

Jadłospisy za okres od dnia 2024-04-15 do dnia 2024-04-28 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	
2024-04-15 poniedziałek	Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ) Szyunkowa drobowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 20 g Pomidor 60 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Salata zielona 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) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ) Szyunkowa drobowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 20 g Pomidor 60 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Jogurt owoce leśne 100g 1 szt (MLE) Salata zielona 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) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ) Szyunkowa drobowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 20 g Pomidor b/skórki 60 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Salata zielona 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) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ) Szyunkowa drobowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 20 g Pomidor b/skórki 60 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Salata zielona 20 g 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) Szyunkowa drobowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 20 g Pomidor b/skórki 60 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Jogurt owoce leśne 100g 1 szt (MLE) Salata zielona 20 g 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) Szyunkowa drobowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 20 g Pomidor 60 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ) Jogurt owoce leśne 100g 1 szt (MLE) Salata zielona 20 g 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) Szyunkowa drobowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 20 g Pomidor 60 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Jogurt owoce leśne 100g 1 szt (MLE) Salata zielona 20 g Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ)	Chleb bezglutenowy 120 g (MLE) Masło extra 82% 15 g (MLE) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ) Szyunkowa drobowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 20 g Pomidor 60 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Jogurt owoce leśne 100g 1 szt (MLE) Salata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ) Szyunkowa drobowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 20 g Pomidor 60 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Jogurt owoce leśne 100g 1 szt (MLE) Salata zielona 20 g 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) Szyunkowa drobowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 20 g Pomidor 60 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ) Jogurt owoce leśne 100g 1 szt (MLE) Salata zielona 20 g Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ)	
		II SN	Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE)									
2024-04-15 poniedziałek	Obiad	Fasolowa z ziemniakami () 350 ml (GLU PSZ, SEL) Makaron z serem 300 g (GLU PSZ, MLE) Sos jogurtowo-truskawkowy* 100 g (MLE) Kompotowocowy* z/c 250 ml Surówka z marchwi i jabłka z olejem () 75 g	Fasolowa z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, SEL) Nalesniki z serem 300 g (GLU PSZ, JAJ, MLE) Sos jogurtowo-truskawkowy* 100 g (MLE) Kompotowocowy* z/c 250 ml Surówka z marchwi i jabłka z olejem () 50 g	Dyniowa z ziemniakami (bez mleka) () 350 ml (GLU PSZ, SEL) Makaron 200 g (GLU PSZ) Mięso drobiowe gotowane z udzka kurczaka 60 g Sos ziolowy () 100 ml (GLU PSZ, SEL) Surówka z marchwi i jabłka z olejem () 75 g Szpinał gotowany z olejem* 75 g (GLU PSZ) Kompotowocowy* z/c 250 ml	Dyniowa z ziemniakami () 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Makaron z serem 300 g (GLU PSZ, MLE) Sos jogurtowo-truskawkowy* 100 g (MLE) Kompotowocowy* z/c 250 ml Surówka z marchwi i jabłka z olejem () 75 g	Dyniowa z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Makaron z serem 300 g (GLU PSZ, MLE) Sos jogurtowo-truskawkowy* 100 g (MLE) Kompotowocowy* z/c 250 ml Surówka z marchwi i jabłka z olejem () 50 g	Dyniowa z ziemniakami () 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Makaron z serem 300 g (GLU PSZ, MLE) Sos jogurtowo-truskawkowy* 100 g (MLE) Kompotowocowy* z/c 250 ml Surówka z marchwi i jabłka z olejem () 75 g	Dyniowa z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Makaron z serem 300 g (GLU PSZ, MLE) Sos jogurtowo-truskawkowy* 100 g (MLE) Kompotowocowy* z/c 250 ml Surówka z marchwi i jabłka z olejem () 50 g	Dyniowa z ziemniakami () 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Makaron z serem 300 g (GLU PSZ, MLE) Mięso drobiowe gotowane z udzka kurczaka 60 g Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c () 75 g Szpinał gotowany z olejem* 75 g (GLU PSZ) Kompotowocowy* b/c 250 ml	Dyniowa z ziemniakami (bez glutenu) () 350 ml (MLE, SEL) Makaron pelnoziarnisty 200 g (GLU PSZ) Makaron z serem (bezglutenu) 300 g (MLE) Sos jogurtowo-truskawkowy* 100 g (MLE) Kompotowocowy* z/c 250 ml Surówka z marchwi i jabłka z olejem () 75 g	Dyniowa z ziemniakami () 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Makaron z serem 300 g (GLU PSZ, MLE) Sos jogurtowo-truskawkowy* 100 g (MLE) Kompotowocowy* z/c 250 ml Surówka z marchwi i jabłka z olejem () 75 g	Dyniowa z ziemniakami () 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Makaron z serem 300 g (GLU PSZ, MLE) Sos jogurtowo-truskawkowy* 100 g (MLE) Kompotowocowy* z/c 250 ml Surówka z marchwi i jabłka z olejem () 75 g
		PD		Mandarynka 1 szt		Mus z jabłek () z/c 150 g	Chleb Graham 30 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 5 g (MLE) Twaróg półtłusty 20 g (MLE)	Mus z jabłek () z/c 150 g	Mandarynka 1 szt		Chleb Graham 30 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 5 g (MLE) Twaróg półtłusty 20 g (MLE)	
2024-04-15 poniedziałek	Kolacja	Chleb Graham 30 g (GLU PSZ) Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Baleron w pieprzowy wędzony, parzony 60 g (SOJ) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Ogórek kiszony 60 g Salata lodowa 20 g	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 kurczak 60 g (może zawierać: GLUPSZ, MLE, GOR) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Pomidor b/skórki 60 g Salata lodowa 20 g	Chleb Graham 30 g (GLU PSZ) Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw. 80% tł 15 g Szyunkowa drobowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 60 g Ogórek kiszony 60 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Salata lodowa 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Baton szynkowy z kurczak 60 g (może zawierać: GLUPSZ, MLE, GOR) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Pomidor b/skórki 60 g Salata lodowa 20 g	Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 15 g (MLE) Baton szynkowy z kurczak 60 g (może zawierać: GLUPSZ, MLE, GOR) Pomidor b/skórki 60 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Salata lodowa 20 g	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 kurczak 60 g (może zawierać: GLUPSZ, MLE, GOR) Ser żółty 40 g (MLE) Pomidor 60 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Salata lodowa 20 g	Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 15 g (MLE) Baton szynkowy z kurczak 60 g (może zawierać: GLUPSZ, MLE, GOR) Pomidor 60 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Salata lodowa 20 g	Chleb Graham 120 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 15 g (MLE) Baton szynkowy z kurczak 60 g (może zawierać: GLUPSZ, MLE, GOR) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Ogórek kiszony 60 g Salata lodowa 20 g	Chleb bezglutenowy 120 g (MLE) Masło extra 82% 15 g (MLE) Szyunkowa drobowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 60 g Ogórek kiszony 60 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Salata lodowa 20 g	Chleb Graham 30 g (GLU PSZ) Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Twaróg 60 g (MLE) Pomidor 60 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Salata lodowa 20 g	Chleb Graham 60 g (GLU PSZ) Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Ser żółty 40 g (MLE) Baton szynkowy z kurczak 60 g (może zawierać: GLUPSZ, MLE, GOR) Pomidor 60 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Salata lodowa 20 g
		PN	Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (może zawierać: MLE)	Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Szynka wieśniowa- w pieprzowa, wędz. parz. z dod. wody i białka wp. 20 g (SOJ) 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 wieśniowa- w pieprzowa, wędz. parz. z dod. wody i białka wp. 20 g (SOJ) 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 wieśniowa- w pieprzowa, wędz. parz. z dod. wody i białka wp. 20 g (SOJ) 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 wieśniowa- w pieprzowa, wędz. parz. z dod. wody i białka wp. 20 g (SOJ) Salata zielona 5 g	Chleb Graham 30 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 5 g (MLE) Szynka wieśniowa- w pieprzowa, wędz. parz. z dod. wody i białka wp. 20 g (SOJ) Salata zielona 5 g
		Wartość energetyczna: 2122.37 kcal; Białko ogółem: 81.83 g; Tłuszcz: 53.79 g; Kw. tł. nasy.: 25.20 g; Węglowodany ogółem: 328.19 g; W tym cukry: 70.01 g; Błonnik pok.: 25.45 g; Sól: 7.18 g;	Wartość energetyczna: 2447.56 kcal; Białko ogółem: 87.62 g; Tłuszcz: 70.77 g; Kw. tł. nasy.: 26.06 g; Węglowodany ogółem: 374.87 g; W tym cukry: 100.99 g; Błonnik pok.: 25.74 g; Sól: 6.94 g;	Wartość energetyczna: 2066.10 kcal; Białko ogółem: 75.56 g; Tłuszcz: 49.52 g; Kw. tł. nasy.: 12.12 g; Węglowodany ogółem: 345.03 g; W tym cukry: 73.10 g; Błonnik pok.: 31.93 g; Sól: 7.98 g;	Wartość energetyczna: 2063.20 kcal; Białko ogółem: 76.70 g; Tłuszcz: 57.49 g; Kw. tł. nasy.: 26.11 g; Węglowodany ogółem: 318.09 g; W tym cukry: 59.33 g; Błonnik pok.: 21.14 g; Sól: 7.23 g;	Wartość energetyczna: 2224.02 kcal; Białko ogółem: 81.08 g; Tłuszcz: 55.56 g; Kw. tł. nasy.: 24.70 g; Węglowodany ogółem: 357.09 g; W tym cukry: 85.09 g; Błonnik pok.: 20.64 g; Sól: 4.77 g;	Wartość energetyczna: 2797.43 kcal; Białko ogółem: 119.83 g; Tłuszcz: 79.84 g; Kw. tł. nasy.: 38.58 g; Węglowodany ogółem: 410.02 g; W tym cukry: 90.00 g; Błonnik pok.: 26.59 g; Sól: 9.29 g;	Wartość energetyczna: 2224.99 kcal; Białko ogółem: 81.11 g; Tłuszcz: 55.56 g; Kw. tł. nasy.: 24.70 g; Węglowodany ogółem: 357.32 g; W tym cukry: 85.25 g; Błonnik pok.: 20.69 g; Sól: 4.79 g;	Wartość energetyczna: 2069.37 kcal; Białko ogółem: 62.09 g; Tłuszcz: 58.22 g; Kw. tł. nasy.: 23.84 g; Węglowodany ogółem: 326.95 g; W tym cukry: 85.43 g; Błonnik pok.: 16.80 g; Sól: 4.34 g;	Wartość energetyczna: 2079.49 kcal; Białko ogółem: 74.72 g; Tłuszcz: 50.55 g; Kw. tł. nasy.: 25.43 g; Węglowodany ogółem: 339.38 g; W tym cukry: 89.14 g; Błonnik pok.: 23.73 g; Sól: 4.26 g;	Wartość energetyczna: 2847.79 kcal; Białko ogółem: 125.03 g; Tłuszcz: 84.80 g; Kw. tł. nasy.: 41.60 g; Węglowodany ogółem: 409.03 g; W tym cukry: 77.00 g; Błonnik pok.: 27.79 g; Sól: 10.37 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-04-15 do dnia 2024-04-28 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
2024-04-16 wtorek	Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Serek Fromage 60 g (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Jabłko 1 szt 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>) Serek Fromage 60 g (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Salata zielona 20 g Jabłko 1 szt 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>) Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml 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 Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 60 g Rukola 10 g Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml 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>) Twaróg półtłusty 60g (<u>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>) Twaróg półtłusty 60g (<u>MLE</u>) Salata zielona 20 g Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>) Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml 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>) Twaróg półtłusty 40g (<u>MLE</u>) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 60 g Jabłko 1 szt 1 szt Rukola 10 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>) Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml 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>) Twarózek 60 g (<u>MLE</u>) Rukola 10 g Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>) Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml 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>) Twaróg półtłusty 60g (<u>MLE</u>) Rukola 10 g Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 120 g (<u>MLE</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Twaróg półtłusty 60g (<u>MLE</u>) Jabłko 1 szt 1 szt Rukola 10 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Jogurt truskawkowy 100 g 1 szt (<u>MLE</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Twaróg półtłusty 40g (<u>MLE</u>) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 60 g Jabłko 1 szt 1 szt Rukola 10 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>) Jogurt truskawkowy 100 g 1 szt (<u>MLE</u>) Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ</u>)
		II SN	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt								
2024-04-16 wtorek	Obiad	Brokuluwa z ziemniakami (i) 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Placki ziemniaczane (i) 200 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Gulasz wieprzowy- dieta 150 g (<u>GLU PSZ</u>) Salatka z buraczków i jabłka z olejem (i) 75 g Surówka z selera i marchwi z olejem (i) 75 g (<u>SEL.</u>) Kompotowocowy* z/c 250 ml	Brokuluwa z ziemniakami (i) 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Placki ziemniaczane (i) 200 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Gulasz wieprzowy- dieta 150 g (<u>GLU PSZ</u>) Salatka z buraczków i jabłka z olejem (i) 50 g Surówka z selera i marchwi z olejem (i) 50 g (<u>SEL.</u>) Kompotowocowy* z/c 250 ml	Brokuluwa z ziemniakami (bez mleka) (i) 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Gulasz wieprzowy- dieta 150 g (<u>GLU PSZ</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JECZ</u>) Buraczki oprószone (i) 75 g (<u>GLU PSZ</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem (i) 75 g (<u>SEL.</u>) Kompotowocowy* z/c 250 ml	Brokuluwa z ziemniakami (i) 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Gulasz wieprzowy- dieta 150 g (<u>GLU PSZ</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JECZ</u>) Buraczki oprószone (i) 75 g (<u>GLU PSZ</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem (i) 50 g (<u>SEL.</u>) Kompotowocowy* z/c 250 ml	Brokuluwa z ziemniakami (i) 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Gulasz wieprzowy- dieta 150 g (<u>GLU PSZ</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JECZ</u>) Buraczki oprószone (i) 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem (i) 75 g (<u>SEL.</u>) Kompotowocowy* z/c 250 ml	Brokuluwa z ziemniakami (i) 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JECZ</u>) Blika wieprzowa z szynki 60 g (<u>GLU PSZ</u>) Gulasz wieprzowy- dieta 150 g (<u>GLU PSZ</u>) Buraczki oprószone (i) 75 g (<u>GLU PSZ</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem (i) 75 g (<u>SEL.</u>) Kompotowocowy* z/c 250 ml	Brokuluwa z ziemniakami (i) 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Klopsik wieprzowy 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JECZ</u>) Gulasz wieprzowy- dieta 150 g (<u>GLU PSZ</u>) Buraczki oprószone (i) 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem (i) 50 g (<u>SEL.</u>) Kompotowocowy* z/c 250 ml	Brokuluwa z ziemniakami (i) 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JECZ</u>) Gulasz wieprzowy- dieta 150 g (<u>GLU PSZ</u>) Salatka z buraczków i jabłka z olejem (i) 75 g Surówka z selera i marchwi z olejem (i) b/c 75 g (<u>SEL.</u>) Kompotowocowy* b/c 250 ml	Brokuluwa z ziemniakami (bez glutenu) (i) 350 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Ryz na sypko 200 g (<u>GLU JECZ</u>) Gulasz wieprzowy (bez glutenu) 150 g Salatka z buraczków i jabłka z olejem (i) 75 g Surówka z selera i marchwi z olejem (i) b/c 75 g (<u>SEL.</u>) Kompotowocowy* z/c 250 ml	Brokuluwa z ziemniakami (i) 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JECZ</u>) Blika wieprzowa z szynki 60 g (<u>GLU PSZ</u>) Gulasz wieprzowy- dieta 150 g (<u>GLU PSZ</u>) Buraczki oprószone (i) 75 g (<u>GLU PSZ</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem (i) 75 g (<u>SEL.</u>) Kompotowocowy* z/c 250 ml
		PD	Chalka 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>)	Chrupki kukurydziane 25 g	Chalka 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>)	Chalka 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>)	Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<u>MLE</u>)	Chalka 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>)	Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<u>MLE</u>)	Chrupki kukurydziane 25 g	Chalka 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>)
2024-04-16 wtorek	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>) Galaretki drobiowaz udzca kurczaka (i) 100 g (<u>SEL.</u>) Rzodkiew biala 60 g Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Filet zapiekany drobiowy 60 g (<u>MLE</u>) Rzodkiew biala 60 g Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 60 g Pomidor 60 g Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Filet zapiekany drobiowy 60 g (<u>MLE</u>) Pomidor b/skórki 60 g Salata zielona 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>) Filet zapiekany drobiowy 60 g (<u>MLE</u>) Pomidor b/skórki 60 g Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb Graham 60 g (<u>GLU PSZ</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Filet zapiekany drobiowy 60 g (<u>MLE</u>) Pasztet z soczewicy (i) 40 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Pomidor 60 g Salata zielona 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>) Filet zapiekany drobiowy 60 g (<u>MLE</u>) Pomidor 60 g Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb Graham 120 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Galaretki drobiowaz udzca kurczaka (i) 100 g (<u>SEL.</u>) Rzodkiew biala 60 g Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 120 g (<u>MLE</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Filet zapiekany drobiowy 60 g (<u>MLE</u>) Pomidor 60 g Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Pasztet z soczewicy (i) 60 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Pomidor 60 g Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml
		PN	Drożdżówka z serem 80g 1 szt (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Sok pomarańczowy 0,2L-kartonik 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</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	Drożdżówka z serem 80g 1 szt (<u>GLU PSZ, 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 pomarańczowy 0,2L-kartonik 1 szt	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 pomarańczowy 0,2L-kartonik 1 szt	Drożdżówka z serem 80g 1 szt (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml
2024-04-16 wtorek	PN	Wartość energetyczna: 3039.18 kcal; Białko ogółem: 95.07 g; Tłuszcz: 110.66 g; Kw. tł. nasy.: 45.37 g; Węglowodany ogółem: 427.66 g; W tym cukry: 104.73 g; Błonnik pok.: 27.51 g; Sól: 6.23 g	Wartość energetyczna: 2236.10 kcal; Białko ogółem: 81.70 g; Tłuszcz: 58.26 g; Kw. tł. nasy.: 13.61 g; Węglowodany ogółem: 367.80 g; W tym cukry: 100.10 g; Błonnik pok.: 30.14 g; Sól: 7.96 g	Wartość energetyczna: 2236.20 kcal; Białko ogółem: 93.42 g; Tłuszcz: 64.50 g; Kw. tł. nasy.: 29.10 g; Węglowodany ogółem: 332.67 g; W tym cukry: 107.67 g; Błonnik pok.: 27.90 g; Sól: 7.11 g	Wartość energetyczna: 2799.75 kcal; Białko ogółem: 104.58 g; Tłuszcz: 73.50 g; Kw. tł. nasy.: 30.48 g; Węglowodany ogółem: 441.35 g; W tym cukry: 107.67 g; Błonnik pok.: 22.98 g; Sól: 5.22 g	Wartość energetyczna: 3046.89 kcal; Białko ogółem: 139.09 g; Tłuszcz: 88.37 g; Kw. tł. nasy.: 32.51 g; Węglowodany ogółem: 439.61 g; W tym cukry: 97.33 g; Błonnik pok.: 34.61 g; Sól: 9.76 g	Wartość energetyczna: 2665.57 kcal; Białko ogółem: 89.24 g; Tłuszcz: 65.87 g; Kw. tł. nasy.: 28.02 g; Węglowodany ogółem: 440.23 g; W tym cukry: 107.49 g; Błonnik pok.: 22.70 g; Sól: 5.17 g	Wartość energetyczna: 2071.01 kcal; Białko ogółem: 92.33 g; Tłuszcz: 69.92 g; Kw. tł. nasy.: 29.26 g; Węglowodany ogółem: 288.29 g; W tym cukry: 38.86 g; Błonnik pok.: 39.80 g; Sól: 7.03 g	Wartość energetyczna: 2341.60 kcal; Białko ogółem: 74.76 g; Tłuszcz: 72.81 g; Kw. tł. nasy.: 25.14 g; Węglowodany ogółem: 351.89 g; W tym cukry: 84.78 g; Błonnik pok.: 20.59 g; Sól: 2.45 g	Wartość energetyczna: 2391.93 kcal; Białko ogółem: 90.67 g; Tłuszcz: 91.30 g; Kw. tł. nasy.: 28.53 g; Węglowodany ogółem: 463.28 g; W tym cukry: 110.55 g; Błonnik pok.: 39.37 g; Sól: 5.30 g	Wartość energetyczna: 3172.69 kcal; Białko ogółem: 144.71 g; Tłuszcz: 95.82 g; Kw. tł. nasy.: 35.65 g; Węglowodany ogółem: 449.49 g; W tym cukry: 93.35 g; Błonnik pok.: 36.32 g; Sól: 10.20 g

Jadłospisy za okres od dnia 2024-04-15 do dnia 2024-04-28 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) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 20 g (może zawierać: MLE, GOR.) Pasta z ryby gotowanej (miruna) i warzyw (I) 60 g (RYB, SEL.) Ogórek kiszony 60 g Jabłko 1 szt 1 szt 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) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 20 g (może zawierać: MLE, GOR.) Pasta z ryby gotowanej (miruna) i warzyw (I) 60 g (RYB, SEL.) Ogórek kiszony 70 g Rozspanka 10 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml 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.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw. 80% tł 15 g Szynkowa debowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 20 g Pasta z ryby gotowanej (miruna) i warzyw (I) 60 g (RYB, SEL.) Ogórek kiszony 70 g Rozspanka 10 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml 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) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 60 g (może zawierać: MLE, GOR.) Rozspanka 10 g Jabłko 1 szt 1 szt 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 tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 60 g (może zawierać: MLE, GOR.) Rozspanka 10 g Pomidor b/skórki 70 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Budyń o smaku czekoladowym z/c 150 ml (MLE) Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.)	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 60 g (może zawierać: MLE, GOR.) Pasta z ryby gotowanej (miruna) i warzyw (I) 60 g (RYB, SEL.) Pomidor 70 g Rozspanka 10 g Kawa zbozowa z mlekiem 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) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 60 g (może zawierać: MLE, GOR.) Rozspanka 10 g Jabłko 1 szt 1 szt Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml 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) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 20 g (może zawierać: MLE, GOR.) Ogórek kiszony 60 g Jabłko 1 szt 1 szt Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 120 g (MLE) Masło extra 82% 15 g (MLE) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 20 g (może zawierać: MLE, GOR.) Pasta z ryby gotowanej (miruna) i warzyw (I) 60 g (RYB, SEL.) Ogórek kiszony 70 g Rozspanka 10 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Budyń o smaku czekoladowym z/c 150 ml (MLE) Sok jabłkowy 100 % 0,2l 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 60 g (może zawierać: MLE, GOR.) Pasta z ryby gotowanej (miruna) i warzyw (I) 60 g (RYB, SEL.) Rozspanka 10 g Jabłko 1 szt 1 szt Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml 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) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 60 g (może zawierać: MLE, GOR.) Pasta z ryby gotowanej (miruna) i warzyw (I) 60 g (RYB, SEL.) Pomidor 70 g Kawa zbozowa z mlekiem 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 SNI								Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE.)			
Obiad	Pieczarkowa z makaronem (I) 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane (I) 200 g Pulpet drobiowy 60 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos pietruszkowy* 100 ml (GLU PSZ, MLE.) Surówka wykwinna z olejem b/c 75 g Marchew oprószana z olejem (I) 75 g (GLU PSZ.) Kompotowocowy* z/c 250 ml	Pieczarkowa z makaronem (I) 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane (I) 200 g Pulpet drobiowy 60 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos pietruszkowy* 100 ml (GLU PSZ, MLE.) Surówka wykwinna z olejem b/c 50 g Marchew oprószana z olejem (I) 50 g (GLU PSZ.) Kompotowocowy* z/c 250 ml	Jarzynowa z makaronem (bez mlek) (I) 350 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane (I) 200 g Pulpet drobiowy 60 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos pietruszkowy (bez mlek) 100 ml (GLU PSZ.) Surówka z kapusty białej z olejem b/c (I) 75 g Marchew oprószana z olejem (I) 75 g (GLU PSZ.) Kompotowocowy* z/c 250 ml	Jarzynowa z makaronem dieta (I) 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane (I) 200 g Pulpet drobiowy 60 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos pietruszkowy* 100 ml (GLU PSZ, MLE.) Marchew oprószana z olejem (I) 50 g (GLU PSZ.) Fasolka szparagowa z wody* 75 g Kompotowocowy* z/c 250 ml	Jarzynowa z makaronem dieta (I) 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane (I) 200 g Pulpet drobiowy 60 g (GLU PSZ, JAJ.) Bitka z fileta kurczaka 60 g (GLU PSZ.) Sos pietruszkowy* 100 ml (GLU PSZ, MLE.) Marchew oprószana z olejem (I) 75 g (GLU PSZ.) Fasolka szparagowa z wody* 75 g Kompotowocowy* z/c 250 ml	Jarzynowa z makaronem dieta (I) 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane (I) 200 g Pulpet drobiowy 60 g (GLU PSZ, JAJ.) Bitka z fileta kurczaka 60 g (GLU PSZ.) Sos pietruszkowy* 100 ml (GLU PSZ, MLE.) Marchew oprószana z olejem (I) 75 g (GLU PSZ.) Fasolka szparagowa z wody* 50 g Kompotowocowy* z/c 250 ml	Jarzynowa z makaronem dieta (I) 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane (I) 200 g Pulpet drobiowy 60 g (GLU PSZ, JAJ.) Surówka z kapusty białej z olejem b/c (I) 75 g Fasolka szparagowa z wody* 75 g Kompotowocowy* b/c 250 ml	Pieczarkowa z makaronem (I) 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane (I) 200 g Pulpet drobiowy 60 g (GLU PSZ, JAJ.) Surówka z kapusty białej z olejem b/c (I) 75 g Fasolka szparagowa z wody* 75 g Kompotowocowy* b/c 250 ml	Jarzynowa z makaronem (bez glutenu) (I) 350 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane (I) 200 g Pulpet drobiowy (bez glutenu) 60 g (JAJ.) Surówka wykwinna z olejem b/c 75 g Marchew oprószana z olejem (I) 75 g (GLU PSZ.) Kompotowocowy* z/c 250 ml	Jarzynowa z makaronem dieta (I) 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane (I) 200 g Pulpet drobiowy 60 g (GLU PSZ, JAJ.) Bitka z fileta kurczaka 60 g (GLU PSZ.) Sos pietruszkowy* 100 ml (GLU PSZ, MLE.) Marchew oprószana z olejem (I) 75 g (GLU PSZ.) Fasolka szparagowa z wody* 75 g Kompotowocowy* z/c 250 ml	Jarzynowa z makaronem dieta (I) 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane (I) 200 g Pulpet drobiowy 60 g (GLU PSZ, JAJ.) Bitka z fileta kurczaka 60 g (GLU PSZ.) Sos pietruszkowy* 100 ml (GLU PSZ, MLE.) Marchew oprószana z olejem (I) 75 g (GLU PSZ.) Fasolka szparagowa z wody* 75 g Kompotowocowy* z/c 250 ml
PD		Jabłko 1 szt 1 szt			Jabłko pieczone 1szt. 1 szt		Koktajl bananowy 200 ml (MLE.)		Jabłko 1 szt 1 szt		Koktajl bananowy 200 ml (MLE.)
Kolejka	Chleb Graham 30 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) 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 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 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	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) Szynka zielonogórska- wp. parzona 60 g (SOJ.) Ser żółty 50 g (MLE.) 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 zielonogórska- wp. parzona 60 g (SOJ.) 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) Szynka zielonogórska- wp. parzona 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 zielonogórska- wp. parzona 60 g (SOJ.) 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) Szynka zielonogórska- wp. parzona 60 g (SOJ.) 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) Szynka zielonogórska- wp. parzona 60 g (SOJ.) Ser żółty 50 g (MLE.) Pomidor 60 g Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml
PN	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt		Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Salata zielona 5 g		Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt			Chleb Graham 30 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Salata zielona 5 g	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt		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: 1956.79 kcal; Białko ogółem: 67.73 g; Tłuszcz: 57.95 g; Kw. tł. nasy.: 21.28 g; Węglowodany ogółem: 301.16 g; W tym cukry: 57.26 g; Błonnik pok.: 29.71 g; Sól: 7.52 g;	Wartość energetyczna: 2022.62 kcal; Białko ogółem: 71.72 g; Tłuszcz: 57.62 g; Kw. tł. nasy.: 23.05 g; Węglowodany ogółem: 313.31 g; W tym cukry: 67.89 g; Błonnik pok.: 27.83 g; Sól: 7.77 g;	Wartość energetyczna: 1955.02 kcal; Białko ogółem: 66.40 g; Tłuszcz: 49.28 g; Kw. tł. nasy.: 11.44 g; Węglowodany ogółem: 322.73 g; W tym cukry: 76.45 g; Błonnik pok.: 30.17 g; Sól: 8.22 g;	Wartość energetyczna: 1979.88 kcal; Białko ogółem: 69.15 g; Tłuszcz: 58.59 g; Kw. tł. nasy.: 24.82 g; Węglowodany ogółem: 303.89 g; W tym cukry: 69.60 g; Błonnik pok.: 24.80 g; Sól: 8.11 g;	Wartość energetyczna: 2714.10 kcal; Białko ogółem: 126.84 g; Tłuszcz: 84.82 g; Kw. tł. nasy.: 37.30 g; Węglowodany ogółem: 371.55 g; W tym cukry: 83.47 g; Błonnik pok.: 30.32 g; Sól: 10.57 g;	Wartość energetyczna: 2133.79 kcal; Białko ogółem: 79.41 g; Tłuszcz: 55.21 g; Kw. tł. nasy.: 24.40 g; Węglowodany ogółem: 336.47 g; W tym cukry: 45.98 g; Błonnik pok.: 22.65 g; Sól: 6.44 g;	Wartość energetyczna: 1937.44 kcal; Białko ogółem: 82.85 g; Tłuszcz: 62.29 g; Kw. tł. nasy.: 26.27 g; Węglowodany ogółem: 277.51 g; W tym cukry: 45.98 g; Błonnik pok.: 35.60 g; Sól: 8.43 g;	Wartość energetyczna: 2040.55 kcal; Białko ogółem: 71.82 g; Tłuszcz: 77.06 g; Kw. tł. nasy.: 33.41 g; Węglowodany ogółem: 307.39 g; W tym cukry: 89.80 g; Błonnik pok.: 22.47 g; Sól: 5.11 g;	Wartość energetyczna: 2344.76 kcal; Białko ogółem: 71.82 g; Tłuszcz: 77.06 g; Kw. tł. nasy.: 33.41 g; Węglowodany ogółem: 352.25 g; W tym cukry: 89.80 g; Błonnik pok.: 31.04 g; Sól: 4.68 g;	Wartość energetyczna: 2835.90 kcal; Białko ogółem: 133.60 g; Tłuszcz: 94.34 g; Kw. tł. nasy.: 41.64 g; Węglowodany ogółem: 376.22 g; W tym cukry: 83.92 g; Błonnik pok.: 29.53 g; Sól: 11.11 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-04-15 do dnia 2024-04-28 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 topiony 50 g (MLE) Sałata zielona 20 g Banan 1szt. 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 topiony 50 g (MLE) Sałata zielona 20 g (MLE) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Banana 1szt. 1 szt Ciastka różne 40 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ, 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 Kurczak gotowany produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony 60 g (MLE) Sałata zielona 20 g Banana 1szt. 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) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 60 g (MLE) Sałata zielona 20 g Banana 1szt. 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) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 60 g (MLE) Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Banana 1szt. 1 szt Ciastka różne 40 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE) Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Kurczak gotowany produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony 60 g Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 60 g (MLE) Sałata zielona 20 g Banana 1szt. 1 szt Ciastka różne 40 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE) Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ)	Bułka pszenna długa krojona 70 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 15 g (MLE) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 60 g (MLE) Sałata zielona 20 g Banana 1szt. 1 szt Ciastka różne 40 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE) Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ)	Chleb Graham 120 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 15 g (MLE) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 60 g (MLE) Papryka konserwowa 60 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 120 g (MLE) Masło extra 82% 15 g (MLE) Ser topiony 50 g (MLE) Sałata zielona 20 g Banana 1szt. 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) Kurczak gotowany produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony 60 g Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 60 g (MLE) Sałata zielona 20 g Banana 1szt. 1 szt Ciastka różne 40 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE) Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Kurczak gotowany produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony 60 g Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 60 g (MLE) Sałata zielona 20 g Banana 1szt. 1 szt 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 SNI									Sok pomidorowy 0,3l 1 szt	
Obiad	Barszcz biały z ziemniakami () 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT.) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami () 300 g (SEL, GLU JECZ, PSZ) Sos pomidorowy 100 ml (GLU PSZ) Sałatka szwedzka () 150 g (GOR) Kompotowocowy* z/c 250 ml	Barszcz biały z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT.) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami () 300 g (SEL, GLU JECZ, PSZ) Sos pomidorowy 100 ml (GLU PSZ) Sałatka szwedzka () 100 g (GOR) Kompotowocowy* z/c 250 ml	Ziemniaczana (bez mleka) () 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami () 300 g (SEL, GLU JECZ, PSZ) Sos pomidorowy 100 ml (GLU PSZ) Sałatka szwedzka () 150 g (GOR) Kompotowocowy* z/c 250 ml	Ziemniaczana () 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami () 300 g (SEL, GLU JECZ, PSZ) Sos pomidorowy 100 ml (GLU PSZ) Cukinia pieczona z olejem i koncentratem pomidorowym* 150 g Kompotowocowy* z/c 250 ml	Ziemniaczana () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami () 300 g (SEL, GLU JECZ, PSZ) 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) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami () 300 g (SEL, GLU JECZ, PSZ) Zrazik wieprzowy gotowany mielony 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) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami () 300 g (SEL, GLU JECZ, PSZ) Zrazik wieprzowy gotowany mielony 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) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami () 300 g (SEL, GLU JECZ, PSZ) Sos pomidorowy 100 ml (GLU PSZ) Sałatka szwedzka b/c () 150 g (GOR) Kompotowocowy* z/c 250 ml	Ziemniaczana (bez glutenu) () 350 ml (MLE, SEL, GLU ŻYT.) Ryz na sypko 200 g Zrazik wieprzowy gotowany mielony (bez glutenu) 60 g (JAJ) Sos pomidorowy (bez glutenu) 100 ml Sałatka szwedzka () 75 g (GOR) Cukinia pieczona z olejem i koncentratem pomidorowym* 150 g Kompotowocowy* z/c 250 ml	Barszcz biały z ziemniakami () 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT.) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami () 300 g (SEL, GLU JECZ, PSZ) Sos pomidorowy 100 ml (GLU PSZ) Sałatka szwedzka () 150 g (GOR) Kompotowocowy* z/c 250 ml	Ziemniaczana () 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami () 300 g (SEL, GLU JECZ, PSZ) Zrazik wieprzowy gotowany mielony 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
	PD	Kisiel o smaku wiśniowym z jabłkiem z/c 150 ml		Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml	Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml	Serek homogenizowany waniliowy 150g 1 szt (MLE)		Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE)	Serek homogenizowany waniliowy 150g 1 szt (MLE)		
Kolacja	Chleb Graham 30 g (GLU PSZ) Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Szynka szkolna- wp. parzona 60 g (GLU PSZ, SOJ, MLE) Sałatka jarzynowa () 150 g (JAJ, MLE, SEL, GOR) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb Graham 30 g (GLU PSZ) Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Szynka szkolna- wp. parzona 60 g (GLU PSZ, SOJ, MLE) Sałatka jarzynowa () 100 g (JAJ, MLE, SEL, GOR) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb Graham 30 g (GLU PSZ) Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 60 g (SOJ) Sałatka jarzynowa - dieta (bez mleka) () 150 g (SEL) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Szynka szkolna- wp. parzona 60 g (GLU PSZ, SOJ, MLE) Pomidor b/skórki 60 g Sałata 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 szkolna- wp. parzona 60 g (GLU PSZ, SOJ, MLE) Pomidor b/skórki 60 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb Graham 60 g (GLU PSZ) Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Szynka szkolna- wp. parzona 60 g (GLU PSZ, SOJ, MLE) Ser żółty 50 g (MLE) Pomidor 60 g Sałata 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 szkolna- wp. parzona 60 g (GLU PSZ, SOJ, MLE) Pomidor 60 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb Graham 120 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 15 g (MLE) Szynka szkolna- wp. parzona 60 g (GLU PSZ, SOJ, MLE) Sałatka jarzynowa () 150 g (JAJ, MLE, SEL, GOR) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 120 g (MLE) Masło extra 82% 15 g (MLE) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 60 g (SOJ) Pomidor 60 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb Graham 30 g (GLU PSZ) Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Szynka szkolna- wp. parzona 60 g (GLU PSZ, SOJ, MLE) Ser żółty 50 g (MLE) Sałatka jarzynowa () 150 g (JAJ, MLE, SEL, GOR) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb Graham 60 g (GLU PSZ) Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Szynka szkolna- wp. parzona 60 g (GLU PSZ, SOJ, MLE) Ser żółty 50 g (MLE) Sałatka jarzynowa () 150 g (JAJ, MLE, SEL, GOR) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml
	PN	Serek twarogowy śmietankowy 16,67g (kiri,haga) 1 szt (MLE) Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 30 g	Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 30 g Serek twarogowy śmietankowy 16,67g (kiri,haga) 1 szt (MLE)	Dżem 25 g 1 szt Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 30 g	Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 30 g Serek twarogowy śmietankowy 16,67g (kiri,haga) 1 szt (MLE)				Chleb Graham 30 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 5 g (MLE) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ) Sałata zielona 5 g	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt	Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 30 g Sok jabłkowy 100 % 0,2l 1 szt
	Wartość energetyczna: 2410.59 kcal; Białko ogółem: 71.49 g; Tłuszcz: 79.39 g; Kw. tł. nasy.: 36.08 g; Węglowodany ogółem: 366.79 g; W tym cukry: 86.75 g; Błonnik pok.: 33.57 g; Sól: 10.33 g;	Wartość energetyczna: 2608.66 kcal; Białko ogółem: 71.37 g; Tłuszcz: 87.39 g; Kw. tł. nasy.: 42.32 g; Węglowodany ogółem: 396.47 g; W tym cukry: 102.46 g; Błonnik pok.: 30.85 g; Sól: 9.42 g;	Wartość energetyczna: 2382.93 kcal; Białko ogółem: 76.26 g; Tłuszcz: 55.18 g; Kw. tł. nasy.: 12.73 g; Węglowodany ogółem: 412.20 g; W tym cukry: 116.56 g; Błonnik pok.: 33.56 g; Sól: 9.98 g;	Wartość energetyczna: 2205.85 kcal; Białko ogółem: 71.00 g; Tłuszcz: 62.54 g; Kw. tł. nasy.: 26.21 g; Węglowodany ogółem: 351.50 g; W tym cukry: 83.03 g; Błonnik pok.: 27.82 g; Sól: 6.90 g;	Wartość energetyczna: 2491.68 kcal; Białko ogółem: 76.92 g; Tłuszcz: 72.44 g; Kw. tł. nasy.: 32.76 g; Węglowodany ogółem: 392.81 g; W tym cukry: 132.32 g; Błonnik pok.: 23.62 g; Sól: 5.60 g;	Wartość energetyczna: 3138.52 kcal; Białko ogółem: 137.93 g; Tłuszcz: 94.44 g; Kw. tł. nasy.: 44.97 g; Węglowodany ogółem: 445.79 g; W tym cukry: 102.90 g; Błonnik pok.: 31.16 g; Sól: 10.69 g;	Wartość energetyczna: 2612.67 kcal; Białko ogółem: 95.62 g; Tłuszcz: 77.14 g; Kw. tł. nasy.: 36.56 g; Węglowodany ogółem: 390.80 g; W tym cukry: 25.34 g; Błonnik pok.: 24.27 g; Sól: 5.80 g;	Wartość energetyczna: 2097.71 kcal; Białko ogółem: 88.00 g; Tłuszcz: 76.73 g; Kw. tł. nasy.: 29.67 g; Węglowodany ogółem: 283.07 g; W tym cukry: 25.34 g; Błonnik pok.: 39.75 g; Sól: 10.82 g;	Wartość energetyczna: 2349.31 kcal; Białko ogółem: 73.43 g; Tłuszcz: 76.46 g; Kw. tł. nasy.: 49.29 g; Węglowodany ogółem: 343.65 g; W tym cukry: 97.08 g; Błonnik pok.: 14.92 g; Sól: 5.81 g;	Wartość energetyczna: 2862.25 kcal; Białko ogółem: 79.19 g; Tłuszcz: 98.13 g; Kw. tł. nasy.: 49.29 g; Węglowodany ogółem: 427.42 g; W tym cukry: 123.74 g; Błonnik pok.: 33.53 g; Sól: 9.52 g;	Wartość energetyczna: 3352.05 kcal; Białko ogółem: 145.65 g; Tłuszcz: 111.24 g; Węglowodany ogółem: 457.44 g; W tym cukry: 134.94 g; Błonnik pok.: 37.22 g; Sól: 11.72 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-04-15 do dnia 2024-04-28 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 jaj z natką pietruszki - dieta 60 g (JAJ, MLE) Salata zielona 20 g Kakao z makiem 250 ml (MLE) Pomarańcza 250g 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) Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 60 g (JAJ, MLE) Salata zielona 20 g Pomarańcza 250g 1 szt Kakao z makiem 250 ml (MLE) Jogurt owoce leśne 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 Pasta z jaj (bez miodu) 60 g (JAJ) Salata zielona 20 g Szynkowa drobowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 60 g Salata zielona 20 g Pomarańcza 250g 1 szt Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Wafle ryżowe 30 g 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 jaj z natką pietruszki - dieta 60 g (JAJ, MLE) Jabłko 1 szt 1 szt Jabłko pieczone 1szt. 1 szt 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) Jabłko 1 szt 1 szt Salata zielona 20 g Kakao z makiem 250 ml (MLE) Jogurt owoce leśne 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) Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 60 g (JAJ, MLE) Szynkowa drobowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 60 g Salata zielona 20 g Pomarańcza 250g 1 szt Kakao z makiem 250 ml (MLE) Jogurt owoce leśne 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) Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 60 g (JAJ, MLE) Salata zielona 20 g Jabłko 1 szt 1 szt Kakao z makiem 250 ml (MLE) Jogurt owoce leśne 100g 1 szt (MLE) Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ)	Chleb Graham 120 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 15 g (MLE) Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 60 g (JAJ, MLE) Salata zielona 20 g Pomarańcza 250g 1 szt Kawa zbożowa z makiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ)	Chleb bezglutenowy 120 g Masło extra 82% 15 g (MLE) Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 60 g (JAJ, MLE) Szynkowa drobowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 60 g Salata zielona 20 g Kakao z makiem 250 ml (MLE) Pomarańcza 250g 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 60 g (JAJ, MLE) Jabłko 1 szt 1 szt Salata zielona 20 g Kakao z makiem 250 ml (MLE) Jogurt owoce leśne 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) Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 60 g (JAJ, MLE) Szynkowa drobowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 60 g Salata zielona 20 g Kakao z makiem 250 ml (MLE) Jogurt owoce leśne 100g 1 szt (MLE) Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ)
II SNI									Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE)		
Obiad	Szpinakowa z zacierką () 350 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g (RYB) Ryba pieczona (Dorsz) 60 g Surówka z kapusty czerwonej z olejem 75 g Bukiet jarzyn oprószone z olejem () 75 g (GLU PSZ, SEL) Kompotowocowy* z/c 250 ml	Szpinakowa z zacierką () 300 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g (RYB) Ryba pieczona (Dorsz) 60 g Surówka z kapusty czerwonej z olejem 50 g Bukiet jarzyn oprószone z olejem () 50 g (GLU PSZ, SEL) Kompotowocowy* z/c 250 ml	Szpinakowa z zacierką (bez miodu) () 350 ml (GLU PSZ, JAJ, SEL) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g (RYB) Ryba pieczona (Dorsz) 60 g Surówka z kapusty czerwonej z olejem 75 g Bukiet jarzyn oprószone z olejem () 75 g (GLU PSZ, SEL) Kompotowocowy* z/c 250 ml	Szpinakowa z zacierką () 350 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g (RYB) Ryba pieczona (Dorsz) 60 g Brokuł gotowany* 75 g Bukiet jarzyn oprószone z olejem () 75 g (GLU PSZ, SEL) Kompotowocowy* z/c 250 ml	Szpinakowa z zacierką () 300 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g (RYB) Ryba pieczona (Dorsz) 60 g Brokuł gotowany* 75 g Bukiet jarzyn oprószone z olejem () 50 g (GLU PSZ, SEL) Kompotowocowy* z/c 250 ml	Szpinakowa z zacierką () 350 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g (RYB) Ryba pieczona (Dorsz) 60 g Brokuł gotowany* 75 g Bukiet jarzyn oprószone z olejem () 75 g (GLU PSZ, SEL) Kompotowocowy* z/c 250 ml	Szpinakowa z zacierką () 300 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g (RYB) Ryba pieczona (Dorsz) 60 g Bukiet jarzyn oprószone z olejem () 50 g (GLU PSZ, SEL) Kompotowocowy* z/c 250 ml	Szpinakowa z zacierką () 350 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g (RYB) Ryba pieczona (Dorsz) 60 g Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 75 g Brokuł gotowany* 75 g Kompotowocowy* b/c 250 ml	Szpinakowa z ziemniakami (bez glutenu) () 350 ml (MLE, SEL) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g (RYB) Ryba pieczona (Dorsz) 60 g Surówka z kapusty czerwonej z olejem 75 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 75 g (SEL) Kompotowocowy* z/c 250 ml	Szpinakowa z zacierką () 350 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g (RYB) Ryba pieczona (Dorsz) 60 g Surówka z kapusty czerwonej z olejem 75 g Bukiet jarzyn oprószone z olejem () 75 g (GLU PSZ, SEL) Kompotowocowy* z/c 250 ml	Szpinakowa z zacierką () 350 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g (RYB) Ryba pieczona (Dorsz) 60 g Bukiet jarzyn oprószone z olejem () 75 g (GLU PSZ, SEL) Kompotowocowy* z/c 250 ml
PD					Chrupki kukurydziane 25 g		Jogurt owoce leśne 100g 1 szt (MLE)		Chrupki kukurydziane 25 g		Chrupki kukurydziane 25 g
Kolejka	Chleb Graham 30 g (GLU PSZ) Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Twaróg półtłusty 60 g (MLE) Pomidor 70 g Rukola 10 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Dżem 25 g 1 szt	Chleb Graham 30 g (GLU PSZ) Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Szynka wieśniowa- wieprzowa, wędz. parz. z dod. wody i białka wp. 60 g (SOJ) Pomidor 70 g Rukola 10 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Dżem 25 g 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Twaróg półtłusty 60 g (MLE) Pomidor b/skórki 70 g Rukola 10 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Dżem 25 g 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 15 g (MLE) Twaróg półtłusty 60 g (MLE) Pomidor b/skórki 70 g Rukola 10 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Dżem 25 g 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 15 g (MLE) Twaróg półtłusty 60 g (MLE) Pomidor b/skórki 70 g Rukola 10 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Dżem 25 g 1 szt	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) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 60 g (może zawierać: MLE, GOR.) Rukola 10 g Pomidor 70 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Dżem 25 g 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 15 g (MLE) Twaróg półtłusty 60 g (MLE) Pomidor b/skórki 70 g Rukola 10 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Dżem 25 g 1 szt	Chleb Graham 120 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 15 g (MLE) Twaróg półtłusty 60 g (MLE) Pomidor 70 g Rukola 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 120 g Masło extra 82% 15 g (MLE) Twaróg półtłusty 60 g (MLE) Pomidor b/skórki 70 g Rukola 10 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Dżem 25 g 1 szt	Chleb Graham 30 g (GLU PSZ) Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Twaróg półtłusty 60 g (MLE) Pomidor b/skórki 70 g Rukola 10 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Dżem 25 g 1 szt	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) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 60 g (może zawierać: MLE, GOR.) Rukola 10 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Pomidor b/skórki 70 g Dżem 25 g 1 szt
PN	Mus- przecier owocowy jablko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt							Chleb Graham 30 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 5 g (MLE) Szynka wieśniowa- wieprzowa, wędz. parz. z dod. wody i białka wp. 20 g (SOJ) Salata zielona 5 g	Mus- przecier owocowy jablko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt	Chleb Graham 30 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 5 g (MLE) Szynka wieśniowa- wieprzowa, wędz. parz. z dod. wody i białka wp. 20 g (SOJ) Salata zielona 5 g	Chleb Graham 30 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 5 g (MLE) Szynka wieśniowa- wieprzowa, wędz. parz. z dod. wody i białka wp. 20 g (SOJ) Salata zielona 5 g
	Wartość energetyczna: 2081.15 kcal; Białko ogółem: 72.81 g; Tłuszcz: 57.40 g; Kw. tł. nasy.: 25.63 g; Węglowodany ogółem: 332.28 g; W tym cukry: 102.22 g; Błonnik pok.: 28.69 g; Sól: 5.33 g;	Wartość energetyczna: 2199.58 kcal; Białko ogółem: 76.79 g; Tłuszcz: 58.21 g; Kw. tł. nasy.: 26.42 g; Węglowodany ogółem: 356.52 g; W tym cukry: 104.24 g; Błonnik pok.: 28.58 g; Sól: 5.26 g;	Wartość energetyczna: 2181.31 kcal; Białko ogółem: 71.89 g; Tłuszcz: 56.93 g; Kw. tł. nasy.: 12.92 g; Węglowodany ogółem: 360.70 g; W tym cukry: 88.40 g; Błonnik pok.: 31.44 g; Sól: 7.79 g;	Wartość energetyczna: 2011.80 kcal; Białko ogółem: 70.77 g; Tłuszcz: 55.26 g; Kw. tł. nasy.: 25.45 g; Węglowodany ogółem: 320.01 g; W tym cukry: 91.47 g; Błonnik pok.: 25.65 g; Sól: 5.59 g;	Wartość energetyczna: 2179.78 kcal; Białko ogółem: 79.93 g; Tłuszcz: 57.17 g; Kw. tł. nasy.: 26.25 g; Węglowodany ogółem: 348.47 g; W tym cukry: 96.89 g; Błonnik pok.: 22.88 g; Sól: 4.23 g;	Wartość energetyczna: 2473.94 kcal; Białko ogółem: 106.46 g; Tłuszcz: 65.87 g; Kw. tł. nasy.: 28.16 g; Węglowodany ogółem: 378.31 g; W tym cukry: 108.94 g; Błonnik pok.: 31.25 g; Sól: 9.27 g;	Wartość energetyczna: 2089.88 kcal; Białko ogółem: 78.52 g; Tłuszcz: 54.10 g; Kw. tł. nasy.: 25.34 g; Węglowodany ogółem: 333.52 g; W tym cukry: 96.66 g; Błonnik pok.: 21.69 g; Sól: 4.08 g;	Wartość energetyczna: 2003.78 kcal; Białko ogółem: 88.20 g; Tłuszcz: 64.31 g; Kw. tł. nasy.: 28.99 g; Węglowodany ogółem: 288.40 g; W tym cukry: 54.36 g; Błonnik pok.: 41.06 g; Sól: 6.67 g;	Wartość energetyczna: 2281.34 kcal; Białko ogółem: 72.76 g; Tłuszcz: 67.67 g; Kw. tł. nasy.: 25.46 g; Węglowodany ogółem: 355.83 g; W tym cukry: 103.63 g; Błonnik pok.: 25.68 g; Sól: 4.08 g;	Wartość energetyczna: 2218.83 kcal; Białko ogółem: 76.96 g; Tłuszcz: 60.75 g; Kw. tł. nasy.: 26.64 g; Węglowodany ogółem: 355.77 g; W tym cukry: 100.33 g; Błonnik pok.: 29.21 g; Sól: 5.42 g;	Wartość energetyczna: 2574.89 kcal; Białko ogółem: 111.17 g; Tłuszcz: 69.32 g; Kw. tł. nasy.: 29.97 g; Węglowodany ogółem: 391.81 g; W tym cukry: 89.96 g; Błonnik pok.: 34.43 g; Sól: 10.15 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-04-15 do dnia 2024-04-28 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 z soczewicy () 60 g (GLU PSZ, JAJ.) Ogórek kiszony 70 g Salata lodowa 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) Pasztet z soczewicy () 60 g (GLU PSZ, JAJ.) Ogórek kiszony 70 g Salata lodowa 10 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Budyń o smaku śmietankowym z/c 150 ml (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.) Ogórek kiszony 70 g Salata lodowa 10 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Galełka 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) Filet zapiekany drobiowy 60 g (MLE) Pomidor b/skórki 70 g Salata lodowa 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) Filet zapiekany drobiowy 60 g (MLE) Pomidor b/skórki 70 g Salata lodowa 10 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml 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) Filet zapiekany drobiowy 60 g (MLE) Pasztet z soczewicy () 40 g (GLU PSZ, JAJ.) Pomidor 70 g Salata lodowa 10 g Kawa zbożowa z makiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Budyń o smaku śmietankowym b/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) Pomidor 70 g Salata lodowa 10 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Budyń o smaku śmietankowym z/c 150 ml (MLE) Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.)	Chleb Graham 120 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Pasztet z soczewicy () 60 g (GLU PSZ, JAJ.) Ogórek kiszony 70 g Salata lodowa 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 120 g (MLE) Masło extra 82% 15 g (MLE) Filet zapiekany drobiowy 60 g (MLE) Ogórek kiszony 70 g Salata lodowa 10 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Jogurt naturalny 100g 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.) Ogórek kiszony 70 g Salata lodowa 10 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml 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) Filet zapiekany drobiowy 60 g (MLE) Pasztet z soczewicy () 40 g (GLU PSZ, JAJ.) Salata lodowa 20 g Kawa zbożowa z makiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Salata lodowa 10 g Budyń o smaku śmietankowym b/c 150 ml (MLE) Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.)
II SNI								Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE)			
Obiad	Koperkowa z ryżem () 350 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Gulasz wołowy - dieta 150 g (GLU PSZ.) Surówka z marchwi i jabłka z olejem () 75 g Cukinia pieczona z olejem i koncentratem pomidorowym* 75 g Kompotowocowy* z/c 250 ml	Koperkowa z ryżem () 350 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Gulasz wołowy - dieta 150 g (GLU PSZ.) Surówka z marchwi i jabłka z olejem () 75 g Cukinia pieczona z olejem i koncentratem pomidorowym* 75 g Kompotowocowy* z/c 250 ml	Koperkowa z ryżem (bez mleka) () 350 ml (SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Gulasz wieprzowy- dieta 150 g (GLU PSZ.) Surówka z marchwi i jabłka z olejem () 75 g Cukinia pieczona z olejem i koncentratem pomidorowym* 75 g Kompotowocowy* z/c 250 ml	Koperkowa z ryżem () 350 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Gulasz wołowy - dieta 150 g (GLU PSZ.) Marchew oprószana z olejem () 75 g (GLU PSZ.) Cukinia pieczona z olejem i koncentratem pomidorowym* 50 g Kompotowocowy* z/c 250 ml	Koperkowa z ryżem () 350 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Gulasz wołowy - dieta 150 g (GLU PSZ.) Klopsik wieprzowy 60 g (GLU PSZ, JAJ.) Marchew oprószana z olejem () 75 g (GLU PSZ.) Cukinia pieczona z olejem i koncentratem pomidorowym* 75 g Kompotowocowy* z/c 250 ml	Koperkowa z ryżem () 350 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Gulasz wołowy - dieta 150 g (GLU PSZ.) Klopsik wieprzowy 60 g (GLU PSZ, JAJ.) Marchew oprószana z olejem () 75 g (GLU PSZ.) Cukinia pieczona z olejem i koncentratem pomidorowym* 50 g Kompotowocowy* z/c 250 ml	Koperkowa z ryżem () 300 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Gulasz wołowy - dieta 150 g (GLU PSZ.) Marchew oprószana z olejem () 50 g (GLU PSZ.) Cukinia pieczona z olejem i koncentratem pomidorowym* 75 g Kompotowocowy* z/c 250 ml	Koperkowa z ryżem () 350 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Gulasz wołowy - dieta (bez glutenu) 150 g Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c () 75 g Cukinia pieczona z olejem i koncentratem pomidorowym* 75 g Kompotowocowy* b/c 250 ml	Koperkowa z ryżem () 350 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Gulasz wołowy - dieta (bez glutenu) 150 g Surówka z marchwi i jabłka z olejem () 75 g Cukinia pieczona z olejem i koncentratem pomidorowym* 75 g Kompotowocowy* z/c 250 ml	Koperkowa z ryżem () 350 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Gulasz wołowy - dieta (bez glutenu) 150 g Surówka z marchwi i jabłka z olejem () 75 g Cukinia pieczona z olejem i koncentratem pomidorowym* 75 g Kompotowocowy* z/c 250 ml	Koperkowa z ryżem () 350 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Gulasz wołowy - dieta 150 g (GLU PSZ.) Klopsik wieprzowy 60 g (GLU PSZ, JAJ.) Marchew oprószana z olejem () 75 g (GLU PSZ.) Cukinia pieczona z olejem i koncentratem pomidorowym* 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) Twaróg półtłusty 20 g (MLE)	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Jabłko 1 szt 1 szt	Jabłko 1 szt 1 szt	Jabłko 1 szt 1 szt	Wafelki 30 g (GLU PSZ, SOJ, MLE)	
Kolejacja	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 szaszetka 1 szt (GOR.) 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) Parówki drobiowe z cielęciną homogenizowane, wędzone, parzone 80 g Ketchup 15g szaszetka 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 Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 60 g (SOJ.) Buraczki gotowane plasty () 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 Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 60 g Buraczki gotowane plasty () 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 Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 60 g Buraczki gotowane plasty () 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) Buraczki gotowane plasty () 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 Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 60 g Buraczki gotowane plasty () 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 Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 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) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 60 g (SOJ.) Salata zielona 20 g Pomidor 60 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb Graham 30 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Serek homo. naturalny 60 g (MLE) Buraczki gotowane plasty () 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 Buraczki gotowane plasty () 60 g Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml
PN	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (MLE) Rogal maślany 50g 1 szt (GLU PSZ, JAJ, MLE)		Sok pomidorowy 0,3l 1 szt	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (MLE) Rogal maślany 50g 1 szt (GLU PSZ, JAJ, MLE)			Chleb Graham 30 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Twaróg półtłusty 20 g (MLE) Salata zielona 5 g	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt		Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (MLE) Rogal maślany 50g 1 szt (GLU PSZ, JAJ, MLE)	
	Wartość energetyczna: 2428.32 kcal; Białko ogółem: 87.88 g; Tłuszcz: 79.87 g; Kw. tł. nasy.: 26.61 g; Węglowodany ogółem: 332.81 g; W tym cukry: 51.07 g; Błonnik pok.: 24.55 g; Sól: 8.04 g;	Wartość energetyczna: 2615.62 kcal; Białko ogółem: 94.56 g; Tłuszcz: 80.81 g; Kw. tł. nasy.: 28.31 g; Węglowodany ogółem: 374.02 g; W tym cukry: 81.58 g; Błonnik pok.: 26.13 g; Sól: 8.15 g;	Wartość energetyczna: 2178.35 kcal; Białko ogółem: 77.87 g; Tłuszcz: 65.57 g; Kw. tł. nasy.: 28.31 g; Węglowodany ogółem: 331.90 g; W tym cukry: 56.20 g; Błonnik pok.: 27.61 g; Sól: 8.57 g;	Wartość energetyczna: 2126.66 kcal; Białko ogółem: 91.67 g; Tłuszcz: 61.34 g; Kw. tł. nasy.: 14.70 g; Węglowodany ogółem: 312.15 g; W tym cukry: 54.25 g; Błonnik pok.: 21.36 g; Sól: 7.79 g;	Wartość energetyczna: 2354.29 kcal; Białko ogółem: 101.77 g; Tłuszcz: 63.22 g; Kw. tł. nasy.: 27.58 g; Węglowodany ogółem: 354.69 g; W tym cukry: 87.53 g; Błonnik pok.: 20.17 g; Sól: 6.59 g;	Wartość energetyczna: 3144.15 kcal; Białko ogółem: 141.05 g; Tłuszcz: 100.51 g; Kw. tł. nasy.: 36.28 g; Węglowodany ogółem: 413.95 g; W tym cukry: 77.28 g; Błonnik pok.: 29.31 g; Sól: 9.38 g;	Wartość energetyczna: 2339.06 kcal; Białko ogółem: 101.38 g; Tłuszcz: 63.03 g; Kw. tł. nasy.: 27.55 g; Węglowodany ogółem: 351.55 g; W tym cukry: 87.32 g; Błonnik pok.: 19.89 g; Sól: 6.53 g;	Wartość energetyczna: 2082.34 kcal; Białko ogółem: 92.42 g; Tłuszcz: 70.15 g; Kw. tł. nasy.: 27.01 g; Węglowodany ogółem: 288.83 g; W tym cukry: 35.26 g; Błonnik pok.: 36.12 g; Sól: 8.27 g;	Wartość energetyczna: 1974.08 kcal; Białko ogółem: 75.37 g; Tłuszcz: 63.27 g; Kw. tł. nasy.: 22.28 g; Węglowodany ogółem: 285.05 g; W tym cukry: 58.99 g; Błonnik pok.: 16.61 g; Sól: 6.42 g;	Wartość energetyczna: 3127.83 kcal; Białko ogółem: 130.37 g; Tłuszcz: 103.20 g; Kw. tł. nasy.: 38.57 g; Węglowodany ogółem: 413.38 g; W tym cukry: 74.66 g; Błonnik pok.: 27.07 g; Sól: 9.11 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-04-15 do dnia 2024-04-28 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 50 g (MLE) Kiwi 1 szt 1 szt Mix sałat 10 g Kawa zbożowa z makiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ) Ketchup 15g saszelka 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Ser żółty 50 g (MLE) Kiwi 1 szt 1 szt Mix sałat 10 g Kawa zbożowa z makiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ) Herbatniki 30 g (GLU PSZ, SOJ, MLE)	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Szynkowa debowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 60 g Kiwi 1 szt 1 szt Mix sałat 10 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ) Chrupki kukurydziane 25 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Twarożek 60 g (MLE) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Mix sałat 10 g Kawa zbożowa z makiem 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) Twarożek 60 g (MLE) Banana 1szt. 1 szt Mix sałat 10 g Kawa zbożowa z makiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Herbatniki 30 g (GLU PSZ, SOJ, MLE) Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Twarożek 40 g (MLE) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 60 g (może zawierać: MLE, GOR.) Jabłko 1 szt 1 szt Kawa zbożowa z makiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Mix sałat 10 g Serek homo owocowy 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) Twarożek 60 g (MLE) Banana 1szt. 1 szt Mix sałat 10 g Kawa zbożowa z makiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Herbatniki 30 g (GLU PSZ, SOJ, MLE) Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ)	Chleb Graham 120 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 15 g (MLE) Twarożek 60 g (MLE) Kiwi 1 szt 1 szt Mix sałat 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 120 g (MLE) Masło extra 82% 15 g (MLE) Twarożek 60 g (MLE) Kiwi 1 szt 1 szt Mix sałat 10 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chrupki kukurydziane 25 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Twarożek 40 g (MLE) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 60 g (może zawierać: MLE, GOR.) Jabłko 1 szt 1 szt Kawa zbożowa z makiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Herbatniki 30 g (GLU PSZ, SOJ, MLE)	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Twarożek 60 g (MLE) Kiwi 1 szt 1 szt Mix sałat 10 g Kawa zbożowa z makiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Herbatniki 30 g (GLU PSZ, SOJ, MLE) Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ)
II SN								Jabłko 1 szt 1 szt			
Obiad	Rosół z makaronem (I) 350 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane (I) 200 g udziec z kurczaka pieczony z/c z/s 100 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem (I) 75 g Fasolka szparagowa z wody* 75 g Kompotowocowy* z/c 250 ml	Rosół z makaronem (I) 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane (I) 200 g udziec z kurczaka pieczony z/c z/s 100 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem (I) 75 g Fasolka szparagowa z wody* 75 g Kompotowocowy* z/c 250 ml	Rosół z makaronem (I) 350 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane (I) 200 g Udziec drobiowy gotowany z/c z/s 100 g Bukiet jarzyn oprószone z olejem (I) 75 g (GLU PSZ, SEL.) Fasolka szparagowa z wody* 75 g Kompotowocowy* z/c 250 ml	Rosół z makaronem (I) 350 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane (I) 200 g Udziec drobiowy gotowany z/c z/s 100 g Bukiet jarzyn oprószone z olejem (I) 50 g (GLU PSZ, SEL.) Fasolka szparagowa z wody* 50 g Kompotowocowy* z/c 250 ml	Rosół z makaronem (I) 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane (I) 200 g Bukiet jarzyn oprószone z olejem (I) 75 g (GLU PSZ, SEL.) Fasolka szparagowa z wody* 75 g Kompotowocowy* z/c 250 ml	Rosół z makaronem (I) 350 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane (I) 200 g udziec z kurczaka pieczony z/c z/s 150 g Bukiet jarzyn oprószone z olejem (I) 75 g (GLU PSZ, SEL.) Fasolka szparagowa z wody* 75 g Kompotowocowy* z/c 250 ml	Rosół z makaronem (I) 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane (I) 150 g Udziec drobiowy gotowany z/c z/s 100 g Bukiet jarzyn oprószone z olejem (I) 50 g (GLU PSZ, SEL.) Fasolka szparagowa z wody* 50 g Kompotowocowy* z/c 250 ml	Rosół z makaronem (I) 350 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane (I) 200 g Udziec drobiowy gotowany z/c z/s 100 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem (I) 75 g Fasolka szparagowa z wody* 75 g Kompotowocowy* b/c 250 ml	Rosół z makaronem (bez glutenu) (I) 350 ml (SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane (I) 200 g Udziec drobiowy gotowany z/c z/s 100 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem (I) 75 g Fasolka szparagowa z wody* 75 g Kompotowocowy* z/c 250 ml	Bulion warzywny z makaronem (I) 350 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane (I) 200 g Kotlety z brokuła* 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem (I) 75 g Fasolka szparagowa z wody* 75 g Kompotowocowy* z/c 250 ml	Rosół z makaronem (I) 350 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane (I) 200 g Udziec drobiowy gotowany z/c z/s 150 g Bukiet jarzyn oprószone z olejem (I) 75 g (GLU PSZ, SEL.) Fasolka szparagowa z wody* 75 g Kompotowocowy* z/c 250 ml
PD		Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml		Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml	Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE)	Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml	Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE)	Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml	Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml	Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE)	Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml
Kolacja	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 70 g Rukola 10 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb Graham 30 g (GLU PSZ) Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Szynka wieśniowa- wieprzowa, wędz. parz. z dod. wody i białka wp. 60 g (SOJ.) Pomidor biskórki 70 g Rukola 10 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Szynka wieśniowa- wieprzowa, wędz. parz. z dod. wody i białka wp. 60 g (SOJ.) Pomidor biskórki 70 g Rukola 10 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 biskórki 70 g Rukola 10 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 70 g Rukola 10 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb Graham 60 g (GLU PSZ) Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Szynka wieśniowa- wieprzowa, wędz. parz. z dod. wody i białka wp. 60 g (SOJ.) Pomidor 70 g Rukola 10 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 70 g Rukola 10 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 70 g Rukola 10 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.) Pomidor 70 g Rukola 10 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb Graham 30 g (GLU PSZ) Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Pomidor 70 g Rukola 10 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb Graham 60 g (GLU PSZ) Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Szynka wieśniowa- wieprzowa, wędz. parz. z dod. wody i białka wp. 60 g (SOJ.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Pomidor 70 g Rukola 10 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml
PN	Sok pomarańczowy 0,2L-kartonik 1 szt			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 pomarańczowy 0,2L-kartonik 1 szt	Chleb Graham 30 g (GLU PSZ) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Salata zielona 5 g		Sok pomarańczowy 0,2L-kartonik 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.) Salata zielona 5 g
	Wartość energetyczna: 2194.16 kcal; Białko ogółem: 91.69 g; Tłuszcz: 73.67 g; Kw. tł. nasy.: 36.15 g; Węglowodany ogółem: 303.48 g; W tym cukry: 70.29 g; Błonnik pok.: 21.86 g; Sól: 8.42 g;	Wartość energetyczna: 2371.30 kcal; Białko ogółem: 89.23 g; Tłuszcz: 75.40 g; Kw. tł. nasy.: 36.33 g; Węglowodany ogółem: 343.05 g; W tym cukry: 101.67 g; Błonnik pok.: 20.59 g; Sól: 8.17 g;	Wartość energetyczna: 2150.72 kcal; Białko ogółem: 83.94 g; Tłuszcz: 57.17 g; Kw. tł. nasy.: 15.47 g; Węglowodany ogółem: 335.05 g; W tym cukry: 85.98 g; Błonnik pok.: 23.78 g; Sól: 8.52 g;	Wartość energetyczna: 2220.44 kcal; Białko ogółem: 92.07 g; Tłuszcz: 72.23 g; Kw. tł. nasy.: 32.16 g; Węglowodany ogółem: 311.17 g; W tym cukry: 61.23 g; Błonnik pok.: 25.05 g; Sól: 7.98 g;	Wartość energetyczna: 2468.33 kcal; Białko ogółem: 92.07 g; Tłuszcz: 64.59 g; Kw. tł. nasy.: 28.11 g; Węglowodany ogółem: 387.89 g; W tym cukry: 137.83 g; Błonnik pok.: 19.68 g; Sól: 6.14 g;	Wartość energetyczna: 2788.43 kcal; Białko ogółem: 136.95 g; Tłuszcz: 85.92 g; Kw. tł. nasy.: 33.90 g; Węglowodany ogółem: 378.11 g; W tym cukry: 84.82 g; Błonnik pok.: 27.41 g; Sól: 9.84 g;	Wartość energetyczna: 2399.12 kcal; Białko ogółem: 90.71 g; Tłuszcz: 63.76 g; Kw. tł. nasy.: 27.87 g; Węglowodany ogółem: 373.14 g; W tym cukry: 137.70 g; Błonnik pok.: 18.54 g; Sól: 6.01 g;	Wartość energetyczna: 2035.51 kcal; Białko ogółem: 98.45 g; Tłuszcz: 71.03 g; Kw. tł. nasy.: 31.74 g; Węglowodany ogółem: 267.30 g; W tym cukry: 39.01 g; Błonnik pok.: 33.36 g; Sól: 7.50 g;	Wartość energetyczna: 2118.23 kcal; Białko ogółem: 71.66 g; Tłuszcz: 69.34 g; Kw. tł. nasy.: 26.72 g; Węglowodany ogółem: 305.80 g; W tym cukry: 68.86 g; Błonnik pok.: 16.98 g; Sól: 4.09 g;	Wartość energetyczna: 2368.81 kcal; Białko ogółem: 60.78 g; Tłuszcz: 63.36 g; Kw. tł. nasy.: 25.08 g; Węglowodany ogółem: 399.35 g; W tym cukry: 138.13 g; Błonnik pok.: 27.07 g; Sól: 5.00 g;	Wartość energetyczna: 2875.31 kcal; Białko ogółem: 144.77 g; Tłuszcz: 95.39 g; Kw. tł. nasy.: 38.23 g; Węglowodany ogółem: 372.89 g; W tym cukry: 65.01 g; Błonnik pok.: 29.22 g; Sól: 10.38 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-04-15 do dnia 2024-04-28 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) Baton szynkowy z kurczak 60 g (może zawierać: GLUPSZ, MLE, GOR.) Rzodkiew biała 70 g Roszponka 10 g Kawa zbożowa z mlekem 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) Baton szynkowy z kurczak 60 g (może zawierać: GLUPSZ, MLE, GOR.) Rzodkiew biała 70 g Roszponka 10 g Kawa zbożowa z mlekem 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.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw. 80% tł 15 g Szynkowa drobowa kielbasa grubo rozdrobniona 60 g Rzodkiew biała 70 g Roszponka 10 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Sok jabłkowy 100 % 0,2l 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 biskorki 70 g Roszponka 10 g Kawa zbożowa z mlekem 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) Baton szynkowy z kurczak 60 g (może zawierać: GLUPSZ, MLE, GOR.) Pomidor biskorki 70 g Roszponka 10 g Kawa zbożowa z mlekem 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) Baton szynkowy z kurczak 60 g (może zawierać: GLUPSZ, MLE, GOR.) Twaróg półtłusty 40g (MLE) Pomidor 70 g Roszponka 10 g Kawa zbożowa z mlekem 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) Baton szynkowy z kurczak 60 g (może zawierać: GLUPSZ, MLE, GOR.) Pomidor biskorki 70 g Roszponka 10 g Kawa zbożowa z mlekem 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) Baton szynkowy z kurczak 60 g (może zawierać: GLUPSZ, MLE, GOR.) Rzodkiew biała 70 g Roszponka 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml 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) Szynkowa drobowa kielbasa grubo rozdrobniona 60 g Rzodkiew biała 70 g Roszponka 10 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Serek homo naturalny 150g 1 szt (MLE)	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.) Rzodkiew biała 70 g Roszponka 10 g Kawa zbożowa z mlekem 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) Baton szynkowy z kurczak 60 g (może zawierać: GLUPSZ, MLE, GOR.) Twaróg półtłusty 40g (MLE) Pomidor 70 g Roszponka 10 g Kawa zbożowa z mlekem 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 SNI								Serek homo naturalny 150g 1 szt (MLE)			
Obiad	Grochowa z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Pierogi z serem* 300 g (GLU PSZ, MLE) Jogurt truskawkowy 100 g 1 szt (MLE) Mandarynka 1 szt Kompotowocowy* z/c 250 ml	Grochowa z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Pierogi z serem* 300 g (GLU PSZ, MLE) Jogurt truskawkowy 100 g 1 szt (MLE) Mandarynka 1 szt Kompotowocowy* z/c 250 ml	Solferino (bez mleka) () 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Ryz na sypko 200 g Mięso z szynki wieprzowej 50 g Sos jarzynowy () 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Surówka żydowska z olejem b/c () 75 g Szpinak gotowany z olejem* 75 g (GLU PSZ.) Kompotowocowy* z/c 250 ml	Solferino () 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Pierogi z serem* 300 g (GLU PSZ, MLE) Jogurt truskawkowy 100 g 1 szt (MLE) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Kompotowocowy* z/c 250 ml	Solferino () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Pierogi z serem* 300 g (GLU PSZ, MLE) Jogurt truskawkowy 100 g 1 szt (MLE) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Kompotowocowy* z/c 250 ml	Solferino () 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Pierogi z serem* 300 g (GLU PSZ, MLE) Jogurt truskawkowy 100 g 1 szt (MLE) Jabłko 1 szt 1 szt Kompotowocowy* z/c 250 ml	Solferino () 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Pierogi z serem* 250 g (GLU PSZ, MLE) Jogurt truskawkowy 100 g 1 szt (MLE) Jabłko 1 szt 1 szt Kompotowocowy* z/c 250 ml	Grochowa z ziemniakami () 350 ml (GLU PSZ, SEL.) Ryz na sypko (brązowy) 200 g Mięso z szynki wieprzowej 50 g Surówka żydowska z olejem b/c () 75 g Szpinak gotowany z olejem* 75 g (GLU PSZ.) Kompotowocowy* b/c 250 ml	Solferino (bez glutenu) () 400 ml (MLE, SEL.) Pierogi z serem* 300 g (GLU PSZ, MLE) Jogurt truskawkowy 100 g 1 szt (MLE) Kompotowocowy* z/c 250 ml	Solferino () 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Pierogi z serem* 300 g (GLU PSZ, MLE) Jogurt truskawkowy 100 g 1 szt (MLE) Kompotowocowy* z/c 250 ml	Serek homo naturalny 150g 1 szt (MLE)
PD		Chrupki kukurydziane 25 g	Mandarynka 1 szt			Chrupki kukurydziane 25 g		Mandarynka 1 szt		Chrupki kukurydziane 25 g	Serek homo naturalny 150g 1 szt (MLE)
Kolejacja	Chleb Graham 30 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) 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 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 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.) 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) Szynka zielonogórska- wp. parzona 60 g (SOJ.) 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) Szynka zielonogórska- wp. parzona 60 g (SOJ.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) 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) Szynka zielonogórska- wp. parzona 60 g (SOJ.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) 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) Szynka zielonogórska- wp. parzona 60 g (SOJ.) Pomidor 60 g Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Chleb Graham 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 b/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 120 g (MLE) 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 30 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Szynka zielonogórska- wp. parzona 60 g (SOJ.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) 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) Szynka zielonogórska- wp. parzona 60 g (SOJ.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Marchew pieczona w słupki () 60 g Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml
PN	Ciasto drożdżowe 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, SOJ.) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt		Ciasto drożdżowe 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, SOJ.) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml			Chleb Graham 30 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Twaróg półtłusty 20 g (MLE) Salata zielona 5 g	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt		Ciasto drożdżowe 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, SOJ.) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	
	Wartość energetyczna: 2566.54 kcal; Białko ogółem: 96.98 g; Tłuszcz: 66.35 g; Kw. tł. nasy.: 25.96 g; Węglowodany ogółem: 399.51 g; W tym cukry: 63.97 g; Błonnik pok.: 30.93 g; Sól: 6.99 g;	Wartość energetyczna: 2744.90 kcal; Białko ogółem: 102.84 g; Tłuszcz: 69.61 g; Kw. tł. nasy.: 28.03 g; Węglowodany ogółem: 431.07 g; W tym cukry: 76.92 g; Błonnik pok.: 31.55 g; Sól: 7.13 g;	Wartość energetyczna: 1915.78 kcal; Białko ogółem: 68.62 g; Tłuszcz: 44.32 g; Kw. tł. nasy.: 11.19 g; Węglowodany ogółem: 321.95 g; W tym cukry: 66.46 g; Błonnik pok.: 24.09 g; Sól: 8.17 g;	Wartość energetyczna: 2525.48 kcal; Białko ogółem: 89.65 g; Tłuszcz: 64.49 g; Kw. tł. nasy.: 25.87 g; Węglowodany ogółem: 398.50 g; W tym cukry: 73.97 g; Błonnik pok.: 26.99 g; Sól: 7.30 g;	Wartość energetyczna: 2756.21 kcal; Białko ogółem: 101.73 g; Tłuszcz: 68.63 g; Kw. tł. nasy.: 27.91 g; Węglowodany ogółem: 434.60 g; W tym cukry: 88.85 g; Błonnik pok.: 25.42 g; Sól: 6.21 g;	Wartość energetyczna: 3004.60 kcal; Białko ogółem: 116.07 g; Tłuszcz: 76.10 g; Kw. tł. nasy.: 30.80 g; Węglowodany ogółem: 468.11 g; W tym cukry: 88.87 g; Błonnik pok.: 32.34 g; Sól: 8.45 g;	Wartość energetyczna: 2671.23 kcal; Białko ogółem: 98.49 g; Tłuszcz: 66.96 g; Kw. tł. nasy.: 27.34 g; Węglowodany ogółem: 423.51 g; W tym cukry: 89.60 g; Błonnik pok.: 24.90 g; Sól: 6.26 g;	Wartość energetyczna: 2050.83 kcal; Białko ogółem: 98.49 g; Tłuszcz: 66.84 g; Kw. tł. nasy.: 24.25 g; Węglowodany ogółem: 279.94 g; W tym cukry: 20.67 g; Błonnik pok.: 40.69 g; Sól: 7.35 g;	Wartość energetyczna: 2464.08 kcal; Białko ogółem: 93.37 g; Tłuszcz: 60.63 g; Kw. tł. nasy.: 29.16 g; Węglowodany ogółem: 390.79 g; W tym cukry: 75.47 g; Błonnik pok.: 29.28 g; Sól: 5.27 g;	Wartość energetyczna: 3009.57 kcal; Białko ogółem: 138.96 g; Tłuszcz: 82.27 g; Kw. tł. nasy.: 28.65 g; Węglowodany ogółem: 432.77 g; W tym cukry: 70.05 g; Błonnik pok.: 31.23 g; Sól: 8.30 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-04-15 do dnia 2024-04-28 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) Pasta z ryby gotowanej (miruna) i warzyw () 30 g (RYB, SEL) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 60 g Ogórek kiszony 60 g Seler naciowy 20 g (SEL) 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) Pasta z ryby gotowanej (miruna) i warzyw () 30 g (RYB, SEL) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 60 g Ogórek kiszony 60 g Seler naciowy 20 g (SEL) Herbata czarna granulowana z cytryną 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 Pasta z ryby gotowanej (miruna) i warzyw () 30 g (RYB, SEL) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 60 g Ogórek kiszony 60 g Seler naciowy 20 g (SEL) Herbata czarna granulowana z cytryną 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) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 60 g Pomidor b/skórki 60 g Sałata zielona 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) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 60 g Pomidor b/skórki 60 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną 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) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 60 g Pasta z ryby gotowanej (miruna) i warzyw () 60 g (RYB, SEL) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 60 g Pomidor 60 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Galarełka o smaku truskawkowym 150 g Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ)	Bułka pszenna długa krojona 70 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 15 g (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 60 g Pomidor 60 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/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) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 60 g Ogórek kiszony 60 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 120 g (MLE) Masło extra 82% 15 g (MLE) Pasta z ryby gotowanej (miruna) i warzyw () 30 g (RYB, SEL) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 60 g Ogórek kiszony 60 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Ogórek kiszony 60 g Seler naciowy 20 g (SEL) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Galarełka o smaku truskawkowym 150 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 60 g Pasta z ryby gotowanej (miruna) i warzyw () 60 g (RYB, SEL) Ogórek kiszony 60 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Pomidor 60 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ) Masło extra 82% 5 g (MLE) Twaróg półtłusty 20 g (MLE) Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 60 g Pasta z ryby gotowanej (miruna) i warzyw () 60 g (RYB, SEL) Ogórek kiszony 60 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Pomidor 60 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ)
II ŚN								Chleb Graham 30 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 5 g (MLE) Twaróg półtłusty 20 g (MLE) Sałata zielona 5 g			
Obiad	Kapuśniak z kapusty kiszonej () 350 ml (GLU PSZ, SEL, GOR) Kasza kuskus/sypko 200 g (GLU PSZ) Pieczeń rzymska wieprzowa 60 g (GLU PSZ, JAJ) Sos pomidorowy 100 ml (GLU PSZ) Surówka z selera i jabłka z olejem () 75 g (SEL) Buraczki gotowane () 75 g Kompotowocowy* z/c 250 ml	Kapuśniak z kapusty kiszonej () 300 ml (GLU PSZ, SEL, GOR) Kasza kuskus/sypko 200 g (GLU PSZ) Pieczeń rzymska wieprzowa 60 g (GLU PSZ, JAJ) Sos pomidorowy 100 ml (GLU PSZ) Surówka z selera i jabłka z olejem () 50 g (SEL) Buraczki gotowane () 50 g Kompotowocowy* z/c 250 ml	Wielowarzywna z ziemniakami (bez mleka) () 350 ml (GLU PSZ, SEL) Kasza kuskus/sypko 200 g (GLU PSZ) Pieczeń rzymska wieprzowa 60 g (GLU PSZ, JAJ) Sos pomidorowy 100 ml (GLU PSZ) Surówka z selera i jabłka z olejem () 75 g (SEL) Buraczki gotowane () 75 g Kompotowocowy* z/c 250 ml	Wielowarzywna z ziemniakami () 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Kasza kuskus/sypko 200 g (GLU PSZ) Pieczeń rzymska wieprzowa 60 g (GLU PSZ, JAJ) Sos pomidorowy 100 ml (GLU PSZ) Marchew gotowana z olejem () 50 g Buraczki gotowane () 75 g Kompotowocowy* z/c 250 ml	Wielowarzywna z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Kasza kuskus/sypko 200 g (GLU PSZ) Pieczeń rzymska wieprzowa 60 g (GLU PSZ, JAJ) Sos pomidorowy 100 ml (GLU PSZ) Marchew gotowana z olejem () 50 g Buraczki gotowane () 50 g Kompotowocowy* z/c 250 ml	Wielowarzywna z ziemniakami () 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Kasza kuskus/sypko 200 g (GLU PSZ) Pieczeń rzymska wieprzowa 60 g (GLU PSZ, JAJ) Blika schabowa 60 g (GLU PSZ) Sos pomidorowy 100 ml (GLU PSZ) Marchew gotowana z olejem () 75 g Buraczki gotowane () 75 g Kompotowocowy* z/c 250 ml	Wielowarzywna z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Kasza kuskus/sypko 150 g (GLU PSZ) Pieczeń rzymska wieprzowa 60 g (GLU PSZ, JAJ) Sos pomidorowy 100 ml (GLU PSZ) Marchew gotowana z olejem () 75 g Buraczki gotowane () 75 g Kompotowocowy* z/c 250 ml	Wielowarzywna z ziemniakami () 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Ryz na sypko 200 g (GLU PSZ) Kasza kuskus/sypko 200 g (GLU PSZ, JAJ) Sos pomidorowy (bez glutenu) 100 ml Surówka z selera i jabłka z olejem () 75 g (SEL) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 75 g Kompotowocowy* b/c 250 ml	Wielowarzywna z ziemniakami (bez glutenu) () 400 ml (MLE, SEL) Ryz na sypko 200 g (GLU PSZ) Kasza kuskus/sypko 200 g (GLU PSZ, JAJ) Sos pomidorowy (bez glutenu) 100 ml Surówka z selera i jabłka z olejem () 75 g (SEL) Buraczki gotowane () 75 g Kompotowocowy* z/c 250 ml	Wielowarzywna z ziemniakami () 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Kasza kuskus/sypko 200 g (GLU PSZ) Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g (SOJ) Sos pomidorowy 100 ml (GLU PSZ) Surówka z selera i jabłka z olejem () 75 g (SEL) Buraczki gotowane () 75 g Kompotowocowy* z/c 250 ml	Wielowarzywna z ziemniakami () 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Kasza kuskus/sypko 200 g (GLU PSZ) Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g (GLU PSZ, JAJ) Sos pomidorowy 100 ml (GLU PSZ) Marchew gotowana z olejem () 75 g Buraczki gotowane () 75 g Kompotowocowy* z/c 250 ml
PD		Babka piaskowa 60 g (GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE)				Babka piaskowa 60 g (GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE)		Sok pomidorowy 0,3l 1 szt	Sok pomarańczowy 0,2L-kartonik 1 szt	Babka piaskowa 60 g (GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE)	
Kolacja	Chleb Graham 30 g (GLU PSZ) Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Filet zapiekany drobiowy 60 g (MLE) Pomidor 60 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb Graham 30 g (GLU PSZ) Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Filet zapiekany drobiowy 60 g (MLE) 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 60 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Filet zapiekany drobiowy 60 g (MLE) Pomidor b/skórki 60 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 15 g (MLE) Filet zapiekany drobiowy 60 g (MLE) Pomidor b/skórki 60 g Sałata lodowa 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) Filet zapiekany drobiowy 60 g (MLE) Twaróg półtłusty 40 g (MLE) Pomidor 60 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb Graham 60 g (GLU PSZ) Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Filet zapiekany drobiowy 60 g (MLE) Pomidor 60 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 15 g (MLE) Filet zapiekany drobiowy 60 g (MLE) Pomidor 60 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb Graham 120 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 15 g (MLE) Filet zapiekany drobiowy 60 g (MLE) Pomidor 60 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 120 g (MLE) Masło extra 82% 15 g (MLE) Filet zapiekany drobiowy 60 g (MLE) Pomidor 60 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb Graham 30 g (GLU PSZ) Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Ser żółty 40 g (MLE) Pomidor 60 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb Graham 60 g (GLU PSZ) Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Filet zapiekany drobiowy 60 g (MLE) Twaróg półtłusty 40 g (MLE) Pomidor 60 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml
PN	Przecier owocowy jablko-morela 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) Szynka wieśniowa- wieprzowa, wędz. parz. z dod. wody i białka wp. 20 g (SOJ) Sałata zielona 5 g	Przecier owocowy jablko-morela 120g 1 szt (<u>może zawierać: MLE</u>)			Chleb Graham 30 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 5 g (MLE) Szynka wieśniowa- wieprzowa, wędz. parz. z dod. wody i białka wp. 20 g (SOJ) Sałata zielona 5 g	Przecier owocowy jablko-morela 120g 1 szt (<u>może zawierać: MLE</u>)	Chleb Graham 30 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 5 g (MLE) Szynka wieśniowa- wieprzowa, wędz. parz. z dod. wody i białka wp. 20 g (SOJ) Sałata zielona 5 g	Chleb Graham 30 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 5 g (MLE) Szynka wieśniowa- wieprzowa, wędz. parz. z dod. wody i białka wp. 20 g (SOJ) Sałata zielona 5 g	Chleb Graham 30 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 5 g (MLE) Szynka wieśniowa- wieprzowa, wędz. parz. z dod. wody i białka wp. 20 g (SOJ) Sałata zielona 5 g
	Wartość energetyczna: 2026.28 kcal; Białko ogółem: 83.45 g; Tłuszcz: 53.37 g; Kw. tł. nasy.: 23.05 g; Węglowodany ogółem: 308.30 g; W tym cukry: 58.37 g; Błonnik pok.: 27.11 g; Sól: 9.15 g;	Wartość energetyczna: 2297.74 kcal; Białko ogółem: 87.68 g; Tłuszcz: 64.45 g; Kw. tł. nasy.: 27.02 g; Węglowodany ogółem: 344.45 g; W tym cukry: 76.60 g; Błonnik pok.: 25.05 g; Sól: 8.90 g;	Wartość energetyczna: 2103.37 kcal; Białko ogółem: 78.42 g; Tłuszcz: 45.21 g; Kw. tł. nasy.: 12.02 g; Węglowodany ogółem: 352.11 g; W tym cukry: 80.75 g; Błonnik pok.: 26.46 g; Sól: 9.92 g;	Wartość energetyczna: 1988.85 kcal; Białko ogółem: 81.23 g; Tłuszcz: 48.84 g; Kw. tł. nasy.: 24.23 g; Węglowodany ogółem: 312.44 g; W tym cukry: 48.59 g; Błonnik pok.: 24.46 g; Sól: 8.57 g;	Wartość energetyczna: 2246.83 kcal; Białko ogółem: 86.59 g; Tłuszcz: 56.54 g; Kw. tł. nasy.: 25.40 g; Węglowodany ogółem: 348.85 g; W tym cukry: 80.58 g; Błonnik pok.: 19.59 g; Sól: 5.98 g;	Wartość energetyczna: 2745.84 kcal; Białko ogółem: 128.75 g; Tłuszcz: 78.39 g; Kw. tł. nasy.: 32.33 g; Węglowodany ogółem: 388.00 g; W tym cukry: 87.01 g; Błonnik pok.: 32.08 g; Sól: 9.30 g;	Wartość energetyczna: 2206.65 kcal; Białko ogółem: 85.31 g; Tłuszcz: 56.51 g; Kw. tł. nasy.: 25.32 g; Węglowodany ogółem: 342.02 g; W tym cukry: 84.90 g; Błonnik pok.: 20.99 g; Sól: 6.02 g;	Wartość energetyczna: 1994.26 kcal; Białko ogółem: 95.49 g; Tłuszcz: 60.03 g; Kw. tł. nasy.: 28.23 g; Węglowodany ogółem: 280.84 g; W tym cukry: 18.31 g; Błonnik pok.: 34.79 g; Sól: 10.28 g;	Wartość energetyczna: 2162.84 kcal; Białko ogółem: 67.28 g; Tłuszcz: 55.30 g; Kw. tł. nasy.: 20.56 g; Węglowodany ogółem: 351.15 g; W tym cukry: 78.63 g; Błonnik pok.: 18.89 g; Sól: 5.19 g;	Wartość energetyczna: 2332.33 kcal; Białko ogółem: 82.93 g; Tłuszcz: 64.48 g; Kw. tł. nasy.: 30.62 g; Węglowodany ogółem: 356.64 g; W tym cukry: 81.17 g; Błonnik pok.: 35.23 g; Sól: 6.95 g;	Wartość energetyczna: 2733.87 kcal; Białko ogółem: 124.18 g; Tłuszcz: 77.91 g; Kw. tł. nasy.: 34.98 g; Węglowodany ogółem: 393.40 g; W tym cukry: 75.28 g; Błonnik pok.: 33.54 g; Sól: 10.19 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-04-15 do dnia 2024-04-28 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) Rzodkiew biała 70 g Rukola 10 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ) Miód (25g) 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Serek homo. naturalny 60 g (MLE) Rzodkiew biała 70 g Rukola 10 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Pomarańcza 250g 1 szt Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ) Miód (25g) 1 szt	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) Rzodkiew biała 70 g Rukola 10 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Pomarańcza 250g 1 szt Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ) Miód (25g) 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Serek homo. naturalny 60 g (MLE) Mus z jabłek (l) z/c 150 g Rukola 10 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Mus z jabłek (l) z/c 150 g Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ) Miód (25g) 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 70 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 15 g (MLE) Serek homo. naturalny 60 g (MLE) Pomidor b/skórki 70 g Rukola 10 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Mus z jabłek (l) z/c 150 g Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ) Miód (25g) 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Serek homo. naturalny 40 g (MLE) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 60 g (SOJ) Pomidor b/skórki 70 g Rukola 10 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ) Jabłko 1 szt 1 szt Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ) Miód (25g) 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 70 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 15 g (MLE) Serek homo. naturalny 60 g (MLE) Mus z jabłek (l) z/c 150 g Rukola 10 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Pomarańcza 250g 1 szt Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ) Miód (25g) 1 szt	Chleb Graham 120 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 15 g (MLE) Serek homo. naturalny 60 g (MLE) Rzodkiew biała 70 g Rukola 10 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Pomarańcza 250g 1 szt Miód (25g) 1 szt	Chleb bezglutenowy 120 g Masło extra 82% 15 g (MLE) Serek homo. naturalny 60 g (MLE) Rzodkiew biała 70 g Rukola 10 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Pomarańcza 250g 1 szt Miód (25g) 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Serek homo. naturalny 60 g (MLE) Rzodkiew biała 70 g Rukola 10 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Chrupki kukurydziane 25 g Rukola 10 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ) Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE) Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ) Miód (25g) 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Serek homo. naturalny 40 g (MLE) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 60 g (SOJ) Rzodkiew biała 70 g Rukola 10 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ) Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE) Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ) Miód (25g) 1 szt
	II SNI								Pomarańcza 250g 1 szt		
Obiad	Grysikowa (l) 350 ml (GLU PSZ, SEL) Ziemniaki z koperkiem gotowane (l) 200 g Gyros z kurczaka 60 g (GOR) Ogórek kiszony plasterz z olejem 75 g Dymia duszona z olejem* 75 g (GLU PSZ) Kompotowocowy* z/c 250 ml	Grysikowa (l) 300 ml (GLU PSZ, SEL) Ziemniaki z koperkiem gotowane (l) 200 g Gyros z kurczaka 60 g (GOR) Ogórek kiszony plasterz z olejem 50 g Dymia duszona z olejem* 50 g (GLU PSZ) Kompotowocowy* z/c 250 ml	Grysikowa (l) 350 ml (GLU PSZ, SEL) Ziemniaki z koperkiem gotowane (l) 200 g Gyros z kurczaka 60 g (GOR) Ogórek kiszony plasterz z olejem 75 g Dymia duszona z olejem* 75 g (GLU PSZ) Kompotowocowy* z/c 250 ml	Grysikowa (l) 350 ml (GLU PSZ, SEL) Ziemniaki z koperkiem gotowane (l) 200 g Mięso drobiowe pieczone z udźca kurczaka 60 g (GLU PSZ) Sos ziolowy (l) 100 ml (GLU PSZ, SEL) Dymia duszona z olejem* 75 g (GLU PSZ) Bukiet jarzyn gotowany z olejem (l) 75 g (SEL) Kompotowocowy* z/c 250 ml	Grysikowa (l) 300 ml (GLU PSZ, SEL) Ziemniaki z koperkiem gotowane (l) 200 g Mięso drobiowe pieczone z udźca kurczaka 60 g (GLU PSZ) Sos ziolowy (l) 100 ml (GLU PSZ, SEL) Dymia duszona z olejem* 50 g (GLU PSZ) Bukiet jarzyn gotowany z olejem (l) 50 g (SEL) Kompotowocowy* z/c 250 ml	Grysikowa (l) 350 ml (GLU PSZ, SEL) Ziemniaki z koperkiem gotowane (l) 200 g Gyros z kurczaka 60 g (GLU PSZ, JAJ) Mięso drobiowe pieczone z udźca kurczaka 60 g (GLU PSZ, SEL) Sos ziolowy (l) 100 ml (GLU PSZ, SEL) Dymia duszona z olejem* 75 g (GLU PSZ) Bukiet jarzyn gotowany z olejem (l) 75 g (SEL) Kompotowocowy* z/c 250 ml	Grysikowa (l) 300 ml (GLU PSZ, SEL) Ziemniaki z koperkiem gotowane (l) 150 g Zrazki drobiowy z udźca gotowany mielony 80 g (GLU PSZ, JAJ) Sos ziolowy (l) 100 ml (GLU PSZ, SEL) Dymia duszona z olejem* 50 g (GLU PSZ) Bukiet jarzyn gotowany z olejem (l) 50 g (SEL) Kompotowocowy* z/c 250 ml	Grysikowa (l) 300 ml (GLU PSZ, SEL) Ziemniaki z koperkiem gotowane (l) 200 g Mięso drobiowe pieczone z udźca kurczaka 60 g (GLU PSZ) Ogórek kiszony plasterz z olejem 75 g Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 75 g Kompotowocowy* b/c 250 ml	Jarzynowa z ziemniakami (bez glutenu) (l) 400 ml (MLE, SEL) Ziemniaki z koperkiem gotowane (l) 200 g Mięso drobiowe pieczone z udźca kurczaka 60 g (GLU PSZ) Sos ziolowy (bez glutenu) (l) 100 ml (SEL) Ogórek kiszony plasterz z olejem 75 g Dymia duszona z olejem* (bez glutenu) 75 g Kompotowocowy* z/c 250 ml	Grysikowa (l) 350 ml (GLU PSZ, SEL) Kofeły ziemniaczane (l) 300 g (GLU PSZ, JAJ) Ogórek kiszony plasterz z olejem 75 g Dymia duszona z olejem* 75 g (GLU PSZ) Kompotowocowy* z/c 250 ml	Grysikowa (l) 350 ml (GLU PSZ, SEL) Ziemniaki z koperkiem gotowane (l) 200 g Mięso drobiowe pieczone z udźca kurczaka 100 g (GLU PSZ) Sos ziolowy (l) 100 ml (GLU PSZ, SEL) Dymia duszona z olejem* 75 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem (l) 75 g (SEL) Kompotowocowy* z/c 250 ml
	2024-04-24 środa										
PD		Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE)	Banan 1szt. 1 szt			Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE)		Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE)		Banan 1szt. 1 szt	Chleb Graham 30 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 5 g (MLE) Ser żółty 20 g (MLE)
Kolacja	Chleb Graham 30 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) 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 zielonogórka- wp. parzona 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 zielonogórka- wp. parzona 60 g (SOJ) 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) Szynka szkolna- wp. parzona 60 g (GLU PSZ, SOJ, MLE) 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 szkolna- wp. parzona 60 g (GLU PSZ, SOJ, MLE) 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) Szynka szkolna- wp. parzona 60 g (GLU PSZ, SOJ, MLE) Jajko gotowane kl M 1 szt (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 szkolna- wp. parzona 60 g (GLU PSZ, SOJ, MLE) 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 szkolna- wp. parzona 60 g (GLU PSZ, SOJ, MLE) Pomidor 60 g Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 120 g Masło extra 82% 15 g (MLE) Szynka zielonogórka- wp. parzona 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.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ) Pomidor 60 g Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb 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 Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml
	PN	Bułka maślana 50g 1 szt (GLU PSZ, JAJ, MLE) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml		Sok pomidorowy 0,3l 1 szt		Bułka maślana 50g 1 szt (GLU PSZ, JAJ, MLE) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml			Chleb Graham 30 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 5 g (MLE) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 20 g (SOJ) Salata zielona 5 g		Sok pomidorowy 0,3l 1 szt
	Wartość energetyczna: 2002.31 kcal; Białko ogółem: 65.89 g; Tłuszcz: 54.99 g; Kw. tł. nasy.: 21.05 g; Węglowodany ogółem: 318.60 g; W tym cukry: 46.99 g; Błonnik pok.: 20.74 g; Sól: 7.53 g;	Wartość energetyczna: 2138.07 kcal; Białko ogółem: 70.85 g; Tłuszcz: 56.78 g; Kw. tł. nasy.: 22.14 g; Węglowodany ogółem: 345.80 g; W tym cukry: 71.57 g; Błonnik pok.: 24.46 g; Sól: 7.20 g;	Wartość energetyczna: 2123.73 kcal; Białko ogółem: 68.65 g; Tłuszcz: 52.38 g; Kw. tł. nasy.: 11.86 g; Węglowodany ogółem: 357.23 g; W tym cukry: 98.80 g; Błonnik pok.: 28.89 g; Sól: 9.32 g;	Wartość energetyczna: 2160.20 kcal; Białko ogółem: 67.16 g; Tłuszcz: 52.05 g; Kw. tł. nasy.: 21.64 g; Węglowodany ogółem: 365.83 g; W tym cukry: 57.92 g; Błonnik pok.: 26.23 g; Sól: 6.80 g;	Wartość energetyczna: 2217.84 kcal; Białko ogółem: 75.53 g; Tłuszcz: 53.54 g; Kw. tł. nasy.: 22.64 g; Węglowodany ogółem: 367.68 g; W tym cukry: 63.46 g; Błonnik pok.: 21.92 g; Sól: 5.46 g;	Wartość energetyczna: 2671.26 kcal; Białko ogółem: 111.96 g; Tłuszcz: 75.99 g; Kw. tł. nasy.: 27.23 g; Węglowodany ogółem: 397.07 g; W tym cukry: 77.64 g; Błonnik pok.: 29.36 g; Sól: 10.06 g;	Wartość energetyczna: 2245.99 kcal; Białko ogółem: 76.24 g; Tłuszcz: 50.01 g; Kw. tł. nasy.: 24.94 g; Węglowodany ogółem: 382.99 g; W tym cukry: 83.13 g; Błonnik pok.: 24.78 g; Sól: 5.45 g;	Wartość energetyczna: 1831.57 kcal; Białko ogółem: 80.31 g; Tłuszcz: 55.83 g; Kw. tł. nasy.: 24.94 g; Węglowodany ogółem: 269.81 g; W tym cukry: 38.01 g; Błonnik pok.: 34.54 g; Sól: 8.32 g;	Wartość energetyczna: 2170.91 kcal; Białko ogółem: 54.80 g; Tłuszcz: 56.64 g; Kw. tł. nasy.: 20.49 g; Węglowodany ogółem: 368.68 g; W tym cukry: 101.18 g; Błonnik pok.: 25.45 g; Sól: 4.69 g;	Wartość energetyczna: 2288.33 kcal; Białko ogółem: 55.92 g; Tłuszcz: 58.79 g; Kw. tł. nasy.: 21.04 g; Węglowodany ogółem: 394.06 g; W tym cukry: 77.54 g; Błonnik pok.: 28.55 g; Sól: 5.95 g;	Wartość energetyczna: 2696.38 kcal; Białko ogółem: 114.45 g; Tłuszcz: 78.25 g; Kw. tł. nasy.: 33.22 g; Węglowodany ogółem: 396.84 g; W tym cukry: 63.10 g; Błonnik pok.: 30.04 g; Sól: 10.58 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-04-15 do dnia 2024-04-28 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 z soczewicy (l) 60 g (GLU PSZ, JAJ.) Ogórek kiszony 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 (l) 60 g (GLU PSZ, JAJ.) Ogórek kiszony 60 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Serek homo owocowy 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 (GLU PSZ, JAJ.) Pasztet z soczewicy (l) 60 g (GLU PSZ, JAJ.) Ogórek kiszony 60 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml 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 tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 60 g (może zawierać: MLE, GOR.) Pomidor b/śkórki 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 tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 60 g (może zawierać: MLE, GOR.) Pasztet z soczewicy (l) 40 g (GLU PSZ, JAJ.) Pomidor 60 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Serek homo owocowy 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 tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 60 g (może zawierać: MLE, GOR.) Pasztet z soczewicy (l) 40 g (GLU PSZ, JAJ.) Pomidor 60 g Sałata lodowa 20 g Kawa zbożowa z makiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Serek homo owocowy 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 tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 60 g (może zawierać: MLE, GOR.) Pomidor 60 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Serek homo owocowy 150g 1 szt (MLE) 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 60 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną 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.) Ogórek kiszony 60 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Serek homo owocowy 150g 1 szt (MLE)	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.) Ogórek kiszony 60 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Serek homo owocowy 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 tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 60 g (może zawierać: MLE, GOR.) Pasztet z soczewicy (l) 40 g (GLU PSZ, JAJ.) Pomidor 60 g Sałata lodowa 20 g Kawa zbożowa z makiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE) Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ)
II ŚN									Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE)		
Obiad	Barszcz czerwony z ziemniakami (l) 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Makaron (pełnoziarnisty) z sosem mięsno-warzywnym, z mięsa wieprzowego (l) 300 g (GLU PSZ, SEL.) Brokuł gotowany* 75 g Surówka Coleslaw (l) 75 g (JAJ, MLE, GOR.) Kompotowocowy* z/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami (l) 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Makaron (pełnoziarnisty) z sosem mięsno-warzywnym, z mięsa wieprzowego (l) 300 g (GLU PSZ, SEL.) Brokuł gotowany* 50 g Surówka Coleslaw (l) 50 g (JAJ, MLE, GOR.) Kompotowocowy* z/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami (bez mleka) (l) 350 ml (GLU PSZ, SEL.) Makaron (pełnoziarnisty) z sosem mięsno-warzywnym, z mięsa wieprzowego (l) 300 g (GLU PSZ, SEL.) Brokuł gotowany* 75 g Surówka z kapusty białej z olejem (l) 75 g Kompotowocowy* z/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami (l) 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Makaron z sosem mięsno-warzywnym, z mięsa wieprzowego (l) 300 g (GLU PSZ, SEL.) Brokuł gotowany* 75 g Marchew gotowana z olejem (l) 75 g Kompotowocowy* z/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami (l) 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Makaron z sosem mięsno-warzywnym, z mięsa wieprzowego (l) 300 g (GLU PSZ, SEL.) Brokuł gotowany* 50 g Marchew gotowana z olejem (l) 50 g Kompotowocowy* z/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami (l) 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Makaron z sosem mięsno-warzywnym, z mięsa wieprzowego (l) 300 g (GLU PSZ, SEL.) Pulpet wieprzowy 60 g (GLU PSZ, JAJ.) Brokuł gotowany* 75 g Marchew gotowana z olejem (l) 75 g Kompotowocowy* z/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami (l) 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Makaron z sosem mięsno-warzywnym, z mięsa wieprzowego (l) 300 g (GLU PSZ, SEL.) Brokuł gotowany* 50 g Marchew gotowana z olejem (l) 50 g Kompotowocowy* z/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami (l) 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Makaron z sosem mięsno-warzywnym, z mięsa wieprzowego (l) 300 g (GLU PSZ, SEL.) Surówka z kapusty białej z olejem b/c (l) 75 g Brokuł gotowany* 75 g Kompotowocowy* b/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami (bez glutenu) (l) 350 ml (MLE, SEL.) Makaron z sosem mięsno-warzywnym, z mięsa wieprzowego (l) (b)glutenu) 300 g (SEL.) Brokuł gotowany* 75 g Marchew gotowana z olejem (l) 75 g Kompotowocowy* z/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami (l) 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Makaron z warzywami i serem żółtym (*) 300 g (GLU PSZ, MLE, SEL.) Brokuł gotowany* 75 g Marchew gotowana z olejem (l) 75 g Kompotowocowy* z/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami (l) 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Makaron z sosem mięsno-warzywnym, z mięsa wieprzowego (l) 300 g (GLU PSZ, SEL.) Pulpet wieprzowy 60 g (GLU PSZ, JAJ.) Brokuł gotowany* 75 g Marchew gotowana z olejem (l) 75 g Kompotowocowy* z/c 250 ml
PD	Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml			Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml	Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE)	Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml	Jabłko 1 szt 1 szt	Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml		Chleb Graham 30 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Ser żółty 20 g (MLE)	
Kolacja	Chleb Graham 30 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 60 g Sałata zielona 20 g Pomidor 60 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb Graham 30 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 60 g Sałata zielona 20 g Pomidor b/śkórki 60 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 60 g Sałata zielona 20 g Pomidor b/śkórki 60 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 Sałata zielona 20 g Pomidor b/śkórki 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) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 60 g Ser żółty 50 g (MLE) Sałata 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 Sałata zielona 20 g Pomidor 60 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb Graham 120 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 60 g Sałata zielona 20 g Pomidor 60 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 Sałata 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) Ser żółty 50 g (MLE) Sałata 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) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 60 g Ser żółty 50 g (MLE) Sałata zielona 20 g Pomidor 60 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	
PN	Mandarynka 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.) Sałata zielona 5 g	Mandarynka 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	Mandarynka 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	Chleb Graham 30 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Twaróg półtłusty 20 g (MLE) Sałata zielona 5 g	
	Wartość energetyczna: 2060.98 kcal; Białko ogółem: 68.14 g; Tłuszcz: 60.04 g; Kw. tł. nasy.: 21.80 g; Węglowodany ogółem: 324.86 g; W tym cukry: 58.32 g; Błonnik pok.: 28.47 g; Sól: 7.26 g;	Wartość energetyczna: 2341.64 kcal; Białko ogółem: 82.62 g; Tłuszcz: 63.26 g; Kw. tł. nasy.: 23.17 g; Węglowodany ogółem: 373.76 g; W tym cukry: 77.37 g; Błonnik pok.: 26.35 g; Sól: 7.09 g;	Wartość energetyczna: 2226.43 kcal; Białko ogółem: 69.31 g; Tłuszcz: 58.52 g; Kw. tł. nasy.: 12.18 g; Węglowodany ogółem: 369.53 g; W tym cukry: 79.62 g; Błonnik pok.: 30.50 g; Sól: 7.09 g;	Wartość energetyczna: 2064.70 kcal; Białko ogółem: 78.01 g; Tłuszcz: 61.63 g; Kw. tł. nasy.: 25.11 g; Węglowodany ogółem: 310.08 g; W tym cukry: 48.53 g; Błonnik pok.: 25.51 g; Sól: 8.07 g;	Wartość energetyczna: 2247.56 kcal; Białko ogółem: 90.35 g; Tłuszcz: 56.37 g; Kw. tł. nasy.: 22.16 g; Węglowodany ogółem: 355.42 g; W tym cukry: 79.28 g; Błonnik pok.: 20.86 g; Sól: 5.99 g;	Wartość energetyczna: 2920.67 kcal; Białko ogółem: 135.03 g; Tłuszcz: 93.35 g; Kw. tł. nasy.: 38.58 g; Węglowodany ogółem: 401.26 g; W tym cukry: 70.15 g; Błonnik pok.: 32.17 g; Sól: 9.94 g;	Wartość energetyczna: 2279.63 kcal; Białko ogółem: 91.22 g; Tłuszcz: 56.58 g; Kw. tł. nasy.: 22.18 g; Węglowodany ogółem: 362.50 g; W tym cukry: 80.50 g; Błonnik pok.: 21.68 g; Sól: 6.13 g;	Wartość energetyczna: 2178.22 kcal; Białko ogółem: 87.26 g; Tłuszcz: 73.26 g; Kw. tł. nasy.: 27.43 g; Węglowodany ogółem: 311.22 g; W tym cukry: 41.13 g; Błonnik pok.: 38.30 g; Sól: 7.79 g;	Wartość energetyczna: 2214.15 kcal; Białko ogółem: 69.87 g; Tłuszcz: 65.15 g; Kw. tł. nasy.: 21.67 g; Węglowodany ogółem: 344.40 g; W tym cukry: 78.31 g; Błonnik pok.: 19.94 g; Sól: 5.20 g;	Wartość energetyczna: 2519.33 kcal; Białko ogółem: 80.91 g; Tłuszcz: 78.33 g; Kw. tł. nasy.: 33.88 g; Węglowodany ogółem: 389.84 g; W tym cukry: 81.17 g; Błonnik pok.: 31.21 g; Sól: 7.19 g;	Wartość energetyczna: 2977.09 kcal; Białko ogółem: 132.92 g; Tłuszcz: 105.72 g; Kw. tł. nasy.: 47.23 g; Węglowodany ogółem: 389.32 g; W tym cukry: 61.99 g; Błonnik pok.: 33.79 g; Sól: 11.02 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-04-15 do dnia 2024-04-28 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 jaj z koperkiem -dieta 60 g (JAJ, MLE) 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) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 60 g (JAJ, MLE) Pomidor 70 g Roszponka 10 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ) Jogurt owoce leśne 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 Pasta z jaj (bez mleka) 60 g (JAJ) Pomidor 70 g Roszponka 10 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ) Wafle ryżowe 30 g 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 jaj z koperkiem -dieta 60 g (JAJ, MLE) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt 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) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 60 g (JAJ, MLE) Pomidor biskorki 70 g Roszponka 10 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ) Jogurt owoce leśne 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) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 60 g (JAJ, MLE) Filet zapiekany drobiowy 60 g (MLE) Jabłko 1 szt 1 szt Roszponka 10 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ) Jogurt owoce leśne 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) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 60 g (JAJ, MLE) Pomidor biskorki 70 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ) Roszponka 10 g Jogurt owoce leśne 100g 1 szt (MLE) Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ)	Chleb Graham 120 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 15 g (MLE) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 60 g (JAJ, MLE) Jabłko 1 szt 1 szt Roszponka 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 120 g Masło extra 82% 15 g (MLE) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 60 g (JAJ, MLE) Jabłko 1 szt 1 szt Roszponka 10 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Jogurt owoce leśne 100g 1 szt (MLE)	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 60 g (JAJ, MLE) Filet zapiekany drobiowy 60 g (MLE) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 60 g (JAJ, MLE) Roszponka 10 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Jogurt owoce leśne 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) Filet zapiekany drobiowy 60 g (MLE) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 60 g (JAJ, MLE) Roszponka 10 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ) Jogurt owoce leśne 100g 1 szt (MLE) Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ)
	II SNI							Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE)			
Obiad	Kalaflorowa z ryżem () 350 ml (MLE, SEL) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Ryba pieczona (Dorsz) 60 g (RYB) Surówka z kapusty kiszzonej z olejem () 75 g Warzywa po grecku () 75 g (GLU PSZ, SEL) Kompotowocowy* z/c 250 ml	Kalaflorowa z ryżem () 300 ml (MLE, SEL) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Ryba pieczona w panierce (Miruna) 60 g (GLU PSZ, JAJ, RYB) Surówka z kapusty kiszzonej z olejem () 50 g Warzywa po grecku () 50 g (GLU PSZ, SEL) Kompotowocowy* z/c 250 ml	Ryżowa (bez mleka) () 350 ml (SEL) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Ryba pieczona (Dorsz) 60 g (RYB) Surówka z kapusty kiszzonej z olejem () 75 g Warzywa po grecku () 75 g (GLU PSZ, SEL) Kompotowocowy* z/c 250 ml	Ryżowa () 350 ml (MLE, SEL) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Ryba pieczona (Dorsz) 60 g (RYB) Warzywa po grecku () 75 g (GLU PSZ, SEL) Cukinia pieczona z olejem * 50 g Kompotowocowy* z/c 250 ml	Ryżowa () 300 ml (MLE, SEL) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Ryba pieczona (Dorsz) 60 g (RYB) Warzywa po grecku () 50 g (GLU PSZ, SEL) Cukinia pieczona z olejem * 75 g Kompotowocowy* z/c 250 ml	Ryżowa () 350 ml (MLE, SEL) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Ryba pieczona (Dorsz) 60 g (RYB) Warzywa po grecku () 75 g (GLU PSZ, SEL) Cukinia pieczona z olejem * 75 g Kompotowocowy* z/c 250 ml	Ryżowa () 300 ml (MLE, SEL) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 150 g Ryba pieczona (Dorsz) 60 g (RYB) Warzywa po grecku () 50 g (GLU PSZ, SEL) Cukinia pieczona z olejem * 50 g Kompotowocowy* z/c 250 ml	Ryżowa () 300 ml (MLE, SEL) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Ryba pieczona (Dorsz) 60 g (RYB) Surówka z kapusty kiszzonej z olejem b/c () 75 g Warzywa po grecku (bez glutenu) () 75 g (SEL) Kompotowocowy* z/c 250 ml	Ryżowa () 350 ml (MLE, SEL) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Ryba pieczona (Dorsz) 60 g (RYB) Surówka z kapusty kiszzonej z olejem () 75 g Warzywa po grecku (bez glutenu) () 75 g (SEL) Kompotowocowy* z/c 250 ml	Kalaflorowa z ryżem () 350 ml (MLE, SEL) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Ryba pieczona (Dorsz) 60 g (RYB) Surówka z kapusty kiszzonej z olejem () 75 g Warzywa po grecku () 75 g (GLU PSZ, JAJ, RYB) Kompotowocowy* z/c 250 ml	Ryżowa () 350 ml (MLE, SEL) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Pulpet rybny (Miruna) 100 g (GLU PSZ, JAJ, RYB) Warzywa po grecku () 75 g (GLU PSZ, SEL) Cukinia pieczona z olejem * 75 g Kompotowocowy* z/c 250 ml
	PD		Mandarynka 1 szt		Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Ciasto drożdżowe 60 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, S02)	Jabłko 1 szt 1 szt	Mandarynka 1 szt		Ciasto drożdżowe 60 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, S02)	
Kolacja	Chleb Graham 30 g (GLU PSZ) Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Twaróg półtłusty 60 g (MLE) Dżem 25 g 1 szt Papryka konserwowa 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 wiśniowa- wieprzowa, wędz. parz. z dod. wody i białka wp. 60 g (SOJ) Papryka konserwowa 60 g Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Dżem 25 g 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Twaróg półtłusty 60 g (MLE) Pomidor b/skórki 60 g Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Dżem 25 g 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 15 g (MLE) Twaróg półtłusty 60 g (MLE) Pomidor b/skórki 60 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Salata zielona 20 g Dżem 25 g 1 szt	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) Twaróg półtłusty 40 g (MLE) Szynka wiśniowa- 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 Dżem 25 g 1 szt	Chleb Graham 60 g (GLU PSZ) Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Twaróg półtłusty 40 g (MLE) Szynka wiśniowa- 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 Dżem 25 g 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ) 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 Dżem 25 g 1 szt	Chleb Graham 120 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 15 g (MLE) Twaróg półtłusty 60 g (MLE) Papryka konserwowa 60 g Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 120 g 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 Dżem 25 g 1 szt	Chleb Graham 30 g (GLU PSZ) Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Twaróg półtłusty 60 g (MLE) Dżem 25 g 1 szt 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 40 g (MLE) Szynka wiśniowa- 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 Dżem 25 g 1 szt
	PN	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt	Sok pomarańczowy 0,2L-kartonik 1 szt	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt	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	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt	Chleb Graham 30 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 5 g (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 20 g Salata zielona 5 g
	Wartość energetyczna: 1873.33 kcal; Białko ogółem: 67.05 g; Tłuszcz: 55.18 g; Kw. tł. nasy.: 24.61 g; Węglowodany ogółem: 288.04 g; W tym cukry: 60.31 g; Błonnik pok.: 23.19 g; Sól: 6.62 g;	Wartość energetyczna: 2114.51 kcal; Białko ogółem: 68.83 g; Tłuszcz: 61.91 g; Kw. tł. nasy.: 25.80 g; Węglowodany ogółem: 329.95 g; W tym cukry: 91.16 g; Błonnik pok.: 23.26 g; Sól: 5.82 g;	Wartość energetyczna: 1951.90 kcal; Białko ogółem: 62.85 g; Tłuszcz: 54.99 g; Kw. tł. nasy.: 12.67 g; Węglowodany ogółem: 313.16 g; W tym cukry: 58.95 g; Błonnik pok.: 25.65 g; Sól: 8.61 g;	Wartość energetyczna: 2019.53 kcal; Białko ogółem: 66.87 g; Tłuszcz: 54.20 g; Kw. tł. nasy.: 24.36 g; Węglowodany ogółem: 325.10 g; W tym cukry: 93.61 g; Błonnik pok.: 23.03 g; Sól: 5.31 g;	Wartość energetyczna: 2107.66 kcal; Białko ogółem: 75.09 g; Tłuszcz: 55.15 g; Kw. tł. nasy.: 25.09 g; Węglowodany ogółem: 336.53 g; W tym cukry: 100.56 g; Błonnik pok.: 19.78 g; Sól: 3.98 g;	Wartość energetyczna: 2540.14 kcal; Białko ogółem: 102.82 g; Tłuszcz: 68.78 g; Kw. tł. nasy.: 27.61 g; Węglowodany ogółem: 389.64 g; W tym cukry: 78.68 g; Błonnik pok.: 28.26 g; Sól: 10.47 g;	Wartość energetyczna: 2038.37 kcal; Białko ogółem: 75.43 g; Tłuszcz: 62.12 g; Kw. tł. nasy.: 24.86 g; Węglowodany ogółem: 321.76 g; W tym cukry: 100.42 g; Błonnik pok.: 18.63 g; Sól: 3.85 g;	Wartość energetyczna: 1786.62 kcal; Białko ogółem: 52.78 g; Tłuszcz: 62.12 g; Kw. tł. nasy.: 27.10 g; Węglowodany ogółem: 247.21 g; W tym cukry: 27.84 g; Błonnik pok.: 31.23 g; Sól: 6.62 g;	Wartość energetyczna: 2001.56 kcal; Białko ogółem: 77.27 g; Tłuszcz: 65.76 g; Kw. tł. nasy.: 23.06 g; Węglowodany ogółem: 313.59 g; W tym cukry: 81.12 g; Błonnik pok.: 19.83 g; Sól: 3.18 g;	Wartość energetyczna: 2279.87 kcal; Białko ogółem: 116.85 g; Tłuszcz: 75.82 g; Kw. tł. nasy.: 27.02 g; Węglowodany ogółem: 356.34 g; W tym cukry: 79.90 g; Błonnik pok.: 26.76 g; Sól: 6.84 g;	Wartość energetyczna: 2756.90 kcal; Białko ogółem: 116.85 g; Tłuszcz: 75.82 g; Kw. tł. nasy.: 30.83 g; Węglowodany ogółem: 414.37 g; W tym cukry: 78.47 g; Błonnik pok.: 29.64 g; Sól: 11.16 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-04-15 do dnia 2024-04-28 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) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 60 g Pomidor 70 g Mix салат 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) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 60 g Pomidor 70 g Mix салат 10 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Herbatniki 30 g (GLU PSZ, SOJ, 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 Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 60 g Pomidor 70 g Mix салат 10 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Jabłko 1 szt 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) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 60 g Pomidor b/skórki 70 g Mix салат 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) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 60 g Pomidor b/skórki 70 g Mix салат 10 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Herbatniki 30 g (GLU PSZ, SOJ, MLE) Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Salatka z ryżu, brokułów i wędliny drob wp (l) 100 g (JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 60 g Pomidor 70 g Kawa zbożowa z młkiem 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) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 60 g Pomidor 70 g Mix салат 10 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Herbatniki 30 g (GLU PSZ, SOJ, MLE) Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ)	Chleb Graham 120 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 15 g (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 60 g Pomidor 70 g Mix салат 10 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Herbatniki 30 g (GLU PSZ, SOJ, MLE) Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ)	Chleb bezglutenowy 120 g Masło extra 82% 15 g (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 60 g Pomidor 70 g Mix салат 10 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Herbatniki 30 g (GLU PSZ, SOJ, MLE) Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ)	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Salatka z ryżu, brokułów i jajka 100g (JAJ, MLE, GOR.) Pomidor 70 g Mix салат 10 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Herbatniki 30 g (GLU PSZ, SOJ, MLE) Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Salatka z ryżu, brokułów i wędliny drob wp (l) 100 g (JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 60 g Pomidor 70 g Kawa zbożowa z młkiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ) Herbatniki 30 g (GLU PSZ, SOJ, MLE) Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ)
II SNI									Serek homo naturalny 150g 1 szt (MLE)		
Obiad	Ogórkowa z ziemniakami (l) 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JECZ) Potrawka drobiowa (l) 150 g (GLU PSZ, SEL.) Salatka z buraczków i jabłka z olejem (l) 75 g Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 75 g Kompotowocowy* z/c 250 ml	Ogórkowa z ziemniakami (l) 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JECZ) Potrawka drobiowa (l) 150 g (GLU PSZ, SEL.) Salatka z buraczków i jabłka z olejem (l) 50 g Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 50 g Kompotowocowy* z/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami (bez mleka) (l) 350 ml (SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JECZ) Potrawka drobiowa (l) 150 g (GLU PSZ, SEL.) Salatka z buraczków i jabłka z olejem (l) 75 g Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 75 g Kompotowocowy* z/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami (l) 350 ml (MLE, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JECZ) Potrawka drobiowa (l) 150 g (GLU PSZ, SEL.) Buraczki gotowane drobno tarte (l) 50 g Dyńa duszona z olejem* 75 g (GLU PSZ) Kompotowocowy* z/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami (l) 300 ml (MLE, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JECZ) Potrawka drobiowa (l) 150 g (GLU PSZ, SEL.) Buraczki gotowane drobno tarte (l) 50 g Dyńa duszona z olejem* 50 g (GLU PSZ) Kompotowocowy* z/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami (l) 350 ml (MLE, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JECZ) Potrawka drobiowa (l) 150 g (GLU PSZ, SEL.) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 60 g Buraczki gotowane drobno tarte (l) 75 g Dyńa duszona z olejem* 75 g (GLU PSZ) Kompotowocowy* z/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami (l) 300 ml (MLE, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JECZ) Potrawka drobiowa (l) 150 g (GLU PSZ, SEL.) Buraczki gotowane drobno tarte (l) 50 g Dyńa duszona z olejem* 50 g (GLU PSZ) Kompotowocowy* z/c 250 ml	Ogórkowa z ziemniakami (l) 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JECZ) Potrawka drobiowa (l) 150 g (GLU PSZ, SEL.) Salatka z buraczków i jabłka z olejem (l) 75 g Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 75 g Kompotowocowy* b/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami (l) 350 ml (MLE, SEL.) Ryż na sypko 200 g Potrawka drobiowa (l) 150 g (b/glutenu) 150 g (SEL.) Salatka z buraczków i jabłka z olejem (l) 75 g Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 75 g Kompotowocowy* z/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami (l) 350 ml (MLE, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JECZ) Potrawka drobiowa (l) 150 g (GLU PSZ, SEL.) Salatka z buraczków i jabłka z olejem (l) 75 g Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 75 g Kompotowocowy* z/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami (l) 350 ml (MLE, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JECZ) Potrawka drobiowa (l) 150 g (GLU PSZ, SEL.) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 60 g Buraczki gotowane drobno tarte (l) 75 g Dyńa duszona z olejem* 75 g (GLU PSZ) Kompotowocowy* z/c 250 ml
PD	Sok jabłkowy 100 % 0,2l 1 szt		Sok pomarańczowy 0,2L-kartonik 1 szt	Sok jabłkowy 100 % 0,2l 1 szt		Serek homo naturalny 150g 1 szt (MLE)	Sok jabłkowy 100 % 0,2l 1 szt	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt	Sok jabłkowy 100 % 0,2l 1 szt		
Kolejacja	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 cięcieliną homogenizowane, wędzone, parzone 80 g Ogórek kiszony 70 g Kiełki brokuła 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 Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 60 g (SOJ.) Pomidor b/skórki 70 g Kiełki brokuła 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) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 60 g (SOJ.) Pomidor b/skórki 70 g Kiełki brokuła 10 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 15 g (MLE) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 60 g (SOJ.) Pomidor b/skórki 70 g Kiełki brokuła 10 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 15 g (MLE) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 60 g (SOJ.) Pomidor b/skórki 70 g Kiełki brokuła 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) Parówki drobiowe z cięcieliną homogenizowane, wędzone, parzone 80 g Pasztet z soczewicy (l) 60 g (GLU PSZ, JAJ.) Pomidor 70 g Kiełki brokuła 10 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 15 g (MLE) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 60 g (SOJ.) Pomidor 70 g Kiełki brokuła 10 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb Graham 120 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 15 g (MLE) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 60 g (SOJ.) Ogórek kiszony 70 g Kiełki brokuła 10 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 120 g Masło extra 82% 15 g (MLE) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 60 g (SOJ.) Ogórek kiszony 70 g Kiełki brokuła 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) Pasztet z soczewicy (l) 60 g (GLU PSZ, JAJ.) Ogórek kiszony 70 g Kiełki brokuła 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) Parówki drobiowe z cięcieliną homogenizowane, wędzone, parzone 80 g Pasztet z soczewicy (l) 60 g (GLU PSZ, JAJ.) Pomidor 70 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml
PN	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (MLE)		Sok pomidorowy 0,3l 1 szt	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (MLE)			Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (MLE)		Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (MLE)		
	Wartość energetyczna: 2056,36 kcal; Białko ogółem: 78,67 g; Tłuszcz: 62,78 g; Kw. tł. nasy.: 24,47 g; Węglowodany ogółem: 288,02 g; W tym cukry: 52,45 g; Błonnik pok.: 24,18 g; Sól: 9,33 g;	Wartość energetyczna: 2206,65 kcal; Białko ogółem: 79,68 g; Tłuszcz: 64,21 g; Kw. tł. nasy.: 24,71 g; Węglowodany ogółem: 320,74 g; W tym cukry: 77,64 g; Błonnik pok.: 22,55 g; Sól: 9,34 g;	Wartość energetyczna: 1953,07 kcal; Białko ogółem: 73,85 g; Tłuszcz: 46,41 g; Kw. tł. nasy.: 10,63 g; Węglowodany ogółem: 323,93 g; W tym cukry: 79,00 g; Błonnik pok.: 30,54 g; Sól: 8,97 g;	Wartość energetyczna: 1929,22 kcal; Białko ogółem: 77,15 g; Tłuszcz: 48,88 g; Kw. tł. nasy.: 23,20 g; Węglowodany ogółem: 307,47 g; W tym cukry: 49,82 g; Błonnik pok.: 28,10 g; Sól: 8,13 g;	Wartość energetyczna: 2105,12 kcal; Białko ogółem: 84,02 g; Tłuszcz: 53,45 g; Kw. tł. nasy.: 24,50 g; Węglowodany ogółem: 333,01 g; W tym cukry: 84,99 g; Błonnik pok.: 22,16 g; Sól: 6,71 g;	Wartość energetyczna: 3075,04 kcal; Białko ogółem: 138,85 g; Tłuszcz: 96,04 g; Kw. tł. nasy.: 31,69 g; Węglowodany ogółem: 411,53 g; W tym cukry: 88,45 g; Błonnik pok.: 36,22 g; Sól: 9,85 g;	Wartość energetyczna: 2106,26 kcal; Białko ogółem: 84,06 g; Tłuszcz: 53,45 g; Kw. tł. nasy.: 24,50 g; Węglowodany ogółem: 333,27 g; W tym cukry: 85,17 g; Błonnik pok.: 22,22 g; Sól: 6,73 g;	Wartość energetyczna: 2106,26 kcal; Białko ogółem: 84,06 g; Tłuszcz: 53,45 g; Kw. tł. nasy.: 24,50 g; Węglowodany ogółem: 333,27 g; W tym cukry: 85,17 g; Błonnik pok.: 22,22 g; Sól: 6,73 g;	Wartość energetyczna: 2112,76 kcal; Białko ogółem: 65,57 g; Tłuszcz: 64,20 g; Kw. tł. nasy.: 23,94 g; Węglowodany ogółem: 326,35 g; W tym cukry: 87,09 g; Błonnik pok.: 20,67 g; Sól: 5,65 g;	Wartość energetyczna: 2397,19 kcal; Białko ogółem: 75,22 g; Tłuszcz: 67,43 g; Kw. tł. nasy.: 25,16 g; Węglowodany ogółem: 380,97 g; W tym cukry: 83,08 g; Błonnik pok.: 37,86 g; Sól: 6,28 g;	Wartość energetyczna: 3049,25 kcal; Białko ogółem: 127,11 g; Tłuszcz: 96,44 g; Kw. tł. nasy.: 33,67 g; Węglowodany ogółem: 416,34 g; W tym cukry: 78,48 g; Błonnik pok.: 37,52 g; Sól: 10,21 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-04-15 do dnia 2024-04-28 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	
2024-04-28 niedziela	Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Ser żółty 50 g (MLE) Ketchup 15g saszetka 1 szt Pomidor 60 g Sałata lodowa 20 g Kawa zbożowa z makiem 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) Ser żółty 50 g (MLE) Ketchup 15g saszetka 1 szt Pomidor 60 g Sałata lodowa 20 g Kawa zbożowa z makiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ) Jabłko 1 szt 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) Twaróg półtłusty 60 g (MLE) Pomidor b/skórki 60 g Sałata lodowa 20 g Kawa zbożowa z makiem 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) Pomidor b/skórki 60 g Sałata lodowa 20 g Kawa zbożowa z makiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ) Mus z jabłkiem (l) z/c 150 g 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 60 g Sałata lodowa 20 g Kawa zbożowa z makiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ) Mus z jabłkiem (l) z/c 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) Twarożek z ziołami 40 g (MLE) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 60 g (może zawierać: MLE, GOR.) Pomidor 60 g Sałata lodowa 20 g Kawa zbożowa z makiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ) Jogurt truskawkowy 100 g 1 szt (MLE) Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ)	Bułka pszenna długa krojona 70 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 15 g (MLE) Twarożek z ziołami 60 g (MLE) Pomidor 60 g Sałata lodowa 20 g Kawa zbożowa z makiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ) Mus z jabłkiem (l) z/c 150 g Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ)	Chleb Graham 120 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 15 g (MLE) Twaróg półtłusty 60 g (MLE) Pomidor 60 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 120 g (MLE) Masło extra 82% 15 g (MLE) Twaróg półtłusty 60 g (MLE) Pomidor 60 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Jabłko 1 szt 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Ser żółty 50 g (MLE) Twarożek z ziołami 40 g (MLE) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 60 g (może zawierać: MLE, GOR.) Pomidor 60 g Sałata lodowa 20 g Kawa zbożowa z makiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ) 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) Twarożek z ziołami 40 g (MLE) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 60 g (może zawierać: MLE, GOR.) Pomidor 60 g Sałata lodowa 20 g Kawa zbożowa z makiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ) Jabłko pieczone 1szt, 1 szt Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ)
	II SNI								Jabłko 1 szt 1 szt			
	Obiad	Pomidorowa z makaronem (l) 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane (l) 200 g Kotlet schabowy 60 g (GLU PSZ, JAJ.) Surówka z kapusty białej z olejem (l) 75 g Bukiet warzyw gotowanych (march, kaliafor, brokul)* 75 g Kompotowocowy* z/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem (l) 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane (l) 200 g Kotlet schabowy 60 g (GLU PSZ, JAJ.) Surówka z kapusty białej z olejem (l) 50 g Bukiet warzyw gotowanych (march, kaliafor, brokul)* 50 g Kompotowocowy* z/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem (bez mleka) (l) 350 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane (l) 200 g Schab gotowany 60 g Sos własny (l) 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Bukiet warzyw gotowanych (march, kaliafor, brokul)* 75 g Surówka z kapusty białej z olejem (l) 75 g Kompotowocowy* z/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem (l) 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane (l) 200 g Schab gotowany 60 g Sos własny (l) 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Bukiet warzyw gotowanych (march, kaliafor, brokul)* 50 g Szpinak gotowany z olejem* 75 g (GLU PSZ) Kompotowocowy* z/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem (l) 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane (l) 200 g Kotlet schabowy 60 g (GLU PSZ, JAJ.) Schab gotowany 60 g Sos własny (l) 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Bukiet warzyw gotowanych (march, kaliafor, brokul)* 75 g Szpinak gotowany z olejem* 75 g (GLU PSZ) Kompotowocowy* z/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem (l) 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane (l) 150 g Kotlet schabowy 60 g (GLU PSZ, JAJ.) Schab gotowany 60 g Sos własny (l) 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Bukiet warzyw gotowanych (march, kaliafor, brokul)* 75 g Szpinak gotowany z olejem* 50 g (GLU PSZ) Kompotowocowy* z/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem (bez glutenu) (l) 350 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane (l) 200 g Schab gotowany 60 g Surówka z kapusty białej z olejem b/c (l) 75 g Sos własny (bez glutenu) 100 ml Bukiet warzyw gotowanych (march, kaliafor, brokul)* 75 g Kompotowocowy* z/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem (l) 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Pierogi ukraińskie* 300 g (GLU PSZ, MLE, SEL.) Surówka z kapusty białej z olejem (l) 75 g Bukiet warzyw gotowanych (march, kaliafor, brokul)* 75 g Kompotowocowy* z/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem (l) 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane (l) 200 g Schab gotowany 100 g Sos własny (l) 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Bukiet warzyw gotowanych (march, kaliafor, brokul)* 75 g Szpinak gotowany z olejem* 75 g (GLU PSZ) Kompotowocowy* z/c 250 ml		
	PD	Jogurt truskawkowy 100 g 1 szt (MLE)	Chrupki kukurydziane 25 g		Jogurt truskawkowy 100 g 1 szt (MLE)	Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE)	Jogurt truskawkowy 100 g 1 szt (MLE)	Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE)	Jogurt truskawkowy 100 g 1 szt (MLE)			
	Kolejacja	Chleb Graham 30 g (GLU PSZ) Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Szynka zielonogórska- wp. parzona 60 g (SOJ) Sałata zielona 20 g Ogórek konserwowy 60 g (GOR.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb Graham 30 g (GLU PSZ) Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Szynka zielonogórska- wp. parzona 60 g (SOJ) Sałata zielona 10 g Ogórek konserwowy 60 g (GOR.) 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) Sałata zielona 10 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 zielonogórska- wp. parzona 60 g (SOJ) Sałata zielona 10 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 zielonogórska- wp. parzona 60 g (SOJ) Ser żółty 40 g (MLE) Sałata zielona 10 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) Sałata zielona 10 g Pomidor 60 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) Sałata zielona 10 g Ogórek konserwowy 60 g (GOR.) 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) Sałata zielona 10 g Ogórek konserwowy 60 g (GOR.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb Graham 30 g (GLU PSZ) Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Sałata zielona 10 g Ogórek konserwowy 60 g (GOR.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb Graham 60 g (GLU PSZ) Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Szynka zielonogórska- wp. parzona 60 g (SOJ) Ser żółty 40 g (MLE) Sałata zielona 10 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) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Sałata zielona 5 g	Chrupki kukurydziane 20 g	Pomarańcza 250g 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	Pomarańcza 250g 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: 2170.41 kcal; Białko ogółem: 78.65 g; Tłuszcz: 68.35 g; Kw. tł. nasy.: 32.72 g; Węglowodany ogółem: 325.59 g; W tym cukry: 74.60 g; Błonnik pok.: 27.05 g; Sól: 7.96 g;	Wartość energetyczna: 2283.75 kcal; Białko ogółem: 79.96 g; Tłuszcz: 70.25 g; Kw. tł. nasy.: 33.55 g; Węglowodany ogółem: 348.52 g; W tym cukry: 91.13 g; Błonnik pok.: 28.21 g; Sól: 7.91 g;	Wartość energetyczna: 2070.91 kcal; Białko ogółem: 70.71 g; Tłuszcz: 51.37 g; Kw. tł. nasy.: 11.99 g; Węglowodany ogółem: 345.61 g; W tym cukry: 81.57 g; Błonnik pok.: 31.77 g; Sól: 8.00 g;	Wartość energetyczna: 2014.00 kcal; Białko ogółem: 85.52 g; Tłuszcz: 56.15 g; Kw. tł. nasy.: 28.60 g; Węglowodany ogółem: 300.62 g; W tym cukry: 48.83 g; Błonnik pok.: 21.35 g; Sól: 6.74 g;	Wartość energetyczna: 2120.51 kcal; Białko ogółem: 86.02 g; Tłuszcz: 50.14 g; Kw. tł. nasy.: 25.91 g; Węglowodany ogółem: 341.00 g; W tym cukry: 62.22 g; Błonnik pok.: 21.86 g; Sól: 4.81 g;	Wartość energetyczna: 2639.24 kcal; Białko ogółem: 122.59 g; Tłuszcz: 79.20 g; Kw. tł. nasy.: 35.54 g; Węglowodany ogółem: 371.07 g; W tym cukry: 79.92 g; Błonnik pok.: 29.62 g; Sól: 9.43 g;	Wartość energetyczna: 2181.44 kcal; Białko ogółem: 82.62 g; Tłuszcz: 56.45 g; Kw. tł. nasy.: 27.28 g; Węglowodany ogółem: 346.28 g; W tym cukry: 84.20 g; Błonnik pok.: 24.20 g; Sól: 4.92 g;	Wartość energetyczna: 1884.46 kcal; Białko ogółem: 90.82 g; Tłuszcz: 57.24 g; Kw. tł. nasy.: 28.21 g; Węglowodany ogółem: 267.96 g; W tym cukry: 39.97 g; Błonnik pok.: 32.91 g; Sól: 7.00 g;	Wartość energetyczna: 2021.16 kcal; Białko ogółem: 62.54 g; Tłuszcz: 56.35 g; Kw. tł. nasy.: 22.89 g; Węglowodany ogółem: 323.42 g; W tym cukry: 88.84 g; Błonnik pok.: 22.48 g; Sól: 3.61 g;	Wartość energetyczna: 2586.11 kcal; Białko ogółem: 125.29 g; Tłuszcz: 77.38 g; Kw. tł. nasy.: 38.01 g; Węglowodany ogółem: 359.52 g; W tym cukry: 68.78 g; Błonnik pok.: 28.84 g; Sól: 9.76 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 węglodanów,
Ener. z Bł. - % energii z błonnika,
W tym cukry - w tym cukry,
WW - WW,