

Jadłospisy za okres od dnia 2024-04-02 do dnia 2024-04-14 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
Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Pasta z ryby gotowanej (miruna) i warzyw () 30 g (RYB, SEL) Filet zapiekany drobiowy 60 g (MLE) Papryka konserwowa 70 g Mix sałat 10 g Kawa zbożowa z młkiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ) Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ)	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Pasta z ryby gotowanej (miruna) i warzyw () 30 g (RYB, SEL) Filet zapiekany drobiowy 60 g (MLE) Papryka konserwowa 70 g Mix sałat 10 g Kawa zbożowa z młkiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ) Budyń o smaku czekoladowym z/c 150 ml (MLE) Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ)	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Filet zapiekany drobiowy 60 g (MLE) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Mix sałat 10 g Kawa zbożowa z młkiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ) Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ)	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Filet zapiekany drobiowy 60 g (MLE) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Mix sałat 10 g Kawa zbożowa z młkiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ) Budyń o smaku czekoladowym z/c 150 ml (MLE) Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ)	Bułka pszenna długa krojona 70 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 15 g (MLE) Filet zapiekany drobiowy 60 g (MLE) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Mix sałat 10 g Kawa zbożowa z młkiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ) Budyń o smaku czekoladowym z/c 150 ml (MLE) Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Pasta z ryby gotowanej (miruna) i warzyw () 60 g (RYB, SEL) Filet zapiekany drobiowy 60 g (MLE) Mix sałat 10 g Jabłko 1 szt 1 szt Kawa zbożowa z młkiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ) Budyń o smaku czekoladowym z/c 150 ml (MLE) Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ)	Bułka pszenna długa krojona 70 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 15 g (MLE) Filet zapiekany drobiowy 60 g (MLE) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Mix sałat 10 g Kawa zbożowa z młkiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ) Budyń o smaku czekoladowym z/c 150 ml (MLE) Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ)	Chleb Graham 120 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 15 g (MLE) Pasta z ryby gotowanej (miruna) i warzyw () 30 g (RYB, SEL) Filet zapiekany drobiowy 60 g (MLE) Mix sałat 10 g Kawa zbożowa z młkiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ) Budyń o smaku czekoladowym z/c 150 ml (MLE) Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ)	Chleb bezglutenowy 120 g (MLE) Masło extra 82% 15 g (MLE) Pasta z ryby gotowanej (miruna) i warzyw () 30 g (RYB, SEL) Filet zapiekany drobiowy 60 g (MLE) Mix sałat 10 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Mix sałat 10 g Chrupki kukurydziane 25 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Pasta z ryby gotowanej (miruna) i warzyw () 60 g (RYB, SEL) Jabłko 1 szt 1 szt Kawa zbożowa z młkiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ) Budyń o smaku czekoladowym z/c 150 ml (MLE) Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Pasta z ryby gotowanej (miruna) i warzyw () 60 g (RYB, SEL) Filet zapiekany drobiowy 60 g (MLE) Jabłko 1 szt 1 szt Kawa zbożowa z młkiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ) Budyń o smaku czekoladowym z/c 150 ml (MLE) Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ)
	II SN	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt									
Obiad	Brokulowa z ryżem () 350 ml (MLE, SEL) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Kotlet z jaj-pieczony 60 g (GLU PSZ, JAJ) Sos chrzanowy 100 ml (GLU PSZ, MLE, SOJ) Surówka z marchwi i jabłka z olejem () 75 g Cukinia pieczona z olejem * 75 g Kompotowocowy* z/c 250 ml	Brokulowa z ryżem () 350 ml (MLE, SEL) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Kotlet z jaj-pieczony 60 g (GLU PSZ, JAJ) Sos koperkowy* 100 ml (GLU PSZ, MLE) Surówka z marchwi i jabłka z olejem () 50 g Cukinia pieczona z olejem * 50 g Kompotowocowy* z/c 250 ml	Brokulowa z ryżem (bez mleka) () 350 ml (SEL) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Kotlet z jaj-pieczony 60 g (GLU PSZ, JAJ) Sos koperkowy* (bez mleka) 100 ml (GLU PSZ) Surówka z marchwi i jabłka z olejem () 75 g Cukinia pieczona z olejem * 75 g Kompotowocowy* z/c 250 ml	Brokulowa z ryżem () 350 ml (MLE, SEL) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Kotlet z jaj-pieczony 60 g (GLU PSZ, JAJ) Sos koperkowy* 100 ml (GLU PSZ, MLE) Marchew gotowana z olejem () 50 g Cukinia pieczona z olejem * 75 g Kompotowocowy* z/c 250 ml	Brokulowa z ryżem () 350 ml (MLE, SEL) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Kotlet z jaj-pieczony 60 g (GLU PSZ, JAJ) Sos koperkowy* 100 ml (GLU PSZ, MLE) Marchew gotowana z olejem () 50 g Cukinia pieczona z olejem * 75 g Kompotowocowy* z/c 250 ml	Brokulowa z ryżem () 350 ml (MLE, SEL) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Kotlet z jaj-pieczony 60 g (GLU PSZ, JAJ) Pulpet drobiowy 60 g (GLU PSZ, JAJ) Sos koperkowy* 100 ml (GLU PSZ, MLE) Surówka z marchwi i jabłka z olejem () 75 g Cukinia pieczona z olejem * 75 g Kompotowocowy* z/c 250 ml	Brokulowa z ryżem () 350 ml (MLE, SEL) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Kotlet z jaj-pieczony 60 g (GLU PSZ, JAJ) Sos koperkowy* 100 ml (GLU PSZ, MLE) Marchew gotowana z olejem () 50 g Cukinia pieczona z olejem * 50 g Kompotowocowy* z/c 250 ml	Brokulowa z ryżem () 400 ml (MLE, SEL) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Kotlet z jaj-pieczony 60 g (GLU PSZ, JAJ) Sos koperkowy* 100 ml (GLU PSZ, MLE) Marchew gotowana z olejem () 50 g Cukinia pieczona z olejem * 75 g Kompotowocowy* z/c 250 ml	Brokulowa z ryżem () 350 ml (MLE, SEL) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Pulpet drobiowy (bez glutenu) 60 g (JAJ) Sos koperkowy* (bez glutenu) 100 ml (MLE) Surówka z marchwi i jabłka z olejem () 75 g Cukinia pieczona z olejem * 75 g Kompotowocowy* z/c 250 ml	Brokulowa z ryżem () 350 ml (MLE, SEL) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Kotlet z jaj-pieczony 60 g (GLU PSZ, JAJ) Sos koperkowy* 100 ml (GLU PSZ, MLE) Surówka z marchwi i jabłka z olejem () 75 g Cukinia pieczona z olejem * 75 g Kompotowocowy* z/c 250 ml	Brokulowa z ryżem () 350 ml (MLE, SEL) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Kotlet z jaj-pieczony 60 g (GLU PSZ, JAJ) Pulpet drobiowy 60 g (GLU PSZ, JAJ) Sos koperkowy* 100 ml (GLU PSZ, MLE) Surówka z marchwi i jabłka z olejem () 75 g Cukinia pieczona z olejem * 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 (MLE)	Sok pomarańczowy 0,2L-kartonik 1 szt	Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE)	Sok pomarańczowy 0,2L-kartonik 1 szt	
Kolacja	Chleb Graham 30 g (GLU PSZ) Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Kurczak gotowany produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony 60 g Pomidor 60 g Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb Graham 30 g (GLU PSZ) Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Kurczak gotowany produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony 60 g Pomidor 60 g Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Kurczak gotowany produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony 60 g Pomidor b/skórki 60 g Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Bułka pszenma długa krojona 120 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 15 g (MLE) Kurczak gotowany produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony 60 g Pomidor b/skórki 60 g Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb Graham 60 g (GLU PSZ) Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Kurczak gotowany produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony 60 g Twaróg półtłusty 40 g (MLE) Pomidor 60 g Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Bułka pszenma długa krojona 120 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 15 g (MLE) Kurczak gotowany produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony 60 g Pomidor 60 g Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb Graham 120 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 15 g (MLE) Kurczak gotowany produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony 60 g Pomidor 60 g Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 120 g (MLE) Masło extra 82% 15 g (MLE) Kurczak gotowany produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony 60 g Pomidor b/skórki 60 g Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb Graham 60 g (GLU PSZ) Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Twaróg półtłusty 60 g (MLE) Pomidor 60 g Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb Graham 60 g (GLU PSZ) Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Twaróg półtłusty 60 g (MLE) Pomidor 60 g Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	
	PN	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (MLE)	Mus- przecier owocowy jablko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (MLE)				Chleb Graham 30 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 5 g (MLE) Szynka zielonogórska- wp. parzona 20 g (SOJ) Salata zielona 5 g	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (MLE)	Chleb Graham 30 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 5 g (MLE) Szynka zielonogórska- wp. parzona 20 g (SOJ) Salata zielona 5 g	Chleb Graham 30 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 5 g (MLE) Szynka zielonogórska- wp. parzona 20 g (SOJ) Salata zielona 5 g
	Wartość energetyczna: 2042,36 kcal; Białko ogółem: 81,12 g; Tłuszcz: 64,18 g; Kw. tł. nasy.: 26,66 g; Weglowodany ogółem: 295,29 g; W tym cukry: 53,18 g; Błonnik pok.: 23,77 g; Sól: 8,37 g;	Wartość energetyczna: 2222,60 kcal; Białko ogółem: 87,12 g; Tłuszcz: 65,07 g; Kw. tł. nasy.: 13,01 g; Weglowodany ogółem: 330,43 g; W tym cukry: 84,19 g; Błonnik pok.: 22,54 g; Sól: 8,44 g;	Wartość energetyczna: 2159,67 kcal; Białko ogółem: 68,93 g; Tłuszcz: 54,96 g; Kw. tł. nasy.: 28,43 g; Weglowodany ogółem: 358,85 g; W tym cukry: 113,26 g; Błonnik pok.: 26,21 g; Sól: 8,36 g;	Wartość energetyczna: 2047,43 kcal; Białko ogółem: 74,48 g; Tłuszcz: 61,58 g; Kw. tł. nasy.: 26,43 g; Weglowodany ogółem: 309,40 g; W tym cukry: 99,64 g; Błonnik pok.: 24,54 g; Sól: 7,82 g;	Wartość energetyczna: 2271,04 kcal; Białko ogółem: 85,60 g; Tłuszcz: 63,28 g; Kw. tł. nasy.: 32,46 g; Weglowodany ogółem: 347,49 g; W tym cukry: 99,64 g; Błonnik pok.: 20,12 g; Sól: 6,64 g;	Wartość energetyczna: 2656,65 kcal; Białko ogółem: 120,73 g; Tłuszcz: 80,49 g; Kw. tł. nasy.: 28,26 g; Weglowodany ogółem: 374,85 g; W tym cukry: 87,81 g; Błonnik pok.: 29,43 g; Sól: 9,54 g;	Wartość energetyczna: 2271,04 kcal; Białko ogółem: 85,60 g; Tłuszcz: 63,28 g; Kw. tł. nasy.: 32,46 g; Weglowodany ogółem: 347,49 g; W tym cukry: 99,64 g; Błonnik pok.: 20,12 g; Sól: 6,64 g;	Wartość energetyczna: 2256,79 kcal; Białko ogółem: 85,14 g; Tłuszcz: 63,08 g; Kw. tł. nasy.: 27,29 g; Weglowodany ogółem: 344,65 g; W tym cukry: 99,33 g; Błonnik pok.: 19,77 g; Sól: 6,57 g;	Wartość energetyczna: 1961,63 kcal; Białko ogółem: 90,04 g; Tłuszcz: 66,89 g; Kw. tł. nasy.: 23,28 g; Weglowodany ogółem: 266,26 g; W tym cukry: 19,88 g; Błonnik pok.: 32,90 g; Sól: 9,70 g;	Wartość energetyczna: 2017,58 kcal; Białko ogółem: 69,94 g; Tłuszcz: 63,15 g; Kw. tł. nasy.: 29,30 g; Weglowodany ogółem: 296,77 g; W tym cukry: 65,82 g; Błonnik pok.: 16,58 g; Sól: 4,55 g;	Wartość energetyczna: 2374,21 kcal; Białko ogółem: 80,62 g; Tłuszcz: 69,54 g; Kw. tł. nasy.: 29,30 g; Weglowodany ogółem: 366,64 g; W tym cukry: 104,06 g; Błonnik pok.: 28,13 g; Sól: 6,33 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-04-02 do dnia 2024-04-14 KUCHNIA ŁÓDŹ

	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 mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Pasztet z soczewicy (l) 60 g (GLU PSZ, JAJ.) Ogórek kiszony 70 g Rozszonka 10 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Pasztet z soczewicy (l) 60 g (GLU PSZ, JAJ.) Ogórek kiszony 70 g Rozszonka 10 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Galarełka o smaku truskawkowym 150 g Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g (GLU PSZ, JAJ.) Ogórek kiszony 70 g Rozszonka 10 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Galarełka o smaku truskawkowym 150 g Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Szynka wieśniowa-wieprzowa, wędz. parz. z dod. wody i białka wp. 60 g (SOJ.) Marchew pieczona w słupki (l) 70 g Rozszonka 10 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.)	Bułka pszenna długa krojona 70 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Szynka wieśniowa-wieprzowa, wędz. parz. z dod. wody i białka wp. 60 g (SOJ.) Marchew pieczona w słupki (l) 70 g Rozszonka 10 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Galarełka o smaku truskawkowym 150 g Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Pasztet z soczewicy (l) 60 g (GLU PSZ, JAJ.) Szynka wieśniowa-wieprzowa, wędz. parz. z dod. wody i białka wp. 60 g (SOJ.) Marchew pieczona w słupki (l) 70 g Rozszonka 10 g Kawa zbozowa z młkiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE) Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.)	Bułka pszenna długa krojona 70 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Szynka wieśniowa-wieprzowa, wędz. parz. z dod. wody i białka wp. 60 g (SOJ.) Marchew pieczona w słupki (l) 70 g Rozszonka 10 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Galarełka o smaku truskawkowym 150 g Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.)	Chleb Graham 120 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Pasztet z soczewicy (l) 60 g (GLU PSZ, JAJ.) Ogórek kiszony 70 g Rozszonka 10 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 120 g (MLE) Masło extra 82% 15 g (MLE) Szynka wieśniowa-wieprzowa, wędz. parz. z dod. wody i białka wp. 60 g (SOJ.) Ogórek kiszony 70 g Rozszonka 10 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Galarełka o smaku truskawkowym 150 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Pasztet z soczewicy (l) 60 g (GLU PSZ, JAJ.) Ogórek kiszony 70 g Rozszonka 10 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Galarełka o smaku truskawkowym 150 g Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Pasztet z soczewicy (l) 60 g (GLU PSZ, JAJ.) Szynka wieśniowa-wieprzowa, wędz. parz. z dod. wody i białka wp. 60 g (SOJ.) Marchew pieczona w słupki (l) 70 g Rozszonka 10 g Kawa zbozowa z młkiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE) Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.)
	II SN									Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c (l) 100 g	
Obiad	Grysiwka (l) 350 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane (l) 200 g Kotletmielony drobiowy 60 g (GLU PSZ, JAJ.) Buraczki zasmażane z olejem (l) 75 g (GLU PSZ.) Salatka szwedzka (l) 75 g (GOR.) Kompotowocowy* z/c 250 ml	Grysiwka (l) 350 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane (l) 200 g Kotletmielony drobiowy 60 g (GLU PSZ, JAJ.) Buraczki zasmażane z olejem (l) 75 g (GLU PSZ.) Salatka szwedzka (l) 50 g (GOR.) Kompotowocowy* z/c 250 ml	Grysiwka (l) 350 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane (l) 200 g Kotletmielony drobiowy 60 g (GLU PSZ, JAJ.) Buraczki oprószone (l) 75 g (GLU PSZ.) Salatka szwedzka (l) 75 g (GOR.) Kompotowocowy* z/c 250 ml	Grysiwka (l) 350 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane (l) 200 g Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 60 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos jarzynowy (l) 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Buraczki oprószone (l) 75 g (GLU PSZ.) Kalańfortgotowany* 75 g Kompotowocowy* z/c 250 ml	Grysiwka (l) 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane (l) 200 g Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 60 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos jarzynowy (l) 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Buraczki oprószone (l) 50 g (GLU PSZ.) Kalańfortgotowany* 50 g Kompotowocowy* z/c 250 ml	Grysiwka (l) 350 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane (l) 200 g Kotletmielony drobiowy 60 g (GLU PSZ, JAJ.) Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 60 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos jarzynowy (l) 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Buraczki oprószone (l) 75 g (GLU PSZ.) Kalańfortgotowany* 75 g Kompotowocowy* z/c 250 ml	Grysiwka (l) 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane (l) 150 g Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 60 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos jarzynowy (l) 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Buraczki oprószone (l) 50 g Kalańfortgotowany* 50 g Kompotowocowy* z/c 250 ml	Grysiwka (l) 350 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane (l) 200 g Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 60 g (GLU PSZ, JAJ.) Cwikła z jabłkiem b/c (l) 75 g Salatka szwedzka b/c (l) 75 g (GOR.) Kompotowocowy* b/c 250 ml	Ziemiaczana (bez glutenu) (l) 400 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane (l) 200 g Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony (bez glutenu) 60 g (JAJ.) Sos jarzynowy (bez glutenu) (l) 100 ml (SEL.) Cwikła z jabłkiem (l) 75 g Salatka szwedzka (l) 75 g (GOR.) Kompotowocowy* z/c 250 ml	Grysiwka (l) 350 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane (l) 200 g Kotletmielony drobiowy 60 g (GLU PSZ, JAJ.) Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 60 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos jarzynowy (l) 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Buraczki oprószone (l) 75 g (GLU PSZ.) Kalańfortgotowany* 75 g Kompotowocowy* z/c 250 ml	Grysiwka (l) 350 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane (l) 200 g Kotletmielony drobiowy 60 g (GLU PSZ, JAJ.) Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 60 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos jarzynowy (l) 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Buraczki oprószone (l) 75 g (GLU PSZ.) Kalańfortgotowany* 75 g Kompotowocowy* z/c 250 ml
	PD	Banan 1szt. 1 szt			Banan 1szt. 1 szt			Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE.)		Banan 1szt. 1 szt	
Kolejka	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 Banan 1szt. 1 szt Mix салат 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) 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 (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 70 g Mix салат 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) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 60 g Pomidor b/skórki 70 g Mix салат 10 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE) 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 (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 Pomidor 70 g Mix салат 10 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE) 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 (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE) 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 (MLE) Masło extra 82% 15 g (MLE) 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 (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Serek homo. naturalny 60 g (MLE) Pomidor 70 g Mix салат 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) Serek homo. naturalny 60 g (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 60 g Pomidor 70 g Mix салат 10 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml
	PN	Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (może zawierać: MLE.)	Mus- przecier owocowy jabłko 100g (tubka) 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Szynka szkolna-wp. parzona 20 g (GLU PSZ, SOJ, MLE.) Salata zielona 5 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Szynka szkolna-wp. parzona 20 g (GLU PSZ, SOJ, MLE.) Salata zielona 5 g	Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (może zawierać: MLE.)	Chleb Graham 30 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Szynka szkolna-wp. parzona 20 g (GLU PSZ, SOJ, MLE.) Salata zielona 5 g	Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (może zawierać: MLE.)	Chleb Graham 30 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Szynka szkolna-wp. parzona 20 g (GLU PSZ, SOJ, MLE.) Salata zielona 5 g	Chleb Graham 30 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Szynka szkolna-wp. parzona 20 g (GLU PSZ, SOJ, MLE.) Salata zielona 5 g	Chleb Graham 30 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Szynka szkolna-wp. parzona 20 g (GLU PSZ, SOJ, MLE.) Salata zielona 5 g
	Wartość energetyczna: 2250.02 kcal; Białko ogółem: 65.96 g; Tłuszcz: 63.54 g; Kw. tł. nasy.: 21.96 g; Węglowodany ogółem: 363.23 g; W tym cukry: 94.08 g; Błonnik pok.: 27.21 g; Sól: 8.70 g;	Wartość energetyczna: 2327.80 kcal; Białko ogółem: 67.79 g; Tłuszcz: 62.72 g; Kw. tł. nasy.: 21.92 g; Węglowodany ogółem: 382.24 g; W tym cukry: 93.03 g; Błonnik pok.: 26.97 g; Sól: 8.28 g;	Wartość energetyczna: 2314.32 kcal; Białko ogółem: 68.20 g; Tłuszcz: 60.67 g; Kw. tł. nasy.: 12.42 g; Węglowodany ogółem: 386.43 g; W tym cukry: 98.22 g; Błonnik pok.: 27.22 g; Sól: 8.74 g;	Wartość energetyczna: 1845.26 kcal; Białko ogółem: 67.12 g; Tłuszcz: 46.89 g; Kw. tł. nasy.: 23.47 g; Węglowodany ogółem: 300.20 g; W tym cukry: 47.22 g; Błonnik pok.: 24.23 g; Sól: 9.80 g;	Wartość energetyczna: 2073.90 kcal; Białko ogółem: 70.51 g; Tłuszcz: 42.59 g; Kw. tł. nasy.: 20.53 g; Węglowodany ogółem: 361.37 g; W tym cukry: 98.05 g; Błonnik pok.: 22.77 g; Sól: 7.32 g;	Wartość energetyczna: 2793.20 kcal; Białko ogółem: 110.82 g; Tłuszcz: 76.37 g; Kw. tł. nasy.: 26.76 g; Węglowodany ogółem: 429.32 g; W tym cukry: 110.76 g; Błonnik pok.: 35.28 g; Sól: 10.39 g;	Wartość energetyczna: 2004.68 kcal; Białko ogółem: 69.14 g; Tłuszcz: 41.76 g; Kw. tł. nasy.: 20.30 g; Węglowodany ogółem: 346.61 g; W tym cukry: 97.92 g; Błonnik pok.: 21.63 g; Sól: 7.19 g;	Wartość energetyczna: 1900.85 kcal; Białko ogółem: 58.40 g; Tłuszcz: 51.54 g; Kw. tł. nasy.: 25.54 g; Węglowodany ogółem: 281.55 g; W tym cukry: 26.42 g; Błonnik pok.: 20.26 g; Sól: 9.87 g;	Wartość energetyczna: 2264.08 kcal; Białko ogółem: 73.35 g; Tłuszcz: 47.71 g; Kw. tł. nasy.: 19.69 g; Węglowodany ogółem: 393.48 g; W tym cukry: 101.22 g; Błonnik pok.: 38.59 g; Sól: 6.04 g;	Wartość energetyczna: 2264.08 kcal; Białko ogółem: 73.35 g; Tłuszcz: 47.71 g; Kw. tł. nasy.: 19.69 g; Węglowodany ogółem: 393.48 g; W tym cukry: 101.22 g; Błonnik pok.: 38.59 g; Sól: 6.04 g;	Wartość energetyczna: 1167.52 kcal; Białko ogółem: 116.13 g; Tłuszcz: 81.58 g; Kw. tł. nasy.: 29.86 g; Węglowodany ogółem: 428.60 g; W tym cukry: 97.75 g; Błonnik pok.: 36.49 g; Sól: 11.37 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-04-02 do dnia 2024-04-14 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
II SN	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Ser żółty 60 g (MLE) Rzodkiew biała 60 g Mandarynka 1 szt Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ)	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Ser żółty 60 g (MLE) Rzodkiew biała 60 g Mandarynka 1 szt Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Jogurt brzoskwinowy 100g 1 szt (MLE) Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ)	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 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.) Salata zielona 20 g Mandarynka 1 szt Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ)	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Twaróg półtłusty 60g (MLE) Salata zielona 20 g Mandarynka 1 szt Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ)	Bułka pszenna długa krojona 70 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 15 g (MLE) Twaróg półtłusty 60g (MLE) Salata zielona 20 g Mandarynka 1 szt Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Jogurt brzoskwinowy 100g 1 szt (MLE) Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 60 g (SOJ.) Salata zielona 20 g Mandarynka 1 szt Kawa zbożowa z młkiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Jogurt brzoskwinowy 100g 1 szt (MLE) Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ)	Bułka pszenna długa krojona 70 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 15 g (MLE) Twaróg półtłusty 60g (MLE) Salata zielona 20 g Mandarynka 1 szt Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Jogurt brzoskwinowy 100g 1 szt (MLE) Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ)	Chleb Graham 120 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Ser żółty 60 g (MLE) Rzodkiew biała 60 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml Mandarynka 1 szt	Chleb bezglutenowy 120 g (MLE) Masło extra 82% 15 g (MLE) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 60 g (SOJ.) Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Mandarynka 1 szt Jogurt brzoskwinowy 100g 1 szt (MLE)	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Twaróg półtłusty 60g (MLE) Salata zielona 20 g Mandarynka 1 szt Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Jogurt brzoskwinowy 100g 1 szt (MLE) Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Twaróg półtłusty 60g (MLE) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 60 g (SOJ.) Salata zielona 20 g Mandarynka 1 szt Kawa zbożowa z młkiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Jogurt brzoskwinowy 100g 1 szt (MLE) Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ)
	Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE)										
Obiad	Barszcz biały z ziemniakami () 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT.) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Gołąbek siekany z mięsa wp 250 g (JAJ.) Sos pomidorowy 100 ml (GLU PSZ.) Surówka z selera i marchwi z olejem () 150 g (SEL.) Kompotowocowy* z/c 250 ml	Barszcz biały z ziemniakami () 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT.) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Gołąbek siekany z mięsa wp 250 g (JAJ.) Sos pomidorowy 100 ml (GLU PSZ.) Surówka z selera i marchwi z olejem () 100 g (SEL.) Kompotowocowy* z/c 250 ml	Ziemniaczana (bez mleka) () 350 ml (GLU PSZ, SEL.) Risotto z mięsem wieprzowym i warzywami () 300 g (SEL.) Sos pomidorowy 100 ml (GLU PSZ.) Surówka z selera i marchwi z olejem () 150 g (SEL.) Kompotowocowy* z/c 250 ml	Ziemniaczana () 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Risotto z mięsem wieprzowym i warzywami () 300 g (SEL.) Sos pomidorowy 100 ml (GLU PSZ.) Cukinia pieczona z olejem i koncentratem pomidorowym* 150 g Kompotowocowy* z/c 250 ml	Ziemniaczana () 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Risotto z mięsem wieprzowym i warzywami () 300 g (SEL.) Sos pomidorowy 100 ml (GLU PSZ.) Cukinia pieczona z olejem i koncentratem pomidorowym* 100 g Kompotowocowy* z/c 250 ml	Ziemniaczana () 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Risotto z mięsem wieprzowym i warzywami () 300 g (SEL.) Pulpet wieprzowy 60 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos pomidorowy 100 ml (GLU PSZ.) Cukinia pieczona z olejem i koncentratem pomidorowym* 150 g Kompotowocowy* z/c 250 ml	Ziemniaczana () 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Risotto z mięsem wieprzowym i warzywami () 300 g (SEL.) Sos pomidorowy 100 ml (GLU PSZ.) Cukinia pieczona z olejem i koncentratem pomidorowym* 100 g Kompotowocowy* z/c 250 ml	Barszcz biały z ziemniakami () 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT.) Risotto (brązowy) z mięsem wieprzowym i warzywami () 300 g (SEL.) Surówka z selera i marchwi z olejem (b/c) 150 g (SEL.) Kompotowocowy* z/c 250 ml	Ziemniaczana (bez glutenu) () 350 ml (MLE, SEL.) Risotto z mięsem wieprzowym i warzywami () 300 g (SEL.) Sos pomidorowy (bez glutenu) 100 ml (GLU PSZ, JAJ.) Surówka z selera i marchwi z olejem () 150 g (SEL.) Kompotowocowy* z/c 250 ml	Ziemniaczana () 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Risotto z mięsem wieprzowym i warzywami () 300 g (SEL.) Pulpet wieprzowy 60 g (GLU PSZ, JAJ.) Cukinia pieczona z olejem i koncentratem pomidorowym* 150 g Kompotowocowy* z/c 250 ml	Ziemniaczana () 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Risotto z mięsem wieprzowym i warzywami () 300 g (SEL.) Pulpet wieprzowy 60 g (GLU PSZ, JAJ.) Cukinia pieczona z olejem i koncentratem pomidorowym* 150 g Kompotowocowy* z/c 250 ml
	Sok jabłkowy 100 % 0,2l 1 szt				Sok jabłkowy 100 % 0,2l 1 szt			Sok jabłkowy 100 % 0,2l 1 szt		Sok jabłkowy 100 % 0,2l 1 szt	
PD						Chleb Graham 30 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Poledwica Sopocka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody. 20 g (SOJ, MLE)			Sok jabłkowy 100 % 0,2l 1 szt		Chleb Graham 30 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Poledwica Sopocka wieprzowa, 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 tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 60 g (może zawierać: MLE, GOR.) Pomidor 60 g Salata lodowa 20 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Chleb Graham 30 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 60 g Pomidor 60 g Salata lodowa 20 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 60 g (może zawierać: MLE, GOR.) Pomidor b/skórki 60 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Salata lodowa 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 60 g (może zawierać: MLE, GOR.) Pomidor b/skórki 60 g Salata lodowa 20 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 60 g (może zawierać: MLE, GOR.) Ser żółty 50 g (MLE) Salata lodowa 20 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Chleb Graham 60 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 60 g (może zawierać: MLE, GOR.) Ser żółty 50 g (MLE) Salata lodowa 20 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 60 g (może zawierać: MLE, GOR.) Pomidor 60 g Salata lodowa 20 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Chleb Graham 120 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 60 g (może zawierać: MLE, GOR.) Pomidor 60 g Salata lodowa 20 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 120 g (MLE) Masło extra 82% 15 g (MLE) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 60 g (może zawierać: MLE, GOR.) Pomidor 60 g Salata lodowa 20 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Chleb Graham 30 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 60 g (może zawierać: MLE, GOR.) Ser żółty 50 g (MLE) Salata lodowa 20 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Chleb Graham 60 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 60 g (może zawierać: MLE, GOR.) Pomidor 60 g Salata lodowa 20 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml
	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (MLE)		Sok pomidorowy 0,3l 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 20 g Salata zielona 5 g		Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (MLE)		Chleb Graham 30 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 20 g Salata zielona 5 g		Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (MLE)	
PN	Wartość energetyczna: 2505.54 kcal; Białko ogółem: 96.86 g; Tłuszcz: 90.91 g; Kw. tł. nasy.: 39.60 g; Węglowodany ogółem: 342.22 g; W tym cukry: 64.92 g; Błonnik pok.: 35.53 g; Sól: 8.03 g;	Wartość energetyczna: 2593.50 kcal; Białko ogółem: 98.18 g; Tłuszcz: 90.72 g; Kw. tł. nasy.: 40.91 g; Węglowodany ogółem: 361.48 g; W tym cukry: 91.51 g; Błonnik pok.: 31.72 g; Sól: 7.88 g;	Wartość energetyczna: 2209.44 kcal; Białko ogółem: 75.81 g; Tłuszcz: 60.73 g; Kw. tł. nasy.: 12.76 g; Węglowodany ogółem: 355.04 g; W tym cukry: 76.18 g; Błonnik pok.: 31.27 g; Sól: 8.42 g;	Wartość energetyczna: 2166.10 kcal; Białko ogółem: 81.76 g; Tłuszcz: 69.20 g; Kw. tł. nasy.: 26.25 g; Węglowodany ogółem: 317.98 g; W tym cukry: 54.55 g; Błonnik pok.: 23.47 g; Sól: 6.68 g;	Wartość energetyczna: 2259.46 kcal; Białko ogółem: 132.76 g; Tłuszcz: 68.15 g; Kw. tł. nasy.: 26.87 g; Węglowodany ogółem: 337.43 g; W tym cukry: 89.83 g; Błonnik pok.: 18.81 g; Sól: 4.55 g;	Wartość energetyczna: 2925.31 kcal; Białko ogółem: 132.76 g; Tłuszcz: 104.05 g; Kw. tł. nasy.: 44.56 g; Węglowodany ogółem: 376.95 g; W tym cukry: 78.65 g; Błonnik pok.: 27.41 g; Sól: 10.56 g;	Wartość energetyczna: 2259.95 kcal; Białko ogółem: 81.78 g; Tłuszcz: 68.15 g; Kw. tł. nasy.: 26.87 g; Węglowodany ogółem: 337.54 g; W tym cukry: 89.91 g; Błonnik pok.: 18.84 g; Sól: 4.55 g;	Wartość energetyczna: 2273.14 kcal; Białko ogółem: 95.34 g; Tłuszcz: 92.64 g; Kw. tł. nasy.: 39.00 g; Węglowodany ogółem: 289.52 g; W tym cukry: 38.07 g; Błonnik pok.: 48.70 g; Sól: 8.37 g;	Wartość energetyczna: 2265.95 kcal; Białko ogółem: 64.83 g; Tłuszcz: 77.95 g; Kw. tł. nasy.: 24.91 g; Węglowodany ogółem: 334.47 g; W tym cukry: 92.47 g; Błonnik pok.: 23.13 g; Sól: 6.65 g;	Wartość energetyczna: 2253.31 kcal; Białko ogółem: 65.14 g; Tłuszcz: 71.55 g; Kw. tł. nasy.: 34.07 g; Węglowodany ogółem: 354.22 g; W tym cukry: 96.51 g; Błonnik pok.: 32.77 g; Sól: 6.08 g;	Wartość energetyczna: 2925.31 kcal; Białko ogółem: 132.76 g; Tłuszcz: 104.05 g; Kw. tł. nasy.: 44.56 g; Węglowodany ogółem: 376.95 g; W tym cukry: 78.65 g; Błonnik pok.: 27.41 g; Sól: 10.56 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-04-02 do dnia 2024-04-14 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
Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 60 g (JAJ, MLE) Pomidor 70 g Rukola 10 g Kakao z makiem 250 ml (MLE) Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ)	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 60 g (JAJ, MLE) Pomidor 70 g Rukola 10 g Kakao z makiem 250 ml (MLE) Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ)	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw. 80% tł 15 g Pasta z jaj (b/mleka) 60 g (JAJ) Buraczki gotowane plasty () 70 g Rukola 10 g Kakao z makiem 250 ml (MLE) Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ)	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 60 g (JAJ, MLE) Buraczki gotowane plasty () 70 g Rukola 10 g Kakao z makiem 250 ml (MLE) Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ)	Bułka pszenna długa krojona 70 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 15 g (MLE) Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 60 g (JAJ, MLE) Buraczki gotowane plasty () 70 g Rukola 10 g Kakao z makiem 250 ml (MLE) Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ)	Bułka pszenna długa krojona 70 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Szynka wieśniowa- wiewprzowa, wędz. parz. z dod. wody i białka wp. 60 g (SOJ) Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 60 g (JAJ, MLE) Buraczki gotowane plasty () 70 g Rukola 10 g Kakao z makiem 250 ml (MLE) Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 60 g (JAJ, MLE) Buraczki gotowane plasty () 70 g Rukola 10 g Kakao z makiem 250 ml (MLE) Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ)	Bułka pszenna długa krojona 70 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 15 g (MLE) Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 60 g (JAJ, MLE) Buraczki gotowane plasty () 70 g Rukola 10 g Kakao z makiem 250 ml (MLE) Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ)	Chleb bezglutenowy 120 g (MLE) Masło extra 82% 15 g (MLE) Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 60 g (JAJ, MLE) Pomidor 70 g Rukola 10 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 60 g (JAJ, MLE) Buraczki gotowane plasty () 70 g Rukola 10 g Kakao z makiem 250 ml (MLE) Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Szynka wieśniowa- wiewprzowa, wędz. parz. z dod. wody i białka wp. 60 g (SOJ) Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 60 g (JAJ, MLE) Buraczki gotowane plasty () 70 g Rukola 10 g Kakao z makiem 250 ml (MLE) Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ)
	II SN										
Obiad	Pomidorowa z makaronem () 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Ryba pieczona (Dorsz) 60 g (RYB) Surówka z kapusty czerwonej z olejem 75 g Kompotowocowy* z/c 250 ml Szpinak gotowany z czosnkiem* 75 g (MLE)	Pomidorowa z makaronem () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Ryba pieczona (Dorsz) 60 g (RYB) Surówka z kapusty czerwonej z olejem 50 g Szpinak gotowany z czosnkiem* 50 g (MLE) Kompotowocowy* z/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem (bez mleka) () 350 ml (GLU PSZ, SEL) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Ryba pieczona (Dorsz) 60 g (RYB) Surówka z kapusty czerwonej z olejem 75 g Szpinak gotowany z olejem* 75 g (GLU PSZ) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 75 g (SEL) Kompotowocowy* z/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem () 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Ryba pieczona (Dorsz) 60 g (RYB) Sos jarzynowy () 100 ml (GLU PSZ, SEL) Szpinak gotowany z olejem* 75 g (GLU PSZ) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 75 g (SEL) Kompotowocowy* z/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Ryba pieczona (Dorsz) 60 g (RYB) Sos jarzynowy () 100 ml (GLU PSZ, SEL) Szpinak gotowany z olejem* 75 g (GLU PSZ) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 50 g (SEL) Kompotowocowy* z/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem () 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Ryba pieczona (Dorsz) 60 g (RYB) Sos jarzynowy () 100 ml (GLU PSZ, SEL) Szpinak gotowany z olejem* 75 g (GLU PSZ) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 75 g (SEL) Kompotowocowy* z/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 150 g Ryba pieczona (Dorsz) 60 g (RYB) Szpinak gotowany z olejem* 50 g (GLU PSZ) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 50 g (SEL) Kompotowocowy* z/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Ryba pieczona (Dorsz) 60 g (RYB) Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 75 g Szpinak gotowany z olejem* 75 g (MLE) Kompotowocowy* z/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem () 350 ml (MLE) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Ryba pieczona (Dorsz) 60 g (RYB) Pulpet rybny (Miruna) (bez glutenu) 60 g (JAJ, RYB) Surówka z kapusty czerwonej z olejem 75 g Szpinak gotowany z olejem (bez glutenu)* 75 g Kompotowocowy* z/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem () 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Ryba pieczona (Miruna) 100 g (RYB) Sos jarzynowy () 100 ml (GLU PSZ, SEL) Surówka z kapusty czerwonej z olejem 75 g Szpinak gotowany z olejem* 75 g (GLU PSZ) Kompotowocowy* z/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem () 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Ryba pieczona (Miruna) 100 g (RYB) Sos jarzynowy () 100 ml (GLU PSZ, SEL) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 75 g (SEL) Szpinak gotowany z olejem* 75 g (GLU PSZ) Kompotowocowy* z/c 250 ml
	PD		Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE)	Wafle ryżowe 30 g		Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE)		Sok wielowarzynny pasteryzowany 0,33l 1 szt		Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE)	
Kolejka	Chleb Graham 30 g (GLU PSZ) Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Twaróg półtłusty 60 g (MLE) Salata zielona 10 g Dżem 25 g 1 szt Pomarańcza 250g 1 szt Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb Graham 30 g (GLU PSZ) Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Twaróg półtłusty 60 g (MLE) Dżem 25 g 1 szt Salata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Pomarańcza 250g 1 szt	Chleb Graham 30 g (GLU PSZ) Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw. 80% tł 15 g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 60 g Dżem 25 g 1 szt Pomarańcza 250g 1 szt Salata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Twaróg półtłusty 60 g (MLE) Dżem 25 g 1 szt Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Salata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 15 g (MLE) Twaróg półtłusty 60 g (MLE) Dżem 25 g 1 szt Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Salata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb Graham 60 g (GLU PSZ) Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Dżem 25 g 1 szt Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 60 g Twaróg półtłusty 40 g (MLE) Dżem 25 g 1 szt Pomarańcza 250g 1 szt Salata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 15 g (MLE) Twarówek 60 g (MLE) Dżem 25 g 1 szt Jabłko 1 szt 1 szt Salata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb Graham 120 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 15 g (MLE) Twaróg półtłusty 60 g (MLE) Jabłko 1 szt 1 szt Salata zielona 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 120 g (MLE) Masło extra 82% 15 g (MLE) Twaróg półtłusty 60 g (MLE) Dżem 25 g 1 szt Pomarańcza 250g 1 szt Salata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb Graham 30 g (GLU PSZ) Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Twaróg półtłusty 60 g (MLE) Dżem 25 g 1 szt Pomarańcza 250g 1 szt Salata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb Graham 60 g (GLU PSZ) Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 60 g Twaróg półtłusty 40 g (MLE) Dżem 25 g 1 szt Pomarańcza 250g 1 szt Salata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml
	PN	Ciasto drożdżowe 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, SO2) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml		Sok jabłkowy 100 % 0,2l 1 szt		Ciasto drożdżowe 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, SO2) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml			Chleb Graham 30 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 5 g (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 20 g Salata zielona 5 g	Sok jabłkowy 100 % 0,2l 1 szt	Ciasto drożdżowe 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, SO2) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml
	Wartość energetyczna: 2277.74 kcal; Białko ogółem: 79.54 g; Tłuszcz: 63.47 g; Kw. tł. nasy.: 26.78 g; Węglowodany ogółem: 358.21 g; W tym cukry: 94.93 g; Błonnik pok.: 27.00 g; Sól: 5.57 g;	Wartość energetyczna: 2398.41 kcal; Białko ogółem: 81.45 g; Tłuszcz: 64.19 g; Kw. tł. nasy.: 27.80 g; Węglowodany ogółem: 384.00 g; W tym cukry: 119.22 g; Błonnik pok.: 25.38 g; Sól: 5.57 g;	Wartość energetyczna: 2232.25 kcal; Białko ogółem: 68.26 g; Tłuszcz: 56.06 g; Kw. tł. nasy.: 12.31 g; Węglowodany ogółem: 375.99 g; W tym cukry: 113.90 g; Błonnik pok.: 26.62 g; Sól: 6.40 g;	Wartość energetyczna: 2301.71 kcal; Białko ogółem: 78.70 g; Tłuszcz: 63.37 g; Kw. tł. nasy.: 26.78 g; Węglowodany ogółem: 365.60 g; W tym cukry: 92.95 g; Błonnik pok.: 28.33 g; Sól: 6.28 g;	Wartość energetyczna: 2458.60 kcal; Białko ogółem: 85.99 g; Tłuszcz: 64.53 g; Kw. tł. nasy.: 27.74 g; Węglowodany ogółem: 393.14 g; W tym cukry: 119.64 g; Błonnik pok.: 23.29 g; Sól: 4.95 g;	Wartość energetyczna: 2683.82 kcal; Białko ogółem: 109.51 g; Tłuszcz: 71.59 g; Kw. tł. nasy.: 29.77 g; Węglowodany ogółem: 414.71 g; W tym cukry: 108.56 g; Błonnik pok.: 33.50 g; Sól: 10.85 g;	Wartość energetyczna: 2382.89 kcal; Białko ogółem: 83.54 g; Tłuszcz: 63.52 g; Kw. tł. nasy.: 27.38 g; Węglowodany ogółem: 378.34 g; W tym cukry: 119.55 g; Błonnik pok.: 22.12 g; Sól: 4.81 g;	Wartość energetyczna: 1905.41 kcal; Białko ogółem: 85.48 g; Tłuszcz: 59.25 g; Kw. tł. nasy.: 26.94 g; Węglowodany ogółem: 274.59 g; W tym cukry: 36.60 g; Błonnik pok.: 35.46 g; Sól: 5.76 g;	Wartość energetyczna: 2144.83 kcal; Białko ogółem: 53.71 g; Tłuszcz: 61.81 g; Kw. tł. nasy.: 23.31 g; Węglowodany ogółem: 349.57 g; W tym cukry: 119.24 g; Błonnik pok.: 17.85 g; Sól: 2.15 g;	Wartość energetyczna: 2500.54 kcal; Białko ogółem: 85.28 g; Tłuszcz: 64.78 g; Kw. tł. nasy.: 27.91 g; Węglowodany ogółem: 406.03 g; W tym cukry: 127.39 g; Błonnik pok.: 29.00 g; Sól: 5.99 g;	Wartość energetyczna: 2617.14 kcal; Białko ogółem: 120.65 g; Tłuszcz: 72.23 g; Kw. tł. nasy.: 31.46 g; Węglowodany ogółem: 386.17 g; W tym cukry: 99.56 g; Błonnik pok.: 33.28 g; Sól: 11.59 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-04-02 do dnia 2024-04-14 KUCHNIA ŁÓDŹ

	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	
2024-04-06 sobota	Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Baton szynkowy z kurczak 60 g (może zawierać: GLUPSZ, MLE, GOR.) Pomidor 70 g Mix sałat 10 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Baton szynkowy z kurczak 60 g (może zawierać: GLUPSZ, MLE, GOR.) Pomidor 70 g Mix sałat 10 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Biskvoty b/m 30 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ.) Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Kurczak gotowany produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony 60 g Pomidor 70 g Mix sałat 10 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Baton szynkowy z kurczak 60 g (może zawierać: GLUPSZ, MLE, GOR.) Pomidor b/skórki 70 g Mix sałat 10 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.)	Bułka pszenna długa krojona 70 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Baton szynkowy z kurczak 60 g (może zawierać: GLUPSZ, MLE, GOR.) Hummus z ciecierzycy 40 g (MLE.) Pomidor 70 g Mix sałat 10 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Budyń o smaku śmietankowym z/c 150 ml (MLE.) Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Baton szynkowy z kurczak 60 g (może zawierać: GLUPSZ, MLE, GOR.) Hummus z ciecierzycy 40 g (MLE.) Pomidor 70 g Mix sałat 10 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Budyń o smaku śmietankowym z/c 150 ml (MLE.) Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.)	Bułka pszenna długa krojona 70 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Baton szynkowy z kurczak 60 g (może zawierać: GLUPSZ, MLE, GOR.) Pomidor 70 g Mix sałat 10 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Biskvoty b/m 30 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ.) Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.)	Chleb bezglutenowy 120 g (MLE.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Kurczak gotowany produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony 60 g Pomidor 70 g Mix sałat 10 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chrupki kukurydziane 25 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Hummus z ciecierzycy 60 g (MLE.) Pomidor 70 g Mix sałat 10 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Biskvoty b/m 30 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ.) Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.) Budyń o smaku śmietankowym z/c 150 ml (MLE.) Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Baton szynkowy z kurczak 60 g (może zawierać: GLUPSZ, MLE, GOR.) Hummus z ciecierzycy 40 g (MLE.) Pomidor 70 g Mix sałat 10 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Budyń o smaku śmietankowym z/c 150 ml (MLE.) Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.)	
		II SN								Surówka z selera i marchwi z olejem () b/c 100 g (SEL.)		
2024-04-06 sobota	Obiad	Zupa z soczewicy i ziemniakami () 350 ml (GLU PSZ, SEL.) kasza pęczak/sypko 200 g (GLU PSZ.) Gulasz wieprzowy- dieta 150 g (GLU PSZ.) Ogórek kiszony plasterz z olejem 75 g Buraczki gotowane drobno tarte () 75 g Kompotowocowy* z/c 250 ml	Zupa z soczewicy i ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, SEL.) kasza pęczak/sypko 200 g (GLU PSZ.) Gulasz wieprzowy- dieta 150 g (GLU PSZ.) Ogórek kiszony plasterz z olejem 50 g Buraczki gotowane drobno tarte () 75 g Kompotowocowy* z/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami (bez miewka) () 350 ml (SEL.) kasza pęczak/sypko 200 g (GLU PSZ.) Gulasz wieprzowy- dieta 150 g (GLU PSZ.) Ogórek kiszony plasterz z olejem 75 g Buraczki gotowane drobno tarte () 75 g Kompotowocowy* z/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami () 350 ml (MLE, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JECZ.) Gulasz wieprzowy- dieta 150 g (GLU PSZ.) Buraczki gotowane drobno tarte () 75 g Marchew gotowana z olejem () 75 g Kompotowocowy* z/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami () 350 ml (MLE, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JECZ.) Gulasz wieprzowy- dieta 150 g (GLU PSZ.) Mięso z szynki wieprzowej 60 g Buraczki gotowane drobno tarte () 75 g Marchew gotowana z olejem () 75 g Kompotowocowy* z/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami () 300 ml (MLE, SEL.) kasza pęczak/sypko 200 g (GLU PSZ.) Gulasz wieprzowy- dieta 150 g (GLU PSZ.) Buraczki gotowane drobno tarte () 75 g Marchew gotowana z olejem () 50 g Kompotowocowy* z/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami () 350 ml (MLE, SEL.) kasza pęczak/sypko 200 g (GLU PSZ.) Gulasz wieprzowy- dieta 150 g (GLU PSZ.) Ogórek kiszony plasterz z olejem 75 g Kalaflor gotowany* 75 g Kompotowocowy* b/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami () 350 ml (MLE, SEL.) Ryz na sypko 200 g Gulasz wieprzowy (bez glutenu) 150 g Ogórek kiszony plasterz z olejem 75 g Buraczki gotowane drobno tarte () 75 g Kompotowocowy* z/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami () 350 ml (MLE, SEL.) kasza pęczak/sypko 200 g (GLU PSZ.) Gulasz wieprzowy- dieta 150 g (GLU PSZ.) Ogórek kiszony plasterz z olejem 75 g Buraczki gotowane drobno tarte () 75 g Kompotowocowy* z/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami () 350 ml (MLE, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JECZ.) Gulasz wieprzowy- dieta 150 g (GLU PSZ.) Mięso z szynki wieprzowej 60 g Buraczki gotowane drobno tarte () 75 g Marchew gotowana z olejem () 75 g Kompotowocowy* z/c 250 ml	
		PD	Serek homo naturalny 150g 1 szt (MLE.)	Chrupki kukurydziane 25 g		Serek homo naturalny 150g 1 szt (MLE.)	Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE.)	Serek homo naturalny 150g 1 szt (MLE.)	Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE.)	Serek homo naturalny 150g 1 szt (MLE.)		Wafelki 30 g (GLU PSZ, SOJ, MLE.)
2024-04-06 sobota	Kolacja	Chleb Graham 30 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Parówki drobiowe z cielęciną homogenizowane, wędzone , parzone 80 g Musztarda 15g saszetka 1 szt (GOR.) Rzodkiew biała 60 g Seler naciowy 20 g (SEL.) 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) 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 (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Szynka zielonogórska- wp. parzona 60 g (SOJ.) Pomidor b/skórki 60 g Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Szynka zielonogórska- wp. parzona 60 g (SOJ.) Pomidor b/skórki 60 g Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Szynka zielonogórska- wp. parzona 60 g (SOJ.) Pomidor b/skórki 60 g Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb Graham 60 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Parówki drobiowe z cielęciną homogenizowane, wędzone , parzone 80 g Serek homo. naturalny 40 g (MLE.) Pomidor 60 g Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Szynka zielonogórska- wp. parzona 60 g (SOJ.) Pomidor 60 g Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb Graham 120 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Szynka zielonogórska- wp. parzona 60 g (SOJ.) Rzodkiew biała 60 g Seler naciowy 20 g (SEL.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 120 g (MLE.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynka zielonogórska- wp. parzona 60 g (SOJ.) Rzodkiew biała 60 g Seler naciowy 20 g (SEL.) 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) Parówki drobiowe z cielęciną homogenizowane, wędzone , parzone 80 g Rzodkiew biała 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) Parówki drobiowe z cielęciną homogenizowane, wędzone , parzone 80 g Serek homo. naturalny 40 g (MLE.) 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 (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Kurczak gotowany produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony 20 g Salata zielona 5 g		Banan 1szt. 1 szt		Chleb Graham 30 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Kurczak gotowany produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony 20 g Salata zielona 5 g	Banan 1szt. 1 szt		Chleb Graham 30 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Kurczak gotowany produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony 20 g Salata zielona 5 g
		Wartość energetyczna: 2444.54 kcal; Białko ogółem: 87.99 g; Tłuszcz: 74.92 g; Kw. tł. nasy.: 22.97 g; Węglowodany ogółem: 342.54 g; W tym cukry: 79.87 g; Błonnik pok.: 36.78 g; Sól: 8.52 g;	Wartość energetyczna: 2592.47 kcal; Białko ogółem: 102.11 g; Tłuszcz: 79.46 g; Kw. tł. nasy.: 22.82 g; Węglowodany ogółem: 354.22 g; W tym cukry: 77.15 g; Błonnik pok.: 34.86 g; Sól: 7.74 g;	Wartość energetyczna: 2267.69 kcal; Białko ogółem: 80.47 g; Tłuszcz: 53.72 g; Kw. tł. nasy.: 14.63 g; Węglowodany ogółem: 372.12 g; W tym cukry: 103.38 g; Błonnik pok.: 38.83 g; Sól: 8.47 g;	Wartość energetyczna: 2066.73 kcal; Białko ogółem: 78.88 g; Tłuszcz: 63.20 g; Kw. tł. nasy.: 26.05 g; Węglowodany ogółem: 308.43 g; W tym cukry: 48.03 g; Błonnik pok.: 28.19 g; Sól: 8.12 g;	Wartość energetyczna: 2390.95 kcal; Białko ogółem: 97.51 g; Tłuszcz: 66.22 g; Kw. tł. nasy.: 23.09 g; Węglowodany ogółem: 364.04 g; W tym cukry: 86.88 g; Błonnik pok.: 26.41 g; Sól: 5.90 g;	Wartość energetyczna: 2944.36 kcal; Białko ogółem: 124.35 g; Tłuszcz: 85.84 g; Kw. tł. nasy.: 30.01 g; Węglowodany ogółem: 415.68 g; W tym cukry: 117.00 g; Błonnik pok.: 34.06 g; Sól: 8.75 g;	Wartość energetyczna: 2380.34 kcal; Białko ogółem: 96.62 g; Tłuszcz: 66.72 g; Kw. tł. nasy.: 23.18 g; Węglowodany ogółem: 351.84 g; W tym cukry: 83.93 g; Błonnik pok.: 32.16 g; Sól: 5.81 g;	Wartość energetyczna: 2176.19 kcal; Białko ogółem: 100.14 g; Tłuszcz: 78.78 g; Kw. tł. nasy.: 28.29 g; Węglowodany ogółem: 278.52 g; W tym cukry: 20.25 g; Błonnik pok.: 47.77 g; Sól: 9.27 g;	Wartość energetyczna: 2326.25 kcal; Białko ogółem: 81.78 g; Tłuszcz: 69.32 g; Kw. tł. nasy.: 23.50 g; Węglowodany ogółem: 351.89 g; W tym cukry: 81.31 g; Błonnik pok.: 44.66 g; Sól: 4.77 g;	Wartość energetyczna: 2977.53 kcal; Białko ogółem: 126.98 g; Tłuszcz: 96.39 g; Kw. tł. nasy.: 37.38 g; Węglowodany ogółem: 397.73 g; W tym cukry: 74.49 g; Błonnik pok.: 34.09 g; Sól: 9.61 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-04-02 do dnia 2024-04-14 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	
2024-04-07 niedziela	Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Twarożek 60 g (<u>MLE</u>) Pomidor 70 g (<u>MLE</u>) Roszponka 10 g Kawa zbożowa z makiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Miód (25g) 1 szt Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Twarożek 60 g (<u>MLE</u>) Pomidor 70 g (<u>MLE</u>) Roszponka 10 g Kawa zbożowa z makiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Jabłko 1 szt 1 szt Miód (25g) 1 szt Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Szynkowa debowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 60 g Roszponka 10 g Pomidor 70 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Jabłko 1 szt 1 szt Miód (25g) 1 szt Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Twarożek 60 g (<u>MLE</u>) Pomidor b/skórki 70 g Roszponka 10 g Kawa zbożowa z makiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Miód (25g) 1 szt Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>)	Bułka pszenna długa krojona 70 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Twarożek 60 g (<u>MLE</u>) Pomidor b/skórki 70 g Kawa zbożowa z makiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Roszponka 10 g Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml Miód (25g) 1 szt Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Twarożek 40 g (<u>MLE</u>) Szynkowa debowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 60 g Pomidor 70 g Roszponka 10 g Kawa zbożowa z makiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml Miód (25g) 1 szt Serek homo owocowy 150g 1 szt (<u>MLE</u>) Miód (25g) 1 szt Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>)	Bułka pszenna długa krojona 70 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Twarożek 60 g (<u>MLE</u>) Pomidor 70 g Roszponka 10 g Kawa zbożowa z makiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml Miód (25g) 1 szt Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>)	Chleb bezglutenowy 120 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Twarożek 60 g (<u>MLE</u>) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Roszponka 10 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml Miód (25g) 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Twarożek 60 g (<u>MLE</u>) Pomidor 70 g Roszponka 10 g Kawa zbożowa z makiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Miód (25g) 1 szt Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>) Serek homo owocowy 150g 1 szt (<u>MLE</u>) Miód (25g) 1 szt Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Twarożek 40 g (<u>MLE</u>) Szynkowa debowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 60 g Pomidor 70 g Roszponka 10 g Kawa zbożowa z makiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Miód (25g) 1 szt Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>)	
									Jabłko 1 szt 1 szt			
	Obiad	Rosół z makaronem () 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g udziec z kurczaka pieczony z/c z/c 100 g Surówka Coleslaw () 75 g (<u>JAJ, MLE, GOR.</u>) Brokuł gotowany* 75 g Kompotowocowy* z/c 250 ml	Rosół z makaronem () 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g udziec z kurczaka pieczony z/c z/c 100 g Surówka Coleslaw () 50 g (<u>JAJ, MLE, GOR.</u>) Brokuł gotowany* 50 g Kompotowocowy* z/c 250 ml	Rosół z makaronem () 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g udziec z kurczaka pieczony z/c z/c 100 g Surówka z kapusty białej z olejem b/c () 75 g Brokuł gotowany* 75 g Kompotowocowy* z/c 250 ml	Rosół z makaronem () 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g udziec drobiowy gotowany z/c z/c 100 g Brokuł gotowany* 75 g Dymia duszona z olejem* 75 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompotowocowy* z/c 250 ml	Rosół z makaronem () 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g udziec drobiowy gotowany z/c z/c 150 g Brokuł gotowany* 50 g Dymia duszona z olejem* 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompotowocowy* z/c 250 ml	Rosół z makaronem () 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g udziec z kurczaka pieczony z/c z/c 150 g Brokuł gotowany* 75 g Dymia duszona z olejem* 75 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompotowocowy* z/c 250 ml	Rosół z makaronem () 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g udziec drobiowy gotowany z/c z/c 100 g Surówka z kapusty białej z olejem b/c () 75 g Brokuł gotowany* 50 g Kompotowocowy* z/c 250 ml	Rosół z makaronem (bez glutenu) () 350 ml (<u>SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g udziec z kurczaka pieczony z/c z/c 100 g Surówka Coleslaw () 75 g (<u>JAJ, MLE, GOR.</u>) Brokuł gotowany* 75 g Kompotowocowy* z/c 250 ml	Bulion warzywny z makaronem () 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Kotlety sojowe 100 g (<u>SOJ.</u>) Surówka Coleslaw () 75 g Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml Kompotowocowy* z/c 250 ml	Rosół z makaronem () 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g udziec drobiowy gotowany z/c z/c 150 g Brokuł gotowany* 75 g Dymia duszona z olejem* 75 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompotowocowy* z/c 250 ml	
	PD		Chrupki kukurydziane 25 g		Jogurt owoce leśne 100g 1 szt (<u>MLE</u>)		Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g		Jogurt owoce leśne 100g 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>) Szynka szkolna- wp. parzona 60 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u>) Papryka konserwowa 60 g Salata lodowa 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Szynka wiśniowa- wieprzowa, wędz. parz. z dod. wody i białka wp. 60 g (<u>SOJ.</u>) Papryka konserwowa 60 g Salata lodowa 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Szynka szkolna- wp. parzona 60 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u>) Pomidor b/skórki 60 g Salata lodowa 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Szynka szkolna- wp. parzona 60 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u>) Pomidor b/skórki 60 g Salata lodowa 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb Graham 60 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Szynka szkolna- wp. parzona 60 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u>) Papryka konserwowa 60 g Pasta z brokuła * 100 g Pomidor 60 g Salata lodowa 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 120 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Szynka szkolna- wp. parzona 60 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u>) Papryka konserwowa 60 g Salata lodowa 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb Graham 120 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Szynka szkolna- wp. parzona 60 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u>) Papryka konserwowa 60 g Salata lodowa 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 120 g (<u>MLE</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Szynka wiśniowa- wieprzowa, wędz. parz. z dod. wody i białka wp. 60 g (<u>SOJ.</u>) Papryka konserwowa 60 g Salata lodowa 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Szynka szkolna- wp. parzona 60 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u>) Papryka konserwowa 60 g Salata lodowa 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb Graham 60 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Szynka szkolna- wp. parzona 60 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u>) Pasta z brokuła * 100 g Pomidor 60 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	
	PN	Kiwi 1 szt 1 szt		Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 20 g (<u>może zawierać: MLE, GOR.</u>) Salata zielona 5 g	Sok jabłkowy 100 % 0,2l 1 szt	Kiwi 1 szt 1 szt	Sok jabłkowy 100 % 0,2l 1 szt	Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 20 g (<u>może zawierać: MLE, GOR.</u>) Salata zielona 5 g	Kiwi 1 szt 1 szt	Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 20 g (<u>może zawierać: MLE, GOR.</u>) Salata zielona 5 g	Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 20 g (<u>może zawierać: MLE, GOR.</u>) Salata zielona 5 g	
		Wartość energetyczna: 2099.66 kcal; Białko ogółem: 86.37 g; Tłuszcz: 63.44 g; Kw. tł. nasy.: 28.28 g; Węglowodany ogółem: 306.00 g; W tym cukry: 57.54 g; Błonnik pok.: 23.36 g; Sól: 7.40 g;	Wartość energetyczna: 2235.82 kcal; Białko ogółem: 84.88 g; Tłuszcz: 65.47 g; Kw. tł. nasy.: 29.15 g; Węglowodany ogółem: 333.88 g; W tym cukry: 74.88 g; Błonnik pok.: 25.39 g; Sól: 7.36 g;	Wartość energetyczna: 2131.25 kcal; Białko ogółem: 84.88 g; Tłuszcz: 58.85 g; Kw. tł. nasy.: 15.68 g; Węglowodany ogółem: 329.00 g; W tym cukry: 60.96 g; Błonnik pok.: 28.49 g; Sól: 9.02 g;	Wartość energetyczna: 2184.04 kcal; Białko ogółem: 92.41 g; Tłuszcz: 66.92 g; Kw. tł. nasy.: 30.80 g; Węglowodany ogółem: 311.92 g; W tym cukry: 48.40 g; Błonnik pok.: 21.17 g; Sól: 7.83 g;	Wartość energetyczna: 2306.65 kcal; Białko ogółem: 92.41 g; Tłuszcz: 63.73 g; Kw. tł. nasy.: 28.86 g; Węglowodany ogółem: 347.99 g; W tym cukry: 95.45 g; Błonnik pok.: 16.41 g; Sól: 5.64 g;	Wartość energetyczna: 2792.30 kcal; Białko ogółem: 134.88 g; Tłuszcz: 84.45 g; Kw. tł. nasy.: 33.26 g; Węglowodany ogółem: 386.26 g; W tym cukry: 64.01 g; Błonnik pok.: 28.19 g; Sól: 10.54 g;	Wartość energetyczna: 2316.53 kcal; Białko ogółem: 91.64 g; Tłuszcz: 62.95 g; Kw. tł. nasy.: 28.61 g; Węglowodany ogółem: 352.84 g; W tym cukry: 95.30 g; Błonnik pok.: 16.10 g; Sól: 5.69 g;	Wartość energetyczna: 1985.29 kcal; Białko ogółem: 94.91 g; Tłuszcz: 70.09 g; Kw. tł. nasy.: 29.64 g; Węglowodany ogółem: 261.22 g; W tym cukry: 31.71 g; Błonnik pok.: 35.97 g; Sól: 8.01 g;	Wartość energetyczna: 2273.85 kcal; Białko ogółem: 70.10 g; Tłuszcz: 71.05 g; Kw. tł. nasy.: 26.59 g; Węglowodany ogółem: 345.15 g; W tym cukry: 90.57 g; Błonnik pok.: 19.09 g; Sól: 4.71 g;	Wartość energetyczna: 2265.76 kcal; Białko ogółem: 87.07 g; Tłuszcz: 63.37 g; Kw. tł. nasy.: 34.90 g; Węglowodany ogółem: 347.30 g; W tym cukry: 78.43 g; Błonnik pok.: 34.47 g; Sól: 6.29 g;	Wartość energetyczna: 2873.42 kcal; Białko ogółem: 140.40 g; Tłuszcz: 89.88 g; Kw. tł. nasy.: 35.98 g; Węglowodany ogółem: 388.51 g; W tym cukry: 56.18 g; Błonnik pok.: 28.15 g; Sól: 11.31 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-04-02 do dnia 2024-04-14 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
Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Pasztet drobiowy z kurnej półki 60 g (GLU PSZ, JAJ, SEL.) Pomidor 70 g Rukola 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Pasztet drobiowy z kurnej półki 60 g (GLU PSZ, JAJ, SEL.) Pomidor 70 g Rukola 10 g Sok pomarańczowy 0,2L-kartonik 1 szt Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Szyunkowa drobowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 60 g Pomidor 70 g Rukola 10 g Sok pomarańczowy 0,2L-kartonik 1 szt Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Baton szynkowy z kurczak 60 g (może zawierać: GLUPSZ, MLE, GOR.) Pomidor b/skórki 70 g Rukola 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.)	Bułka pszenna długa krojona 70 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Baton szynkowy z kurczak 60 g (może zawierać: GLUPSZ, MLE, GOR.) Pomidor b/skórki 70 g Rukola 10 g Sok pomarańczowy 0,2L-kartonik 1 szt Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Bułkapiszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Pasta mięsno-warzywna z mięsa drobiowego udziec () 60 g (SEL.) Baton szynkowy z kurczak 60 g (może zawierać: GLUPSZ, MLE, GOR.) Pomidor 70 g Rukola 10 g Jabłko 1 szt 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Bułkapiszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.)	Bułka pszenna długa krojona 70 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Baton szynkowy z kurczak 60 g (może zawierać: GLUPSZ, MLE, GOR.) Pomidor 70 g Rukola 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Sok pomarańczowy 0,2L-kartonik 1 szt Bułkapiszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.)	Chleb Graham 120 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Baton szynkowy z kurczak 60 g (może zawierać: GLUPSZ, MLE, GOR.) Pomidor 70 g Rukola 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 120 g Masło extra 82% 15 g (MLE) Szyunkowa drobowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 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 mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Serek homo. naturalny 60 g (MLE) Pomidor 70 g Rukola 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Sok pomarańczowy 0,2L-kartonik 1 szt Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.) Pomidor 70 g Rukola 10 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Kisiel o smaku wiśniowym z/c 150 ml Bułkapiszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Pasta mięsno-warzywna, z mięsa drobiowego udziec () 60 g (SEL.) Baton szynkowy z kurczak 60 g (może zawierać: GLUPSZ, MLE, GOR.) Pomidor 70 g Rukola 10 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Kisiel o smaku wiśniowym z/c 150 ml Bułkapiszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.)
	II SN							Jabłko 1 szt 1 szt			
Obiad	Barszcz ukraiński z ziemniakami () 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Naleśniki z serem 250 g (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Jogurt truskawkowy 100 g 1 szt (MLE.) Jabłko 1 szt 1 szt Kompotowocowy* z/c 250 ml	Barszcz ukraiński z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryż z jabłkiem prażonym i cynamonem 300 g Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE.) Kompotowocowy* z/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami (bez mleka) () 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryż na sypko 200 g Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 60 g Sos koperkowy *(bez mleka) 100 ml (GLU PSZ.) Surówka wielowarzywna z olejem b/c () 75 g (SEL.) Brokuł gotowany* 75 g Kompotowocowy* z/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami () 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryż z jabłkiem prażonym i cynamonem 300 g Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE.) Kompotowocowy* z/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryż z jabłkiem prażonym i cynamonem 400 g Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE.) Kompotowocowy* z/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami () 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryż z jabłkiem prażonym i cynamonem 350 g Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE.) Kompotowocowy* z/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryż z jabłkiem prażonym i cynamonem 300 g Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE.) Kompotowocowy* z/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami () 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryż na sypko (brązowy) 200 g Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 60 g Surówka wielowarzywna z olejem b/c () 75 g (SEL.) Brokuł gotowany* 75 g Kompotowocowy* b/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami (bez glutenu) () 350 ml (MLE, SEL.) Ryż z jabłkiem prażonym i cynamonem 300 g Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE.) Kompotowocowy* z/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami () 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryż z jabłkiem prażonym i cynamonem 400 g Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE.) Kompotowocowy* z/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami () 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryż z jabłkiem prażonym i cynamonem 400 g Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE.) Kompotowocowy* z/c 250 ml
	PD		Serek homogenizowany waniliowy 150g 1 szt (MLE.)			Serek homogenizowany waniliowy 150g 1 szt (MLE.)		Serek homo naturalny 150g 1 szt (MLE.)		Serek homogenizowany waniliowy 150g 1 szt (MLE.)	
Kolacja	Chleb Graham 30 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Szyunka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 60 g Rzodkiew biała 60 g Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb Graham 30 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Szyunka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 60 g (SOJ.) Rzodkiew biała 60 g Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Szyunka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 60 g (SOJ.) Marchew pieczona w słupki () 60 g Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Salata zielona 5 g	Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Szyunka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 60 g (SOJ.) Marchew pieczona w słupki () 60 g Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb Graham 60 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Szyunka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 60 g (SOJ.) Ser żółty 60 g (MLE.) Marchew pieczona w słupki () 60 g Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Szyunka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 60 g (SOJ.) Marchew pieczona w słupki () 60 g Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb Graham 120 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Szyunka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 60 g (SOJ.) Rzodkiew biała 60 g Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 120 g Masło extra 82% 15 g (MLE) Szyunka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 60 g (SOJ.) Rzodkiew biała 60 g Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb Graham 30 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Ser żółty 60 g (MLE) Marchew pieczona w słupki () 60 g Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb Graham 60 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Szyunka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 60 g (SOJ.) Ser żółty 60 g (MLE) Marchew pieczona w słupki () 60 g Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml
	PN	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt	Sok przecierowy warzywno-owocowy 0,33 l 1 szt	Sok pomidorowy 0,3l 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.) Salata zielona 5 g	Sok przecierowy warzywno-owocowy 0,33 l 1 szt	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt	Sok przecierowy warzywno-owocowy 0,33 l 1 szt	Chleb Graham 40 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Salata zielona 5 g	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt	Chleb Graham 40 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Salata zielona 5 g
	Wartość energetyczna: 2146.94 kcal; Białko ogółem: 78.72 g; Tłuszcz: 59.72 g; Kw. tł. nasy.: 22.58 g; Węglowodany ogółem: 334.15 g; W tym cukry: 84.87 g; Błonnik pok.: 23.20 g; Sól: 6.36 g;	Wartość energetyczna: 2185.61 kcal; Białko ogółem: 77.65 g; Tłuszcz: 48.90 g; Kw. tł. nasy.: 22.61 g; Węglowodany ogółem: 364.78 g; W tym cukry: 139.59 g; Błonnik pok.: 19.77 g; Sól: 5.82 g;	Wartość energetyczna: 2077.35 kcal; Białko ogółem: 74.05 g; Tłuszcz: 43.72 g; Kw. tł. nasy.: 10.31 g; Węglowodany ogółem: 359.46 g; W tym cukry: 102.23 g; Błonnik pok.: 26.92 g; Sól: 8.63 g;	Wartość energetyczna: 1998.64 kcal; Białko ogółem: 62.40 g; Tłuszcz: 53.92 g; Kw. tł. nasy.: 23.15 g; Węglowodany ogółem: 329.40 g; W tym cukry: 74.55 g; Błonnik pok.: 20.82 g; Sól: 7.92 g;	Wartość energetyczna: 2250.77 kcal; Białko ogółem: 79.06 g; Tłuszcz: 49.52 g; Kw. tł. nasy.: 22.61 g; Węglowodany ogółem: 377.43 g; W tym cukry: 143.52 g; Błonnik pok.: 16.11 g; Sól: 6.21 g;	Wartość energetyczna: 2768.76 kcal; Białko ogółem: 109.73 g; Tłuszcz: 77.54 g; Kw. tł. nasy.: 37.44 g; Węglowodany ogółem: 424.51 g; W tym cukry: 127.06 g; Błonnik pok.: 28.53 g; Sól: 10.57 g;	Wartość energetyczna: 2313.02 kcal; Białko ogółem: 80.37 g; Tłuszcz: 49.86 g; Kw. tł. nasy.: 22.65 g; Węglowodany ogółem: 391.74 g; W tym cukry: 148.47 g; Błonnik pok.: 16.59 g; Sól: 6.24 g;	Wartość energetyczna: 2070.60 kcal; Białko ogółem: 100.87 g; Tłuszcz: 67.31 g; Kw. tł. nasy.: 24.00 g; Węglowodany ogółem: 282.67 g; W tym cukry: 35.02 g; Błonnik pok.: 41.09 g; Sól: 8.43 g;	Wartość energetyczna: 1978.25 kcal; Białko ogółem: 61.30 g; Tłuszcz: 52.08 g; Kw. tł. nasy.: 18.70 g; Węglowodany ogółem: 322.80 g; W tym cukry: 92.61 g; Błonnik pok.: 12.84 g; Sól: 4.63 g;	Wartość energetyczna: 2237.18 kcal; Białko ogółem: 79.18 g; Tłuszcz: 60.52 g; Kw. tł. nasy.: 34.58 g; Węglowodany ogółem: 353.66 g; W tym cukry: 113.67 g; Błonnik pok.: 20.48 g; Sól: 6.33 g;	Wartość energetyczna: 2989.54 kcal; Białko ogółem: 118.27 g; Tłuszcz: 86.07 g; Kw. tł. nasy.: 41.64 g; Węglowodany ogółem: 451.71 g; W tym cukry: 135.45 g; Błonnik pok.: 27.92 g; Sól: 10.56 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-04-02 do dnia 2024-04-14 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	
Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ) Filet zapiekany drobiowy 20 g (MLE) Ogórek kiszony 70 g Mix salat 10 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ)	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ) Filet zapiekany drobiowy 20 g (MLE) Ogórek kiszony 70 g Mix salat 10 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Banan 1szt. 1 szt Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ)	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ) Filet zapiekany drobiowy 20 g (MLE) Kurczak gotowany produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony 20 g Ogórek kiszony 70 g Mix salat 10 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Banan 1szt. 1 szt Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ)	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ) Filet zapiekany drobiowy 20 g (MLE) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Mix salat 10 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Banan 1szt. 1 szt Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ)	Bułka pszenna długa krojona 70 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 15 g (MLE) Pomidor b/śkórki 70 g Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ) Filet zapiekany drobiowy 20 g (MLE) Pomidor 70 g Mix salat 10 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Banan 1szt. 1 szt Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ)	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ) Filet zapiekany drobiowy 60 g (MLE) Pomidor 70 g Mix salat 10 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Jogurt truskawkowy 100g 1 szt (MLE) Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ)	Bułka pszenna długa krojona 70 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 15 g (MLE) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ) Filet zapiekany drobiowy 20 g (MLE) Pomidor b/śkórki 70 g Mix salat 10 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Banan 1szt. 1 szt Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ)	Chleb Graham 120 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 15 g (MLE) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ) Filet zapiekany drobiowy 20 g (MLE) Ogórek kiszony 70 g Mix salat 10 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 120 g (MLE) Masło extra 82% 15 g (MLE) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ) Filet zapiekany drobiowy 20 g (MLE) Ogórek kiszony 70 g Mix salat 10 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Banan 1szt. 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ) Filet zapiekany drobiowy 60 g (MLE) Jabłko 1 szt 1 szt Mix salat 10 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Banan 1szt. 1 szt Jogurt truskawkowy 100 g 1 szt (MLE) Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ) Filet zapiekany drobiowy 60 g (MLE) Jabłko 1 szt 1 szt Mix salat 10 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Banan 1szt. 1 szt Jogurt truskawkowy 100 g 1 szt (MLE) Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ)	
II SN										Sok pomidorowy 0,3l 1 szt		
Obiad	Jarzynowa z zacierką (-)podstawa 350ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane (l) 200 g Mięso drobiowe pieczone z udźca kurczaka 60 g (GLU PSZ) Sos słodko-kwaśny* 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Surówka wykwinna z olejem b/c 75 g (JAJ, GOR.) Marchew gotowana z olejem (l) 75 g Kompotowocowy* z/c 250 ml	Jarzynowa z zacierką (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane (l) 200 g Mięso drobiowe pieczone z udźca kurczaka 60 g (GLU PSZ) Sos pietruszkowy* 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Surówka wykwinna z olejem b/c 50 g (JAJ, GOR.) Marchew gotowana z olejem (l) 50 g Kompotowocowy* z/c 250 ml	Jarzynowa z zacierką (bez mleka) (*) 350 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane (l) 200 g Mięso drobiowe pieczone z udźca kurczaka 60 g (GLU PSZ) Sos pietruszkowy* 100 ml (GLU PSZ, MLE.) Marchew gotowana z olejem (l) 75 g Buraczki gotowane (l) 75 g Kompotowocowy* z/c 250 ml	Jarzynowa z zacierką (dieta) (l) 350 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane (l) 200 g Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 60 g Sos pietruszkowy* 100 ml (GLU PSZ, MLE.) Marchew gotowana z olejem (l) 75 g Buraczki gotowane (l) 75 g Kompotowocowy* z/c 250 ml	Jarzynowa z zacierką (dieta) (l) 350 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane (l) 200 g Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 60 g Sos pietruszkowy* 100 ml (GLU PSZ, MLE.) Marchew gotowana z olejem (l) 75 g Buraczki gotowane (l) 75 g Kompotowocowy* z/c 250 ml	Jarzynowa z zacierką (dieta) (l) 350 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane (l) 150 g Mięso drobiowe pieczone z udźca kurczaka 60 g (GLU PSZ, SEL.) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 60 g Sos słodko-kwaśny* 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Marchew gotowana z olejem (l) 75 g Buraczki gotowane (l) 75 g Kompotowocowy* z/c 250 ml	Jarzynowa z zacierką (dieta) (l) 300 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane (l) 200 g Żyzak drobiowy z udźca gotowany mielony 60 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos pietruszkowy* 100 ml (GLU PSZ, MLE.) Marchew gotowana z olejem (l) 50 g Buraczki gotowane (l) 50 g Kompotowocowy* z/c 250 ml	Jarzynowa z zacierką (-)podstawa 350ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane (l) 200 g Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 60 g Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 75 g Kalańfort gotowany* 75 g Kompotowocowy* b/c 250 ml	Jarzynowa z makaronem (bez glutenu) (l) 350 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane (l) 200 g Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 60 g Sos pietruszkowy (bez glutenu)* 100 ml (MLE.) Surówka wykwinna z olejem b/c 75 g (JAJ, GOR.) Marchew gotowana z olejem (l) 75 g Kompotowocowy* z/c 250 ml	Jarzynowa z zacierką (dieta) (l) 350 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.) Knedle ze śliwka* 300 g (GLU PSZ, JAJ.) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g Sos pietruszkowy* 100 ml (GLU PSZ, MLE.) Marchew gotowana z olejem (l) 75 g Buraczki gotowane (l) 75 g Kompotowocowy* z/c 250 ml	Jarzynowa z zacierką (dieta) (l) 350 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane (l) 200 g Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g Sos pietruszkowy* 100 ml (GLU PSZ, MLE.) Marchew gotowana z olejem (l) 75 g Buraczki gotowane (l) 75 g Kompotowocowy* z/c 250 ml	Jarzynowa z zacierką (dieta) (l) 350 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane (l) 200 g Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g Sos pietruszkowy* 100 ml (GLU PSZ, MLE.) Marchew gotowana z olejem (l) 75 g Buraczki gotowane (l) 75 g Kompotowocowy* z/c 250 ml
PD	Biszkopty b/m 30 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ.)			Biszkopty b/m 30 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ.)		Serek homo naturalny 150g 1 szt (MLE)	Biszkopty b/m 30 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ.)	Serek homo naturalny 150g 1 szt (MLE)	Chrupki kukurydziane 25 g	Biszkopty b/m 30 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ.)	Serek homo naturalny 150g 1 szt (MLE)	
Kaloria	Chleb Graham 30 g (GLU PSZ) Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Szynka wieśniowa- wieprzowa, wędz. parz. z dod. wody i białka wp. 60 g (SOJ.) Pomidor 60 g Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb Graham 30 g (GLU PSZ) Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Szynka wieśniowa- wieprzowa, wędz. parz. z dod. wody i białka wp. 60 g (SOJ.) Pomidor b/śkórki 60 g Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Szynka wieśniowa- wieprzowa, wędz. parz. z dod. wody i białka wp. 60 g (SOJ.) Pomidor b/śkórki 60 g Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 15 g (MLE) Szynka wieśniowa- wieprzowa, wędz. parz. z dod. wody i białka wp. 60 g (SOJ.) Pomidor b/śkórki 60 g Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb Graham 60 g (GLU PSZ) Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Szynka wieśniowa- wieprzowa, wędz. parz. z dod. wody i białka wp. 60 g (SOJ.) Pasztet z soczewicy (l) 60 g (GLU PSZ, JAJ.) Pomidor 60 g Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 15 g (MLE) Szynka wieśniowa- wieprzowa, wędz. parz. z dod. wody i białka wp. 60 g (SOJ.) Pomidor b/śkórki 60 g Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb Graham 120 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 15 g (MLE) Szynka wieśniowa- wieprzowa, wędz. parz. z dod. wody i białka wp. 60 g (SOJ.) Pomidor 60 g Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 120 g (MLE) Masło extra 82% 15 g (MLE) Szynka wieśniowa- wieprzowa, wędz. parz. z dod. wody i białka wp. 60 g (SOJ.) Pasztet z soczewicy (l) 60 g (GLU PSZ, JAJ.) Pomidor 60 g Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb Graham 30 g (GLU PSZ) Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Pasztet z soczewicy (l) 60 g (GLU PSZ, JAJ.) Pomidor 60 g Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb Graham 60 g (GLU PSZ) Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Pasztet z soczewicy (l) 60 g (GLU PSZ, JAJ.) Szynka wieśniowa- wieprzowa, wędz. parz. z dod. wody i białka wp. 60 g (SOJ.) Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Pasztet z soczewicy (l) 60 g (GLU PSZ, JAJ.) Szynka wieśniowa- wieprzowa, wędz. parz. z dod. wody i białka wp. 60 g (SOJ.) Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	
PN	Pomarańcza 250g 1 szt			Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Kurczak gotowany produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony 20 g Salata zielona 5 g		Pomarańcza 250g 1 szt			Pomarańcza 250g 1 szt		Chleb Graham 30 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 5 g (MLE) Kurczak gotowany produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony 20 g Salata zielona 5 g	
	Wartość energetyczna: 1987.40 kcal; Białko ogółem: 69.80 g; Tłuszcz: 61.18 g; Kw. tł. nasy.: 22.97 g; Węglowodany ogółem: 302.98 g; W tym cukry: 68.89 g; Błonnik pok.: 28.76 g; Sól: 8.74 g;	Wartość energetyczna: 2235.95 kcal; Białko ogółem: 72.68 g; Tłuszcz: 60.82 g; Kw. tł. nasy.: 22.96 g; Węglowodany ogółem: 363.56 g; W tym cukry: 104.02 g; Błonnik pok.: 29.82 g; Sól: 8.53 g;	Wartość energetyczna: 2188.50 kcal; Białko ogółem: 194.41 kcal; Białko ogółem: 71.20 g; Tłuszcz: 56.59 g; Kw. tł. nasy.: 13.31 g; Węglowodany ogółem: 363.47 g; W tym cukry: 102.24 g; Błonnik pok.: 30.83 g; Sól: 8.96 g;	Wartość energetyczna: 2200.23 kcal; Białko ogółem: 127.49 g; Tłuszcz: 51.90 g; Kw. tł. nasy.: 22.18 g; Węglowodany ogółem: 369.82 g; W tym cukry: 110.50 g; Błonnik pok.: 27.53 g; Sól: 6.34 g;	Wartość energetyczna: 2691.91 kcal; Białko ogółem: 127.49 g; Tłuszcz: 80.26 g; Kw. tł. nasy.: 26.24 g; Węglowodany ogółem: 381.54 g; W tym cukry: 82.17 g; Błonnik pok.: 35.98 g; Sól: 9.67 g;	Wartość energetyczna: 2101.40 kcal; Białko ogółem: 71.83 g; Tłuszcz: 49.58 g; Kw. tł. nasy.: 21.70 g; Węglowodany ogółem: 354.10 g; W tym cukry: 106.19 g; Błonnik pok.: 24.55 g; Sól: 6.07 g;	Wartość energetyczna: 1799.77 kcal; Białko ogółem: 95.46 g; Tłuszcz: 58.66 g; Kw. tł. nasy.: 25.33 g; Węglowodany ogółem: 238.32 g; W tym cukry: 12.81 g; Błonnik pok.: 29.57 g; Sól: 9.85 g;	Wartość energetyczna: 2173.10 kcal; Białko ogółem: 63.66 g; Tłuszcz: 82.15 g; Kw. tł. nasy.: 22.14 g; Węglowodany ogółem: 349.41 g; W tym cukry: 102.68 g; Błonnik pok.: 25.58 g; Sól: 5.83 g;	Wartość energetyczna: 2508.54 kcal; Białko ogółem: 125.83 g; Tłuszcz: 77.62 g; Kw. tł. nasy.: 41.94 g; Węglowodany ogółem: 392.84 g; W tym cukry: 121.34 g; Błonnik pok.: 28.88 g; Sól: 6.20 g;	Wartość energetyczna: 2637.15 kcal; Białko ogółem: 125.83 g; Tłuszcz: 77.62 g; Kw. tł. nasy.: 28.39 g; Węglowodany ogółem: 374.57 g; W tym cukry: 68.57 g; Błonnik pok.: 34.03 g; Sól: 10.36 g;	Wartość energetyczna: 2637.15 kcal; Białko ogółem: 125.83 g; Tłuszcz: 77.62 g; Kw. tł. nasy.: 28.39 g; Węglowodany ogółem: 374.57 g; W tym cukry: 68.57 g; Błonnik pok.: 34.03 g; Sól: 10.36 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-04-02 do dnia 2024-04-14 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
2024-04-10 srodta	Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Twaróg półtłusty 60 g (MLE) Szprot w sosie pomidorowym 30 g (RYB, SEL.) Pomidor 70 g Roszponka 10 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Twaróg półtłusty 60 g (MLE) Szprot w sosie pomidorowym 30 g (RYB, SEL.) Pomidor 70 g Roszponka 10 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Twaróg półtłusty 60 g (MLE) Pomidor b/skórki 70 g Roszponka 10 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.)	Bułka pszenna długa krojona 70 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Twaróg półtłusty 60 g (MLE) Pomidor b/skórki 70 g Roszponka 10 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.)	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Twaróg półtłusty 60 g (MLE) Szprot w sosie pomidorowym 60 g (RYB, SEL.) Pomidor 70 g Roszponka 10 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Budyń o smaku śmietankowym z/c 150 ml (MLE) Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.)	Bułka pszenna długa krojona 70 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Twaróg półtłusty 60 g (MLE) Pomidor 70 g Roszponka 10 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.)	Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Twaróg półtłusty 60 g (MLE) Pomidor 70 g Roszponka 10 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 120 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Twaróg półtłusty 60 g (MLE) Szprot w sosie pomidorowym 30 g (RYB, SEL.) Pomidor 70 g Roszponka 10 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Twaróg półtłusty 60 g (MLE) Szprot w sosie pomidorowym 30 g (RYB, SEL.) Pomidor 70 g Roszponka 10 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Twaróg półtłusty 60 g (MLE) Szprot w sosie pomidorowym 60 g (RYB, SEL.) Pomidor 70 g Roszponka 10 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.)
	II SN							Jabłko 1 szt 1 szt			
2024-04-10 srodta	Obiad	Ziemniaczana (I) 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Kasza gryczana 200 g Pieczeń rzymska wieprzowa 60 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos mśliwski 100 g (GLU PSZ, SOJ, SEL, GOR.) Surówka z marchwi z olejem (I) 75 g Cukinia pieczona z olejem * 75 g Kompotowocowy* z/c 250 ml	Ziemniaczana (I) 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Kasza gryczana 200 g Pieczeń rzymska wieprzowa 60 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos mśliwski 100 g (GLU PSZ, SOJ, SEL, GOR.) Surówka z marchwi z olejem (I) 50 g Cukinia pieczona z olejem * 75 g Kompotowocowy* z/c 250 ml	Ziemniaczana (bez mleka) (I) 350 ml (GLU PSZ, SEL.) Kasza gryczana 200 g Pieczeń rzymska wieprzowa 60 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos pomidorowy 100 ml (GLU PSZ.) Cukinia pieczona z olejem * 75 g Surówka z marchwi z olejem (I) 50 g Sznajak gotowany z olejem* 75 g (GLU PSZ.) Kompotowocowy* z/c 250 ml	Ziemniaczana (I) 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JECZ.) Pieczeń rzymska wieprzowa 60 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos pomidorowy 100 ml (GLU PSZ.) Buraczki gotowane drobno tarte (I) 50 g Sznajak gotowany z olejem* 50 g (GLU PSZ.) Kompotowocowy* z/c 250 ml	Ziemniaczana (I) 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JECZ.) 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 Sznajak gotowany z olejem* 75 g (GLU PSZ.) Kompotowocowy* z/c 250 ml	Ziemniaczana (I) 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JECZ.) 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 Sznajak gotowany z olejem* 75 g (GLU PSZ.) Kompotowocowy* z/c 250 ml	Ziemniaczana (I) 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JECZ.) Pieczeń rzymska wieprzowa 60 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos pomidorowy 100 ml (GLU PSZ.) Buraczki gotowane drobno tarte (I) 50 g Sznajak gotowany z olejem* 50 g (GLU PSZ.) Kompotowocowy* z/c 250 ml	Ziemniaczana (bez glutenu) (I) 350 ml (MLE, SEL.) Ryz na sypko 200 g Pieczeń rzymska wieprzowa (bigluteny) 60 g (JAJ.) Sos pomidorowy (bez glutenu) 100 ml Surówka z marchwi z olejem (I) 75 g Cukinia pieczona z olejem * 75 g Kompotowocowy* b/c 250 ml	Ziemniaczana (I) 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JECZ.) Kotlet z jaj 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos pomidorowy 100 ml (GLU PSZ.) Surówka z marchwi z olejem (I) 75 g Cukinia pieczona z olejem * 75 g Kompotowocowy* z/c 250 ml	Ziemniaczana (I) 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 Sznajak gotowany z olejem* 75 g 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	Sok pomarańczowy 0,2L-kartonik 1 szt	Jogurt truskawkowy 100 g 1 szt (MLE)
2024-04-10 srodta	Kolacja	Chleb Graham 30 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 60 g (może zawierać: MLE, GOR.) Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb Graham 30 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 60 g 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 tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 60 g (może zawierać: MLE, GOR.) Salata zielona 20 g Pomidor b/skórki 60 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 60 g (może zawierać: MLE, GOR.) Salata zielona 20 g Pomidor b/skórki 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 tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 60 g (może zawierać: MLE, GOR.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Salata zielona 20 g Pomidor 60 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 60 g (może zawierać: MLE, GOR.) Salata zielona 20 g Pomidor b/skórki 60 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb Graham 120 g (GLU PSZ.) 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 b/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 120 g (GLU PSZ.) 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 tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 60 g (może zawierać: MLE, GOR.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Salata zielona 20 g Pomidor 60 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml
	PN	Bułka maślana 1 szt 1 szt (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Sok wielowarzynny pasteryzowany 0,33l 1 szt		Bułka 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) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 20 g Salata zielona 5 g	Sok wielowarzynny pasteryzowany 0,33l 1 szt		Chleb Graham 30 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 20 g Salata zielona 5 g
		Wartość energetyczna: 2503.42 kcal; Białko ogółem: 94.41 g; Tłuszcz: 70.84 g; Kw. tł. nasy.: 28.10 g; Węglowodany ogółem: 383.20 g; W tym cukry: 72.65 g; Błonnik pok.: 27.75 g; Sól: 8.05 g;	Wartość energetyczna: 2641.77 kcal; Białko ogółem: 94.20 g; Tłuszcz: 68.54 g; Kw. tł. nasy.: 27.94 g; Węglowodany ogółem: 420.79 g; W tym cukry: 112.06 g; Błonnik pok.: 25.58 g; Sól: 7.87 g;	Wartość energetyczna: 2179.75 kcal; Białko ogółem: 80.77 g; Tłuszcz: 51.61 g; Kw. tł. nasy.: 12.66 g; Węglowodany ogółem: 357.71 g; W tym cukry: 88.60 g; Błonnik pok.: 27.67 g; Sól: 8.11 g;	Wartość energetyczna: 2329.98 kcal; Białko ogółem: 82.32 g; Tłuszcz: 59.51 g; Kw. tł. nasy.: 25.50 g; Węglowodany ogółem: 374.76 g; W tym cukry: 63.71 g; Błonnik pok.: 23.24 g; Sól: 7.27 g;	Wartość energetyczna: 2509.64 kcal; Białko ogółem: 87.62 g; Tłuszcz: 55.32 g; Kw. tł. nasy.: 25.14 g; Węglowodany ogółem: 421.68 g; W tym cukry: 110.93 g; Błonnik pok.: 19.88 g; Sól: 5.89 g;	Wartość energetyczna: 3044.13 kcal; Białko ogółem: 129.00 g; Tłuszcz: 85.65 g; Kw. tł. nasy.: 34.02 g; Węglowodany ogółem: 449.53 g; W tym cukry: 88.32 g; Błonnik pok.: 27.14 g; Sól: 8.83 g;	Wartość energetyczna: 2510.21 kcal; Białko ogółem: 87.64 g; Tłuszcz: 55.32 g; Kw. tł. nasy.: 25.14 g; Węglowodany ogółem: 421.81 g; W tym cukry: 111.02 g; Błonnik pok.: 19.91 g; Sól: 5.90 g;	Wartość energetyczna: 1931.99 kcal; Białko ogółem: 80.90 g; Tłuszcz: 58.17 g; Kw. tł. nasy.: 22.53 g; Węglowodany ogółem: 287.82 g; W tym cukry: 33.13 g; Błonnik pok.: 35.73 g; Sól: 7.54 g;	Wartość energetyczna: 2180.95 kcal; Białko ogółem: 59.47 g; Tłuszcz: 62.98 g; Kw. tł. nasy.: 22.53 g; Węglowodany ogółem: 344.01 g; W tym cukry: 89.70 g; Błonnik pok.: 17.18 g; Sól: 2.76 g;	Wartość energetyczna: 2465.01 kcal; Białko ogółem: 76.76 g; Tłuszcz: 72.08 g; Kw. tł. nasy.: 28.05 g; Węglowodany ogółem: 384.89 g; W tym cukry: 96.68 g; Błonnik pok.: 28.91 g; Sól: 5.62 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-04-02 do dnia 2024-04-14 KUCHNIA ŁÓDŹ

	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 mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Pasztet z soczewicy () 60 g (GLU PSZ, JAJ.) Papryka konserwowa 60 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Pasztet z soczewicy () 60 g (GLU PSZ, JAJ.) Papryka konserwowa 60 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Serek homogenizowany waniliowy 150g 1 szt (MLE) Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw. 80% tł 15 g Pasztet z soczewicy () 60 g (GLU PSZ, JAJ.) Papryka konserwowa 60 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Serek homogenizowany waniliowy 150g 1 szt (MLE) Chrupki kukurydziane 25 g Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Szynka zielonogórska-wp. parzona 60 g (SOJ.) Pomidor b/skórki 60 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.)	Bułka pszenna długa krojona 70 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Szynka zielonogórska-wp. parzona 60 g (SOJ.) Pomidor b/skórki 60 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Serek homogenizowany waniliowy 150g 1 szt (MLE) Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Pasztet z soczewicy () 60 g (GLU PSZ, JAJ.) Szynka zielonogórska-wp. parzona 60 g (SOJ.) Pomidor 60 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Kawa zbożowa z makiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Serek homogenizowany waniliowy 150g 1 szt (MLE) Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.)	Bułka pszenna długa krojona 70 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Szynka zielonogórska-wp. parzona 60 g (SOJ.) Pomidor 60 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Serek homogenizowany waniliowy 150g 1 szt (MLE) Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.)	Chleb Graham 120 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Szynka zielonogórska-wp. parzona 60 g (SOJ.) Pomidor 60 g Papryka konserwowa 60 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 120 g (MLE) Masło extra 82% 15 g (MLE) Szynka zielonogórska-wp. parzona 60 g (SOJ.) Pomidor 60 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Serek homogenizowany waniliowy 150g 1 szt (MLE)	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Pasztet z soczewicy () 60 g (GLU PSZ, JAJ.) Pomidor 60 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Serek homogenizowany waniliowy 150g 1 szt (MLE) Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Szynka zielonogórska-wp. parzona 60 g (SOJ.) Pasztet z soczewicy () 60 g (GLU PSZ, JAJ.) Pomidor 60 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Kawa zbożowa z makiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Serek homogenizowany waniliowy 150g 1 szt (MLE) Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.)
	II SN								Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE)		
Obiad	Żurek z ziemniakami () 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT.) Makaron pelnoziarnisty z sosem bolognese, z łop wp () 300 g (GLU PSZ, MLE, SEL.) Surówka z selera i jabłka z olejem () 150 g (SEL.) Kompotowocowy* z/c 250 ml	Żurek z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT.) Makaron pelnoziarnisty z sosem bolognese, z łop wp () 300 g (GLU PSZ, MLE, SEL.) Surówka z selera i jabłka z olejem () 100 g (SEL.) Kompotowocowy* z/c 250 ml	Szpinakowa z ziemniakami (bez mleka) () 350 ml (GLU PSZ, SEL.) Makaron z sosem bolognese, z łop wp - dieta () 300 g (GLU PSZ, SEL.) Bukiet warzyw gotowanych (march, kaliafor, brokuł)* 150 g Kompotowocowy* z/c 250 ml	Szpinakowa z ziemniakami () 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Makaron z sosem bolognese, z łop wp - dieta () 300 g (GLU PSZ, SEL.) Bukiet warzyw gotowanych (march, kaliafor, brokuł)* 100 g Kompotowocowy* z/c 250 ml	Szpinakowa z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Makaron z sosem bolognese, z łop wp - dieta () 300 g (GLU PSZ, SEL.) Bukiet warzyw gotowanych (march, kaliafor, brokuł)* 150 g Kompotowocowy* z/c 250 ml	Szpinakowa z ziemniakami () 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Makaron z sosem bolognese, z łop wp - dieta () 300 g (GLU PSZ, SEL.) Klopsik wieprzowy 80 g (GLU PSZ, SEL.) Bukiet warzyw gotowanych (march, kaliafor, brokuł)* 150 g Kompotowocowy* z/c 250 ml	Szpinakowa z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Makaron z sosem bolognese, z łop wp - dieta () 300 g (GLU PSZ, SEL.) Bukiet warzyw gotowanych (march, kaliafor, brokuł)* 150 g Kompotowocowy* z/c 250 ml	Szpinakowa z ziemniakami () 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, SEL.) Makaron z sosem bolognese, z łop wp - dieta () (bez glutenu) 300 g (SEL.) Surówka z selera i jabłka z olejem () 150 g (SEL.) Kompotowocowy* z/c 250 ml	Szpinakowa z ziemniakami () 350 ml (MLE, SEL.) Makaron z sosem bolognese, z łop wp - dieta () (bez glutenu) 300 g (SEL.) Surówka z selera i jabłka z olejem () 150 g (SEL.) Kompotowocowy* z/c 250 ml	Szpinakowa z ziemniakami () 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Makaron z warzywami () 300 g (GLU PSZ, MLE.) Surówka z selera i jabłka z olejem () 150 g (SEL.) Kompotowocowy* z/c 250 ml	Szpinakowa z ziemniakami () 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Makaron z sosem bolognese, z łop wp - dieta () 300 g (GLU PSZ, SEL.) Klopsik wieprzowy 80 g (GLU PSZ, JAJ.) Bukiet warzyw gotowanych (march, kaliafor, brokuł)* 150 g Kompotowocowy* z/c 250 ml
	PD		Jabłko 1 szt 1 szt		Chrupki kukurydziane 25 g	Chleb Graham 30 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Schab Krotoszyński wędzonka wieprzowa z dodatkiem wody wędzona parzona 20 g (SOJ, MLE.)	Chrupki kukurydziane 25 g	Jabłko 1 szt 1 szt		Mus z jabłek () z/c 100 g	
Kolacja	Chleb Graham 30 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Baton szynkowy z kurcząt 60 g (może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.) Pomidor 60 g Sałata zielona 20 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Chleb Graham 30 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw. 80% tł 15 g Szynkowa dębowa drobiowia kielbasa grubo rozdrobiona 60 g Pomidor 60 g Sałata zielona 20 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Chleb Graham 30 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw. 80% tł 15 g Szynkowa dębowa drobiowia kielbasa grubo rozdrobiona 60 g Pomidor b/skórki 60 g Sałata zielona 20 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Baton szynkowy z kurcząt 60 g (może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.) Pomidor b/skórki 60 g Sałata zielona 20 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Baton szynkowy z kurcząt 60 g (może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.) Pomidor b/skórki 60 g Sałata zielona 20 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Chleb Graham 60 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Baton szynkowy z kurcząt 60 g (może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.) Twarożek 60 g (MLE) Pomidor 60 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Baton szynkowy z kurcząt 60 g (może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.) Pomidor 60 g Sałata zielona 20 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Chleb Graham 120 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Baton szynkowy z kurcząt 60 g (może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.) Pomidor 60 g Sałata zielona 20 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 120 g (MLE) Masło extra 82% 15 g (MLE) Szynkowa dębowa drobiowia kielbasa grubo rozdrobiona 60 g Pomidor 60 g Sałata zielona 20 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Chleb Graham 30 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Twarożek 60 g (MLE) Pomidor 60 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Chleb Graham 60 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Twarożek 60 g (MLE) Pomidor 60 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml
	PN		Kiwi 1 szt 1 szt		Chrupki kukurydziane 25 g	Kiwi 1 szt 1 szt	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Kiwi 1 szt 1 szt	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Kiwi 1 szt 1 szt	Chleb Graham 30 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Sałata zielona 5 g
	Wartość energetyczna: 2282.73 kcal; Białko ogółem: 71.79 g; Tłuszcz: 75.18 g; Kw. tł. nasy.: 25.02 g; Węglowodany ogółem: 345.41 g; W tym cukry: 58.81 g; Błonnik pok.: 35.85 g; Sól: 7.14 g;	Wartość energetyczna: 2496.40 kcal; Białko ogółem: 88.59 g; Tłuszcz: 78.34 g; Kw. tł. nasy.: 28.66 g; Węglowodany ogółem: 369.93 g; W tym cukry: 89.32 g; Błonnik pok.: 34.68 g; Sól: 6.97 g;	Wartość energetyczna: 2306.40 kcal; Białko ogółem: 75.73 g; Tłuszcz: 65.80 g; Kw. tł. nasy.: 13.49 g; Węglowodany ogółem: 371.34 g; W tym cukry: 70.69 g; Błonnik pok.: 40.01 g; Sól: 6.61 g;	Wartość energetyczna: 2092.19 kcal; Białko ogółem: 76.98 g; Tłuszcz: 65.99 g; Kw. tł. nasy.: 25.80 g; Węglowodany ogółem: 308.09 g; W tym cukry: 45.53 g; Błonnik pok.: 23.98 g; Sól: 7.43 g;	Wartość energetyczna: 2275.69 kcal; Białko ogółem: 93.08 g; Tłuszcz: 62.48 g; Kw. tł. nasy.: 25.30 g; Węglowodany ogółem: 342.61 g; W tym cukry: 79.49 g; Błonnik pok.: 22.80 g; Sól: 5.53 g;	Wartość energetyczna: 3050.01 kcal; Białko ogółem: 142.95 g; Tłuszcz: 96.97 g; Kw. tł. nasy.: 36.40 g; Węglowodany ogółem: 412.29 g; W tym cukry: 83.70 g; Błonnik pok.: 33.35 g; Sól: 9.23 g;	Wartość energetyczna: 2293.27 kcal; Białko ogółem: 94.27 g; Tłuszcz: 62.64 g; Kw. tł. nasy.: 25.32 g; Węglowodany ogółem: 346.23 g; W tym cukry: 81.39 g; Błonnik pok.: 24.39 g; Sól: 5.65 g;	Wartość energetyczna: 2201.20 kcal; Białko ogółem: 89.03 g; Tłuszcz: 78.62 g; Kw. tł. nasy.: 30.26 g; Węglowodany ogółem: 304.32 g; W tym cukry: 38.67 g; Błonnik pok.: 41.74 g; Sól: 8.76 g;	Wartość energetyczna: 2237.40 kcal; Białko ogółem: 73.10 g; Tłuszcz: 69.80 g; Kw. tł. nasy.: 25.66 g; Węglowodany ogółem: 336.21 g; W tym cukry: 90.24 g; Błonnik pok.: 27.51 g; Sól: 4.35 g;	Wartość energetyczna: 2267.19 kcal; Białko ogółem: 76.24 g; Tłuszcz: 58.22 g; Kw. tł. nasy.: 25.89 g; Węglowodany ogółem: 373.62 g; W tym cukry: 83.52 g; Błonnik pok.: 38.23 g; Sól: 4.87 g;	Wartość energetyczna: 3138.69 kcal; Białko ogółem: 145.57 g; Tłuszcz: 101.25 g; Kw. tł. nasy.: 38.06 g; Węglowodany ogółem: 422.83 g; W tym cukry: 81.02 g; Błonnik pok.: 34.78 g; Sól: 8.98 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-04-02 do dnia 2024-04-14 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
Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 60 g (<u>JAJ, MLE</u>) Mandarynka 1 szt Rukola 10 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 60 g (<u>JAJ, MLE</u>) Mandarynka 1 szt Rukola 10 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Chalka 60 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Pasta z jaj (b/mleka) 60 g (<u>JAJ</u>) Mandarynka 1 szt Rukola 10 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Chalka 60 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 60 g (<u>JAJ, MLE</u>) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Rukola 10 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>)	Bułka pszenna długa krojona 70 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 60 g (<u>JAJ, MLE</u>) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Rukola 10 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Chalka 60 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 60 g (<u>JAJ, MLE</u>) Szynka wieśniowa- wieprzowa, wedz. parz. z dod. wody i białka wp. 60 g (<u>SOJ.</u>) Mandarynka 1 szt Rukola 10 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Chalka 60 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>)	Bułka pszenna długa krojona 70 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 60 g (<u>JAJ, MLE</u>) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Rukola 10 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Chalka 60 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>)	Chleb Graham 120 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 60 g (<u>JAJ, MLE</u>) Mandarynka 1 szt Rukola 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 150 g Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 60 g (<u>JAJ, MLE</u>) Mandarynka 1 szt Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Rukola 10 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Chalka 60 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 60 g (<u>JAJ, MLE</u>) Szynka wieśniowa- wieprzowa, wedz. parz. z dod. wody i białka wp. 60 g (<u>SOJ.</u>) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Rukola 10 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Chalka 60 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>)	
	II SN								Jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>MLE</u>)		
Obiad	Krupnik jęczmienny (l) 350 ml (<u>MLE, SEL, GLU JECZ.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane (l) 200 g Dorsz panierowany 60 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u>) Surówka z kapusty kiszzonej z olejem (l) 75 g Warzywa po grecku (l) 75 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kompotowocowy* z/c 250 ml	Krupnik jęczmienny (l) 300 ml (<u>MLE, SEL, GLU JECZ.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane (l) 200 g Dorsz panierowany 60 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u>) Surówka z kapusty kiszzonej z olejem (l) 50 g Warzywa po grecku (l) 50 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kompotowocowy* z/c 250 ml	Krupnik jęczmienny (bez mleka) (l) 350 ml (<u>SEL, GLU JECZ.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane (l) 200 g Dorsz panierowany 60 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u>) Surówka z kapusty kiszzonej z olejem (l) 75 g Warzywa po grecku (l) 75 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kompotowocowy* z/c 250 ml	Krupnik jęczmienny (l) 350 ml (<u>MLE, SEL, GLU JECZ.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane (l) 200 g Pulpet rybny (Dorsz) 60 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u>) Warzywa po grecku (l) 75 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kompotowocowy* z/c 250 ml Brokuł gotowany* 75 g	Krupnik jęczmienny (l) 300 ml (<u>MLE, SEL, GLU JECZ.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane (l) 200 g Dorsz panierowany 60 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u>) Pulpet rybny (Dorsz) 60 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u>) Warzywa po grecku (l) 50 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kompotowocowy* z/c 250 ml Brokuł gotowany* 50 g	Krupnik jęczmienny (l) 350 ml (<u>MLE, SEL, GLU JECZ.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane (l) 200 g Dorsz panierowany 60 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u>) Pulpet rybny (Dorsz) 60 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u>) Warzywa po grecku (l) 75 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kompotowocowy* z/c 250 ml Brokuł gotowany* 75 g	Krupnik jęczmienny (l) 300 ml (<u>MLE, SEL, GLU JECZ.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane (l) 150 g Pulpet rybny (Dorsz) 60 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u>) Warzywa po grecku (l) 50 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kompotowocowy* z/c 250 ml Brokuł gotowany* 50 g	Krupnik jęczmienny (l) 350 ml (<u>MLE, SEL, GLU JECZ.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane (l) 200 g Pulpet rybny (Dorsz) 60 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u>) Surówka z kapusty kiszzonej z olejem b/c (l) 75 g Kompotowocowy* z/c 250 ml Brokuł gotowany* 75 g	Ryżowa (l) 400 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane (l) 200 g Pulpet rybny (Dorsz) (bez glutenu) 60 g (<u>JAJ, RYB.</u>) Surówka z kapusty kiszzonej z olejem (l) 75 g Warzywa po grecku (bez glutenu) (l) 75 g (<u>SEL.</u>) Kompotowocowy* z/c 250 ml	Krupnik jęczmienny (l) 350 ml (<u>MLE, SEL, GLU JECZ.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane (l) 200 g Pulpet rybny (Dorsz) 60 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u>) Surówka z kapusty kiszzonej z olejem (l) 75 g Warzywa po grecku (l) 75 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kompotowocowy* z/c 250 ml	Krupnik jęczmienny (l) 350 ml (<u>MLE, SEL, GLU JECZ.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane (l) 200 g Pulpet rybny (Dorsz) 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u>) Warzywa po grecku (l) 75 g Kompotowocowy* z/c 250 ml Brokuł gotowany* 75 g
	PD					Jogurt truskawkowy 100 g 1 szt (<u>MLE</u>)			Surówka z kapusty białej z olejem b/c (l) 100 g	Chrupki kukurydziane 25 g	Jogurt truskawkowy 100 g 1 szt (<u>MLE</u>)
Kolacja	Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ, PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Kurczak gotowany produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony 60 g Dżem 25 g 1 szt Salata zielona 20 g Pomidor 60 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ, PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Kurczak gotowany produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony 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 (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Twaróg półtłusty 60 g (<u>MLE</u>) Dżem 25 g 1 szt Salata zielona 20 g Pomidor b/skórki 60 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 120 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Twaróg półtłusty 60 g (<u>MLE</u>) 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 (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Twaróg półtłusty 40 g (<u>MLE</u>) Kurczak gotowany produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony 60 g Dżem 25 g 1 szt Salata zielona 20 g Pomidor 60 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb Graham 60 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Serek homo. naturalny 60 g (<u>MLE</u>) Dżem 25 g 1 szt Salata zielona 20 g Pomidor 60 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 120 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Serek homo. naturalny 60 g (<u>MLE</u>) Dżem 25 g 1 szt Salata zielona 20 g Pomidor 60 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb Graham 120 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Kurczak gotowany produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony 60 g Salata zielona 20 g Pomidor 60 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 120 g Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Twaróg półtłusty 60 g (<u>MLE</u>) Dżem 25 g 1 szt Salata zielona 20 g Pomidor 60 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Dżem 25 g 1 szt Twaróg półtłusty 60 g (<u>MLE</u>) Kurczak gotowany produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony 60 g Dżem 25 g 1 szt Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb Graham 60 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Twaróg półtłusty 40 g (<u>MLE</u>) Kurczak gotowany produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony 60 g Dżem 25 g 1 szt Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Pomidor 60 g
	PN	Rogal maślany 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt		Rogal maślany 50g 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 Piastowska- wp. wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 20 g (<u>SOJ.</u>) Salata zielona 5 g	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt	Jabłko 1 szt 1 szt
	Wartość energetyczna: 2161.49 kcal; Białko ogółem: 69.96 g; Tłuszcz: 62.54 g; Kw. tł. nasy.: 24.14 g; Węglowodany ogółem: 341.19 g; W tym cukry: 75.06 g; Błonnik pok.: 24.92 g; Sól: 7.00 g;	Wartość energetyczna: 2433.68 kcal; Białko ogółem: 76.20 g; Tłuszcz: 71.21 g; Kw. tł. nasy.: 27.58 g; Węglowodany ogółem: 383.04 g; W tym cukry: 77.74 g; Błonnik pok.: 23.13 g; Sól: 6.81 g;	Wartość energetyczna: 2225.03 kcal; Białko ogółem: 66.83 g; Tłuszcz: 68.13 g; Kw. tł. nasy.: 13.30 g; Węglowodany ogółem: 350.00 g; W tym cukry: 57.99 g; Błonnik pok.: 26.80 g; Sól: 7.52 g;	Wartość energetyczna: 2113.57 kcal; Białko ogółem: 69.82 g; Tłuszcz: 53.85 g; Kw. tł. nasy.: 24.35 g; Węglowodany ogółem: 348.47 g; W tym cukry: 81.55 g; Błonnik pok.: 24.91 g; Sól: 5.40 g;	Wartość energetyczna: 2434.35 kcal; Białko ogółem: 80.95 g; Tłuszcz: 64.09 g; Kw. tł. nasy.: 27.81 g; Węglowodany ogółem: 393.37 g; W tym cukry: 86.77 g; Błonnik pok.: 20.24 g; Sól: 4.05 g;	Wartość energetyczna: 2630.25 kcal; Białko ogółem: 110.76 g; Tłuszcz: 71.15 g; Kw. tł. nasy.: 28.23 g; Węglowodany ogółem: 399.67 g; W tym cukry: 86.15 g; Błonnik pok.: 28.87 g; Sól: 10.26 g;	Wartość energetyczna: 2341.66 kcal; Białko ogółem: 77.00 g; Tłuszcz: 62.07 g; Kw. tł. nasy.: 25.90 g; Węglowodany ogółem: 378.17 g; W tym cukry: 84.70 g; Błonnik pok.: 19.10 g; Sól: 3.92 g;	Wartość energetyczna: 1828.30 kcal; Białko ogółem: 52.42 g; Tłuszcz: 64.02 g; Kw. tł. nasy.: 26.16 g; Węglowodany ogółem: 262.23 g; W tym cukry: 29.93 g; Błonnik pok.: 34.94 g; Sól: 7.85 g;	Wartość energetyczna: 2057.04 kcal; Białko ogółem: 52.42 g; Tłuszcz: 64.02 g; Kw. tł. nasy.: 23.51 g; Węglowodany ogółem: 324.02 g; W tym cukry: 65.38 g; Błonnik pok.: 18.43 g; Sól: 3.17 g;	Wartość energetyczna: 2315.44 kcal; Białko ogółem: 72.48 g; Tłuszcz: 63.95 g; Kw. tł. nasy.: 27.44 g; Węglowodany ogółem: 376.92 g; W tym cukry: 83.21 g; Błonnik pok.: 29.38 g; Sól: 5.50 g;	Wartość energetyczna: 2662.25 kcal; Białko ogółem: 110.01 g; Tłuszcz: 71.46 g; Kw. tł. nasy.: 32.02 g; Węglowodany ogółem: 410.47 g; W tym cukry: 79.11 g; Błonnik pok.: 31.04 g; Sól: 10.84 g;

Jadłospis za okres od dnia 2024-04-02 do dnia 2024-04-14 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	
Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Ser żółty 60 g (MLE) Ogórek kiszony 70 g Mix sałat 10 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ)	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Ser żółty 60 g (MLE) Ogórek kiszony 70 g Mix sałat 10 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Galearetka o smaku truskawkowym 150 g Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ)	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Szynka zielonogórska-wp. parzona 60 g (SOJ) Pomidor b/skórki 70 g Ogórek kiszony 70 g Mix sałat 10 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Galearetka o smaku truskawkowym 150 g Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ)	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Szynka zielonogórska-wp. parzona 60 g (SOJ) Pomidor b/skórki 70 g Mix sałat 10 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ)	Bułka pszenna długa krojona 70 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 15 g (MLE) Szynka zielonogórska-wp. parzona 60 g (SOJ) Pomidor b/skórki 70 g Mix sałat 10 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Galearetka o smaku truskawkowym 150 g Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Szynka zielonogórska-wp. parzona 60 g (SOJ) Pasztet z soczewicy () 40 g (GLU PSZ, JAJ.) Pomidor 70 g Mix sałat 10 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Serek homo naturalny 150g 1 szt (MLE) Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ)	Bułka pszenna długa krojona 70 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 15 g (MLE) Szynka zielonogórska-wp. parzona 60 g (SOJ) Pomidor 70 g Mix sałat 10 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Galearetka o smaku truskawkowym 150 g Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ)	Chleb Graham 120 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Ser żółty 60 g (MLE) Ogórek kiszony 70 g Mix sałat 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 120 g (MLE) Masło extra 82% 15 g (MLE) Szynka zielonogórska-wp. parzona 60 g (SOJ) Pasztet z soczewicy () 60 g (GLU PSZ, JAJ.) Pomidor 70 g Mix sałat 10 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Galearetka o smaku truskawkowym 150 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Szynka zielonogórska-wp. parzona 60 g (SOJ) Pasztet z soczewicy () 40 g (GLU PSZ, JAJ.) Pomidor 70 g Mix sałat 10 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Galearetka o smaku truskawkowym 150 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Szynka zielonogórska-wp. parzona 60 g (SOJ) Pasztet z soczewicy () 40 g (GLU PSZ, JAJ.) Pomidor 70 g Mix sałat 10 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Galearetka o smaku truskawkowym 150 g Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ)	
II SN							Serek homo naturalny 150g 1 szt (MLE)					
Obiad	Koperkowa z ziemniakami () 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryż na sypko 200 g Kociołek meksykański z kurczakiem i fasolą 150 g (SEL.) Salatka z buraczków i jabłka z olejem () 75 g Surówka z marchwi z olejem () 75 g Kompotowocowy* z/c 250 ml	Koperkowa z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryż na sypko 200 g Kociołek meksykański z kurczakiem i fasolą 150 g (SEL.) Salatka z buraczków i jabłka z olejem () 50 g Surówka z marchwi z olejem () 50 g Kompotowocowy* z/c 250 ml	Koperkowa z ziemniakami (bez mleka) () 350 ml (GLU PSZ, SEL.) Ryż na sypko 200 g Kociołek meksykański z kurczakiem i fasolą 150 g (SEL.) Salatka z buraczków i jabłka z olejem () 75 g Surówka z marchwi z olejem () 75 g Kompotowocowy* z/c 250 ml	Koperkowa z ziemniakami () 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryż na sypko 200 g Potrawka drobiowa () 150 g (GLU PSZ, SEL.) Buraczki oprószone () 75 g (GLU PSZ) Marchew gotowana z olejem () 50 g Kompotowocowy* z/c 250 ml	Koperkowa z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryż na sypko 200 g Potrawka drobiowa () 150 g (GLU PSZ, SEL.) Mięso drobiowe gotowane z udzka kurczaka 80 g Buraczki oprószone () 75 g (GLU PSZ) Marchew gotowana z olejem () 75 g Kompotowocowy* z/c 250 ml	Koperkowa z ziemniakami () 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryż na sypko 200 g Potrawka drobiowa () 150 g (GLU PSZ, SEL.) Mięso drobiowe gotowane z udzka kurczaka 80 g Buraczki oprószone () 75 g (GLU PSZ) Marchew gotowana z olejem () 75 g Kompotowocowy* z/c 250 ml	Koperkowa z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryż na sypko 200 g Potrawka drobiowa () 150 g (GLU PSZ, SEL.) Buraczki oprószone () 50 g (GLU PSZ) Marchew gotowana z olejem () 50 g Kompotowocowy* z/c 250 ml	Koperkowa z ziemniakami () 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryż na sypko (brązowy) 200 g Kociołek meksykański z kurczakiem i fasolą 150 g (SEL.) Surówka z marchwi z olejem b/c () 75 g Salatka z buraczków i jabłka z olejem () 75 g Kompotowocowy* b/c 250 ml	Koperkowa z ziemniakami (bez glutenu) () 350 ml (MLE, SEL.) Ryż na sypko 200 g Kociołek meksykański z kurczakiem i fasolą 150 g (SEL.) Salatka z buraczków i jabłka z olejem () 75 g Surówka z marchwi z olejem () 75 g Kompotowocowy* z/c 250 ml	Koperkowa z ziemniakami () 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryż na sypko 200 g Kociołek meksykański z kurczakiem i fasolą 150 g (GLU PSZ, SEL.) Mięso drobiowe gotowane z udzka kurczaka 80 g Buraczki oprószone () 75 g (GLU PSZ) Marchew gotowana z olejem () 75 g Kompotowocowy* z/c 250 ml	Koperkowa z ziemniakami () 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryż na sypko 200 g Kociołek meksykański z kurczakiem i fasolą 150 g (GLU PSZ, SEL.) Mięso drobiowe gotowane z udzka kurczaka 80 g Buraczki oprószone () 75 g (GLU PSZ) 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 (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.)	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt		Jabłko 1 szt 1 szt		Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE)	
Kolejka	Chleb Graham 30 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) 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 (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 zielona 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 60 g Pomidor b/skórki 60 g Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 60 g Pomidor b/skórki 60 g Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Bułka 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) Parówki drobiowe z cielęciną homogenizowane, wędzone, parzone 80 g Pomidor 60 g Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb Graham 60 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) Parówki drobiowe z cielęciną homogenizowane, wędzone, parzone 80 g Pomidor 60 g Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Szynkowa 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 (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 60 g Pomidor 60 g Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 120 g (MLE) Masło extra 82% 15 g (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 60 g Pomidor 60 g Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb Graham 30 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Ser żółty 60 g (MLE) Pomidor 60 g Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb Graham 60 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Ser żółty 60 g (MLE) 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	Przecier owocowy jablko-truskawka 120g 1 szt (<u>może zawierać: MLE.</u>)	Mus- przecier owocowy jablko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 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.) Salata zielona 5 g	Przecier owocowy jablko-truskawka 120g 1 szt (<u>może zawierać: MLE.</u>)	Przecier owocowy jablko-truskawka 120g 1 szt (<u>może zawierać: MLE.</u>)	Chleb Graham 30 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Salata zielona 5 g	Przecier owocowy jablko-truskawka 120g 1 szt (<u>może zawierać: MLE.</u>)	Przecier owocowy jablko-truskawka 120g 1 szt (<u>może zawierać: MLE.</u>)	Przecier owocowy jablko-truskawka 120g 1 szt (<u>może zawierać: MLE.</u>)	Chleb Graham 30 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Salata zielona 5 g	Chleb Graham 30 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Salata zielona 5 g	
	Wartość energetyczna: 2212.49 kcal; Białko ogółem: 69.32 g; Tłuszcz: 73.70 g; Kw. tł. nasy.: 30.76 g; Węglowodany ogółem: 314.54 g; W tym cukry: 57.74 g; Błonnik pok.: 24.00 g; Sól: 8.63 g;	Wartość energetyczna: 2313.85 kcal; Białko ogółem: 70.66 g; Tłuszcz: 71.98 g; Kw. tł. nasy.: 30.62 g; Węglowodany ogółem: 342.01 g; W tym cukry: 68.01 g; Błonnik pok.: 24.48 g; Sól: 8.43 g;	Wartość energetyczna: 2009.96 kcal; Białko ogółem: 59.99 g; Tłuszcz: 47.11 g; Kw. tł. nasy.: 10.60 g; Węglowodany ogółem: 348.51 g; W tym cukry: 75.18 g; Błonnik pok.: 26.90 g; Sól: 8.61 g;	Wartość energetyczna: 2018.84 kcal; Białko ogółem: 76.63 g; Tłuszcz: 53.96 g; Kw. tł. nasy.: 24.79 g; Węglowodany ogółem: 317.70 g; W tym cukry: 47.80 g; Błonnik pok.: 24.29 g; Sól: 7.94 g;	Wartość energetyczna: 2053.20 kcal; Białko ogółem: 147.23 g; Tłuszcz: 104.85 g; Kw. tł. nasy.: 40.64 g; Węglowodany ogółem: 391.71 g; W tym cukry: 68.13 g; Błonnik pok.: 31.50 g; Sól: 10.41 g;	Wartość energetyczna: 3109.19 kcal; Białko ogółem: 147.23 g; Tłuszcz: 104.85 g; Kw. tł. nasy.: 40.64 g; Węglowodany ogółem: 391.71 g; W tym cukry: 68.13 g; Błonnik pok.: 31.50 g; Sól: 10.41 g;	Wartość energetyczna: 2053.77 kcal; Białko ogółem: 75.41 g; Tłuszcz: 45.52 g; Kw. tł. nasy.: 20.39 g; Węglowodany ogółem: 344.86 g; W tym cukry: 72.38 g; Błonnik pok.: 21.50 g; Sól: 5.84 g;	Wartość energetyczna: 2053.77 kcal; Białko ogółem: 75.41 g; Tłuszcz: 45.52 g; Kw. tł. nasy.: 20.39 g; Węglowodany ogółem: 344.86 g; W tym cukry: 72.38 g; Błonnik pok.: 21.50 g; Sól: 5.84 g;	Wartość energetyczna: 2196.83 kcal; Białko ogółem: 95.97 g; Tłuszcz: 81.14 g; Kw. tł. nasy.: 36.01 g; Węglowodany ogółem: 287.71 g; W tym cukry: 35.15 g; Błonnik pok.: 39.94 g; Sól: 8.98 g;	Wartość energetyczna: 2043.29 kcal; Białko ogółem: 47.87 g; Tłuszcz: 57.66 g; Kw. tł. nasy.: 19.54 g; Węglowodany ogółem: 338.00 g; W tym cukry: 72.69 g; Błonnik pok.: 19.93 g; Sól: 5.51 g;	Wartość energetyczna: 2476.10 kcal; Białko ogółem: 90.35 g; Tłuszcz: 69.75 g; Kw. tł. nasy.: 31.17 g; Węglowodany ogółem: 379.81 g; W tym cukry: 72.01 g; Błonnik pok.: 40.27 g; Sól: 5.69 g;	Wartość energetyczna: 3101.17 kcal; Białko ogółem: 140.68 g; Tłuszcz: 101.93 g; Kw. tł. nasy.: 41.84 g; Węglowodany ogółem: 405.25 g; W tym cukry: 60.39 g; Błonnik pok.: 30.99 g; Sól: 10.82 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-04-02 do dnia 2024-04-14 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
Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Serek homo. naturalny 60 g (MLE) Jabłko 1 szt 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ) Sałata lodowa 20 g Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ)	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Serek homo. naturalny 60 g (MLE) Sałata lodowa 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ) Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml Jabłko 1 szt 1 szt Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ)	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw. 80% tł 15 g Kurczak gotowany produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony 60 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml Sałata lodowa 20 g Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ)	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Serek homo. naturalny 60 g (MLE) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ) Sałata lodowa 20 g Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ)	Bułka pszenna długa krojona 70 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 15 g (MLE) Serek homo. naturalny 60 g (MLE) Dżem 25 g 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ) Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml Sałata lodowa 20 g Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Serek homo. naturalny 40 g (MLE) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 60 g (może zawierać: MLE, GOR.) Jabłko 1 szt 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ) Budyń o smaku śmietankowym z/c 150 ml (MLE) Sałata lodowa 20 g Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ)	Bułka pszenna długa krojona 70 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 15 g (MLE) Serek homo. naturalny 60 g (MLE) Dżem 25 g 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ) Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml Sałata lodowa 20 g Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ)	Chleb Graham 120 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 15 g (MLE) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Serek homo. naturalny 60 g (MLE) Jabłko 1 szt 1 szt Sałata lodowa 20 g	Chleb bezglutenowy 120 g Masło extra 82% 15 g (MLE) Serek homo. naturalny 60 g (MLE) Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Wafle ryżowe 30 g Sałata lodowa 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Serek homo. naturalny 60 g (MLE) Jabłko 1 szt 1 szt Dżem 25 g 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ) Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml Sałata lodowa 20 g Jabłko 1 szt 1 szt Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Serek homo. naturalny 40 g (MLE) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 60 g (może zawierać: MLE, GOR.) Dżem 25 g 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ) Budyń o smaku śmietankowym z/c 150 ml (MLE) Sałata lodowa 20 g Jabłko 1 szt 1 szt Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ)
	II SN									Sok pomidorowy 0,3l 1 szt	
Obiad	Marchewkowa z zacierką () 350 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Kotlet schabowy 60 g (GLU PSZ, JAJ, MLE) Surówka wielowarzywna z olejem () 75 g (SEL.) Fasolka szparagowa z wody* 75 g Kompotowocowy* z/c 250 ml	Marchewkowa z zacierką () 300 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Kotlet schabowy 60 g (GLU PSZ, JAJ, MLE) Surówka wielowarzywna z olejem () 50 g (SEL.) Kompotowocowy* z/c 250 ml Fasolka szparagowa z wody* 50 g	Marchewkowa z zacierką () (b/mleka) 350 g (GLU PSZ, JAJ, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Kotlet schabowy 60 g (GLU PSZ, JAJ, MLE) Sos własny () 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Fasolka szparagowa z wody* 75 g Kompotowocowy* z/c 250 ml Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 75 g (SEL.)	Marchewkowa z zacierką () 350 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Bitka schabowa 60 g (GLU PSZ, SEL.) Sos własny () 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Fasolka szparagowa z wody* 75 g Kompotowocowy* z/c 250 ml Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 50 g (SEL.)	Marchewkowa z zacierką () 300 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Bitka schabowa 60 g (GLU PSZ, SEL.) Fasolka szparagowa z wody* 50 g Kompotowocowy* z/c 250 ml Sos własny () 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 50 g (SEL.)	Marchewkowa z zacierką () 350 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Kotlet schabowy 60 g (GLU PSZ, JAJ, MLE) Bitka schabowa 60 g (GLU PSZ, SEL.) Sos własny () 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Fasolka szparagowa z wody* 75 g Kompotowocowy* z/c 250 ml Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 50 g (SEL.)	Marchewkowa z zacierką () 300 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 150 g Zrazik wieprzowy gotowany mielony 60 g (GLU PSZ, JAJ, MLE) Fasolka szparagowa z wody* 50 g Kompotowocowy* z/c 250 ml Sos własny () 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 50 g (SEL.)	Marchewkowa z zacierką () 350 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Bitka schabowa 60 g (GLU PSZ, SEL.) Surówka wielowarzywna z olejem b/c () 75 g (SEL.) Fasolka szparagowa z wody* 75 g Kompotowocowy* b/c 250 ml	Marchewkowa z makaronem () (b/glutenu) 350 g (MLE, SEL, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Bitka schabowa (bez glutenu) 60 g Sos własny (bez glutenu) 100 ml Surówka wielowarzywna z olejem () 75 g (SEL.) Kompotowocowy* z/c 250 ml Fasolka szparagowa z wody* 75 g Kompotowocowy* z/c 250 ml	Marchewkowa z zacierką () 350 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Bitka schabowa 100 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.) Sos własny () 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Fasolka szparagowa z wody* 75 g Kompotowocowy* z/c 250 ml Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 75 g (SEL.)	Marchewkowa z zacierką () 350 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Bitka schabowa 100 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.) Sos własny () 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Fasolka szparagowa z wody* 75 g Kompotowocowy* z/c 250 ml Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 75 g (SEL.)
	PD	Jogurt truskawkowy 100 g 1 szt (MLE)	Chrupki kukurydziane 25 g	Jogurt truskawkowy 100 g 1 szt (MLE)			Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE)	Jogurt truskawkowy 100 g 1 szt (MLE)			
Kolacja	Chleb Graham 30 g (GLU PSZ) Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Kielbasa Rawska- produkt wieprzowy 60 g (GLU PSZ, SOJ.) Rzodkiew biała 60 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Sałata zielona 20 g	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 wieśniowa- wieprzowa, wędz. parz. z dod. wody i białka wp. 60 g (SOJ.) Rzodkiew biała 60 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Sałata zielona 20 g	Chleb Graham 30 g (GLU PSZ) Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Szynka szkolna- wp. parzona 60 g (GLU PSZ, SOJ, MLE.) Pomidor b/skórki 60 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Szynka szkolna- wp. parzona 60 g (GLU PSZ, SOJ, MLE.) Pomidor b/skórki 60 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Sałata zielona 20 g	Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 15 g (MLE) Szynka szkolna- wp. parzona 60 g (GLU PSZ, SOJ, MLE.) Pomidor b/skórki 60 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Sałata zielona 20 g	Chleb Graham 60 g (GLU PSZ) Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Szynka szkolna- wp. parzona 60 g (GLU PSZ, SOJ, MLE.) Szynka wieśniowa- wieprzowa 60 g (GLU PSZ, SOJ, MLE.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Pomidor 60 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Sałata zielona 20 g	Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 15 g (MLE) Szynka szkolna- wp. parzona 60 g (GLU PSZ, SOJ, MLE.) Pomidor 60 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Sałata zielona 20 g	Chleb Graham 120 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 15 g (MLE) Kielbasa Rawska- produkt wieprzowy 60 g (GLU PSZ, SOJ.) Rzodkiew biała 60 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Sałata zielona 20 g	Chleb bezglutenowy 120 g Masło extra 82% 15 g (MLE) Szynka wieśniowa- wieprzowa, wędz. parz. z dod. wody i białka wp. 60 g (SOJ.) Rzodkiew biała 60 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Sałata zielona 20 g	Chleb Graham 30 g (GLU PSZ) Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Pomidor 60 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Sałata zielona 20 g	Chleb Graham 60 g (GLU PSZ) Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Szynka szkolna- wp. parzona 60 g (GLU PSZ, SOJ, MLE.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Pomidor 60 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Sałata zielona 20 g
	PN	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt	Sok pomarańczowy 0,2L-kartonik 1 szt	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt	Chleb pomarańczowy 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Sałata zielona 5 g	Sok pomarańczowy 0,2L-kartonik 1 szt	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt	Sok pomarańczowy 0,2L-kartonik 1 szt	Chleb Graham 30 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 5 g (MLE) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Sałata zielona 5 g	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt	
	Wartość energetyczna: 2019.72 kcal; Białko ogółem: 70.22 g; Tłuszcz: 61.00 g; Kw. tł. nasy.: 25.22 g; Węglowodany ogółem: 310.16 g; W tym cukry: 64.32 g; Błonnik pok.: 28.75 g; Sól: 5.58 g;	Wartość energetyczna: 2248.16 kcal; Białko ogółem: 71.67 g; Tłuszcz: 61.86 g; Kw. tł. nasy.: 25.88 g; Węglowodany ogółem: 361.34 g; W tym cukry: 109.50 g; Błonnik pok.: 26.93 g; Sól: 4.78 g;	Wartość energetyczna: 2051.78 kcal; Białko ogółem: 69.37 g; Tłuszcz: 50.22 g; Kw. tł. nasy.: 12.24 g; Węglowodany ogółem: 345.24 g; W tym cukry: 79.14 g; Błonnik pok.: 30.67 g; Sól: 9.07 g;	Wartość energetyczna: 2149.08 kcal; Białko ogółem: 82.20 g; Tłuszcz: 64.12 g; Kw. tł. nasy.: 27.54 g; Węglowodany ogółem: 323.82 g; W tym cukry: 64.55 g; Błonnik pok.: 28.86 g; Sól: 7.65 g;	Wartość energetyczna: 2283.90 kcal; Białko ogółem: 81.64 g; Tłuszcz: 56.08 g; Kw. tł. nasy.: 23.89 g; Węglowodany ogółem: 372.89 g; W tym cukry: 121.36 g; Błonnik pok.: 22.47 g; Sól: 5.66 g;	Wartość energetyczna: 2707.98 kcal; Białko ogółem: 117.06 g; Tłuszcz: 81.73 g; Kw. tł. nasy.: 29.37 g; Węglowodany ogółem: 388.87 g; W tym cukry: 88.99 g; Błonnik pok.: 32.38 g; Sól: 10.35 g;	Wartość energetyczna: 2185.79 kcal; Białko ogółem: 74.09 g; Tłuszcz: 53.73 g; Kw. tł. nasy.: 24.12 g; Węglowodany ogółem: 360.45 g; W tym cukry: 121.30 g; Błonnik pok.: 21.40 g; Sól: 5.40 g;	Wartość energetyczna: 1986.68 kcal; Białko ogółem: 89.22 g; Tłuszcz: 68.99 g; Kw. tł. nasy.: 29.27 g; Węglowodany ogółem: 271.10 g; W tym cukry: 35.03 g; Błonnik pok.: 36.52 g; Sól: 6.14 g;	Wartość energetyczna: 2031.99 kcal; Białko ogółem: 84.93 g; Tłuszcz: 61.32 g; Kw. tł. nasy.: 21.54 g; Węglowodany ogółem: 317.30 g; W tym cukry: 62.77 g; Błonnik pok.: 22.24 g; Sól: 4.88 g;	Wartość energetyczna: 2780.74 kcal; Białko ogółem: 59.91 g; Tłuszcz: 83.55 g; Kw. tł. nasy.: 27.65 g; Węglowodany ogółem: 435.54 g; W tym cukry: 109.06 g; Błonnik pok.: 29.06 g; Sól: 5.29 g;	Wartość energetyczna: 2813.07 kcal; Białko ogółem: 123.70 g; Tłuszcz: 85.35 g; Kw. tł. nasy.: 33.15 g; Węglowodany ogółem: 402.03 g; W tym cukry: 98.65 g; Błonnik pok.: 33.43 g; Sól: 10.20 g;

Oznaczenia alergenów:

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

Oznaczenia wskaźników odż.:

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