1 szt (M) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml (J)	Bulka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Twaróg półtłusty 60 g (MLE) Sałata zielona 20 g (J) Mandarynka 1 szt (M) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml (J)	Bulka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Twaróg półtłusty 60 g (MLE) Sałata zielona 20 g (J) Mandarynka 1 szt (M) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml (J)	Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 60 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Twaróg półtłusty 60 g (MLE) Sałata zielona 20 g (J) Mandarynka 1 szt (M) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml (J)	Bulka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Twaróg półtłusty 60 g (MLE) Sałata zielona 20 g (J) Mandarynka 1 szt (M) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml (J)	Chleb Graham 120 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Ser żółty 60 g (MLE) Rzodkiew biała 60 g (JAJ) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml (J) Mandarynka 1 szt (M)	Chleb bezglutenowy 120 g (JAJ, PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Pyzdra szynkowa-wędzonka wiewprzowa szynka wędzona parzona 60 g (JAJ) Sałata zielona 20 g (JAJ) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml (J) Mandarynka 1 szt (JAJ)	Chleb Graham 30 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Twaróg półtłusty 60 g (MLE) Sałata zielona 20 g (JAJ) Mandarynka 1 szt (JAJ) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml (JAJ)	Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 60 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Twaróg półtłusty 60 g (MLE) Pyzdra szynkowa-wędzonka wiewprzowa szynka wędzona parzona 60 g (JAJ) Sałata zielona 20 g (JAJ) Mandarynka 1 szt (JAJ) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml (JAJ)
	II SNI									jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE)		
Obiad	Barszcz biały z ziemniakami (J) 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT.) Ziemniaki z koperkiem (J) 200 g (JAJ) Gołąbek siekany z mięsa wp 250 g (JAJ) Sos pomidorowy 100 ml (GLU PSZ.) Surówka wielowarzywna z olejem (J) 150 g (SEL) Kompotowocowy* z/c 250 ml (J)	Barszcz biały z ziemniakami (J) 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT.) Ziemniaki z koperkiem (J) 200 g (JAJ) Gołąbek siekany z mięsa wp 250 g (JAJ) Sos pomidorowy 100 ml (GLU PSZ.) Surówka wielowarzywna z olejem (J) 150 g (SEL) Kompotowocowy* z/c 250 ml (J)	Ziemniaczana (bez mleka) (J) 350 ml (GLU PSZ, SEL) Risotto z mięsem wiewprzym i warzywami (J) 300 g (SEL) Sos pomidorowy 100 ml (GLU PSZ.) Brokuł gotowany* 150 g (JAJ) Kompotowocowy* z/c 250 ml (J)	Ziemniaczana (J) 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Risotto z mięsem wiewprzym i warzywami (J) 300 g (SEL) Sos pomidorowy 100 ml (GLU PSZ.) Brokuł gotowany* 150 g (JAJ) Kompotowocowy* z/c 250 ml (J)	Ziemniaczana (J) 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Risotto z mięsem wiewprzym i warzywami (J) 300 g (SEL) Pulpet wiewprzym 60 g (GLU PSZ, JAJ) Sos pomidorowy 100 ml (GLU PSZ.) Brokuł gotowany* 150 g (JAJ) Kompotowocowy* z/c 250 ml (J)	Ziemniaczana (J) 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Risotto z mięsem wiewprzym i warzywami (J) 300 g (SEL) Sos pomidorowy 100 ml (GLU PSZ.) Brokuł gotowany* 100 g (JAJ) Kompotowocowy* z/c 250 ml (J)	Ziemniaczana (J) 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Risotto z mięsem wiewprzym i warzywami (J) 300 g (SEL) Sos pomidorowy 100 ml (GLU PSZ.) Brokuł gotowany* 100 g (JAJ) Kompotowocowy* z/c 250 ml (J)	Ziemniaczana (J) 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Risotto z mięsem wiewprzym i warzywami (J) 300 g (SEL) Sos pomidorowy 100 ml (GLU PSZ.) Brokuł gotowany* 100 g (JAJ) Kompotowocowy* z/c 250 ml (J)	Ziemniaczana (bez glutenu) (J) 350 ml (MLE, SEL) Risotto z mięsem wiewprzym i warzywami (J) 300 g (SEL) Sos pomidorowy (bez glutenu) 100 ml (JAJ) Surówka wielowarzywna z olejem b/c (J) 150 g (SEL) Kompotowocowy* z/c 250 ml (J)	Ziemniaczana (J) 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Risotto wiewprzym i warzywami (J) 300 g (SEL) Sos pomidorowy 100 ml (GLU PSZ, JAJ) Brokuł gotowany* 150 g (JAJ) Kompotowocowy* z/c 250 ml (J)	Ziemniaczana (J) 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Risotto z mięsem wiewprzym i warzywami (J) 300 g (SEL) Pulpet wiewprzym 60 g (GLU PSZ, JAJ) Sos pomidorowy 100 ml (GLU PSZ.) Brokuł gotowany* 150 g (JAJ) Kompotowocowy* z/c 250 ml (J)	
	PD	Sok jabłkowy 100 % 0,2l 1 szt (J)			Sok jabłkowy 100 % 0,2l 1 szt (J)		Chleb Graham 30 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Poledwica Sopocka wiewprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody. 20 g (SOJ, MLE)	Sok jabłkowy 100 % 0,2l 1 szt (J)	Surówka wykwinna z olejem b/c 100 g (JAJ, GOR)	Sok jabłkowy 100 % 0,2l 1 szt (J)		Chleb Graham 30 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Poledwica Sopocka wiewprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody. 20 g (SOJ, 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 Rzeźnika-pr.wp.parz.wędz. wyprodukowany z połączonych kawałków mięsa z dodaną wodą w osłonce białkowe 60 g (GLU PSZ, SOJ.) Pomidor 60 g (JAJ) Sałata lodowa 20 g (JAJ) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml (J)	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 (JAJ) 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 60 g (JAJ) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml (J)	Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) 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 60 g (JAJ) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml (J)	Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) 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 60 g (JAJ) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml (J)	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 60 g (JAJ) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml (J)	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 60 g (JAJ) Sałata lodowa 20 g (JAJ) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml (J)	Chleb Graham 60 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) 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.) Ser żółty 50 g (MLE) Pomidor 60 g (JAJ) Sałata lodowa 20 g (JAJ) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml (J)	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 60 g (JAJ) Sałata lodowa 20 g (JAJ) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml (J)	Chleb bezglutenowy 120 g (JAJ, PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 60 g (może zawierać: MLE, GOR.) Pomidor 60 g (JAJ) Sałata lodowa 20 g (JAJ) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml (J)	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) Pomidor 60 g (JAJ) Sałata lodowa 20 g (JAJ) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml (J)	Chleb Graham 60 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) 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.) Ser żółty 50 g (MLE) Pomidor 60 g (JAJ) Sałata lodowa 20 g (JAJ) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml (J)	
	PN	Drożdżówka z serem 80g 1 szt (J) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml (J)		Sok pomidorowy 0,3l 1 szt (J)	Drożdżówka z serem 80g 1 szt (J) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml (J)			Chleb Graham 30 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Baton szynkowy z kurczak 20 g (może zawierać: GLU, PSZ, MLE, GOR.)	Chleb Graham 30 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Baton szynkowy z kurczak 20 g (może zawierać: GLU, PSZ, MLE, GOR.)	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt (J)	Drożdżówka z serem 80g 1 szt (J) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml (J)	
	E: 2707.67 kcal; B: 102.83 g; T: 88.42 g; Kw. tł. nasy.: 39.83 g; W: 393.64 g; W tym cukry: 79.31 g; Bł.: 34.59 g; Sól: 10.09 g;	E: 2843.86 kcal; B: 105.13 g; T: 90.92 g; Kw. tł. nasy.: 41.34 g; W: 419.54 g; W tym cukry: 109.27 g; Bł.: 33.88 g; Sól: 10.13 g;	E: 2150.70 kcal; B: 81.75 g; T: 53.40 g; Kw. tł. nasy.: 13.38 g; W: 348.98 g; W tym cukry: 91.33 g; Bł.: 27.05 g; Sól: 8.74 g;	E: 2123.60 kcal; B: 79.06 g; T: 62.35 g; Kw. tł. nasy.: 26.66 g; W: 323.70 g; W tym cukry: 52.52 g; Bł.: 26.55 g; Sól: 8.13 g;	E: 2491.78 kcal; B: 90.91 g; T: 64.24 g; Kw. tł. nasy.: 27.03 g; W: 399.36 g; W tym cukry: 105.13 g; Bł.: 23.40 g; Sól: 6.36 g;	E: 3138.02 kcal; B: 146.40 g; T: 99.92 g; Kw. tł. nasy.: 45.97 g; W: 430.02 g; W tym cukry: 91.37 g; Bł.: 33.47 g; Sól: 11.66 g;	E: 2476.76 kcal; B: 89.48 g; T: 64.03 g; Kw. tł. nasy.: 27.00 g; W: 396.95 g; W tym cukry: 104.08 g; Bł.: 22.20 g; Sól: 6.22 g;	E: 2282.55 kcal; B: 95.34 g; T: 95.11 g; Kw. tł. nasy.: 39.87 g; W: 284.56 g; W tym cukry: 37.44 g; Bł.: 43.22 g; Sól: 8.85 g;	E: 2165.94 kcal; B: 69.05 g; T: 69.84 g; Kw. tł. nasy.: 23.70 g; W: 319.72 g; W tym cukry: 80.70 g; Bł.: 17.51 g; Sól: 4.50 g;	E: 2407.85 kcal; B: 71.62 g; T: 66.40 g; Kw. tł. nasy.: 33.16 g; W: 397.49 g; W tym cukry: 104.51 g; Bł.: 30.95 g; Sól: 7.19 g;	E: 3138.02 kcal; B: 146.40 g; T: 99.92 g; Kw. tł. nasy.: 45.97 g; W: 430.02 g; W tym cukry: 91.37 g; Bł.: 33.47 g; Sól: 11.66 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 ( <b>GLU PSZ</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Pasta z jaj 60 g ( <b>JAJ, MLE</b> ) Buraczki gotowane plasty ( ) 70 g ( ) Rukola 10 g ( ) Kakao z mlekiem 250 ml ( <b>MLE</b> )	Chleb Graham 30 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Pasta z jaj 60 g ( <b>JAJ, MLE</b> ) Buraczki gotowane plasty ( ) 70 g ( ) Rukola 10 g ( ) Kakao z mlekiem 250 ml ( <b>MLE</b> ) Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml ( )	Chleb Graham 30 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g ( ) Pasta z jaj (bimleka) 60 g ( <b>JAJ</b> ) Buraczki gotowane plasty ( ) 70 g ( ) Rukola 10 g ( ) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml ( ) Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml ( )	Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Pasta z jaj 60 g ( <b>JAJ, MLE</b> ) Buraczki gotowane plasty ( ) 70 g ( ) Rukola 10 g ( ) Kakao z mlekiem 250 ml ( <b>MLE</b> )	Bulka pszenna długa krojona 120 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Pasta z jaj 60 g ( <b>JAJ, MLE</b> ) Buraczki gotowane plasty ( ) 70 g ( ) Rukola 10 g ( ) Kakao z mlekiem 250 ml ( <b>MLE</b> ) Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml ( )	Bulka pszenna długa krojona 120 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Pasta z jaj 60 g ( <b>JAJ, MLE</b> ) Buraczki gotowane plasty ( ) 70 g ( ) Rukola 10 g ( ) Kakao z mlekiem 250 ml ( <b>MLE</b> ) Kefir 1,5% tł 150g 1 Por ( <b>MLE</b> )	Chleb Graham 60 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 60 g ( <b>może zawierać: MLE, GOR.</b> ) Pasta z jaj 60 g ( <b>JAJ, MLE</b> ) Buraczki gotowane plasty ( ) 70 g ( ) Rukola 10 g ( ) Kakao z mlekiem 250 ml ( <b>MLE</b> )	Bulka pszenna długa krojona 120 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Pasta z jaj 60 g ( <b>JAJ, MLE</b> ) Buraczki gotowane plasty ( ) 70 g ( ) Rukola 10 g ( ) Kakao z mlekiem 250 ml ( <b>MLE</b> ) Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml ( )	Chleb bezglutenowy 120 g ( <b>MLE</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Pasta z jaj 60 g ( <b>JAJ, MLE</b> ) Jabłko 1 szt 1 szt ( ) Rukola 10 g ( ) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml ( ) Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml ( )	Chleb Graham 30 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Pasta z jaj 60 g ( <b>JAJ, MLE</b> ) Buraczki gotowane plasty ( ) 70 g ( ) Rukola 10 g ( ) Kakao z mlekiem 250 ml ( <b>MLE</b> ) Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml ( )	Chleb Graham 60 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Pasta z jaj 60 g ( <b>JAJ, MLE</b> ) Buraczki gotowane plasty ( ) 70 g ( ) Rukola 10 g ( ) Kakao z mlekiem 250 ml ( <b>MLE</b> ) Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml ( ) Kefir 1,5% tł 150g 1 Por ( <b>MLE</b> )
II SN								Kefir 1,5% tł 150g 1 Por ( <b>MLE</b> )			
Obiad	Pomidorowa z makaronem ( ) 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Ziemniaki z koperkiem ( ) 200 g ( ) Ryba pieczona (Dorsz) 60 g ( <b>RYB.</b> ) Surówka z kapusty czerwonej z olejem 75 g ( ) Kompotowocowy* z/c 250 ml ( ) Marchew gotowana z olejem ( ) 75 g ( )	Pomidorowa z makaronem ( ) 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Ziemniaki z koperkiem ( ) 200 g ( ) Ryba pieczona (Dorsz) 60 g ( <b>RYB.</b> ) Surówka z kapusty czerwonej z olejem 75 g ( ) Marchew gotowana z olejem ( ) 75 g ( ) Kompotowocowy* z/c 250 ml ( )	Pomidorowa z makaronem (bez mleka) ( ) 350 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Ziemniaki z koperkiem ( ) 200 g ( ) Ryba pieczona (Dorsz) 60 g ( <b>RYB.</b> ) Sos jarzynowy ( ) 100 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Surówka z kapusty czerwonej z olejem 75 g ( ) Marchew gotowana z olejem ( ) 75 g ( ) Kompotowocowy* z/c 250 ml ( )	Pomidorowa z makaronem ( ) 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Ziemniaki z koperkiem ( ) 200 g ( ) Ryba pieczona (Dorsz) 60 g ( <b>RYB.</b> ) Sos jarzynowy ( ) 100 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Szpinak gotowany z olejem* 75 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Marchew gotowana z olejem ( ) 75 g ( ) Kompotowocowy* z/c 250 ml ( )	Pomidorowa z makaronem ( ) 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Ziemniaki z koperkiem ( ) 200 g ( ) Ryba pieczona (Dorsz) 60 g ( <b>RYB.</b> ) Sos jarzynowy ( ) 100 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Szpinak gotowany z olejem* 75 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Marchew gotowana z olejem ( ) 75 g ( ) Kompotowocowy* z/c 250 ml ( )	Pomidorowa z makaronem ( ) 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Ziemniaki z koperkiem ( ) 200 g ( ) Ryba pieczona (Dorsz) 60 g ( <b>RYB.</b> ) Sos jarzynowy ( ) 100 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Szpinak gotowany z olejem* 75 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Marchew gotowana z olejem ( ) 75 g ( ) Kompotowocowy* z/c 250 ml ( )	Pomidorowa z makaronem ( ) 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Ziemniaki z koperkiem ( ) 150 g ( ) Ryba pieczona (Dorsz) 60 g ( <b>RYB.</b> ) Sszpinak gotowany z olejem* 50 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Marchew gotowana z olejem ( ) 75 g ( ) Kompotowocowy* z/c 250 ml ( ) Sos jarzynowy ( ) 100 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> )	Pomidorowa z makaronem ( ) 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Ziemniaki z koperkiem ( ) 200 g ( ) Ryba pieczona (Dorsz) 60 g ( <b>RYB.</b> ) Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 75 g ( ) Sszpinak gotowany z olejem* 75 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Kompotowocowy* z/c 250 ml ( ) Sos jarzynowy ( ) 100 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> )	Pomidorowa z makaronem (bez glutenu) ( ) 350 ml ( <b>MLE, SEL.</b> ) Ziemniaki z koperkiem ( ) 200 g ( ) Ryba pieczona (Dorsz) 60 g ( <b>RYB.</b> ) Pulpet rybny (Miruna) (bez glutenu) 60 g ( <b>JAJ, RYB.</b> ) Surówka z kapusty czerwonej z olejem 75 g ( ) Kompotowocowy* z/c 250 ml ( ) Marchew gotowana z olejem ( ) 75 g ( )	Pomidorowa z makaronem ( ) 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Ziemniaki z koperkiem ( ) 200 g ( ) Ryba pieczona (Dorsz) 60 g ( <b>RYB.</b> ) Sos jarzynowy ( ) 100 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Surówka z kapusty czerwonej z olejem 75 g ( ) Marchew gotowana z olejem ( ) 75 g ( ) Kompotowocowy* z/c 250 ml ( )	Pomidorowa z makaronem ( ) 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Ziemniaki z koperkiem ( ) 200 g ( ) Ryba pieczona (Miruna) 100 g ( <b>RYB.</b> ) Sos jarzynowy ( ) 100 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Surówka z kapusty czerwonej z olejem 75 g ( ) Sszpinak gotowany z olejem* 75 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Kompotowocowy* z/c 250 ml ( )
PD		Pomarańcza 250g 1szt ( )	Jabłko pieczone 1szt. 1szt ( )		Jabłko pieczone 1szt. 1szt ( )	jojurt naturalny 100g 1 szt ( <b>MLE</b> )	Jabłko 1 szt 1szt ( )	Surówka wykwintna z olejem b/c 100 g ( <b>JAJ, GOR.</b> )		Pomarańcza 250g 1szt ( )	
Koleja	Chleb Graham 30 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Twaróg półtłusty 60 g ( <b>MLE</b> ) Salata zielona 20 g ( ) Dżem 25 g 1 szt ( ) Pomarańcza 250g 1 szt ( ) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml ( )	Chleb Graham 30 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Twaróg półtłusty 60 g ( <b>MLE</b> ) Dżem 25 g 1 szt ( ) Salata zielona 20 g ( ) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml ( )	Chleb Graham 30 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g ( ) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 60 g ( ) Dżem 25 g 1 szt ( ) Salata zielona 20 g ( ) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml ( )	Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Twaróg półtłusty 60 g ( <b>MLE</b> ) Dżem 25 g 1 szt ( ) Salata zielona 20 g ( ) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml ( )	Bulka pszenna długa krojona 120 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Twaróg półtłusty 60 g ( <b>MLE</b> ) Dżem 25 g 1 szt ( ) Salata zielona 20 g ( ) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml ( )	Chleb Graham 60 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 60 g ( ) Twaróg półtłusty 40 g ( <b>MLE</b> ) Dżem 25 g 1 szt ( ) Pomarańcza 250g 1 szt ( ) Salata zielona 20 g ( ) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml ( )	Chleb Graham 60 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Twarożek 60 g ( <b>MLE</b> ) Dżem 25 g 1 szt ( ) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml ( )	Bulka pszenna długa krojona 120 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Twarożek 60 g ( <b>MLE</b> ) Dżem 25 g 1 szt ( ) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml ( )	Chleb bezglutenowy 120 g ( <b>MLE</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Twaróg półtłusty 60 g ( <b>MLE</b> ) Dżem 25 g 1 szt ( ) Salata zielona 20 g ( ) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml ( )	Chleb Graham 30 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Twaróg półtłusty 60 g ( <b>MLE</b> ) Dżem 25 g 1 szt ( ) Salata zielona 20 g ( ) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml ( )	Chleb Graham 60 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 60 g ( ) Twaróg półtłusty 40 g ( <b>MLE</b> ) Dżem 25 g 1 szt ( ) Salata zielona 20 g ( ) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml ( )
PN	Ciasto drożdżowe 50 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, S02.</b> ) Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por ( <b>MLE</b> )		Sok jabłkowy 100 % 0,2l 1 szt ( )	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE</b> ) Szynka z liściem wiewprzowa z dodatkiem wody i białek mleka,wędzona,parzona 20 g ( <b>SOJ, MLE, GLU OW.</b> )		Ciasto drożdżowe 50 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, S02.</b> ) Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por ( <b>MLE</b> )		Chleb Graham 30 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE</b> ) Szynka z liściem wiewprzowa z dodatkiem wody i białek mleka,wędzona,parzona 20 g ( <b>SOJ, MLE, GLU OW.</b> )	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por ( <b>MLE</b> )	Ciasto drożdżowe 50 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, S02.</b> ) Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por ( <b>MLE</b> )	Bulka pszenna długa krojona 30 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE</b> ) Szynka z liściem wiewprzowa z dodatkiem wody i białek mleka,wędzona,parzona 20 g ( <b>SOJ, MLE, GLU OW.</b> )
	E: 2358.70 kcal; B: 85.32 g; T: 66.41 g; Kw. tł. nasy.: 29.30 g; W: 369.56 g; W tym cukry: 100.38 g; Bł.: 33.07 g; Sól: 6.60 g;	E: 2450.25 kcal; B: 84.52 g; T: 66.13 g; Kw. tł. nasy.: 29.26 g; W: 393.72 g; W tym cukry: 122.36 g; Bł.: 32.69 g; Sól: 6.56 g;	E: 2126.94 kcal; B: 65.94 g; T: 55.84 g; Kw. tł. nasy.: 12.32 g; W: 355.77 g; W tym cukry: 115.94 g; Bł.: 30.10 g; Sól: 7.36 g;	E: 2116.50 kcal; B: 79.26 g; T: 59.56 g; Kw. tł. nasy.: 28.71 g; W: 389.66 g; W tym cukry: 70.14 g; Bł.: 26.51 g; Sól: 7.46 g;	E: 2449.83 kcal; B: 87.92 g; T: 64.73 g; Kw. tł. nasy.: 29.02 g; W: 389.66 g; W tym cukry: 112.33 g; Bł.: 24.03 g; Sól: 5.28 g;	E: 2732.55 kcal; B: 116.88 g; T: 76.15 g; Kw. tł. nasy.: 31.65 g; W: 410.08 g; W tym cukry: 105.08 g; Bł.: 36.28 g; Sól: 10.43 g;	E: 2369.80 kcal; B: 85.03 g; T: 63.67 g; Kw. tł. nasy.: 28.66 g; W: 374.08 g; W tym cukry: 111.96 g; Bł.: 22.48 g; Sól: 5.14 g;	E: 1946.47 kcal; B: 83.18 g; T: 66.81 g; Kw. tł. nasy.: 27.82 g; W: 270.21 g; W tym cukry: 38.56 g; Bł.: 34.21 g; Sól: 5.98 g;	E: 2146.02 kcal; B: 53.48 g; T: 63.60 g; Kw. tł. nasy.: 24.57 g; W: 348.32 g; W tym cukry: 118.28 g; Bł.: 22.66 g; Sól: 2.27 g;	E: 2498.88 kcal; B: 86.17 g; T: 66.53 g; Kw. tł. nasy.: 29.31 g; W: 404.00 g; W tym cukry: 124.03 g; Bł.: 34.01 g; Sól: 6.78 g;	E: 2585.74 kcal; B: 120.96 g; T: 70.13 g; Kw. tł. nasy.: 30.06 g; W: 382.93 g; W tym cukry: 95.70 g; Bł.: 34.80 g; Sól: 10.97 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 ( <b>GLU PSZ</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Pyzdra schabowa-wędzonka wieprzowa schab wieprzowy wędzony parzony, 60 g (.) Pomidor 70 g (.) Mix салат 10 g (.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml (.)	Chleb Graham 30 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Pyzdra schabowa-wędzonka wieprzowa schab wieprzowy wędzony parzony, 60 g (.) Pomidor 70 g (.) Mix салат 10 g (.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml (.) Biszkoptowy b/m 30 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, SOJ</b> )	Chleb Graham 30 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g (.) Pyzdra schabowa-wędzonka wieprzowa schab wieprzowy wędzony parzony, 60 g (.) Pomidor b/skórki 70 g (.) Mix салат 10 g (.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml (.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Pyzdra schabowa-wędzonka wieprzowa schab wieprzowy wędzony parzony, 60 g (.) Pomidor b/skórki 70 g (.) Mix салат 10 g (.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml (.)	Bulka pszenna długa krojona 120 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Pyzdra schabowa-wędzonka wieprzowa schab wieprzowy wędzony parzony, 60 g (.) Pomidor b/skórki 70 g (.) Mix салат 10 g (.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml (.) Biszkoptowy b/m 30 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, SOJ</b> )	Chleb Graham 60 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Pyzdra schabowa-wędzonka wieprzowa schab wieprzowy wędzony parzony, 60 g (.) Pomidor 70 g (.) Mix салат 10 g (.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml (.) Biszkoptowy b/m 30 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, SOJ</b> )	Bulka pszenna długa krojona 120 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Pyzdra schabowa-wędzonka wieprzowa schab wieprzowy wędzony parzony, 60 g (.) Pomidor 70 g (.) Mix салат 10 g (.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml (.) Biszkoptowy b/m 30 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, SOJ</b> )	Bulka pszenna długa krojona 120 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Pyzdra schabowa-wędzonka wieprzowa schab wieprzowy wędzony parzony, 60 g (.) Pomidor 70 g (.) Mix салат 10 g (.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml (.) Biszkoptowy b/m 30 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, SOJ</b> )	Chleb bezglutenowy 120 g (.) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Szynka konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 60 g (.) Pomidor 70 g (.) Mix салат 10 g (.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml (.)	Chleb Graham 30 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Hummus 60 g ( <b>SEZ</b> ) Pomidor 70 g (.) Mix салат 10 g (.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml (.) Biszkoptowy b/m 30 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, SOJ</b> )	Chleb Graham 60 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Pyzdra schabowa-wędzonka wieprzowa schab wieprzowy wędzony parzony, 60 g (.) Hummus 40 g ( <b>SEZ</b> ) Pomidor 70 g (.) Mix салат 10 g (.) Kawa zbożowa z młkiem z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</b> ) Budyń o smaku śmietankowym z/c 150 ml ( <b>MLE</b> )
	II SN								Surówka z selera i marchwi z olejem (.) b/c 100 g ( <b>SEL</b> )		
Obiad	Zupa z soczewicy i ziemniakami (.) 350 ml ( <b>GLU PSZ, SEL</b> ) kasza pęczak/sypko 200 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Gulasz wieprzowy- dieta 150 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Salatka szwedzka (.) 75 g ( <b>GOR</b> ) Brokuł gotowany* 75 g (.) Kompotowocowy* z/c 250 ml (.)	Zupa z soczewicy i ziemniakami (.) 300 ml ( <b>GLU PSZ, SEL</b> ) kasza pęczak/sypko 200 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Gulasz wieprzowy- dieta 150 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Salatka szwedzka (.) 50 g ( <b>GOR</b> ) Brokuł gotowany* 50 g (.) Kompotowocowy* z/c 250 ml (.)	Selerowa z ziemniakami (bez mleka) (.) 350 ml ( <b>SEL</b> ) kasza pęczak/sypko 200 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Gulasz wieprzowy- dieta 150 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Salatka szwedzka (.) 75 g ( <b>GOR</b> ) Brokuł gotowany* 75 g (.) Kompotowocowy* z/c 250 ml (.)	Selerowa z ziemniakami (.) 350 ml ( <b>MLE, SEL</b> ) Kasza jęczmienna/sypko 200 g ( <b>GLU JECZ</b> ) Gulasz wieprzowy- dieta 150 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Buraczki gotowane drobno tarte (.) 75 g (.) Brokuł gotowany* 75 g (.) Kompotowocowy* z/c 250 ml (.)	Selerowa z ziemniakami (.) 350 ml ( <b>MLE, SEL</b> ) Kasza jęczmienna/sypko 200 g ( <b>GLU JECZ</b> ) Gulasz wieprzowy- dieta 150 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Mięso z szynki wieprzowej 60 g (.) Buraczki gotowane drobno tarte (.) 75 g (.) Brokuł gotowany* 75 g (.) Kompotowocowy* z/c 250 ml (.)	Selerowa z ziemniakami (.) 300 ml ( <b>MLE, SEL</b> ) kasza pęczak/sypko 200 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Gulasz wieprzowy- dieta 150 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Buraczki gotowane drobno tarte (.) 50 g (.) Brokuł gotowany* 50 g (.) Kompotowocowy* z/c 250 ml (.)	Selerowa z ziemniakami (.) 300 ml ( <b>MLE, SEL</b> ) kasza pęczak/sypko 200 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Gulasz wieprzowy- dieta 150 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Surówka Coleslaw (.) 75 g ( <b>JAJ, MLE, GOR</b> ) Brokuł gotowany* 75 g (.) Kompotowocowy* z/c 250 ml (.)	Zupa z soczewicy i ziemniakami (.) 350 ml ( <b>GLU PSZ, SEL</b> ) kasza pęczak/sypko 200 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Gulasz wieprzowy- dieta 150 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Salatka szwedzka (.) 75 g ( <b>GOR</b> ) Brokuł gotowany* 75 g (.) Kompotowocowy* z/c 250 ml (.)	Selerowa z ziemniakami (.) 350 ml ( <b>MLE, SEL</b> ) kasza pęczak/sypko 200 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Gulasz sojowy z warzywami (.) 150 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, SEL</b> ) Salatka szwedzka (.) 75 g ( <b>GOR</b> ) Brokuł gotowany* 75 g (.) Kompotowocowy* z/c 250 ml (.)	Selerowa z ziemniakami (.) 350 ml ( <b>MLE, SEL</b> ) Kasza jęczmienna/sypko 200 g ( <b>GLU JECZ</b> ) Gulasz wieprzowy- dieta 150 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Mięso z szynki wieprzowej 60 g (.) Buraczki gotowane drobno tarte (.) 75 g (.) Brokuł gotowany* 75 g (.) Kompotowocowy* z/c 250 ml (.)	Selerowa z ziemniakami (.) 350 ml ( <b>MLE, SEL</b> ) Kasza jęczmienna/sypko 200 g ( <b>GLU JECZ</b> ) Gulasz wieprzowy- dieta 150 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Wafelki 30 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE</b> )
	PD	Serek homo naturalny 150g 1 szt ( <b>MLE</b> )		Chrupki kukurydziane 25 g (.)		Serek homo naturalny 150g 1 szt ( <b>MLE</b> )	jogurt naturalny 100g 1 szt ( <b>MLE</b> )	Serek homo naturalny 150g 1 szt ( <b>MLE</b> )	jogurt naturalny 100g 1 szt ( <b>MLE</b> )	Chrupki kukurydziane 25 g (.)	Serek homo naturalny 150g 1 szt ( <b>MLE</b> )
Kolacja	Chleb Graham 30 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Parówki drobiowe z cielęciną homogenizowane, wędzone, parzone 80 g (.) Musztarda 15g saszetka 1 szt ( <b>GOR</b> ) Rzodkiew biała 60 g (.) Seler naciowy 20 g ( <b>SEL</b> ) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml (.)	Chleb Graham 30 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Parówki drobiowe z cielęciną homogenizowane, wędzone, parzone 80 g (.) Rzodkiew biała 60 g (.) Salata zielona 20 g (.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml (.)	Chleb Graham 30 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g (.) Szynka z indykami drobiowa z dodatkami surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa parzona 60 g ( <b>SOJ</b> ) Rzodkiew biała 60 g (.) Salata zielona 20 g (.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml (.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Szynka Rzeźnika-pr.wp.parz.wędz. wyprodukowany z połączonych kawałków mięsa z dodaną wodą w osłonce białkowe 60 g ( <b>GLU PSZ, SOJ</b> ) Pomidor b/skórki 60 g (.) Salata zielona 20 g (.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml (.)	Bulka pszenna długa krojona 120 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Szynka Rzeźnika-pr.wp.parz.wędz. wyprodukowany z połączonych kawałków mięsa z dodaną wodą w osłonce białkowe 60 g ( <b>GLU PSZ, SOJ</b> ) Pomidor b/skórki 60 g (.) Salata zielona 20 g (.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml (.)	Chleb Graham 60 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Parówki drobiowe z cielęciną homogenizowane, wędzone, parzone 80 g (.) Serek homo. naturalny 40 g ( <b>MLE</b> ) Pomidor 60 g (.) Salata zielona 20 g (.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml (.)	Bulka pszenna długa krojona 120 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Szynka Rzeźnika-pr.wp.parz.wędz. wyprodukowany z połączonych kawałków mięsa z dodaną wodą w osłonce białkowe 60 g ( <b>GLU PSZ, SOJ</b> ) Rzodkiew biała 60 g (.) Seler naciowy 20 g ( <b>SEL</b> ) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml (.)	Chleb bezglutenowy 120 g (.) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobiona 60 g (.) Seler naciowy 20 g ( <b>SEL</b> ) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml (.)	Chleb Graham 30 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Serek homo. naturalny 100 g ( <b>MLE</b> ) Salata zielona 20 g (.) Rzodkiew biała 60 g (.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml (.)	Chleb Graham 60 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Parówki drobiowe z cielęciną homogenizowane, wędzone, parzone 80 g (.) Serek homo. naturalny 40 g ( <b>MLE</b> ) Rzodkiew biała 60 g (.) Salata zielona 20 g (.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml (.)	
	PN	Banan 1szt. 1 szt (.)			Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE</b> ) Szynka z łosciem wieprzowa z dodatkiem wody i bialek mleka, wędzona, parzona 20 g ( <b>SOJ, MLE, GLU OW</b> )		Banan 1szt. 1 szt (.)		Chleb Graham 30 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE</b> ) Szynka z łosciem wieprzowa z dodatkiem wody i bialek mleka, wędzona, parzona 20 g ( <b>SOJ, MLE, GLU OW</b> )	Banan 1szt. 1 szt (.)	
	E: 2418.17 kcal; B: 97.86 g; T: 69.59 g; Kw. tł. nasy.: 24.37 g; W: 340.05 g; W tym cukry: 76.66 g; Bł.: 39.67 g; Sól: 8.91 g;	E: 2577.40 kcal; B: 111.74 g; T: 74.99 g; Kw. tł. nasy.: 24.27 g; W: 352.77 g; W tym cukry: 75.03 g; Bł.: 37.58 g; Sól: 8.11 g;	E: 2292.08 kcal; B: 85.28 g; T: 54.87 g; Kw. tł. nasy.: 15.16 g; W: 373.02 g; W tym cukry: 100.16 g; Bł.: 41.73 g; Sól: 8.99 g;	E: 2056.06 kcal; B: 90.44 g; T: 59.13 g; Kw. tł. nasy.: 27.55 g; W: 302.96 g; W tym cukry: 43.04 g; Bł.: 27.10 g; Sól: 9.23 g;	E: 2417.23 kcal; B: 111.55 g; T: 62.83 g; Kw. tł. nasy.: 24.66 g; W: 365.03 g; W tym cukry: 86.04 g; Bł.: 26.66 g; Sól: 6.70 g;	E: 2982.13 kcal; B: 136.22 g; T: 89.19 g; Kw. tł. nasy.: 31.59 g; W: 406.55 g; W tym cukry: 113.66 g; Bł.: 35.21 g; Sól: 9.48 g;	E: 2398.86 kcal; B: 109.93 g; T: 63.22 g; Kw. tł. nasy.: 24.74 g; W: 351.58 g; W tym cukry: 82.53 g; Bł.: 31.80 g; Sól: 6.54 g;	E: 2218.33 kcal; B: 111.91 g; T: 76.27 g; Kw. tł. nasy.: 29.86 g; W: 283.81 g; W tym cukry: 26.64 g; Bł.: 49.71 g; Sól: 8.90 g;	E: 2287.09 kcal; B: 64.97 g; T: 62.02 g; Kw. tł. nasy.: 22.26 g; W: 375.57 g; W tym cukry: 101.23 g; Bł.: 22.23 g; Sól: 5.22 g;	E: 2372.48 kcal; B: 93.22 g; T: 61.30 g; Kw. tł. nasy.: 19.84 g; W: 363.74 g; W tym cukry: 78.02 g; Bł.: 47.48 g; Sól: 6.97 g;	E: 3016.85 kcal; B: 138.68 g; T: 99.93 g; Kw. tł. nasy.: 38.96 g; W: 388.42 g; W tym cukry: 71.08 g; Bł.: 35.14 g; Sól: 10.43 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.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Twarożek 60 g (MLE) Pomidor 70 g (.) Roszponka 10 g (.) Kawa zbożowa z makiem 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.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Twarożek 60 g (MLE) Pomidor 70 g (.) Roszponka 10 g (.) Kawa zbożowa z makiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Jabłko 1 szt 1 szt (.)	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 Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 60 g (SOJ.) Pomidor 70 g (.) Roszponka 10 g (.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml (.) Jabłko 1 szt 1 szt (.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Twarożek 60 g (MLE) Pomidor b/skórki 70 g (.) Roszponka 10 g (.) Kawa zbożowa z makiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Bulka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 12 g (MLE) Twarożek 60 g (MLE) Pomidor b/skórki 70 g (.) Kawa zbożowa z makiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Roszponka 10 g (.) Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml (.)	Chleb Graham 60 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Twarożek 40 g (MLE) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 60 g (SOJ.) Pomidor 70 g (.) Roszponka 10 g (.) Kawa zbożowa z makiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Serek homo owocowy 150g 1 szt (MLE)					
										Jabłko 1 szt 1 szt (.)	
II ŚN											
Obiad	Rosół z makaronem (.) 350 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki z koperkiem (.) 200 g (.) udziec z kurczaka pieczony z/c z/s 100 g (.) Surówka Coleslaw (.) 75 g (JAJ, MLE, GOR.) Cukinia pieczona z olejem * 75 g (.) Kompotowocowy* z/c 250 ml (.)	Rosół z makaronem (.) 350 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki z koperkiem (.) 200 g (.) udziec z kurczaka pieczony z/c z/s 100 g (.) Surówka Coleslaw (.) 50 g (JAJ, MLE, GOR.) Cukinia pieczona z olejem * 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/c z/s 100 g (.) Bukiet warzyw gotowanych (march,kalafor, brokuł)* 75 g (.) Cukinia pieczona 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/c z/s 100 g (.) Bukiet warzyw gotowanych (march,kalafor, brokuł)* 75 g (.) Cukinia pieczona z olejem * 50 g (.) Kompotowocowy* z/c 250 ml (.)	Rosół z makaronem (.) 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki z koperkiem (.) 200 g (.) udziec z kurczaka pieczony z/c z/s 150 g (.) Bukiet warzyw gotowanych (march,kalafor, brokuł)* 75 g (.) Cukinia pieczona z olejem * 75 g (.) Kompotowocowy* z/c 250 ml (.)	Rosół z makaronem (.) 350 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki z koperkiem (.) 200 g (.) udziec z kurczaka pieczony z/c z/s 150 g (.) Bukiet warzyw gotowanych (march,kalafor, brokuł)* 75 g (.) Cukinia pieczona z olejem * 75 g (.) Kompotowocowy* z/c 250 ml (.)	Rosół z makaronem (.) 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki z koperkiem (.) 200 g (.) udziec drobiowy gotowany z/c z/s 100 g (.) Surówka Coleslaw b/c (.) 75 g (JAJ, MLE, GOR.) Cukinia pieczona z olejem * 75 g (.) Kompotowocowy* b/c 250 ml (.)	Rosół z makaronem (.) 350 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki z koperkiem (.) 200 g (.) udziec z kurczaka pieczony z/c z/s 100 g (.) Surówka Coleslaw (.) 75 g (JAJ, MLE, GOR.) Cukinia pieczona z olejem * 75 g (.) Kompotowocowy* z/c 250 ml (.)	Bulion warzywny (.) 400 ml (SEL.) Ziemniaki z koperkiem (.) 200 g (.) Kofeity sojowe 100 g (SOJ.) Surówka Coleslaw (.) 75 g (JAJ, MLE, GOR.) Cukinia pieczona 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/c z/s 150 g (.) Bukiet warzyw gotowanych (march,kalafor, brokuł)* 75 g (.) Cukinia pieczona 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/c z/s 150 g (.) Bukiet warzyw gotowanych (march,kalafor, brokuł)* 75 g (.) Cukinia pieczona z olejem * 75 g (.) Kompotowocowy* z/c 250 ml (.)
		Jogurt owoce leśne 100g 1 szt (MLE)	Chrupki kukurydziane 25 g (.)		Jogurt owoce leśne 100g 1 szt (MLE)			Surówka z kapusty pekińskiej z olejem (.) 100 g (.)		Jogurt owoce leśne 100g 1 szt (MLE)	
PN											
Kolacja	Chleb Graham 30 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 (.) Papryka konserwowa 60 g (.) Salata lodowa 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 (.) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 60 g (.) Pomidor b/skórki 60 g (.) Salata lodowa 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) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 60 g (.) Pomidor b/skórki 60 g (.) Salata lodowa 20 g (.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml (.)	Bulka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 12 g (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 60 g (.) Pomidor b/skórki 60 g (.) Salata lodowa 20 g (.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml (.)	Bulka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 12 g (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 60 g (.) Pomidor b/skórki 60 g (.) Salata lodowa 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) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 60 g (.) Papryka konserwowa 60 g (.) Pomidor 60 g (.) Salata lodowa 20 g (.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml (.)	Bulka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 60 g (.) Papryka konserwowa 60 g (.) Salata lodowa 20 g (.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml (.)	Chleb bezglutenowy 120 g (.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 60 g (.) Pomidor 60 g (.) Salata lodowa 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) Papryka konserwowa 60 g (.) Salata lodowa 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) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 60 g (.) Papryka konserwowa 60 g (.) Salata lodowa 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) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 60 g (.) Papryka konserwowa 60 g (.) Salata lodowa 20 g (.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml (.)
		Kiwi 1 szt 1 szt (.)		Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 20 g (może zawierać: MLE, GOR.)	Sok jabłkowy 100 % 0,2l 1 szt (.)	Kiwi 1 szt 1 szt (.)	Sok jabłkowy 100 % 0,2l 1 szt (.)	Chleb Graham 30 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 20 g (może zawierać: MLE, GOR.)		Kiwi 1 szt 1 szt (.)	
E: 2053.20 kcal; B: 88.46 g; T: 66.20 g; Kw. tł. nasy.: 28.25 g; W: 287.66 g; W tym cukry: 58.19 g; Bł.: 24.86 g; Sól: 7.66 g;	E: 2180.33 kcal; B: 91.77 g; T: 67.06 g; Kw. tł. nasy.: 29.05 g; W: 315.77 g; W tym cukry: 75.35 g; Bł.: 27.18 g; Sól: 7.64 g;	E: 2059.74 kcal; B: 87.76 g; T: 59.46 g; Kw. tł. nasy.: 15.18 g; W: 293.15 g; W tym cukry: 61.72 g; Bł.: 29.52 g; Sól: 8.75 g;	E: 2111.59 kcal; B: 91.76 g; T: 67.94 g; Kw. tł. nasy.: 30.60 g; W: 293.15 g; W tym cukry: 48.10 g; Bł.: 22.26 g; Sól: 8.30 g;	E: 2147.28 kcal; B: 93.64 g; T: 58.99 g; Kw. tł. nasy.: 25.30 g; W: 319.71 g; W tym cukry: 95.62 g; Bł.: 16.63 g; Sól: 5.58 g;	E: 2700.93 kcal; B: 137.94 g; T: 85.74 g; Kw. tł. nasy.: 32.63 g; W: 361.90 g; W tym cukry: 63.76 g; Bł.: 30.82 g; Sól: 10.90 g;	E: 2257.24 kcal; B: 94.69 g; T: 63.46 g; Kw. tł. nasy.: 28.38 g; W: 336.14 g; W tym cukry: 95.74 g; Bł.: 16.69 g; Sól: 5.82 g;	E: 2010.00 kcal; B: 95.65 g; T: 73.04 g; Kw. tł. nasy.: 29.54 g; W: 259.73 g; W tym cukry: 32.58 g; Bł.: 34.78 g; Sól: 7.67 g;	E: 2221.22 kcal; B: 71.25 g; T: 73.55 g; Kw. tł. nasy.: 26.53 g; W: 303.25 g; W tym cukry: 92.83 g; Bł.: 17.92 g; Sól: 3.60 g;	E: 1901.04 kcal; B: 70.01 g; T: 50.15 g; Kw. tł. nasy.: 20.44 g; W: 303.25 g; W tym cukry: 80.51 g; Bł.: 37.30 g; Sól: 6.52 g;	E: 2780.97 kcal; B: 143.36 g; T: 91.16 g; Kw. tł. nasy.: 35.34 g; W: 363.96 g; W tym cukry: 55.87 g; Bł.: 30.68 g; Sól: 11.67 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> ) Indyk z pasieki produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadłnej 60 g ( ) Pomidor 70 g ( ) Rukola 10 g ( ) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml ( )	Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Chleb Graham 30 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 ( ) Pomidor 70 g ( ) Rukola 10 g ( ) Sok pomarańczowy 0,2L-kartonik 1 szt ( ) 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> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g ( ) Indyk z pasieki produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadłnej 60 g ( ) Pomidor b/skórki 70 g ( ) Rukola 10 g ( ) Herbata czarna granulowana z cytryną 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 ( ) Pomidor b/skórki 70 g ( ) Rukola 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> ) Indyk z pasieki produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadłnej 60 g ( ) Pomidor b/skórki 70 g ( ) Rukola 10 g ( ) Sok pomarańczowy 0,2L-kartonik 1 szt ( ) Herbata czarna granulowana z cytryną 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> ) Pasta mięsno-warzywna z mięsa drobiowego udziec ( ) 60 g ( <u>SEL</u> ) Indyk z pasieki produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadłnej 60 g ( ) Pomidor 70 g ( ) Rukola 10 g ( ) Jabłko 1 szt 1 szt ( ) 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> ) Indyk z pasieki produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadłnej 60 g ( ) Pomidor 70 g ( ) Rukola 10 g ( ) Herbata czarna granulowana z cytryną 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 ( ) Pomidor 70 g ( ) Rukola 10 g ( ) Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml ( )	Chleb bezglutenowy 120 g ( ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Indyk z pasieki produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadłnej 60 g ( ) Pomidor 70 g ( ) Rukola 10 g ( ) Sok pomarańczowy 0,2L-kartonik 1 szt ( ) 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> ) Serek homo. naturalny 60 g ( <u>MLE</u> ) Pomidor 70 g ( ) Rukola 10 g ( ) Herbata czarna granulowana z cytryną 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> ) Pasta mięsno-warzywna, z mięsa drobiowego udziec ( ) 60 g ( <u>SEL</u> ) Indyk z pasieki produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadłnej 60 g ( ) Pomidor 70 g ( ) Rukola 10 g ( ) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u> ) Drożdżówka mini 50g 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ</u> )
	II SN									Jabłko 1 szt 1 szt ( )	
Obiad	Barszcz ukraiński z ziemniakami ( ) 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ) Naleśniki z serem 250 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u> ) Jogurt truskawkowy 100 g 1 szt ( <u>MLE</u> ) Kompotowocowy* z/c 250 ml ( )	Barszcz ukraiński z ziemniakami ( ) 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ) Ryż z jabłkiem prażonym i cynamonem 300 g ( ) Jogurt naturalny 100g 1 szt ( <u>MLE</u> ) Kompotowocowy* z/c 250 ml ( )	Barszcz czerwony z ziemniakami (bez mleka) ( ) 350 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Ryż na sypko 200 g ( ) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 60 g ( ) Sos koperkowy *(bez mleka) 100 ml ( <u>GLU PSZ</u> ) Bukiet jarzyn gotowany z olejem ( ) 75 g ( <u>SEL</u> ) Brokuł gotowany* 75 g ( ) Kompotowocowy* z/c 250 ml ( )	Barszcz czerwony z ziemniakami ( ) 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ) Ryż z jabłkiem prażonym i cynamonem 300 g ( ) Jogurt naturalny 100g 1 szt ( <u>MLE</u> ) Kompotowocowy* z/c 250 ml ( )	Barszcz czerwony z ziemniakami ( ) 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ) Ryż z jabłkiem prażonym i cynamonem 400 g ( ) Jogurt naturalny 100g 1 szt ( <u>MLE</u> ) Kompotowocowy* z/c 250 ml ( )	Barszcz czerwony z ziemniakami ( ) 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ) Ryż z jabłkiem prażonym i cynamonem 350 g ( ) Jogurt naturalny 100g 1 szt ( <u>MLE</u> ) Kompotowocowy* z/c 250 ml ( )	Barszcz czerwony z ziemniakami ( ) 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ) Ryż z jabłkiem prażonym i cynamonem 350 g ( ) Jogurt naturalny 100g 1 szt ( <u>MLE</u> ) Kompotowocowy* z/c 250 ml ( )	Barszcz ukraiński z ziemniakami ( ) 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ) Ryż na sypko (brązowy) 200 g ( ) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 60 g ( ) Surówka wielowarzywna z olejem b/c ( ) 75 g ( <u>SEL</u> ) Brokuł gotowany* 75 g ( ) Kompotowocowy* b/c 250 ml ( )	Barszcz czerwony z ziemniakami (bez glutenu) ( ) 350 ml ( <u>MLE, SEL</u> ) Ryż z jabłkiem prażonym i cynamonem 300 g ( ) Jogurt naturalny 100g 1 szt ( <u>MLE</u> ) Kompotowocowy* z/c 250 ml ( )	Barszcz czerwony z ziemniakami ( ) 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ) Ryż z jabłkiem prażonym i cynamonem 400 g ( ) Jogurt naturalny 100g 1 szt ( <u>MLE</u> ) Kompotowocowy* z/c 250 ml ( )	Barszcz czerwony z ziemniakami ( ) 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ) Ryż z jabłkiem prażonym i cynamonem 400 g ( ) Jogurt naturalny 100g 1 szt ( <u>MLE</u> ) Kompotowocowy* z/c 250 ml ( )
	PD	Serek homogenizowany waniliowy 150g 1 szt ( <u>MLE</u> )		Banan 1szt. 1 szt ( )	Serek homogenizowany waniliowy 150g 1 szt ( <u>MLE</u> )		Serek homo naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE</u> )		Serek homogenizowany waniliowy 150g 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> ) Pasztet drobiowy z kumiej półki 60 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, SEL</u> ) Rzodkiew biała 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 ( ) Szynka na kartki-wieprzowa, wędzona, parzona 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 na kartki-wieprzowa, wędzona, parzona 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 na kartki-wieprzowa, wędzona, parzona 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 na kartki-wieprzowa, wędzona, parzona 60 g ( ) Ser żółty 60 g ( <u>MLE</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 na kartki-wieprzowa, wędzona, parzona 60 g ( ) Ser żółty 60 g ( <u>MLE</u> ) 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 na kartki-wieprzowa, wędzona, parzona 60 g ( ) Marchew pieczona w słupki ( ) 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 ( ) Rzodkiew biała 60 g ( ) Salata zielona 20 g ( ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml ( )	Chleb bezglutenowy 120 g ( ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Szynka na kartki-wieprzowa, wędzona, parzona 60 g ( ) Rzodkiew biała 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> ) Ser żółty 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> ) Szynka na kartki-wieprzowa, wędzona, parzona 60 g ( ) Ser żółty 60 g ( <u>MLE</u> ) Pomidor 60 g ( ) Salata zielona 20 g ( ) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml ( )
	PN	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt ( )		Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE</u> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ</u> )	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt ( )		Chleb Graham 40 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE</u> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ</u> )		Sok pomidorowy 0,3l 1 szt ( )		Chleb Graham 40 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE</u> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ</u> )
	E: 2083.72 kcal; B: 79.59 g; T: 58.87 g; Kw. tł. nasy.: 23.06 g; W: 318.64 g; W tym cukry: 70.10 g; Bł.: 22.57 g; Sól: 6.92 g;	E: 2080.40 kcal; B: 78.72 g; T: 48.85 g; Kw. tł. nasy.: 23.15 g; W: 340.42 g; W tym cukry: 110.86 g; Bł.: 22.14 g; Sól: 6.94 g;	E: 2109.12 kcal; B: 74.54 g; T: 45.00 g; Kw. tł. nasy.: 11.20 g; W: 364.38 g; W tym cukry: 103.75 g; Bł.: 31.21 g; Sól: 7.69 g;	E: 1971.12 kcal; B: 64.35 g; T: 48.15 g; Kw. tł. nasy.: 24.38 g; W: 332.62 g; W tym cukry: 74.80 g; Bł.: 22.37 g; Sól: 7.30 g;	E: 2117.33 kcal; B: 82.11 g; T: 44.06 g; Kw. tł. nasy.: 23.84 g; W: 354.54 g; W tym cukry: 115.94 g; Bł.: 17.01 g; Sól: 5.81 g;	E: 2725.52 kcal; B: 113.39 g; T: 71.96 g; Kw. tł. nasy.: 38.68 g; W: 422.64 g; W tym cukry: 127.56 g; Bł.: 31.62 g; Sól: 9.71 g;	E: 2179.58 kcal; B: 83.42 g; T: 44.40 g; Kw. tł. nasy.: 23.88 g; W: 368.85 g; W tym cukry: 120.89 g; Bł.: 17.49 g; Sól: 5.84 g;	E: 2024.08 kcal; B: 102.27 g; T: 61.39 g; Kw. tł. nasy.: 25.08 g; W: 280.73 g; W tym cukry: 35.27 g; Bł.: 41.00 g; Sól: 7.01 g;	E: 1975.86 kcal; B: 60.30 g; T: 51.54 g; Kw. tł. nasy.: 19.35 g; W: 322.05 g; W tym cukry: 92.42 g; Bł.: 12.84 g; Sól: 3.02 g;	E: 2220.28 kcal; B: 80.29 g; T: 59.34 g; Kw. tł. nasy.: 34.64 g; W: 440.57 g; W tym cukry: 111.43 g; Bł.: 20.64 g; Sól: 6.81 g;	E: 2940.12 kcal; B: 124.25 g; T: 82.11 g; Kw. tł. nasy.: 42.78 g; W: 440.57 g; W tym cukry: 110.83 g; Bł.: 28.69 g; Sól: 9.65 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 ( <b>GLU PSZ</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ</b> ) Pyszdra schabowa-wędzonka wieprzowa schab wieprzowy wędzony parzony, 20 g ( <b>J</b> ) Ogórek kiszony 70 g ( <b>J</b> ) Mix салат 10 g ( <b>J</b> ) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml ( <b>J</b> )	Chleb Graham 30 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ</b> ) Pyszdra schabowa-wędzonka wieprzowa schab wieprzowy wędzony parzony, 20 g ( <b>J</b> ) Ogórek kiszony 70 g ( <b>J</b> ) Mix салат 10 g ( <b>J</b> ) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml ( <b>J</b> ) Banan 1 szt. 1 szt ( <b>J</b> )	Chleb Graham 30 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g ( <b>JAJ</b> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ</b> ) Pyszdra schabowa-wędzonka wieprzowa schab wieprzowy wędzony parzony, 20 g ( <b>J</b> ) Jabłko pieczone 1 szt. 1 szt ( <b>J</b> ) Mix салат 10 g ( <b>J</b> ) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml ( <b>J</b> ) Banan 1 szt. 1 szt ( <b>J</b> )	Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ</b> ) Pyszdra schabowa-wędzonka wieprzowa schab wieprzowy wędzony parzony, 20 g ( <b>J</b> ) Jabłko pieczone 1 szt. 1 szt ( <b>J</b> ) Mix салат 10 g ( <b>J</b> ) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml ( <b>J</b> ) Banan 1 szt. 1 szt ( <b>J</b> )	Bulka pszenna długa krojona 120 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Pomidor b/skórki 70 g ( <b>J</b> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ</b> ) Pyszdra schabowa-wędzonka wieprzowa schab wieprzowy wędzony parzony, 60 g ( <b>J</b> ) Jabłko 1 szt 1 szt ( <b>J</b> ) Mix салат 10 g ( <b>J</b> ) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml ( <b>J</b> ) Jogurt truskawkowy 100 g 1 szt ( <b>MLE</b> )	Chleb Graham 60 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ</b> ) Polegawka Sopotka wieprzowa wędzona parzona z dodatkiem wody, 20 g ( <b>SOJ, MLE</b> ) Pomidor b/skórki 70 g ( <b>J</b> ) Mix салат 10 g ( <b>J</b> ) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml ( <b>J</b> ) Banan 1 szt. 1 szt ( <b>J</b> )	Bulka pszenna długa krojona 120 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ</b> ) Polegawka Sopotka wieprzowa wędzona parzona z dodatkiem wody, 20 g ( <b>SOJ, MLE</b> ) Pomidor b/skórki 70 g ( <b>J</b> ) Mix салат 10 g ( <b>J</b> ) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml ( <b>J</b> ) Banan 1 szt. 1 szt ( <b>J</b> )	Chleb Graham 120 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ</b> ) Polegawka Sopotka wieprzowa wędzona parzona z dodatkiem wody, 20 g ( <b>SOJ, MLE</b> ) Ogórek kiszony 70 g ( <b>J</b> ) Mix салат 10 g ( <b>J</b> ) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml ( <b>J</b> ) Banan 1 szt. 1 szt ( <b>J</b> )	Chleb niskobiałkowy PKU-bezglutenowy 100 g ( <b>J</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ</b> ) Szynkowa debowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 20 g ( <b>J</b> ) Ogórek kiszony 70 g ( <b>J</b> ) Mix салат 10 g ( <b>J</b> ) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml ( <b>J</b> ) Banan 1 szt. 1 szt ( <b>J</b> )	Chleb Graham 30 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Ser żółty 50 g ( <b>MLE</b> ) Ogórek kiszony 70 g ( <b>J</b> ) Pyszdra schabowa-wędzonka wieprzowa schab wieprzowy wędzony parzony, 60 g ( <b>J</b> ) Jabłko 1 szt 1 szt ( <b>J</b> ) Mix салат 10 g ( <b>J</b> ) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml ( <b>J</b> ) Jogurt truskawkowy 100 g 1 szt ( <b>MLE</b> )	Chleb Graham 60 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ</b> ) Pyszdra schabowa-wędzonka wieprzowa schab wieprzowy wędzony parzony, 60 g ( <b>J</b> ) Jabłko 1 szt 1 szt ( <b>J</b> ) Mix салат 10 g ( <b>J</b> ) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml ( <b>J</b> ) Jogurt truskawkowy 100 g 1 szt ( <b>MLE</b> )
II SN	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt ( <b>J</b> )										
Obiad	Jarzynowa z zacierką (↓-podstawa 350ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL</b> ) Ziemniaki z koperkiem ( ) 200 g ( <b>J</b> ) Mięso drobiowe pieczone z udźcą kurczaka 60 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Sos słodko-kwaśny* 100 ml ( <b>GLU PSZ, SEL</b> ) Surówka wykwitnina z olejem b/c 75 g ( <b>JAJ, GOR</b> ) Buraczki gotowane ( ) 75 g ( <b>J</b> ) Kompot owocowy* z/c 250 ml ( <b>J</b> )	Jarzynowa z zacierką (↓-podstawa 300ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL</b> ) Ziemniaki z koperkiem ( ) 200 g ( <b>J</b> ) Mięso drobiowe pieczone z udźcą kurczaka 60 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Sos słodko-kwaśny* 100 ml ( <b>GLU PSZ, SEL</b> ) Surówka wykwitnina z olejem b/c 75 g ( <b>JAJ, GOR</b> ) Buraczki gotowane ( ) 75 g ( <b>J</b> ) Kompot owocowy* z/c 250 ml ( <b>J</b> )	Jarzynowa z zacierką (bez mleka) (↓) 350 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL</b> ) Ziemniaki z koperkiem ( ) 200 g ( <b>J</b> ) Mięso drobiowe pieczone z udźcą kurczaka 60 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Sos pietruszkowy* 100 ml ( <b>GLU PSZ, MLE</b> ) Marchew gotowana z olejem ( ) 75 g ( <b>J</b> ) Buraczki gotowane ( ) 75 g ( <b>J</b> ) Kompot owocowy* z/c 250 ml ( <b>J</b> )	Jarzynowa z zacierką (dieta) (↓) 350 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL</b> ) Ziemniaki z koperkiem ( ) 200 g ( <b>J</b> ) Mięso drobiowe gotowane z udźcą kurczaka 60 g ( <b>J</b> ) Sos pietruszkowy* 100 ml ( <b>GLU PSZ, MLE</b> ) Marchew gotowana z olejem ( ) 75 g ( <b>J</b> ) Buraczki gotowane ( ) 75 g ( <b>J</b> ) Kompot owocowy* z/c 250 ml ( <b>J</b> )	Jarzynowa z zacierką (dieta) (↓) 300 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL</b> ) Ziemniaki z koperkiem ( ) 200 g ( <b>J</b> ) Mięso drobiowe gotowane z udźcą kurczaka 60 g ( <b>J</b> ) Sos pietruszkowy* 100 ml ( <b>GLU PSZ, MLE</b> ) Marchew gotowana z olejem ( ) 75 g ( <b>J</b> ) Buraczki gotowane ( ) 75 g ( <b>J</b> ) Kompot owocowy* z/c 250 ml ( <b>J</b> )	Jarzynowa z zacierką (dieta) (↓) 350 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL</b> ) Ziemniaki z koperkiem ( ) 200 g ( <b>J</b> ) Mięso drobiowe pieczone z udźcą kurczaka 60 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Mięso drobiowe gotowane z udźcą kurczaka 60 g ( <b>J</b> ) Sos słodko-kwaśny* 100 ml ( <b>GLU PSZ, SEL</b> ) Marchew gotowana z olejem ( ) 75 g ( <b>J</b> ) Buraczki gotowane ( ) 75 g ( <b>J</b> ) Kompot owocowy* z/c 250 ml ( <b>J</b> )	Jarzynowa z zacierką (dieta) (↓) 300 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL</b> ) Ziemniaki z koperkiem ( ) 150 g ( <b>J</b> ) Żyzak drobiowy z udźcą gotowany mielony 60 g ( <b>GLU PSZ, JAJ</b> ) Sos pietruszkowy* 100 ml ( <b>GLU PSZ, MLE</b> ) Marchew gotowana z olejem ( ) 50 g ( <b>J</b> ) Buraczki gotowane ( ) 50 g ( <b>J</b> ) Kompot owocowy* z/c 250 ml ( <b>J</b> )	Jarzynowa z zacierką (↓-podstawa 350ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL</b> ) Ziemniaki z koperkiem ( ) 200 g ( <b>J</b> ) Mięso drobiowe gotowane z udźcą kurczaka 60 g ( <b>J</b> ) Surówka wykwitnina z olejem b/c 75 g ( <b>JAJ, GOR</b> ) Kalafor gotowany* 75 g ( <b>J</b> ) Kompot owocowy* b/c 250 ml ( <b>J</b> )	Jarzynowa z makaronem (bez glutenu) (↓) 350 ml ( <b>MLE, SEL</b> ) Ziemniaki z koperkiem ( ) 200 g ( <b>J</b> ) Mięso drobiowe gotowane z udźcą kurczaka 60 g ( <b>J</b> ) Sos pietruszkowy (bez glutenu)* 100 ml ( <b>MLE</b> ) Surówka wykwitnina z olejem b/c 75 g ( <b>JAJ, GOR</b> ) Kompot owocowy* z/c 250 ml ( <b>J</b> )	Jarzynowa z zacierką (dieta) (↓) 350 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL</b> ) Ziemniaki z koperkiem ( ) 200 g ( <b>J</b> ) Knedle ze śliwką* 300 g ( <b>GLU PSZ, JAJ</b> ) Sos jogurtowo-truskawkowy* 100 g ( <b>MLE</b> ) Kompot owocowy* z/c 250 ml ( <b>J</b> )	Jarzynowa z zacierką (dieta) (↓) 350 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL</b> ) Ziemniaki z koperkiem ( ) 200 g ( <b>J</b> ) Mięso drobiowe gotowane z udźcą kurczaka 100 g ( <b>J</b> ) Sos pietruszkowy* 100 ml ( <b>GLU PSZ, MLE</b> ) Marchew gotowana z olejem ( ) 75 g ( <b>J</b> ) Buraczki gotowane ( ) 75 g ( <b>J</b> ) Kompot owocowy* z/c 250 ml ( <b>J</b> )
PD	Biszkopty b/m 30 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, SOJ</b> )										
Kolacja	Chleb Graham 30 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 60 g ( <b>może zawierać: MLE, GOR</b> ) Pomidor 60 g ( <b>J</b> ) Salata zielona 20 g ( <b>J</b> ) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml ( <b>J</b> )	Chleb Graham 30 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g ( <b>J</b> ) Szynka z indykami drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa parzona 60 g ( <b>SOJ</b> ) Pomidor 60 g ( <b>J</b> ) Salata zielona 20 g ( <b>J</b> ) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml ( <b>J</b> )	Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 60 g ( <b>może zawierać: MLE, GOR</b> ) Pomidor b/skórki 60 g ( <b>J</b> ) Salata zielona 20 g ( <b>J</b> ) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml ( <b>J</b> )	Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 60 g ( <b>może zawierać: MLE, GOR</b> ) Pomidor b/skórki 60 g ( <b>J</b> ) Salata zielona 20 g ( <b>J</b> ) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml ( <b>J</b> )	Bulka pszenna długa krojona 120 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 60 g ( <b>może zawierać: MLE, GOR</b> ) Pomidor b/skórki 60 g ( <b>J</b> ) Salata zielona 20 g ( <b>J</b> ) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml ( <b>J</b> )	Chleb Graham 60 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 60 g ( <b>może zawierać: MLE, GOR</b> ) Paszet z soczewicy ( ) 60 g ( <b>GLU PSZ, JAJ</b> ) Pomidor 60 g ( <b>J</b> ) Salata zielona 20 g ( <b>J</b> ) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml ( <b>J</b> )	Bulka pszenna długa krojona 120 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 60 g ( <b>może zawierać: MLE, GOR</b> ) Pomidor b/skórki 60 g ( <b>J</b> ) Salata zielona 20 g ( <b>J</b> ) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml ( <b>J</b> )	Chleb Graham 120 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 60 g ( <b>może zawierać: MLE, GOR</b> ) Pomidor 60 g ( <b>J</b> ) Salata zielona 20 g ( <b>J</b> ) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml ( <b>J</b> )	Chleb niskobiałkowy PKU-bezglutenowy 120 g ( <b>J</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 60 g ( <b>może zawierać: MLE, GOR</b> ) Pomidor 60 g ( <b>J</b> ) Salata zielona 20 g ( <b>J</b> ) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml ( <b>J</b> )	Chleb Graham 30 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Paszet z soczewicy ( ) 60 g ( <b>GLU PSZ, JAJ</b> ) Pomidor 60 g ( <b>J</b> ) Salata zielona 20 g ( <b>J</b> ) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml ( <b>J</b> )	Chleb Graham 60 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Paszet z soczewicy ( ) 60 g ( <b>GLU PSZ, JAJ</b> ) Pomidor 60 g ( <b>J</b> ) Salata zielona 20 g ( <b>J</b> ) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml ( <b>J</b> )
PN	Pomarańcza 250g 1 szt ( <b>J</b> )										
	E: 2028.59 kcal; B: 73.82 g; T: 62.42 g; Kw. tł. nasy.: 22.74 g; W: 306.08 g; W tym cukry: 71.09 g; Bł.: 29.62 g; Sól: 8.42 g;	E: 2321.98 kcal; B: 77.54 g; T: 64.89 g; Kw. tł. nasy.: 22.94 g; W: 371.66 g; W tym cukry: 109.11 g; Bł.: 32.60 g; Sól: 8.36 g;	E: 2198.73 kcal; B: 70.61 g; T: 55.51 g; Kw. tł. nasy.: 13.29 g; W: 370.16 g; W tym cukry: 104.60 g; Bł.: 31.69 g; Sól: 8.90 g;	E: 1999.96 kcal; B: 72.23 g; T: 57.14 g; Kw. tł. nasy.: 24.95 g; W: 311.22 g; W tym cukry: 60.93 g; Bł.: 27.37 g; Sól: 8.50 g;	E: 2265.64 kcal; B: 81.01 g; T: 54.98 g; Kw. tł. nasy.: 22.07 g; W: 375.30 g; W tym cukry: 111.04 g; Bł.: 28.43 g; Sól: 5.92 g;	E: 2809.00 kcal; B: 132.21 g; T: 85.54 g; Kw. tł. nasy.: 26.82 g; W: 396.07 g; W tym cukry: 94.71 g; Bł.: 41.16 g; Sól: 9.34 g;	E: 2152.29 kcal; B: 73.52 g; T: 51.85 g; Kw. tł. nasy.: 25.19 g; W: 359.75 g; W tym cukry: 106.73 g; Bł.: 25.45 g; Sól: 5.80 g;	E: 1861.36 kcal; B: 93.19 g; T: 65.99 g; Kw. tł. nasy.: 25.19 g; W: 237.85 g; W tym cukry: 125.9 g; Bł.: 29.11 g; Sól: 9.21 g;	E: 2164.16 kcal; B: 57.74 g; T: 82.39 g; Kw. tł. nasy.: 21.66 g; W: 333.69 g; W tym cukry: 104.96 g; Bł.: 39.25 g; Sól: 8.53 g;	E: 2519.14 kcal; B: 65.02 g; T: 82.39 g; Kw. tł. nasy.: 42.09 g; W: 395.35 g; W tym cukry: 121.43 g; Bł.: 31.25 g; Sól: 6.88 g;	E: 2693.91 kcal; B: 128.86 g; T: 82.92 g; Kw. tł. nasy.: 28.91 g; W: 374.75 g; W tym cukry: 68.62 g; Bł.: 37.03 g; Sól: 10.07 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-01-08 do dnia 2024-01-21 KUCHNIA ŁÓDŹ

	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 (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Szynkowa drobowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 60 g (.) Szprot w sosie pomidorowym 30 g (RYB, SEL) Pomidor 70 g (.) Roszponka 10 g (.) Kawa zbożowa z młkiem 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.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Szynkowa drobowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 60 g (.) Szprot w sosie pomidorowym 30 g (RYB, SEL) Pomidor 70 g (.) Roszponka 10 g (.) Kawa zbożowa z młkiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 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 (.) Szynkowa drobowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 60 g (.) Pomidor b/skórki 70 g (.) Roszponka 10 g (.) Kawa zbożowa z młkiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml (.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Szynkowa drobowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 60 g (.) Pomidor b/skórki 70 g (.) Roszponka 10 g (.) Kawa zbożowa z młkiem 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) Szynkowa drobowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 60 g (.) Pomidor b/skórki 70 g (.) Roszponka 10 g (.) Kawa zbożowa z młkiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml (.)	Chleb Graham 60 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Szynkowa drobowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 60 g (.) Pomidor 70 g (.) Szprot w sosie pomidorowym 30 g (RYB, SEL) Pomidor 70 g (.) Roszponka 10 g (.) Kawa zbożowa z młkiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Budyń o smaku śmietankowym z/c 150 ml (MLE)	Bulka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Szynkowa drobowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 60 g (.) Pomidor 70 g (.) Roszponka 10 g (.) Kawa zbożowa z młkiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml (.)	Chleb Graham 120 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Szynkowa drobowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 60 g (.) Pomidor 70 g (.) Roszponka 10 g (.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml (.) Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml (.)	Chleb bezglutenowy 120 g (.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Szynkowa drobowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 60 g (.) Pomidor 70 g (.) Roszponka 10 g (.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml (.) Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml (.)	Chleb Graham 30 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Twaróg półtłusty 60 g (MLE) Pomidor 70 g (.) Roszponka 10 g (.) Kawa zbożowa z młkiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml (.)	Chleb Graham 60 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Szynkowa drobowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 60 g (.) Szprot w sosie pomidorowym 30 g (RYB, SEL) Pomidor 70 g (.) Roszponka 10 g (.) Kawa zbożowa z młkiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml (.)	
II SN								Jabłko 1 szt 1 szt (.)				
Obiad	Ziemiaczana (.) 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Kluski śląskie( ) 200 g (JAJ.) Pieczeń rzymska wieprzowa 60 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos myśliwski 100 g (GLU PSZ, SOJ, SEL, GOR.) Surówka z marchwi z olejem (.) 75 g (.) Szpinak gotowany z olejem* 75 g (GLU PSZ) Kompotowocowy* z/c 250 ml (.)	Ziemiaczana (.) 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Kluski śląskie( ) 200 g (JAJ.) Pieczeń rzymska wieprzowa 60 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos myśliwski 100 g (GLU PSZ, SOJ, SEL, GOR.) Surówka z marchwi z olejem (.) 75 g (.) Szpinak gotowany z olejem* 75 g (GLU PSZ) Kompotowocowy* z/c 250 ml (.)	Ziemiaczana (bez mleka) (.) 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Kluski śląskie( ) 200 g (JAJ.) Pieczeń rzymska wieprzowa 60 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos pomidorowy 100 ml (GLU PSZ) Cukinia pieczona z olejem * 75 g (.) Szpinak gotowany z olejem* 75 g (GLU PSZ) Kompotowocowy* z/c 250 ml (.)	Ziemiaczana (.) 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Kluski śląskie( ) 200 g (JAJ.) Pieczeń rzymska wieprzowa 60 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos pomidorowy 100 ml (GLU PSZ) Buraczki gotowane drobno tarte (.) 50 g (.) Szpinak gotowany z olejem* 75 g (GLU PSZ) Kompotowocowy* z/c 250 ml (.)	Ziemiaczana (.) 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Kluski śląskie( ) 200 g (JAJ.) Pieczeń rzymska wieprzowa 60 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos pomidorowy 100 ml (GLU PSZ) Buraczki gotowane drobno tarte (.) 50 g (.) Szpinak gotowany z olejem* 75 g (.) Szpinak gotowany z olejem* 75 g (GLU PSZ) Kompotowocowy* z/c 250 ml (.)	Ziemiaczana (.) 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Kluski śląskie( ) 200 g (JAJ.) Pieczeń rzymska wieprzowa 60 g (GLU PSZ, JAJ.) Bitka schabowa 60 g (GLU PSZ) Sos pomidorowy 100 ml (GLU PSZ) Cukinia pieczona z olejem * 75 g (.) Szpinak gotowany z olejem* 75 g (GLU PSZ) Kompotowocowy* z/c 250 ml (.)	Ziemiaczana (.) 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Kluski śląskie( ) 200 g (JAJ.) Pieczeń rzymska wieprzowa 60 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos pomidorowy 100 ml (GLU PSZ) Buraczki gotowane drobno tarte (.) 50 g (.) Szpinak gotowany z olejem* 75 g (GLU PSZ) Kompotowocowy* z/c 250 ml (.)	Ziemiaczana (.) 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JECZ.) Pieczeń rzymska wieprzowa 60 g (GLU PSZ, JAJ.) Surówka z marchwi z olejem b/c (.) 75 g (.) Szpinak gotowany z olejem* 75 g (GLU PSZ) Kompotowocowy* b/c 250 ml (.)	Ziemiaczana (bez glutenu) (.) 350 ml (MLE, SEL) Ryz na sypko 200 g (.) Pieczeń rzymska wieprzowa (biglutenu) 60 g (JAJ.) Sos pomidorowy (bez glutenu) 100 ml (.) Surówka z marchwi z olejem (.) 75 g (.) Szpinak gotowany z olejem (bez glutenu)* 75 g (.) Kompotowocowy* z/c 250 ml (.)	Ziemiaczana (.) 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JECZ.) Kolejcz jaj 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos pomidorowy 100 ml (GLU PSZ) Surówka z marchwi z olejem (.) 75 g (.) Szpinak gotowany z olejem* 75 g (GLU PSZ) Kompotowocowy* z/c 250 ml (.)	Ziemiaczana (.) 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JECZ.) Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos pomidorowy 100 ml (GLU PSZ) Cukinia pieczona z olejem * 75 g (.) Szpinak gotowany z olejem* 75 g (GLU PSZ) Kompotowocowy* z/c 250 ml (.)	
PD		Sok pomarańczowy 0,2L-kartonik 1 szt (.)			Sok pomarańczowy 0,2L-kartonik 1 szt (.)	Jogurt truskawkowy 100 g 1 szt (MLE)	Sok pomarańczowy 0,2L-kartonik 1 szt (.)	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt (.)	Sok pomarańczowy 0,2L-kartonik 1 szt (.)		Jogurt truskawkowy 100 g 1 szt (MLE)	
Kaloraja	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.) Salata zielona 20 g (.) Pomidor 60 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 (.) Szynka w siatce- wieprzowa, parzona, wędzona z pol. kaw. mięsa 60 g (GLU PSZ, SOJ.) Salata zielona 20 g (.) Pomidor 60 g (.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml (.)	Chleb Graham 30 g (GLU PSZ) 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.) Salata zielona 20 g (.) Pomidor 60 g (.) 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.) Salata zielona 20 g (.) Pomidor 60 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.) Salata zielona 20 g (.) Pomidor 60 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.) Salata zielona 20 g (.) Pomidor 60 g (.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml (.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Salata zielona 20 g (.) Pomidor 60 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.) Salata zielona 20 g (.) Pomidor 60 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.) Salata zielona 20 g (.) Pomidor 60 g (.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml (.)	Chleb bezglutenowy 120 g (.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 60 g (może zawierać: MLE, GOR.) Salata zielona 20 g (.) Pomidor 60 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) Szprot w sosie pomidorowym 60 g (RYB, SEL) Salata zielona 20 g (.) Pomidor 60 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.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Salata zielona 20 g (.) Pomidor 60 g (.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml (.)	
PN	Bulka maślana 1 szt 1 szt (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml (.)	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt (.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 20 g (może zawierać: MLE, GOR.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 20 g (może zawierać: MLE, GOR.)	Bulka maślana 1 szt 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) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 20 g (może zawierać: MLE, GOR.)	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt (.)	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt (.)	Chleb Graham 30 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 5 g (MLE) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 20 g (może zawierać: MLE, GOR.)	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt (.)	Chleb Graham 30 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 5 g (MLE) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 20 g (może zawierać: MLE, GOR.)	
	E: 2555.71 kcal; B: 91.32 g; T: 61.88 g; Kw. tł. nasy.: 27.38 g; W: 422.25 g; W tym cukry: 70.02 g; Bł.: 28.92 g; Sól: 10.39 g;	E: 2697.94 kcal; B: 90.90 g; T: 60.27 g; Kw. tł. nasy.: 27.25 g; W: 459.41 g; W tym cukry: 110.02 g; Bł.: 26.67 g; Sól: 10.23 g;	E: 2219.82 kcal; B: 73.26 g; T: 44.84 g; Kw. tł. nasy.: 12.10 g; W: 389.22 g; W tym cukry: 82.75 g; Bł.: 26.17 g; Sól: 8.51 g;	E: 2221.99 kcal; B: 79.05 g; T: 55.22 g; Kw. tł. nasy.: 26.33 g; W: 361.90 g; W tym cukry: 46.25 g; Bł.: 22.70 g; Sól: 9.68 g;	E: 2635.33 kcal; B: 89.75 g; T: 51.27 g; Kw. tł. nasy.: 24.82 g; W: 462.08 g; W tym cukry: 110.82 g; Bł.: 19.41 g; Sól: 8.11 g;	E: 3142.53 kcal; B: 131.33 g; T: 81.68 g; Kw. tł. nasy.: 33.71 g; W: 483.84 g; W tym cukry: 87.71 g; Bł.: 28.84 g; Sól: 11.13 g;	E: 2635.41 kcal; B: 89.75 g; T: 51.27 g; Kw. tł. nasy.: 24.82 g; W: 462.10 g; W tym cukry: 110.83 g; Bł.: 19.41 g; Sól: 8.11 g;	E: 2635.41 kcal; B: 89.75 g; T: 51.27 g; Kw. tł. nasy.: 24.82 g; W: 462.10 g; W tym cukry: 110.83 g; Bł.: 19.41 g; Sól: 8.11 g;	E: 1893.46 kcal; B: 82.12 g; T: 53.96 g; Kw. tł. nasy.: 24.63 g; W: 287.66 g; W tym cukry: 30.05 g; Bł.: 35.90 g; Sól: 9.42 g;	E: 2108.56 kcal; B: 56.35 g; T: 57.10 g; Kw. tł. nasy.: 20.02 g; W: 342.87 g; W tym cukry: 86.53 g; Bł.: 17.38 g; Sól: 4.15 g;	E: 2463.95 kcal; B: 78.77 g; T: 70.26 g; Kw. tł. nasy.: 28.09 g; W: 388.70 g; W tym cukry: 95.02 g; Bł.: 31.55 g; Sól: 6.21 g;	E: 2676.51 kcal; B: 114.00 g; T: 74.47 g; Kw. tł. nasy.: 32.72 g; W: 401.03 g; W tym cukry: 74.77 g; Bł.: 30.39 g; Sól: 10.87 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> ) Serek Fromage 60 g ( <u>GLU PSZ, MLE</u> ) Papryka konserwowa 60 g ( <u>SEL</u> ) Salata lodowa 20 g ( <u>SEL</u> ) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml ( <u>SEL</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> ) Serek Fromage 60 g ( <u>GLU PSZ, MLE</u> ) Papryka konserwowa 60 g ( <u>SEL</u> ) Salata lodowa 20 g ( <u>SEL</u> ) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml ( <u>SEL</u> ) Serek homogenizowany waniliowy 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 ( <u>SEL</u> ) Pyzdra szynkowa-wędzonka wieprzowa szynka wędzona parzona 60 g ( <u>SEL</u> ) Pomidor b/skórki 60 g ( <u>SEL</u> ) Salata lodowa 20 g ( <u>SEL</u> ) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml ( <u>SEL</u> ) Salata lodowa 20 g ( <u>SEL</u> ) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml ( <u>SEL</u> ) Chrupki kukurydziane 25 g ( <u>SEL</u> )	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 ( <u>SEL</u> ) Pomidor b/skórki 60 g ( <u>SEL</u> ) Salata lodowa 20 g ( <u>SEL</u> ) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml ( <u>SEL</u> ) Serek homogenizowany waniliowy 150g 1 szt ( <u>MLE</u> )	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 ( <u>SEL</u> ) Pomidor b/skórki 60 g ( <u>SEL</u> ) Salata lodowa 20 g ( <u>SEL</u> ) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml ( <u>SEL</u> ) Serek homogenizowany waniliowy 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> ) Twarożek 60 g ( <u>MLE</u> ) Pyzdra szynkowa-wędzonka wieprzowa szynka wędzona parzona 60 g ( <u>SEL</u> ) Pomidor 60 g ( <u>SEL</u> ) Salata lodowa 20 g ( <u>SEL</u> ) Kawa zbożowa z mlekami z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u> ) Serek homogenizowany waniliowy 150g 1 szt ( <u>MLE</u> )	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 ( <u>SEL</u> ) Pomidor b/skórki 60 g ( <u>SEL</u> ) Salata lodowa 20 g ( <u>SEL</u> ) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml ( <u>SEL</u> ) Serek homogenizowany waniliowy 150g 1 szt ( <u>MLE</u> )	Chleb Graham 120 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Pyzdra szynkowa-wędzonka wieprzowa szynka wędzona parzona 60 g ( <u>SEL</u> ) Pomidor 60 g ( <u>SEL</u> ) Papryka konserwowa 60 g ( <u>SEL</u> ) Salata lodowa 20 g ( <u>SEL</u> ) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml ( <u>SEL</u> ) Serek homogenizowany waniliowy 150g 1 szt ( <u>MLE</u> )	Chleb bezglutenowy 120 g ( <u>SEL</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Pyzdra szynkowa-wędzonka wieprzowa szynka wędzona parzona 60 g ( <u>SEL</u> ) Pomidor 60 g ( <u>SEL</u> ) Twarożek 60 g ( <u>MLE</u> ) Salata lodowa 20 g ( <u>SEL</u> ) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml ( <u>SEL</u> ) Serek homogenizowany waniliowy 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> ) Twarożek 60 g ( <u>MLE</u> ) Pyzdra szynkowa-wędzonka wieprzowa szynka wędzona parzona 60 g ( <u>SEL</u> ) Pomidor 60 g ( <u>SEL</u> ) Twarożek 60 g ( <u>MLE</u> ) Pyzdra szynkowa-wędzonka wieprzowa szynka wędzona parzona 60 g ( <u>SEL</u> ) Serek homogenizowany waniliowy 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> ) Twarożek 60 g ( <u>MLE</u> ) Pyzdra szynkowa-wędzonka wieprzowa szynka wędzona parzona 60 g ( <u>SEL</u> ) Pomidor 60 g ( <u>SEL</u> ) Twarożek 60 g ( <u>MLE</u> ) Pyzdra szynkowa-wędzonka wieprzowa szynka wędzona parzona 60 g ( <u>SEL</u> ) Serek homogenizowany waniliowy 150g 1 szt ( <u>MLE</u> )
	II SN								Kefir 1,5% tł 150g 1 Por ( <u>MLE</u> )		
Obiad	Żurek z ziemniakami ( ) 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT.</u> ) Makaron pelnoziarnisty z sosem bolognese, z łop wp ( ) 300 g ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ) Surówka z selera i jabłka z olejem ( ) 150 g ( <u>SEL</u> ) Kompotowocowy* z/c 250 ml ( <u>SEL</u> )	Żurek z ziemniakami ( ) 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT.</u> ) Makaron pelnoziarnisty z sosem bolognese, z łop wp ( ) 300 g ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ) Surówka z selera i jabłka z olejem ( ) 100 g ( <u>SEL</u> ) Kompotowocowy* z/c 250 ml ( <u>SEL</u> )	Szpinakowa z ziemniakami ( bez mleka ) ( ) 350 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Makaron z sosem bolognese, z łop wp - dieta ( ) 300 g ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Bukiet warzyw gotowanych (march,kalafor, brokuł)* 150 g ( <u>SEL</u> ) Kompotowocowy* z/c 250 ml ( <u>SEL</u> )	Szpinakowa z ziemniakami ( ) 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ) Makaron z sosem bolognese, z łop wp - dieta ( ) 300 g ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Bukiet warzyw gotowanych (march,kalafor, brokuł)* 100 g ( <u>SEL</u> ) Kompotowocowy* z/c 250 ml ( <u>SEL</u> )	Szpinakowa z ziemniakami ( ) 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ) Makaron z sosem bolognese, z łop wp - dieta ( ) 300 g ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Bukiet warzyw gotowanych (march,kalafor, brokuł)* 150 g ( <u>SEL</u> ) Kompotowocowy* z/c 250 ml ( <u>SEL</u> )	Szpinakowa z ziemniakami ( ) 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ) Makaron z sosem bolognese, z łop wp - dieta ( ) 300 g ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Klopsik wieprzowy 80 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> ) Bukiet warzyw gotowanych (march,kalafor, brokuł)* 150 g ( <u>SEL</u> ) Kompotowocowy* z/c 250 ml ( <u>SEL</u> )	Szpinakowa z ziemniakami ( ) 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ) Makaron z sosem bolognese, z łop wp - dieta ( ) 300 g ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Bukiet warzyw gotowanych (march,kalafor, brokuł)* 150 g ( <u>SEL</u> ) Kompotowocowy* z/c 250 ml ( <u>SEL</u> )	Szpinakowa z ziemniakami ( ) 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT.</u> ) Makaron pelnoziarnisty z sosem bolognese, z łop wp ( ) 300 g ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ) Surówka z selera i jabłka b/c ( ) 150 g ( <u>MLE, SEL</u> ) Kompotowocowy* b/c 250 ml ( <u>SEL</u> )	Szpinakowa z ziemniakami ( bez glutenu ) ( ) 350 ml ( <u>MLE, SEL</u> ) Makaron z sosem bolognese, z łop wp - dieta ( ) ( bez glutenu ) 300 g ( <u>SEL</u> ) Surówka z selera i jabłka z olejem ( ) 150 g ( <u>SEL</u> ) Kompotowocowy* z/c 250 ml ( <u>SEL</u> )	Szpinakowa z ziemniakami ( ) 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ) Makaron z warzywami ( ) 300 g ( <u>GLU PSZ, MLE</u> ) Surówka z selera i jabłka z olejem ( ) 150 g ( <u>SEL</u> ) Kompotowocowy* z/c 250 ml ( <u>SEL</u> )	Szpinakowa z ziemniakami ( ) 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ) Makaron z sosem bolognese, z łop wp - dieta ( ) 300 g ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Bukiet warzyw gotowanych (march,kalafor, brokuł)* 150 g ( <u>SEL</u> ) Kompotowocowy* z/c 250 ml ( <u>SEL</u> )
	PD		Jabłko 1 szt 1 szt ( <u>SEL</u> )		Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml ( <u>SEL</u> )	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>SEL, MLE</u> )		Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml ( <u>SEL</u> )	Jabłko 1 szt 1 szt ( <u>SEL</u> )	Mus z jabłek ( ) z/c 100 g ( <u>SEL</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> ) Pasztet z soczewicy ( ) 60 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> ) Pomidor 60 g ( <u>SEL</u> ) Salata zielona 20 g ( <u>SEL</u> ) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml ( <u>SEL</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 ( <u>SEL</u> ) Pasztet z soczewicy ( ) 60 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> ) Pomidor 60 g ( <u>SEL</u> ) Salata zielona 20 g ( <u>SEL</u> ) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml ( <u>SEL</u> )	Chleb Graham 30 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Indyk z pasieki produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadłnej 60 g ( <u>SEL</u> ) Pomidor b/skórki 60 g ( <u>SEL</u> ) Salata zielona 20 g ( <u>SEL</u> ) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml ( <u>SEL</u> )	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 ( <u>SEL</u> ) Pomidor b/skórki 60 g ( <u>SEL</u> ) Salata zielona 20 g ( <u>SEL</u> ) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml ( <u>SEL</u> )	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 ( <u>SEL</u> ) Pomidor b/skórki 60 g ( <u>SEL</u> ) Salata zielona 20 g ( <u>SEL</u> ) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml ( <u>SEL</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> ) Indyk z pasieki produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadłnej 60 g ( <u>SEL</u> ) Pasztet z soczewicy ( ) 60 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> ) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml ( <u>SEL</u> )	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 ( <u>SEL</u> ) Pomidor 60 g ( <u>SEL</u> ) Salata zielona 20 g ( <u>SEL</u> ) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml ( <u>SEL</u> )	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 ( <u>SEL</u> ) Pomidor 60 g ( <u>SEL</u> ) Salata zielona 20 g ( <u>SEL</u> ) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml ( <u>SEL</u> )	Chleb bezglutenowy 120 g ( <u>SEL</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Indyk z pasieki produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadłnej 60 g ( <u>SEL</u> ) Pomidor 60 g ( <u>SEL</u> ) Salata zielona 20 g ( <u>SEL</u> ) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml ( <u>SEL</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 ( <u>SEL</u> ) Salata zielona 20 g ( <u>SEL</u> ) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml ( <u>SEL</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> ) Pasztet z soczewicy ( ) 60 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> ) Pomidor 60 g ( <u>SEL</u> ) Salata zielona 20 g ( <u>SEL</u> ) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml ( <u>SEL</u> )
	PN		Kiwi 1 szt 1 szt ( <u>SEL</u> )	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE</u> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> )	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt ( <u>SEL</u> )	Kiwi 1 szt 1 szt ( <u>SEL</u> )	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt ( <u>SEL</u> )		Kiwi 1 szt 1 szt ( <u>SEL</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> )	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: 2402.73 kcal; B: 70.42 g; T: 87.76 g; Kw. tł. nasy.: 40.19 g; W: 348.74 g; W tym cukry: 60.16 g; Bł.: 38.22 g; Sól: 6.81 g;	E: 2612.17 kcal; B: 87.22 g; T: 90.92 g; Kw. tł. nasy.: 43.84 g; W: 373.27 g; W tym cukry: 90.67 g; Bł.: 37.05 g; Sól: 6.64 g;	E: 2273.38 kcal; B: 82.73 g; T: 62.92 g; Kw. tł. nasy.: 14.04 g; W: 361.20 g; W tym cukry: 69.38 g; Bł.: 36.54 g; Sól: 6.10 g;	E: 2108.76 kcal; B: 87.89 g; T: 62.41 g; Kw. tł. nasy.: 26.99 g; W: 310.54 g; W tym cukry: 45.46 g; Bł.: 25.54 g; Sól: 8.16 g;	E: 2326.70 kcal; B: 103.29 g; T: 58.26 g; Kw. tł. nasy.: 26.39 g; W: 354.76 g; W tym cukry: 102.81 g; Bł.: 21.82 g; Sól: 5.96 g;	E: 3050.86 kcal; B: 155.57 g; T: 93.58 g; Kw. tł. nasy.: 37.59 g; W: 409.66 g; W tym cukry: 83.88 g; Bł.: 36.44 g; Sól: 9.72 g;	E: 2343.79 kcal; B: 104.47 g; T: 58.42 g; Kw. tł. nasy.: 26.41 g; W: 358.27 g; W tym cukry: 104.63 g; Bł.: 23.38 g; Sól: 6.07 g;	E: 2186.17 kcal; B: 99.82 g; T: 73.19 g; Kw. tł. nasy.: 32.71 g; W: 301.48 g; W tym cukry: 39.08 g; Bł.: 40.91 g; Sól: 8.69 g;	E: 2202.95 kcal; B: 81.29 g; T: 66.72 g; Kw. tł. nasy.: 25.85 g; W: 323.26 g; W tym cukry: 87.08 g; Bł.: 21.97 g; Sól: 3.86 g;	E: 2277.79 kcal; B: 77.60 g; T: 58.46 g; Kw. tł. nasy.: 26.04 g; W: 376.13 g; W tym cukry: 83.61 g; Bł.: 40.60 g; Sól: 5.55 g;	E: 3138.47 kcal; B: 158.10 g; T: 97.85 g; Kw. tł. nasy.: 39.25 g; W: 420.01 g; W tym cukry: 81.13 g; Bł.: 37.77 g; Sól: 9.47 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 ( <b>GLU PSZ</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Pasta z jaj 60 g ( <b>JAJ, MLE</b> ) Mandarynka 1 szt (.) Rukola 10 g (.) Kawa zbożowa z makiem z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</b> )	Chleb Graham 30 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Pasta z jaj 60 g ( <b>JAJ, MLE</b> ) Pomidor 70 g (.) Rukola 10 g (.) Kawa zbożowa z makiem z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</b> ) Chalka 60 g ( <b>GLU PSZ, JAJ</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE</b> )	Chleb Graham 30 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g (.) Pasta z jaj (bimleka) 60 g ( <b>JAJ</b> ) Mandarynka 1 szt (.) Rukola 10 g (.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml (.) Chalka 60 g ( <b>GLU PSZ, JAJ</b> )	Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Pasta z jaj 60 g ( <b>JAJ, MLE</b> ) Pomidor b/skórki 70 g (.) Rukola 10 g (.) Kawa zbożowa z makiem z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE</b> ) Chalka 60 g ( <b>GLU PSZ, JAJ</b> )	Bulka pszenna długa krojona 120 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Pasta z jaj 60 g ( <b>JAJ, MLE</b> ) Pomidor b/skórki 70 g (.) Rukola 10 g (.) Kawa zbożowa z makiem z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE</b> ) Chalka 60 g ( <b>GLU PSZ, JAJ</b> )	Chleb Graham 60 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Pasta z jaj 60 g ( <b>JAJ, MLE</b> ) Szyunkowa drobowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 60 g (.) Mandarynka 1 szt (.) Rukola 10 g (.) Kawa zbożowa z makiem z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</b> ) Chalka 60 g ( <b>GLU PSZ, JAJ</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE</b> )	Bulka pszenna długa krojona 120 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Pasta z jaj 60 g ( <b>JAJ, MLE</b> ) Pomidor b/skórki 70 g (.) Rukola 10 g (.) Kawa zbożowa z makiem z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</b> ) Chalka 60 g ( <b>GLU PSZ, JAJ</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE</b> )	Chleb Graham 120 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Pasta z jaj 60 g ( <b>JAJ, MLE</b> ) Mandarynka 1 szt (.) Rukola 10 g (.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml (.) Kefir 1,5% tł 150g 1 Por ( <b>MLE</b> )	Chleb bezglutenowy 150 g (.) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Pasta z jaj 60 g ( <b>JAJ, MLE</b> ) Mandarynka 1 szt (.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml (.) Rukola 10 g (.) Kefir 1,5% tł 150g 1 Por ( <b>MLE</b> )	Chleb Graham 30 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Pasta z jaj 60 g ( <b>JAJ, MLE</b> ) Mandarynka 1 szt (.) Rukola 10 g (.) Kawa zbożowa z makiem z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</b> ) Chalka 60 g ( <b>GLU PSZ, JAJ</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE</b> )	Chleb Graham 60 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Pasta z jaj 60 g ( <b>JAJ, MLE</b> ) Szyunkowa drobowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 60 g (.) Jabłko pieczone 1 szt (.) Rukola 10 g (.) Kawa zbożowa z makiem z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</b> ) Chalka 60 g ( <b>GLU PSZ, JAJ</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE</b> )
	II SN							Kefir 1,5% tł 150g 1 Por ( <b>MLE</b> )			
Obiad	Krupnik jęczmienny (.) 350 ml ( <b>MLE, SEL, GLU JECZ</b> ) Ziemniaki z koperkiem (.) 200 g (.) Dorsz panierowany 60 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, RYB</b> ) Surówka z kapusty kiszzonej z olejem (.) 75 g (.) Kompotowocowy* z/c 250 ml (.) Brokuł gotowany* 75 g (.)	Krupnik jęczmienny (.) 300 ml ( <b>MLE, SEL, GLU JECZ</b> ) Ziemniaki z koperkiem (.) 200 g (.) Dorsz panierowany 60 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, RYB</b> ) Surówka z kapusty kiszzonej z olejem (.) 50 g (.) Kompotowocowy* z/c 250 ml (.) Brokuł gotowany* 50 g (.)	Krupnik jęczmienny (bez mleka) (.) 350 ml ( <b>SEL, GLU JECZ</b> ) Ziemniaki z koperkiem (.) 200 g (.) Pulpet rybny (Dorsz) 60 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, RYB</b> ) Warzywa po grecku (.) 75 g ( <b>GLU PSZ, SEL</b> ) Kompotowocowy* z/c 250 ml (.) Brokuł gotowany* 75 g (.)	Krupnik jęczmienny (.) 350 ml ( <b>MLE, SEL, GLU JECZ</b> ) Ziemniaki z koperkiem (.) 200 g (.) Pulpet rybny (Dorsz) 60 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, RYB</b> ) Warzywa po grecku (.) 50 g ( <b>GLU PSZ, SEL</b> ) Kompotowocowy* z/c 250 ml (.) Brokuł gotowany* 50 g (.)	Krupnik jęczmienny (.) 300 ml ( <b>MLE, SEL, GLU JECZ</b> ) Ziemniaki z koperkiem (.) 200 g (.) Pulpet rybny (Dorsz) 60 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, RYB</b> ) Warzywa po grecku (.) 50 g ( <b>GLU PSZ, SEL</b> ) Kompotowocowy* z/c 250 ml (.) Brokuł gotowany* 50 g (.)	Krupnik jęczmienny (.) 350 ml ( <b>MLE, SEL, GLU JECZ</b> ) Ziemniaki z koperkiem (.) 200 g (.) Dorsz panierowany 60 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, RYB</b> ) Pulpet rybny (Dorsz) 60 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, RYB</b> ) Warzywa po grecku (.) 75 g ( <b>GLU PSZ, SEL</b> ) Kompotowocowy* z/c 250 ml (.) Brokuł gotowany* 75 g (.)	Krupnik jęczmienny (.) 300 ml ( <b>MLE, SEL, GLU JECZ</b> ) Ziemniaki z koperkiem (.) 150 g (.) Pulpet rybny (Dorsz) 60 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, RYB</b> ) Warzywa po grecku (.) 50 g ( <b>GLU PSZ, SEL</b> ) Kompotowocowy* z/c 250 ml (.) Brokuł gotowany* 50 g (.)	Krupnik jęczmienny (.) 350 ml ( <b>MLE, SEL, GLU JECZ</b> ) Ziemniaki z koperkiem (.) 200 g (.) Pulpet rybny (Dorsz) 60 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, RYB</b> ) Surówka z kapusty kiszzonej z olejem (.) 75 g (.) Kompotowocowy* z/c 250 ml (.) Brokuł gotowany* 75 g (.)	Ryżowa (.) 400 ml ( <b>MLE, SEL</b> ) Ziemniaki z koperkiem (.) 200 g (.) Pulpet rybny (Dorsz) 60 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, RYB</b> ) Surówka z kapusty kiszzonej z olejem (.) 75 g (.) Kompotowocowy* z/c 250 ml (.) Brokuł gotowany* 75 g (.)	Krupnik jęczmienny (.) 350 ml ( <b>MLE, SEL, GLU JECZ</b> ) Ziemniaki z koperkiem (.) 200 g (.) Pulpet rybny (Dorsz) 60 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, RYB</b> ) Surówka z kapusty kiszzonej z olejem (.) 75 g (.) Kompotowocowy* z/c 250 ml (.) Brokuł gotowany* 75 g (.)	Krupnik jęczmienny (.) 350 ml ( <b>MLE, SEL, GLU JECZ</b> ) Ziemniaki z koperkiem (.) 200 g (.) Pulpet rybny (Dorsz) 100 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, RYB</b> ) Warzywa po grecku (.) 75 g ( <b>GLU PSZ, SEL</b> ) Kompotowocowy* z/c 250 ml (.) Brokuł gotowany* 75 g (.)
	PD		Jogurt truskawkowy 100 g 1 szt ( <b>MLE</b> )	Chrupki kukurydziane 25 g (.)		Jogurt truskawkowy 100 g 1 szt ( <b>MLE</b> )		Surówka Coleslaw b/c (.) 100 g ( <b>JAJ, MLE, GOR</b> )		Chrupki kukurydziane 25 g (.)	Jogurt truskawkowy 100 g 1 szt ( <b>MLE</b> )
Kolacja	Chleb Graham 30 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Ser żółty 60 g 1 szt (.) Salata zielona 20 g (.) Pomidor 60 g (.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml (.)	Chleb Graham 30 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g (.) Szyunkowa drobowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 60 g (.) Dżem 25 g 1 szt (.) Salata zielona 20 g (.) Pomidor 60 g (.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml (.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Twaróg półtłusty 60 g ( <b>MLE</b> ) Dżem 25 g 1 szt (.) Salata zielona 20 g (.) Pomidor b/skórki 60 g (.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml (.)	Bulka pszenna długa krojona 120 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Twaróg półtłusty 60 g ( <b>MLE</b> ) Dżem 25 g 1 szt (.) Salata zielona 20 g (.) Pomidor b/skórki 60 g (.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml (.)	Bulka pszenna długa krojona 120 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Twaróg półtłusty 60 g ( <b>MLE</b> ) Dżem 25 g 1 szt (.) Salata zielona 20 g (.) Pomidor b/skórki 60 g (.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml (.)	Chleb Graham 60 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Twaróg półtłusty 40 g ( <b>MLE</b> ) Szyunkowa drobowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 60 g (.) Dżem 25 g 1 szt (.) Salata zielona 20 g (.) Pomidor 60 g (.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml (.)	Bulka pszenna długa krojona 120 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Serek homo. naturalny 60 g ( <b>MLE</b> ) Dżem 25 g 1 szt (.) Salata zielona 20 g (.) Pomidor b/skórki 60 g (.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml (.)	Chleb Graham 120 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Ser żółty 60 g ( <b>MLE</b> ) Salata zielona 20 g (.) Pomidor 60 g (.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml (.)	Chleb bezglutenowy 120 g (.) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Twaróg półtłusty 60 g ( <b>MLE</b> ) Dżem 25 g 1 szt (.) Salata zielona 20 g (.) Pomidor 60 g (.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml (.)	Chleb Graham 30 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Dżem 25 g 3 szt (.) Salata zielona 20 g (.) Pomidor 60 g (.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml (.)	Chleb Graham 60 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Twaróg półtłusty 40 g ( <b>MLE</b> ) Szyunkowa drobowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 60 g (.) Dżem 25 g 1 szt (.) Salata zielona 20 g (.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml (.) Pomidor b/skórki 60 g (.)
	PN	Rogal maślany 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE</b> ) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml (.)	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt (.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE</b> ) Schab Krotoszyński wędzonka wieprzowa z dodatkiem wody wędzona parzona 20 g ( <b>SOJ, MLE</b> )		Rogal maślany 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE</b> ) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml (.)		Chleb Graham 30 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE</b> ) Schab Krotoszyński wędzonka wieprzowa z dodatkiem wody wędzona parzona 20 g ( <b>SOJ, MLE</b> )	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt (.)	Jabłko 1 szt 1 szt (.)	Chleb Graham 30 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE</b> ) Schab Krotoszyński wędzonka wieprzowa z dodatkiem wody wędzona parzona 20 g ( <b>SOJ, MLE</b> )
	E: 2318.43 kcal; B: 77.19 g; T: 79.44 g; Kw. tł. nasy.: 35.50 g; W: 337.16 g; W tym cukry: 71.37 g; Bl.: 25.93 g; Sol: 7.53 g;	E: 2572.35 kcal; B: 83.34 g; T: 88.55 g; Kw. tł. nasy.: 38.99 g; W: 373.31 g; W tym cukry: 68.15 g; Bl.: 23.59 g; Sol: 7.35 g;	E: 2207.78 kcal; B: 68.50 g; T: 67.87 g; Kw. tł. nasy.: 13.00 g; W: 345.26 g; W tym cukry: 55.10 g; Bl.: 27.83 g; Sol: 8.33 g;	E: 2085.34 kcal; B: 72.66 g; T: 57.25 g; Kw. tł. nasy.: 27.84 g; W: 332.95 g; W tym cukry: 72.81 g; Bl.: 27.53 g; Sol: 7.05 g;	E: 2411.85 kcal; B: 83.91 g; T: 64.72 g; Kw. tł. nasy.: 28.14 g; W: 383.65 g; W tym cukry: 74.56 g; Bl.: 19.00 g; Sol: 4.50 g;	E: 2658.56 kcal; B: 115.78 g; T: 73.05 g; Kw. tł. nasy.: 28.13 g; W: 399.56 g; W tym cukry: 86.99 g; Bl.: 31.94 g; Sol: 10.24 g;	E: 2318.67 kcal; B: 79.94 g; T: 62.70 g; Kw. tł. nasy.: 26.23 g; W: 368.35 g; W tym cukry: 72.42 g; Bl.: 17.83 g; Sol: 4.36 g;	E: 2005.10 kcal; B: 84.07 g; T: 77.58 g; Kw. tł. nasy.: 37.88 g; W: 261.90 g; W tym cukry: 29.19 g; Bl.: 34.51 g; Sol: 7.65 g;	E: 2034.49 kcal; B: 54.17 g; T: 63.39 g; Kw. tł. nasy.: 23.61 g; W: 317.31 g; W tym cukry: 61.60 g; Bl.: 17.12 g; Sol: 3.18 g;	E: 2303.82 kcal; B: 64.59 g; T: 61.09 g; Kw. tł. nasy.: 26.01 g; W: 390.65 g; W tym cukry: 96.61 g; Bl.: 30.38 g; Sol: 6.17 g;	E: 2693.55 kcal; B: 115.01 g; T: 73.59 g; Kw. tł. nasy.: 32.21 g; W: 410.35 g; W tym cukry: 79.70 g; Bl.: 33.99 g; Sol: 10.70 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	
2024-01-20 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> ) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 60 g ( <u>może zawierać: MLE, GOR.</u> ) Ogórek kiszony 70 g (.) Mix sałat 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> ) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 60 g ( <u>może zawierać: MLE, GOR.</u> ) Ogórek kiszony 70 g (.) Mix sałat 10 g (.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml (.) Galaretko 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> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g (.) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 60 g ( <u>SOJ.</u> ) Ogórek kiszony 70 g (.) Mix sałat 10 g (.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml (.) Galaretko 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> ) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 60 g ( <u>może zawierać: MLE, GOR.</u> ) Pomidor b/skórki 70 g (.) Mix sałat 10 g (.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml (.) Galaretko o smaku truskawkowym 150 g (.)	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 ( <u>może zawierać: MLE, GOR.</u> ) Paszetki z soczewicy (.) 40 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> ) Pomidor 70 g (.) Mix sałat 10 g (.) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> ) Serek homo naturalny 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 ( <u>może zawierać: MLE, GOR.</u> ) Paszetki z soczewicy (.) 40 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> ) Pomidor 70 g (.) Mix sałat 10 g (.) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> ) Serek homo naturalny 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 ( <u>może zawierać: MLE, GOR.</u> ) Salata zielona 10 g (.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml (.) Mix sałat 10 g (.) Galaretko o smaku truskawkowym 150 g (.)	Chleb Graham 120 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 60 g ( <u>może zawierać: MLE, GOR.</u> ) Ogórek kiszony 70 g (.) Mix sałat 10 g (.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml (.) Galaretko o smaku truskawkowym 150 g (.)	Chleb bezglutenowy 120 g (.) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 60 g ( <u>może zawierać: MLE, GOR.</u> ) Ogórek kiszony 70 g (.) Mix sałat 10 g (.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml (.) Galaretko 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> ) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 60 g ( <u>może zawierać: MLE, GOR.</u> ) Paszetki z soczewicy (.) 40 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> ) Pomidor 70 g (.) Mix sałat 10 g (.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml (.) Galaretko 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> ) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 60 g ( <u>może zawierać: MLE, GOR.</u> ) Paszetki z soczewicy (.) 40 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> ) Pomidor 70 g (.) Mix sałat 10 g (.) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> ) Galaretko o smaku truskawkowym 150 g (.)
		II SN									Serek homo naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE</u> )	
2024-01-20 sobota	Obiad	Koperkowa z ziemniakami (.) 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Ryz na sypko 200 g (.) Kociołek meksykański z kurczakiem i fasolą 150 g ( <u>SEL.</u> ) Salatka z buraczków i jabłka z olejem (.) 75 g (.) Marchew gotowana z olejem (.) 75 g (.) Kompotowocowy* z/c 250 ml (.)	Koperkowa z ziemniakami (.) 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Ryz na sypko 200 g (.) Kociołek meksykański z kurczakiem i fasolą 150 g ( <u>SEL.</u> ) Salatka z buraczków i jabłka z olejem (.) 50 g (.) Marchew gotowana z olejem (.) 50 g (.) Kompotowocowy* z/c 250 ml (.)	Koperkowa z ziemniakami (bez mlek) (.) 350 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Ryz na sypko 200 g (.) Kociołek meksykański z kurczakiem i fasolą 150 g ( <u>SEL.</u> ) Salatka z buraczków i jabłka z olejem (.) 75 g (.) Marchew gotowana z olejem (.) 75 g (.) Kompotowocowy* z/c 250 ml (.)	Koperkowa z ziemniakami (.) 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Ryz na sypko 200 g (.) Potrawka drobiowa (.) 150 g ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Buraczki oprószone (.) 75 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Marchew gotowana z olejem (.) 75 g (.) Kompotowocowy* z/c 250 ml (.)	Koperkowa z ziemniakami (.) 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Ryz na sypko 200 g (.) Potrawka drobiowa (.) 150 g ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Buraczki oprószone (.) 50 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Marchew gotowana z olejem (.) 50 g (.) Kompotowocowy* z/c 250 ml (.)	Koperkowa z ziemniakami (.) 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Ryz na sypko 200 g (.) Potrawka drobiowa (.) 150 g ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Mięso drobiowe gotowane z udzka kurczaka 80 g (.) Buraczki oprószone (.) 75 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Marchew gotowana z olejem (.) 75 g (.) Kompotowocowy* z/c 250 ml (.)	Koperkowa z ziemniakami (.) 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Ryz na sypko 200 g (.) Potrawka drobiowa (.) 150 g ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Buraczki oprószone (.) 50 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Marchew gotowana z olejem (.) 50 g (.) Kompotowocowy* z/c 250 ml (.)	Koperkowa z ziemniakami (.) 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Ryz na sypko (brązowy) 200 g (.) Kociołek meksykański z kurczakiem i fasolą 150 g ( <u>SEL.</u> ) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem (.) 75 g (.) Salatka z buraczków i jabłka z olejem (.) 75 g (.) Kompotowocowy* b/c 250 ml (.)	Koperkowa z ziemniakami (bez glutenu) (.) 350 ml ( <u>MLE, SEL.</u> ) Ryz na sypko 200 g (.) Kociołek meksykański z kurczakiem i fasolą 150 g ( <u>SEL.</u> ) Marchew gotowana z olejem (.) 75 g (.) Kompotowocowy* z/c 250 ml (.)	Koperkowa z ziemniakami (.) 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Ryz na sypko 200 g (.) Potrawka drobiowa (.) 150 g ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Mięso drobiowe gotowane z udzka kurczaka 80 g (.) Buraczki oprószone (.) 75 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Marchew gotowana z olejem (.) 75 g (.) Kompotowocowy* z/c 250 ml (.)	
		PD		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> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> )	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt (.)		Jabłko 1 szt 1 szt (.)		jogurt naturalny 100g 1 szt ( <u>MLE</u> )
2024-01-20 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 cielęciną homogenizowane, wędzone, parzone 80 g (.) Ketchup 15g saszetka 1 szt (.) 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> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g (.) Szynka dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 60 g (.) Szynka dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 60 g (.) Ketchup 15g saszetka 1 szt (.) 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 (.) Szynka dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 60 g (.) Szynka dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 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> ) Szynka dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 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 dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 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> ) Parówki drobiowe z cielęciną homogenizowane, wędzone, parzone 80 g (.) Pomidor 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 dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 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 dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 60 g (.) Salata zielona 20 g (.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml (.)	Chleb bezglutenowy 120 g (.) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Szynka dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 60 g (.) Ketchup 15g saszetka 1 szt (.) 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> ) Parówki drobiowe z cielęciną homogenizowane, wędzone, parzone 80 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> ) Parówki drobiowe z cielęciną homogenizowane, wędzone, parzone 80 g (.) Pomidor 60 g (.) Ketchup 15g saszetka 1 szt (.) Salata zielona 20 g (.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml (.)
		PN	Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt (.)			Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE</u> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</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> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</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> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> )
		E: 2046.29 kcal; B: 65.49 g; T: 58.51 g; Kw. tł. nasy.: 19.00 g; W: 309.39 g; W tym cukry: 44.46 g; Bł.: 27.57 g; Sól: 9.32 g;	E: 2150.92 kcal; B: 66.83 g; T: 56.96 g; Kw. tł. nasy.: 18.87 g; W: 337.29 g; W tym cukry: 55.18 g; Bł.: 28.01 g; Sól: 9.11 g;	E: 2002.98 kcal; B: 66.54 g; T: 46.12 g; Kw. tł. nasy.: 9.84 g; W: 345.50 g; W tym cukry: 57.39 g; Bł.: 29.79 g; Sól: 9.92 g;	E: 2060.47 kcal; B: 78.89 g; T: 56.03 g; Kw. tł. nasy.: 24.20 g; W: 321.53 g; W tym cukry: 47.74 g; Bł.: 25.85 g; Sól: 8.74 g;	E: 2083.51 kcal; B: 79.18 g; T: 46.86 g; Kw. tł. nasy.: 19.78 g; W: 386.05 g; W tym cukry: 60.89 g; Bł.: 23.47 g; Sól: 6.30 g;	E: 3112.70 kcal; B: 151.24 g; T: 106.28 g; Kw. tł. nasy.: 40.05 g; W: 378.05 g; W tym cukry: 56.31 g; Bł.: 35.69 g; Sól: 10.97 g;	E: 2071.80 kcal; B: 78.71 g; T: 46.73 g; Kw. tł. nasy.: 19.74 g; W: 278.46 g; W tym cukry: 58.98 g; Bł.: 22.78 g; Sól: 6.29 g;	E: 2025.46 kcal; B: 90.14 g; T: 66.90 g; Kw. tł. nasy.: 24.13 g; W: 278.46 g; W tym cukry: 29.86 g; Bł.: 37.47 g; Sól: 8.79 g;	E: 2044.47 kcal; B: 51.85 g; T: 58.26 g; Kw. tł. nasy.: 18.73 g; W: 333.71 g; W tym cukry: 57.50 g; Bł.: 20.35 g; Sól: 5.85 g;	E: 2464.30 kcal; B: 91.73 g; T: 69.15 g; Kw. tł. nasy.: 31.32 g; W: 403.79 g; W tym cukry: 60.10 g; Bł.: 43.74 g; Sól: 6.37 g;	E: 3126.00 kcal; B: 144.57 g; T: 104.18 g; Kw. tł. nasy.: 41.24 g; W: 403.79 g; W tym cukry: 60.51 g; Bł.: 33.99 g; Sól: 11.38 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 ( <b>GLU PSZ</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Serek homo. naturalny 60 g ( <b>MLE</b> ) Jabłko 1 szt 1 szt (.) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</b> ) Salata lodowa 20 g (.)	Chleb Graham 30 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Serek homo. naturalny 60 g ( <b>MLE</b> ) Salata lodowa 20 g (.) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</b> ) Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml (.) Jabłko 1 szt 1 szt (.)	Chleb Graham 30 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g (.) Szynka gotowana wieprzowa wędzona parzona, zawiera wodę dodaną, w siałce niejadalnej 60 g ( <b>GLU PSZ, SOJ</b> ) Jabłko 1 szt 1 szt (.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml (.) Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml (.) Salata lodowa 20 g (.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Serek homo. naturalny 60 g ( <b>MLE</b> ) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt (.) Dżem 20 g (.) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</b> ) Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml (.) Salata lodowa 20 g (.) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt (.)	Bulka pszenna długa krojona 120 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Serek homo. naturalny 60 g ( <b>MLE</b> ) Dżem 20 g (.) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</b> ) Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml (.) Salata lodowa 20 g (.) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt (.)	Chleb Graham 60 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Serek homo. naturalny 40 g ( <b>MLE</b> ) Szynka gotowana wieprzowa wędzona parzona, zawiera wodę dodaną, w siałce niejadalnej 60 g ( <b>GLU PSZ, SOJ</b> ) Jabłko 1 szt 1 szt (.) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</b> ) Budyń o smaku śmietankowym z/c 150 ml ( <b>MLE</b> ) Salata lodowa 20 g (.)	Bulka pszenna długa krojona 120 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Serek homo. naturalny 60 g ( <b>MLE</b> ) Dżem 20 g (.) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</b> ) Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml (.) Salata lodowa 20 g (.) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt (.)	Chleb Graham 120 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml (.) Serek homo. naturalny 60 g ( <b>MLE</b> ) Jabłko 1 szt 1 szt (.) Salata lodowa 20 g (.)	Chleb bezglutenowy 120 g (.) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Serek homo. naturalny 60 g ( <b>MLE</b> ) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml (.) Wafle ryżowe 30 g (.) Salata lodowa 20 g (.)	Chleb Graham 30 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Serek homo. naturalny 60 g ( <b>MLE</b> ) Dżem 20 g (.) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</b> ) Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml (.) Salata lodowa 20 g (.) Jabłko 1 szt 1 szt (.)	Chleb Graham 60 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Serek homo. naturalny 40 g ( <b>MLE</b> ) Szynka gotowana wieprzowa wędzona parzona, zawiera wodę dodaną, w siałce niejadalnej 60 g ( <b>GLU PSZ, SOJ</b> ) Dżem 20 g (.) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</b> ) Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml ( <b>MLE</b> ) Salata lodowa 20 g (.) Jabłko 1 szt 1 szt (.)	
	II SN										Sok pomidorowy 0,3l 1 szt (.)	
Obiad	Marchewkowa z zacierką (.) 350 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL</b> ) Ziemniaki z koperkiem (.) 200 g (.) Kotlet schabowy 60 g ( <b>GLU PSZ, JAJ</b> ) Surówka wielowarzywna z olejem (.) 75 g ( <b>SEL</b> ) Kompotowocowy* z/c 250 ml (.)	Marchewkowa z zacierką (.) 300 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL</b> ) Ziemniaki z koperkiem (.) 200 g (.) Kotlet schabowy 60 g ( <b>GLU PSZ, JAJ</b> ) Surówka wielowarzywna z olejem (.) 50 g ( <b>SEL</b> ) Kompotowocowy* z/c 250 ml (.) Bukiet jarzyn gotowany z olejem (.) 50 g ( <b>SEL</b> )	Marchewkowa z zacierką (.) 350 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL</b> ) Ziemniaki z koperkiem (.) 200 g (.) Kotlet schabowy 60 g ( <b>GLU PSZ, JAJ</b> ) Sznypak gotowany z olejem* 75 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Kompotowocowy* z/c 250 ml (.) Bukiet jarzyn gotowany z olejem (.) 75 g ( <b>SEL</b> )	Marchewkowa z zacierką (.) 350 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL</b> ) Ziemniaki z koperkiem (.) 200 g (.) Bitka schabowa 60 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Sos własny (.) 100 ml ( <b>GLU PSZ, SEL</b> ) Sznypak gotowany z olejem* 75 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Kompotowocowy* z/c 250 ml (.) Bukiet jarzyn gotowany z olejem (.) 50 g ( <b>SEL</b> )	Marchewkowa z zacierką (.) 300 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL</b> ) Ziemniaki z koperkiem (.) 200 g (.) Kotlet schabowy 60 g ( <b>GLU PSZ, JAJ</b> ) Bitka schabowa 60 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Sznypak gotowany z olejem* 50 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Kompotowocowy* z/c 250 ml (.) Sos własny (.) 100 ml ( <b>GLU PSZ, SEL</b> ) Sznypak gotowany z olejem* 75 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Kompotowocowy* z/c 250 ml (.) Bukiet jarzyn gotowany z olejem (.) 50 g ( <b>SEL</b> )	Marchewkowa z zacierką (.) 350 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL</b> ) Ziemniaki z koperkiem (.) 200 g (.) Kotlet schabowy 60 g ( <b>GLU PSZ, JAJ</b> ) Bitka schabowa 60 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Sos własny (.) 100 ml ( <b>GLU PSZ, SEL</b> ) Sznypak gotowany z olejem* 75 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Kompotowocowy* z/c 250 ml (.) Bukiet jarzyn gotowany z olejem (.) 50 g ( <b>SEL</b> )	Marchewkowa z zacierką (.) 300 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL</b> ) Ziemniaki z koperkiem (.) 150 g (.) Kotlet schabowy 60 g ( <b>GLU PSZ, JAJ</b> ) Zrazik wieprzowy gotowany mielony 60 g ( <b>GLU PSZ, JAJ</b> ) Sznypak gotowany z olejem* 50 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Kompotowocowy* z/c 250 ml (.) Sos własny (.) 100 ml ( <b>GLU PSZ, SEL</b> ) Bukiet jarzyn gotowany z olejem (.) 50 g ( <b>SEL</b> )	Marchewkowa z zacierką (.) 350 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL</b> ) Ziemniaki z koperkiem (.) 200 g (.) Bitka schabowa 60 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Surówka wielowarzywna z olejem b/c (.) 75 g ( <b>SEL</b> ) Kompotowocowy* b/c 250 ml (.) Salatka szwedzka b/c (.) 75 g ( <b>GOR</b> )	Marchewkowa z makaronem (.) (bigluteny) 350 g ( <b>MLE, SEL, SEL</b> ) Ziemniaki z koperkiem (.) 200 g (.) Bitka schabowa (bez glutenu) 60 g (.) Sos własny (bez glutenu) 100 ml (.) Sznypak gotowany z olejem (bez glutenu)* 75 g (.) Kompotowocowy* z/c 250 ml (.) Bukiet jarzyn gotowany z olejem (.) 75 g ( <b>SEL</b> )	Marchewkowa z zacierką (.) 350 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL</b> ) Ziemniaki z koperkiem (.) 200 g (.) Bitka schabowa 100 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Sos własny (.) 100 ml ( <b>GLU PSZ, SEL</b> ) Sznypak gotowany z olejem* 75 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Kompotowocowy* z/c 250 ml (.) Bukiet jarzyn gotowany z olejem (.) 75 g ( <b>SEL</b> )	Marchewkowa z zacierką (.) 350 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL</b> ) Ziemniaki z koperkiem (.) 200 g (.) Bitka schabowa 100 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Sos własny (.) 100 ml ( <b>GLU PSZ, SEL</b> ) Sznypak gotowany z olejem* 75 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Kompotowocowy* z/c 250 ml (.) Bukiet jarzyn gotowany z olejem (.) 75 g ( <b>SEL</b> )	
	PD	Jogurt truskawkowy 100 g 1 szt ( <b>MLE</b> )	Jogurt truskawkowy 100 g 1 szt ( <b>MLE</b> )	Chrupki kukurydziane 25 g (.)		Jogurt truskawkowy 100 g 1 szt ( <b>MLE</b> )	Jogurt naturalny 100g 1 szt ( <b>MLE</b> )	Jogurt truskawkowy 100 g 1 szt ( <b>MLE</b> )	Jogurt truskawkowy 100 g 1 szt ( <b>MLE</b> )	Jogurt truskawkowy 100 g 1 szt ( <b>MLE</b> )	Jogurt truskawkowy 100 g 1 szt ( <b>MLE</b> )	
Kolacja	Chleb Graham 30 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Kielbasa Żywiecka wieprzowa grubo rozdrobniona wędzona parzona z dodatkiem białka wieprzowego 60 g ( <b>SOJ, MLE</b> ) Rzodkiew biała 60 g (.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml (.) Salata zielona 20 g (.)	Chleb Graham 30 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Serek homo. naturalny 60 g (.) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 60 g (.) Rzodkiew biała 60 g (.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml (.) Salata zielona 20 g (.)	Chleb Graham 30 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g (.) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 60 g (.) Rzodkiew biała 60 g (.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml (.) Salata zielona 20 g (.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Baton szynkowy z kurcząt 60 g ( <b>może zawierać: GLU, PSZ, MLE, GOR</b> ) Pomidor b/skórki 60 g (.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml (.) Salata zielona 20 g (.)	Bulka pszenna długa krojona 120 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Baton szynkowy z kurcząt 60 g ( <b>może zawierać: GLU, PSZ, MLE, GOR</b> ) Pomidor b/skórki 60 g (.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml (.) Salata zielona 20 g (.)	Chleb Graham 60 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Baton szynkowy z kurcząt 60 g ( <b>może zawierać: GLU, PSZ, MLE, GOR</b> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ</b> ) Pomidor 60 g (.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml (.) Salata zielona 20 g (.)	Chleb Graham 60 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Baton szynkowy z kurcząt 60 g ( <b>może zawierać: GLU, PSZ, MLE, GOR</b> ) Pomidor 60 g (.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml (.) Salata zielona 20 g (.)	Chleb Graham 120 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Kielbasa Żywiecka wieprzowa grubo rozdrobniona wędzona parzona z dodatkiem białka wieprzowego 60 g ( <b>SOJ, MLE</b> ) Rzodkiew biała 60 g (.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml (.) Salata zielona 20 g (.)	Chleb bezglutenowy 120 g (.) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 60 g (.) Rzodkiew biała 60 g (.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml (.) Salata zielona 20 g (.)	Chleb Graham 30 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ</b> ) Pomidor 60 g (.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml (.) Salata zielona 20 g (.)	Chleb Graham 60 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Baton szynkowy z kurcząt 60 g ( <b>może zawierać: GLU, PSZ, MLE, GOR</b> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ</b> ) Pomidor 60 g (.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml (.) Salata zielona 20 g (.)	Chleb Graham 60 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Baton szynkowy z kurcząt 60 g ( <b>może zawierać: GLU, PSZ, MLE, GOR</b> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ</b> ) Pomidor 60 g (.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml (.) Salata zielona 20 g (.)
	PN	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt (.)	Sok pomarańczowy 0,2L-kartonik 1 szt (.)	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt (.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE</b> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ</b> )	Sok pomarańczowy 0,2L-kartonik 1 szt (.)	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt (.)	Sok pomarańczowy 0,2L-kartonik 1 szt (.)	Chleb Graham 30 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE</b> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ</b> )	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt (.)		Chleb Graham 30 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE</b> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ</b> )
	E: 1952.11 kcal; B: 69.20 g; T: 55.55 g; Kw. tł. nasy.: 22.96 g; W: 307.21 g; W tym cukry: 62.76 g; Bl.: 29.22 g; Sól: 7.17 g;	E: 2237.18 kcal; B: 72.28 g; T: 59.16 g; Kw. tł. nasy.: 23.82 g; W: 366.45 g; W tym cukry: 111.71 g; Bl.: 30.83 g; Sól: 6.69 g;	E: 2106.71 kcal; B: 71.21 g; T: 54.85 g; Kw. tł. nasy.: 12.37 g; W: 348.59 g; W tym cukry: 78.64 g; Bl.: 34.30 g; Sól: 9.12 g;	E: 2217.13 kcal; B: 81.97 g; T: 61.69 g; Kw. tł. nasy.: 26.96 g; W: 328.27 g; W tym cukry: 63.33 g; Bl.: 29.76 g; Sól: 7.83 g;	E: 2348.31 kcal; B: 82.84 g; T: 61.69 g; Kw. tł. nasy.: 23.27 g; W: 375.69 g; W tym cukry: 119.09 g; Bl.: 23.09 g; Sól: 5.53 g;	E: 2739.17 kcal; B: 117.61 g; T: 86.24 g; Kw. tł. nasy.: 29.50 g; W: 389.08 g; W tym cukry: 88.01 g; Bl.: 34.81 g; Sól: 10.53 g;	E: 2250.20 kcal; B: 75.28 g; T: 59.34 g; Kw. tł. nasy.: 23.50 g; W: 363.25 g; W tym cukry: 119.03 g; Bl.: 22.02 g; Sól: 5.27 g;	E: 1925.89 kcal; B: 87.71 g; T: 63.54 g; Kw. tł. nasy.: 26.90 g; W: 269.03 g; W tym cukry: 35.06 g; Bl.: 35.76 g; Sól: 8.15 g;	E: 2067.51 kcal; B: 61.74 g; T: 64.24 g; Kw. tł. nasy.: 21.58 g; W: 318.49 g; W tym cukry: 62.18 g; Bl.: 23.43 g; Sól: 4.16 g;	E: 2824.54 kcal; B: 85.94 g; T: 87.59 g; Kw. tł. nasy.: 28.04 g; W: 438.80 g; W tym cukry: 110.24 g; Bl.: 33.89 g; Sól: 6.20 g;	E: 2832.28 kcal; B: 124.09 g; T: 89.75 g; Kw. tł. nasy.: 33.28 g; W: 399.10 g; W tym cukry: 95.51 g; Bl.: 35.92 g; Sól: 10.37 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,