

Jadłospisy za okres od dnia 2025-04-14 do dnia 2025-04-27 KUCHNIA ŁÓDŹ

	ŁÓDŹ- ICZMP 1/C1 Podstawowa Dorosli	ŁÓDŹ- ICZMP P1 Podstawowa Dzieci	ŁÓDŹ- ICZMP ML/1 Bezmleczna podstawowa	ŁÓDŹ- ICZMP 2/C2 Łatwo strawna Dorosli	ŁÓDŹ- ICZMP P2 Łatwo strawna Dzieci	ŁÓDŹ- ICZMP 9 Bogatobiałkowa	ŁÓDŹ- ICZMP II rok życia	ŁÓDŹ- ICZMP 6 Z ogr. łatwoprzyswajalnych wegl.	ŁÓDŹ- ICZMP GL/1 Bezglutenowa podstawowa	ŁÓDŹ- ICZMP WE Vegetariańska	ŁÓDŹ- ICZMP Wysokoenergetyczna
Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bulka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ) Masło extra 82% 15 g (MLE) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ) Szynka szkolna- wp. parzona 50 g (GLU PSZ, SOJ, MLE.) Pomidor 60 g Sałata zielona 20 g Kakao z mlekiem z/c 250 ml (MLE, MLE.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bulka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ) Masło extra 82% 15 g (MLE) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ) Szynka szkolna- wp. parzona 50 g (GLU PSZ, SOJ, MLE.) Pomidor 60 g Sałata zielona 20 g Kakao z mlekiem z/c 250 ml (MLE, MLE.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bulka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ) Masło extra 82% 15 g (MLE) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ) Szynka szkolna- wp. parzona 50 g (GLU PSZ, SOJ, MLE.) Pomidor/biskorki 60 g Sałata zielona 20 g Kakao z mlekiem z/c 250 ml (MLE, MLE.) Cyrupki kukurydziane 25 g Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bulka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ) Masło extra 82% 15 g (MLE) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ) Szynka szkolna- wp. parzona 50 g (GLU PSZ, SOJ, MLE.) Pomidor/biskorki 60 g Sałata zielona 20 g Kakao z mlekiem z/c 250 ml (MLE, MLE.)	Bulka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ) Bulka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ) Masło extra 82% 15 g (MLE) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ) Szynka szkolna- wp. parzona 50 g (GLU PSZ, SOJ, MLE.) Pomidor/biskorki 60 g Sałata zielona 20 g Kakao z mlekiem z/c 250 ml (MLE, MLE.) Jogurt owoce leśne 100g 1 szt (MLE.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bulka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ) Masło extra 82% 15 g (MLE) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ) Szynka szkolna- wp. parzona 50 g (GLU PSZ, SOJ, MLE.) Pomidor 60 g Sałata zielona 20 g Kakao z mlekiem z/c 250 ml (MLE, MLE.) Jogurt owoce leśne 100g 1 szt (MLE.)	Bulka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Bulka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ) Masło extra 82% 15 g (MLE) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ) Szynka szkolna- wp. parzona 50 g (GLU PSZ, SOJ, MLE.) Pomidor/biskorki 60 g Sałata zielona 20 g Kakao z mlekiem z/c 250 ml (MLE, MLE.) Jogurt owoce leśne 100g 1 szt (MLE.)	Chleb Graham 150 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 15 g (MLE) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ) Szynka szkolna- wp. parzona 50 g (GLU PSZ, SOJ, MLE.) Pomidor 60 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 150 g (SEZ, może zawierać: ORZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ) Szynka od Zduna-wędzonka wiewprzowa, szynka wędzona, parzona 50 g Pomidor 60 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bulka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ) Masło extra 82% 15 g (MLE) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ) Szynka szkolna- wp. parzona 50 g (GLU PSZ, SOJ, MLE.) Pomidor 60 g Sałata zielona 20 g Kakao z mlekiem z/c 250 ml (MLE, MLE.) Jogurt owoce leśne 100g 1 szt (MLE.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bulka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ) Masło extra 82% 15 g (MLE) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ) Szynka szkolna- wp. parzona 50 g (GLU PSZ, SOJ, MLE.) Pomidor 60 g Sałata zielona 20 g Kakao z mlekiem z/c 250 ml (MLE, MLE.) Jogurt owoce leśne 100g 1 szt (MLE.)
ISN	Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE.)										
Obiad	Zupa fasolowa z kiełbasa + 400 g (GLU PSZ, SOJ, SEL, GOR, MAKARON) Makaron 200 g (GLU PSZ) Gulasz z ciecierzycą, pieczarkami, papryką i cukinią + 200 g (GLU PSZ, SEL) Surówka z selera i jabłka b/c + 150 g (SEL) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Zupa fasolowa z kiełbasa + 300 g (GLU PSZ, SOJ, SEL, GOR, MAKARON) Makaron 200 g (GLU PSZ) Gulasz z ciecierzycą, pieczarkami, papryką i cukinią + 200 g (GLU PSZ, SEL) Surówka z selera i jabłka b/c + 50 g (SEL) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Zupa dyniowa z ziemniakami (bez mleka) + 400 ml (SOJ, SEL, SEL) Makaron 200 g (GLU PSZ) Gulasz z ciecierzycą, pieczarkami, papryką i cukinią + 200 g (GLU PSZ, SEL) Surówka z selera i jabłka b/c + 150 g (SEL) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Zupa dyniowa z ziemniakami + 400 g (SOJ, MLE, SEL) Makaron 200 g (GLU PSZ) Masa serowa do makaronu b/c + 100 g (MLE) Prażone jabłka + 100 g (SEL) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Zupa dyniowa z ziemniakami + 300 g (SOJ, MLE, SEL) Makaron 200 g (GLU PSZ) Masa serowa do makaronu b/c + 100 g (MLE) Prażone jabłka + 100 g (SEL) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Zupa dyniowa z ziemniakami + 400 g (SOJ, MLE, SEL) Makaron 200 g (GLU PSZ) Masa serowa do makaronu b/c + 100 g (MLE) Prażone jabłka + 100 g (SEL) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Zupa dyniowa z ziemniakami + 300 g (SOJ, MLE, SEL) Makaron 200 g (GLU PSZ) Masa serowa do makaronu b/c + 100 g (MLE) Prażone jabłka + 100 g (SEL) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Zupa dyniowa z ziemniakami + 400 g (SOJ, MLE, SEL) Makaron pełnoziarnisty 200 g (GLU PSZ) Gulasz z ciecierzycą, pieczarkami, papryką i cukinią + 200 g (GLU PSZ, SEL) Surówka z selera i jabłka b/c + 150 g (SEL) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Zupa dyniowa z ziemniakami + 400 g (SOJ, MLE, SEL) Makaron bezglutenowy 200 g Masa serowa do makaronu b/c + 100 g (MLE) Prażone jabłka + 100 g (SEL) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Zupa dyniowa z ziemniakami + 400 g (SOJ, MLE, SEL) Makaron 200 g (GLU PSZ) Gulasz z ciecierzycą, pieczarkami, papryką i cukinią + 200 g (GLU PSZ, SEL) Surówka z selera i jabłka b/c + 150 g (SEL) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Zupa dyniowa z ziemniakami + 400 g (SOJ, MLE, SEL) Makaron 200 g (GLU PSZ) Gulasz z ciecierzycą, pieczarkami, papryką i cukinią + 200 g (GLU PSZ, SEL) Surówka z selera i jabłka b/c + 150 g (SEL) Kompot owocowy* z/c 250 ml
PD	Mandarynka 1 szt			Banan 1szt. 1 szt			Banan 1szt. 1 szt			Mandarynka 1 szt	
Kolejka	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 kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Twarożek pomidorowy + 50 g (MLE) Ogórek kiszony 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) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Twarożek pomidorowy + 50 g (MLE) Ogórek kiszony 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.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Twarożek pomidorowy + 50 g (MLE) Dżem 25 g 2szt Ogórek kiszony 60 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 150 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Twarożek pomidorowy + 50 g (MLE) Pasta warzywna + 60 g (SEL) Sałata lodowa 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Bulka pszenna długa krojona 150 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 15 g (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Twarożek + 50 g (MLE) Pasta warzywna + 60 g (SEL) 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) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Twarożek pomidorowy + 50 g (MLE) Pasta warzywna + 60 g (SEL) Sałata lodowa 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Bulka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 15 g (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Twarożek + 30 g (MLE) Pasta warzywna + 60 g (SEL) Sałata lodowa 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb Graham 150 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 15 g (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Twarożek pomidorowy + 50 g (MLE) Ogórek kiszony 60 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 150 g (SEZ, może zawierać: ORZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Twarożek pomidorowy + 100 g (MLE) Ogórek kiszony 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) Twarożek pomidorowy + 100 g (MLE) Ogórek kiszony 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) Twarożek pomidorowy + 50 g (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Ogórek kiszony 60 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml
PN	Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (może zawierać: MLE.)		Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Szynka wisiwnowa- wiewprzowa, wędz. parz. z dod. wody i białka wp. 20 g (SOJ) Sałata 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 wisiwnowa- wiewprzowa, wędz. parz. z dod. wody i białka wp. 20 g (SOJ) Sałata 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 wisiwnowa- wiewprzowa, wędz. parz. z dod. wody i białka wp. 20 g (SOJ) Sałata zielona 5 g	
	Wartość energetyczna: 2460,66 kcal; Białko ogółem: 92,31 g; Tłuszcz: 73,27 g; Kw. tł. nasy.: 29,14 g; Węglowodany ogółem: 369,33 g; W tym cukry: 76,43 g; Błonnik pok.: 33,59 g; Sól: 13,91 g;	Wartość energetyczna: 2422,44 kcal; Białko ogółem: 93,01 g; Tłuszcz: 66,31 g; Kw. tł. nasy.: 27,96 g; Węglowodany ogółem: 373,75 g; W tym cukry: 83,62 g; Błonnik pok.: 29,81 g; Sól: 12,47 g;	Wartość energetyczna: 2361,20 kcal; Białko ogółem: 76,68 g; Tłuszcz: 60,68 g; Kw. tł. nasy.: 13,43 g; Węglowodany ogółem: 392,07 g; W tym cukry: 95,83 g; Błonnik pok.: 33,66 g; Sól: 12,06 g;	Wartość energetyczna: 2351,79 kcal; Białko ogółem: 94,64 g; Tłuszcz: 70,79 g; Kw. tł. nasy.: 33,38 g; Węglowodany ogółem: 340,83 g; W tym cukry: 124,75 g; Błonnik pok.: 21,73 g; Sól: 8,98 g;	Wartość energetyczna: 2560,57 kcal; Białko ogółem: 102,72 g; Tłuszcz: 64,87 g; Kw. tł. nasy.: 29,83 g; Węglowodany ogółem: 397,75 g; W tym cukry: 88,59 g; Błonnik pok.: 26,53 g; Sól: 12,15 g;	Wartość energetyczna: 2616,24 kcal; Białko ogółem: 117,90 g; Tłuszcz: 78,11 g; Kw. tł. nasy.: 37,01 g; Węglowodany ogółem: 366,99 g; W tym cukry: 88,59 g; Błonnik pok.: 19,93 g; Sól: 12,15 g;	Wartość energetyczna: 2217,02 kcal; Białko ogółem: 83,55 g; Tłuszcz: 61,17 g; Kw. tł. nasy.: 28,60 g; Węglowodany ogółem: 338,45 g; W tym cukry: 122,64 g; Błonnik pok.: 44,14 g; Sól: 14,08 g;	Wartość energetyczna: 2225,00 kcal; Białko ogółem: 93,65 g; Tłuszcz: 74,10 g; Kw. tł. nasy.: 29,96 g; Węglowodany ogółem: 309,30 g; W tym cukry: 45,27 g; Błonnik pok.: 26,35 g; Sól: 7,12 g;	Wartość energetyczna: 2284,19 kcal; Białko ogółem: 72,94 g; Tłuszcz: 72,76 g; Kw. tł. nasy.: 28,04 g; Węglowodany ogółem: 333,73 g; W tym cukry: 79,18 g; Błonnik pok.: 32,36 g; Sól: 11,03 g;	Wartość energetyczna: 2529,30 kcal; Białko ogółem: 84,55 g; Tłuszcz: 78,30 g; Kw. tł. nasy.: 32,15 g; Węglowodany ogółem: 380,55 g; W tym cukry: 94,95 g; Błonnik pok.: 32,36 g; Sól: 11,03 g;	Wartość energetyczna: 2791,93 kcal; Białko ogółem: 123,41 g; Tłuszcz: 90,22 g; Kw. tł. nasy.: 37,39 g; Węglowodany ogółem: 383,67 g; W tym cukry: 71,77 g; Błonnik pok.: 33,39 g; Sól: 16,06 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2025-04-15 do dnia 2025-04-27 KUCHNIA ŁÓDŹ

	ŁÓDŹ- ICZMP 1/C1 Podstawowa Dorosli	ŁÓDŹ- ICZMP P1 Podstawowa Dzieci	ŁÓDŹ- ICZMP ML/1 Bezmielczna podstawowa	ŁÓDŹ- ICZMP 2/C2 Łatwo strawna Dorosli	ŁÓDŹ- ICZMP P2 Łatwo strawna Dzieci	ŁÓDŹ- ICZMP 9 Bogatobiałkowa	ŁÓDŹ- ICZMP II rok życia	ŁÓDŹ- ICZMP 6 Z ogr. łatwoprzewyjalnych wegl.	ŁÓDŹ- ICZMP GL/1 Bezglutenowa podstawowa	ŁÓDŹ- ICZMP WE Vegetariańska	ŁÓDŹ- ICZMP Wysokoenergetyczna
Siłdanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bulka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynka krucha z pieca wędziona, parzona 50 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SO2.) Paszlet wędziona z żurawiną + 50 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE.) Jabłko 1 szt 1 szt Rukola 10 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bulka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynka krucha z pieca wędziona, parzona 50 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SO2.) Paszlet wędziona z żurawiną + 50 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE.) Rukola 10 g Jabłko 1 szt 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bulka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Margaryna roślinna bez mielczna o zaw.80% tł 15 g Pyszdra schabowa-wędziona wędziona schab wędziona wędziona parzona 50 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SO2.) Pasta warzywna + 50 g (SEL.) Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bulka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynka krucha z pieca wędziona, parzona 50 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SO2.) Paszlet wędziona z warzywami dieta + 50 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL.) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Rukola 10 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bulka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynka krucha z pieca wędziona, parzona 50 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SO2.) Paszlet wędziona z warzywami dieta + 50 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL.) Rukola 10 g Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Jogurt truskawkowy 100 g 1 szt (MLE.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bulka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynka krucha z pieca wędziona, parzona 50 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SO2.) Paszlet wędziona z warzywami dieta + 50 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL.) Rukola 10 g Jabłko 1 szt 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Jogurt truskawkowy 100 g 1 szt (MLE.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bulka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynka krucha z pieca wędziona, parzona 30 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SO2.) Paszlet wędziona z warzywami dieta + 30 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL.) Rukola 10 g Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml	Chleb bezglutenowy 150 g (SEZ, może zawierać: ORZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynka krucha z pieca wędziona, parzona 50 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SO2.) Paszlet wędziona z warzywami dieta + 50 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL.) Rukola 10 g Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 150 g (SEZ, może zawierać: ORZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Pyszdra schabowa-wędziona wędziona schab wędziona wędziona parzona 50 g (SEL.) Pasta warzywna + 50 g (SEL.) Jabłko 1 szt 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bulka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynka krucha z pieca wędziona, parzona 50 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SO2.) Paszlet wędziona z żurawiną + 50 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE.) Jabłko 1 szt 1 szt Rukola 10 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bulka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynka krucha z pieca wędziona, parzona 50 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SO2.) Paszlet wędziona z żurawiną + 50 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE.) Jabłko 1 szt 1 szt Rukola 10 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml
	II/SH								Sok pomidorowy 0,3l 1 szt		
2025-04-15 wtorek	Obiad	Zupa ogórkowa z ziemniakami + 400 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL.) Płatki ziemniaczane 200 g (GLU PSZ, JAJ.) Gulasz wolowy dieta + 200 g Salatka z buraków i jabłka (z olejem) b/c + 75 g Surówka z białej kapusty z koperkiem b/c + 75 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Zupa ogórkowa z ziemniakami + 300 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL.) Płatki ziemniaczane 200 g (GLU PSZ, JAJ.) Gulasz wolowy dieta + 200 g Salatka z buraków i jabłka (z olejem) b/c + 50 g Surówka z białej kapusty z koperkiem b/c + 75 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Zupa brokułowa z ziemniakami (bez mleka) + 400 ml (SOJ, MLE, SEL.) Roladka wędziona z warzywami, parzona + 120 g (GLU PSZ, JAJ, SEL.) Sos koperkowy dieta (bez mleka) + 100 g (SEL.) Ryż na sypko 200 g Salatka z buraków i jabłka (z olejem) b/c + 75 g Surówka z białej kapusty z koperkiem b/c + 75 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Zupa brokułowa z ziemniakami + 400 ml (SOJ, MLE, SEL.) Gulasz wolowy dieta + 200 g Ryż na sypko 200 g Buraki tarte na ciepło + 50 g Bukiet jarzyn gotowany + 75 g (SEL.) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Zupa brokułowa z ziemniakami + 400 ml (SOJ, MLE, SEL.) Gulasz wolowy dieta + 200 g Ryż na sypko 200 g Buraki tarte na ciepło + 75 g Bukiet jarzyn gotowany + 50 g (SEL.) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Zupa brokułowa z ziemniakami + 400 ml (SOJ, MLE, SEL.) Pupiet wędziony + 60 g (GLU PSZ, JAJ.) Ryż na sypko 150 g Sos koperkowy dieta + 100 g (MLE, SEL.) Buraki tarte na ciepło + 50 g Bukiet jarzyn gotowany + 50 g (SEL.) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Zupa ogórkowa z ziemniakami + 400 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL.) Ryż na sypko (brązowy) 200 g Gulasz wolowy dieta + 200 g Salatka z buraków i jabłka (z olejem) b/c + 75 g Surówka z białej kapusty z koperkiem b/c + 75 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Zupa brokułowa z ziemniakami + 400 ml (SOJ, MLE, SEL.) Płatki ziemniaczane 200 g (GLU PSZ, JAJ.) Gulasz wolowy dieta + 200 g Salatka z buraków i jabłka (z olejem) b/c + 75 g Surówka z białej kapusty z koperkiem b/c + 75 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Zupa ogórkowa z ziemniakami + 400 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL.) Płatki ziemniaczane 200 g (GLU PSZ, JAJ.) Gulasz wolowy dieta + 200 g Salatka z buraków i jabłka (z olejem) b/c + 75 g Surówka z białej kapusty z koperkiem b/c + 75 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Zupa ogórkowa z ziemniakami + 400 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL.) Ryż na sypko 200 g Roladka wędziona z warzywami, parzona + 120 g (GLU PSZ, JAJ, SEL.) Gulasz wolowy dieta + 200 g Buraki tarte na ciepło + 75 g Bukiet jarzyn gotowany + 75 g (SEL.) Kompot owocowy* z/c 250 ml
		PD		Chrupki kukurydziane 25 g	Chrupki kukurydziane 25 g	Chrupki kukurydziane 25 g	Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE.)	Chrupki kukurydziane 25 g	Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE.)	Chrupki kukurydziane 25 g	Chrupki kukurydziane 25 g
Kolacja	Chleb Graham 60g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 90g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15g (MLE.) Szynka szkolna-wp. parzona 50g (GLU PSZ, SOJ, MLE.) Twarożek z koperkiem + 50g (MLE.) Papryka świeża 60g Salata zielona 20g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb Graham 60g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 90g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mielczna o zaw.80% tł 15g Indyk z pasieki produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadanej 50g Dżem 25 g 2 szt Papryka świeża 60g Salata zielona 20g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 150g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15g (MLE.) Szynka szkolna-wp. parzona 50g (GLU PSZ, SOJ, MLE.) Twarożek z koperkiem + 50g (MLE.) Pomidor b/bskórki 60g Salata zielona 20g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 150g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15g (MLE.) Szynka szkolna-wp. parzona 50g (GLU PSZ, SOJ, MLE.) Twarożek z koperkiem + 50g (MLE.) Pomidor 60g Salata zielona 20g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb Graham 60g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 90g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15g (MLE.) Szynka szkolna-wp. parzona 50g (GLU PSZ, SOJ, MLE.) Twarożek z koperkiem + 50g (MLE.) Pomidor 60g Salata zielona 20g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15g (MLE.) Szynka szkolna-wp. parzona 30g (GLU PSZ, SOJ, MLE.) Twarożek + 30g (MLE.) Pomidor b/bskórki 60g Salata zielona 20g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Chleb Graham 150g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15g (MLE.) Szynka szkolna-wp. parzona 50g (GLU PSZ, SOJ, MLE.) Twarożek z koperkiem + 50g (MLE.) Papryka świeża 60g Salata zielona 20g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 150g (SEZ, może zawierać: ORZ.) Masło extra 82% 15g (MLE.) Indyk z pasieki produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadanej 50g Twarożek z koperkiem + 50g (MLE.) Papryka świeża 60g Salata zielona 20g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Chleb Graham 60g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 90g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15g (MLE.) Twarożek z koperkiem + 100g (MLE.) Papryka świeża 60g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb Graham 60g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 90g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15g (MLE.) Szynka szkolna-wp. parzona 50g (GLU PSZ, SOJ, MLE.) Twarożek z koperkiem + 50g (MLE.) Pomidor 60g Salata zielona 20g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb Graham 60g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 90g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15g (MLE.) Szynka szkolna-wp. parzona 50g (GLU PSZ, SOJ, MLE.) Twarożek z koperkiem + 50g (MLE.) Pomidor 60g Salata zielona 20g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml
	PN	Drożdżówka z serem 80g 1 szt (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Sok pomarańczowy 0,2L-kartonik 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 30g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5g (MLE.) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 20g Salata zielona 5g	Drożdżówka z serem 80g 1 szt (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Chleb Graham 30g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5g (MLE.) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 20g Salata zielona 5g	Sok pomarańczowy 0,2L-kartonik 1 szt	Drożdżówka z serem 80g 1 szt (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Sok pomarańczowy 0,2L-kartonik 1 szt	Drożdżówka z serem 80g 1 szt (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Drożdżówka z serem 80g 1 szt (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml
	Wartość energetyczna: 2824.70 kcal; Białko ogółem: 108.84 g; Tłuszcz: 104.43 g; Kw. tł. nasy.: 35.89 g; Węglowodany ogółem: 376.56 g; W tym cukry: 96.00 g; Błonnik pok.: 29.99 g; Sól: 14.83 g;	Wartość energetyczna: 2938.81 kcal; Białko ogółem: 109.46 g; Tłuszcz: 100.80 g; Kw. tł. nasy.: 35.14 g; Węglowodany ogółem: 413.61 g; W tym cukry: 113.87 g; Błonnik pok.: 29.66 g; Sól: 13.48 g;	Wartość energetyczna: 2706.80 kcal; Białko ogółem: 85.53 g; Tłuszcz: 75.84 g; Kw. tł. nasy.: 19.03 g; Węglowodany ogółem: 433.02 g; W tym cukry: 74.61 g; Błonnik pok.: 34.87 g; Sól: 12.89 g;	Wartość energetyczna: 2571.47 kcal; Białko ogółem: 107.80 g; Tłuszcz: 80.70 g; Kw. tł. nasy.: 34.12 g; Węglowodany ogółem: 369.86 g; W tym cukry: 74.61 g; Błonnik pok.: 29.27 g; Sól: 14.58 g;	Wartość energetyczna: 2869.45 kcal; Białko ogółem: 109.34 g; Tłuszcz: 79.16 g; Kw. tł. nasy.: 41.58 g; Węglowodany ogółem: 446.23 g; W tym cukry: 111.41 g; Błonnik pok.: 28.66 g; Sól: 13.10 g;	Wartość energetyczna: 3151.16 kcal; Białko ogółem: 137.76 g; Tłuszcz: 105.30 g; Kw. tł. nasy.: 41.58 g; Węglowodany ogółem: 372.41 g; W tym cukry: 105.70 g; Błonnik pok.: 33.09 g; Sól: 15.13 g;	Wartość energetyczna: 2465.37 kcal; Białko ogółem: 79.85 g; Tłuszcz: 88.96 g; Kw. tł. nasy.: 34.07 g; Węglowodany ogółem: 372.41 g; W tym cukry: 47.59 g; Błonnik pok.: 41.30 g; Sól: 10.12 g;	Wartość energetyczna: 2440.59 kcal; Białko ogółem: 115.41 g; Tłuszcz: 79.17 g; Kw. tł. nasy.: 35.93 g; Węglowodany ogółem: 300.91 g; W tym cukry: 47.59 g; Błonnik pok.: 41.30 g; Sól: 16.59 g;	Wartość energetyczna: 2551.52 kcal; Białko ogółem: 81.94 g; Tłuszcz: 77.66 g; Kw. tł. nasy.: 29.97 g; Węglowodany ogółem: 380.91 g; W tym cukry: 124.15 g; Błonnik pok.: 34.55 g; Sól: 8.68 g;	Wartość energetyczna: 3039.02 kcal; Białko ogółem: 87.94 g; Tłuszcz: 96.67 g; Kw. tł. nasy.: 29.99 g; Węglowodany ogółem: 470.22 g; W tym cukry: 124.15 g; Błonnik pok.: 43.58 g; Sól: 12.46 g;	Wartość energetyczna: 3286.50 kcal; Białko ogółem: 142.57 g; Tłuszcz: 115.14 g; Kw. tł. nasy.: 46.28 g; Węglowodany ogółem: 436.46 g; W tym cukry: 100.18 g; Błonnik pok.: 32.42 g; Sól: 16.34 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2025-04-14 do dnia 2025-04-27 KUCHNIA ŁÓDŹ

	ŁÓDŹ- ICZMP 1/IC1 Podstawowa Dorosli	ŁÓDŹ- ICZMP P1 Podstawowa Dzieci	ŁÓDŹ- ICZMP ML/1 Bezmielczna podstawowa	ŁÓDŹ- ICZMP 2/IC2 Łatwo strawna Dorosli	ŁÓDŹ- ICZMP P2 Łatwo strawna Dzieci	ŁÓDŹ- ICZMP 9 Bogatobiałkowa	ŁÓDŹ- ICZMP II rok życia	ŁÓDŹ- ICZMP 6 Z ogr. łatwoprzewyjalnych wegl.	ŁÓDŹ- ICZMP GL/1 Bezglutenowa podstawowa	ŁÓDŹ- ICZMP WE Vegetariańska	ŁÓDŹ- ICZMP Wysokoenergetyczna
Smadnina	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bulka graham-pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona, parzona z dod.wody, białka wp 50 g (SOJ, MLE, SEL, GOR.) Ser żółty 50 g (MLE) Pomidor 60 g Salata zielona 20 g Kakao z mlekiem z/c 250 ml (MLE)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bulka graham-pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona, parzona z dod.wody, białka wp 50 g (SOJ, MLE, SEL, GOR.) Ser żółty 50 g (MLE) Pomidor 60 g Salata zielona 20 g Chaka 80 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Kakao z mlekiem z/c 250 ml (MLE)	Bulka graham-pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mielczna o zaw.80% tł 15 g Szykowa debowa drobiowa kielbasa gruboziobroniona 50 g Miod (25g) 2 szt Pomidor 60 g Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Sok jabłkowy 100 % 0,2l w kartoniku 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bulka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona, parzona z dod.wody, białka wp 50 g (SOJ, MLE, SEL, GOR.) Ser żółty 50 g (MLE) Buraki gotowane słupek + 60 g Salata zielona 20 g Chaka 80 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Kakao z mlekiem z/c 250 ml (MLE)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bulka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona, parzona z dod.wody, białka wp 50 g (SOJ, MLE, SEL, GOR.) Ser żółty 50 g (MLE) Buraki gotowane słupek + 60 g Salata zielona 20 g Chaka 80 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Kakao z mlekiem z/c 250 ml (MLE)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bulka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona, parzona z dod.wody, białka wp 50 g (SOJ, MLE, SEL, GOR.) Ser żółty 50 g (MLE) Buraki gotowane słupek + 60 g Salata zielona 20 g Budyń o smaku waniliowym z/c 150 ml (MLE) Masło extra 82% 5 g (MLE) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JEJCZ.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bulka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona, parzona z dod.wody, białka wp 50 g (SOJ, MLE, SEL, GOR.) Ser żółty 50 g (MLE) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Chleb Graham 150 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona, parzona z dod.wody, białka wp 50 g (SOJ, MLE, SEL, GOR.) Ser żółty 50 g (MLE) Pomidor 60 g Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 150 g (SEZ, MLE, SEL, GOR.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Szykowa debowa drobiowa kielbasa gruboziobroniona 50 g Ser żółty 50 g (MLE) Ser mozzarella 50 g (MLE) Pomidor 60 g Sok jabłkowy 100 % 0,2l w kartoniku 1 szt Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Bulka graham-pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona, parzona z dod.wody, białka wp 50 g (SOJ, MLE, SEL, GOR.) Ser żółty 50 g (MLE) Pomidor 60 g Salata zielona 20 g Chaka 80 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Kakao z mlekiem z/c 250 ml (MLE)	Bulka graham-pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona, parzona z dod.wody, białka wp 50 g (SOJ, MLE, SEL, GOR.) Ser żółty 50 g (MLE) Pomidor 60 g Salata zielona 20 g Budyń o smaku waniliowym z/c 150 ml (MLE) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JEJCZ.)
ISN								Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE)			
Obiad	Zupa pieczarkowa z makaronem + 300 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Kotlet panierowany z udużka kurczaka + 100 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Surówka z kapusty białej i czerwonej + 75 g (JAJ, GOR.) Fasolka szparagowa zielona + 75 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Zupa pieczarkowa z makaronem + 300 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Kotlet panierowany z udużka kurczaka + 100 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Surówka z kapusty białej i czerwonej + 75 g (JAJ, GOR.) Fasolka szparagowa zielona + 50 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Zupa jarzynowa z makaronem (bez mleka) + 400 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Filet z kurczaka wolno gotowany + 100 g Sos pietruszkowy (bez mleka, bez glutenu) + 100 g Surówka z kapusty białej i czerwonej + 75 g (JAJ, GOR.) Fasolka szparagowa zielona + 75 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Zupa jarzynowa z makaronem + 400 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Filet z kurczaka wolno gotowany + 100 g Sos pietruszkowy + 100 g (SOJ, MLE, SEL, GOR.) Marchew gotowana plasty z olejem + 150 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Zupa jarzynowa z makaronem + 400 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Filet z kurczaka wolno gotowany + 100 g Sos pietruszkowy + 100 g (SOJ, MLE, SEL, GOR.) Marchew gotowana plasty z olejem + 150 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Zupa jarzynowa z makaronem + 400 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Filet z kurczaka wolno gotowany + 100 g Pulpet z kurczaka + 120 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Sos pietruszkowy + 100 g (SOJ, MLE, SEL, GOR.) Marchew gotowana plasty z olejem + 75 g Fasolka szparagowa zielona + 75 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Zupa jarzynowa z makaronem + 300 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Filet z kurczaka wolno gotowany + 100 g Sos pietruszkowy + 100 g (SOJ, MLE, SEL, GOR.) Surówka z kapusty białej i czerwonej + 75 g (JAJ, GOR.) Fasolka szparagowa zielona + 75 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Zupa pieczarkowa z makaronem + 350 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Filet z kurczaka wolno gotowany + 100 g Surówka z kapusty białej i czerwonej + 75 g (JAJ, GOR.) Fasolka szparagowa zielona + 75 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Zupa jarzynowa z makaronem (bez glutenu) + 400 g (SOJ, MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Filet z kurczaka wolno gotowany + 100 g Sos pietruszkowy (bez mleka, bez glutenu) + 100 g Surówka z kapusty białej i czerwonej + 75 g (JAJ, GOR.) Fasolka szparagowa zielona + 75 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Zupa jarzynowa z makaronem + 400 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Filet z kurczaka wolno gotowany + 100 g Sos pietruszkowy (bez mleka, bez glutenu) + 100 g Surówka z kapusty białej i czerwonej + 75 g (JAJ, GOR.) Fasolka szparagowa zielona + 75 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Zupa pieczarkowa z makaronem + 400 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Filet z kurczaka wolno gotowany + 100 g Sos pietruszkowy (bez mleka, bez glutenu) + 100 g Surówka z kapusty białej i czerwonej + 75 g (JAJ, GOR.) Fasolka szparagowa zielona + 75 g Kompot owocowy* z/c 250 ml
PD		Banan 1szt. 1 szt		Banan 1szt. 1 szt		Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE)	Banan 1szt. 1 szt	Jabiko 1 szt 1 szt		Banan 1szt. 1 szt	
Kolejka	Chleb Graham 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Szykna zielonogórską-wp. parzona 50 g (SOJ, MLE, SEL, GOR.) Salatka śledziowa z pomidorami suszonymi i żurawiną + 100 g (RYB, MLE, GOR.) Rozspanka 10 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb Graham 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Pastaz miruny gotowanej z warzywami + 50 g (RYB, SEL, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Szykna zielonogórską-wp. parzona 50 g (SOJ, MLE, SEL, GOR.) Pomidor 70 g Rozspanka 10 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb Graham 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mielczna o zaw.80% tł 15 g Pastaz miruny gotowanej z warzywami + 50 g (RYB, SEL, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Pomidor/biskorki 70 g Rozspanka 10 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 150 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Szykna zielonogórską-wp. parzona 50 g (SOJ, MLE, SEL, GOR.) Pastaz miruny gotowanej z warzywami + 50 g (RYB, SEL, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Pomidor/biskorki 70 g Rozspanka 10 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 150 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Pastaz miruny gotowanej z warzywami + 50 g (RYB, SEL, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Pomidor/biskorki 70 g Rozspanka 10 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb Graham 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Szykna zielonogórską-wp. parzona 50 g (SOJ, MLE, SEL, GOR.) Pastaz miruny gotowanej z warzywami + 50 g (RYB, SEL, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Pomidor/biskorki 70 g Rozspanka 10 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Szykna zielonogórską-wp. parzona 50 g (SOJ, MLE, SEL, GOR.) Pastaz miruny gotowanej z warzywami + 50 g (RYB, SEL, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Pomidor/biskorki 70 g Rozspanka 10 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb Graham 150 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Szykna zielonogórską-wp. parzona 50 g (SOJ, MLE, SEL, GOR.) Pastaz miruny gotowanej z warzywami + 50 g (RYB, SEL, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Ogórek kiszony 70 g Rozspanka 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 150 g (SEZ, MLE, SEL, GOR.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Salatka śledziowa z pomidorami suszonymi i żurawiną + 100 g (RYB, MLE, GOR.) Szykna zielonogórską-wp. parzona 50 g (SOJ, MLE, SEL, GOR.) Rozspanka 10 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb Graham 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Szykna zielonogórską-wp. parzona 50 g (SOJ, MLE, SEL, GOR.) Pastaz miruny gotowanej z warzywami + 50 g (RYB, SEL, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Ogórek kiszony 70 g Rozspanka 10 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Szykna zielonogórską-wp. parzona 50 g (SOJ, MLE, SEL, GOR.) Pastaz miruny gotowanej z warzywami + 50 g (RYB, SEL, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Ogórek kiszony 70 g Rozspanka 10 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml
PN	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Sok jabłkowy 100 % 0,2l w kartoniku 1 szt	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, MLE, SEL, GOR.) Salata zielona 5 g	Sok jabłkowy 100 % 0,2l w kartoniku 1 szt	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Sok jabłkowy 100 % 0,2l w kartoniku 1 szt	Chleb Graham 30g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ, MLE, SEL, GOR.) Salata zielona 5 g	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt		Chleb Graham 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Szykna zielonogórską-wp. parzona 20 g (SOJ, MLE, SEL, GOR.) Salata zielona 5 g
	Wartość energetyczna: 2368.03 kcal; Białko ogółem: 104.17 g; Tłuszcz: 78.08 g; Kw. tł. nasy.: 35.66 g; Węglowodany ogółem: 324.50 g; W tym cukry: 57.05 g; Błonnik pok.: 31.79 g; Sól: 13.35 g;	Wartość energetyczna: 2764.37 kcal; Białko ogółem: 105.19 g; Tłuszcz: 80.48 g; Kw. tł. nasy.: 36.97 g; Węglowodany ogółem: 419.92 g; W tym cukry: 110.66 g; Błonnik pok.: 30.93 g; Sól: 11.44 g;	Wartość energetyczna: 2502.81 kcal; Białko ogółem: 101.80 g; Tłuszcz: 53.29 g; Kw. tł. nasy.: 12.11 g; Węglowodany ogółem: 419.06 g; W tym cukry: 106.11 g; Błonnik pok.: 38.80 g; Sól: 14.01 g;	Wartość energetyczna: 2577.64 kcal; Białko ogółem: 117.52 g; Tłuszcz: 86.98 g; Kw. tł. nasy.: 30.12 g; Węglowodany ogółem: 345.91 g; W tym cukry: 119.84 g; Błonnik pok.: 33.05 g; Sól: 13.79 g;	Wartość energetyczna: 2737.75 kcal; Białko ogółem: 112.39 g; Tłuszcz: 81.47 g; Kw. tł. nasy.: 28.01 g; Węglowodany ogółem: 402.20 g; W tym cukry: 119.84 g; Błonnik pok.: 29.95 g; Sól: 10.95 g;	Wartość energetyczna: 2792.48 kcal; Białko ogółem: 145.33 g; Tłuszcz: 89.52 g; Kw. tł. nasy.: 39.37 g; Węglowodany ogółem: 366.22 g; W tym cukry: 82.34 g; Błonnik pok.: 34.94 g; Sól: 14.87 g;	Wartość energetyczna: 2393.11 kcal; Białko ogółem: 84.85 g; Tłuszcz: 73.45 g; Kw. tł. nasy.: 27.21 g; Węglowodany ogółem: 360.47 g; W tym cukry: 119.16 g; Błonnik pok.: 27.13 g; Sól: 9.21 g;	Wartość energetyczna: 2199.78 kcal; Białko ogółem: 121.04 g; Tłuszcz: 76.09 g; Kw. tł. nasy.: 35.99 g; Węglowodany ogółem: 277.19 g; W tym cukry: 34.02 g; Błonnik pok.: 37.00 g; Sól: 13.0 g;	Wartość energetyczna: 2619.28 kcal; Białko ogółem: 97.38 g; Tłuszcz: 85.28 g; Kw. tł. nasy.: 32.37 g; Węglowodany ogółem: 451.96 g; W tym cukry: 108.46 g; Błonnik pok.: 36.29 g; Sól: 10.59 g;	Wartość energetyczna: 3269.94 kcal; Białko ogółem: 110.75 g; Tłuszcz: 120.27 g; Kw. tł. nasy.: 48.67 g; Węglowodany ogółem: 400.41 g; W tym cukry: 103.34 g; Błonnik pok.: 36.29 g; Sól: 12.71 g;	Wartość energetyczna: 2844.02 kcal; Białko ogółem: 138.47 g; Tłuszcz: 84.08 g; Kw. tł. nasy.: 39.05 g; Węglowodany ogółem: 400.41 g; W tym cukry: 106.48 g; Błonnik pok.: 34.74 g; Sól: 15.40 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2025-04-14 do dnia 2025-04-27 KUCHNIA ŁÓDŹ

	ŁÓDŹ-ICZMP 1/C1 Podstawowa Dorosli	ŁÓDŹ-ICZMP P1 Podstawowa Dzieci	ŁÓDŹ-ICZMP ML1 Bezmielczna podstawowa	ŁÓDŹ-ICZMP 2/C2 Łatwo strawna Dorosli	ŁÓDŹ-ICZMP P2 Łatwo strawna Dzieci	ŁÓDŹ-ICZMP 9 Bogatobiałkowa	ŁÓDŹ-ICZMP II rok życia	ŁÓDŹ-ICZMP 6 Z ogr. łatwoprzyswajalnych węgl.	ŁÓDŹ-ICZMP GL1 Bezglutenowa podstawowa	ŁÓDŹ-ICZMP WE Vegetariańska	ŁÓDŹ-ICZMP Wysokoenergetyczna
Śniadania	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 15 g (MLE) Ser topiony 50 g (MLE) Szynka wieśniowa- wieprzowa, wędz. parz. z dod. wody i białka wp. 50 g (SOJ) Salata zielona 20 g Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 15 g (MLE) Ser topiony 50 g (MLE) Szynka wieśniowa- wieprzowa, wędz. parz. z dod. wody i białka wp. 50 g (SOJ) Salata zielona 20 g Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Indyk z pasieki produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonec niejadłej 50 g Dżem 25 g 2 szt Salata zielona 20 g Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 15 g (MLE) Serek twarogowy homogenizowany + 50 g (MLE) Szynka wieśniowa- wieprzowa, wędz. parz. z dod. wody i białka wp. 50 g (SOJ) Salata zielona 20 g Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 15 g (MLE) Szynka wieśniowa- wieprzowa, wędz. parz. z dod. wody i białka wp. 50 g (SOJ) Serek twarogowy homogenizowany + 50 g (MLE) Salata zielona 20 g Jabłko 1 szt 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JEJCZ.) Galaretką o smaku brzoskwiowym 150 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 15 g (MLE) Szynka wieśniowa- wieprzowa, wędz. parz. z dod. wody i białka wp. 50 g (SOJ) Serek twarogowy homogenizowany + 50 g (MLE) Salata zielona 20 g Jabłko 1 szt 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JEJCZ.) Galaretką o smaku brzoskwiowym 150 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 15 g (MLE) Szynka wieśniowa- wieprzowa, wędz. parz. z dod. wody i białka wp. 50 g (SOJ) Serek twarogowy homogenizowany + 30 g (MLE) Salata zielona 20 g Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb Graham 150 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 15 g (MLE) Serek twarogowy homogenizowany + 50 g (MLE) Szynka wieśniowa- wieprzowa, wędz. parz. z dod. wody i białka wp. 50 g (SOJ) Pomidor 60 g Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 150 g (SEZ, może zawierać: ORZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Ser topiony 50 g (MLE) Indyk z pasieki produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonec niejadłej 50 g Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 15 g (MLE) Szynka wieśniowa- wieprzowa, wędz. parz. z dod. wody i białka wp. 50 g (SOJ) Serek twarogowy homogenizowany + 50 g (MLE) Salata zielona 20 g Jabłko 1 szt 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JEJCZ.) Galaretką o smaku brzoskwiowym 150 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 15 g (MLE) Szynka wieśniowa- wieprzowa, wędz. parz. z dod. wody i białka wp. 50 g (SOJ) Serek twarogowy homogenizowany + 50 g (MLE) Salata zielona 20 g Jabłko 1 szt 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JEJCZ.) Galaretką o smaku brzoskwiowym 150 g
II SN								Sok pomidorowy 0,3l 1 szt			
Obiad	Barszcz biały z ziemniakami + 400 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, GLU ŻYT.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JEJCZ.) Mięso wieprzowe z warzywami do kaszotto + 150 g (GLU PSZ, MLE, SEL) Sos pomidorowy + 100 g Salatka szwedzka + 150 g (GOR.) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Barszcz biały z ziemniakami + 300 g (SOJ, SEL) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JEJCZ.) Mięso wieprzowe z warzywami do kaszotto + 110 g (GLU PSZ, MLE, SEL) Sos pomidorowy + 100 g Salatka szwedzka + 100 g (GOR.) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Zupa ryżowa z ziemniakami + 400 g (SOJ, SEL) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JEJCZ.) Mięso wieprzowe z warzywami do kaszotto + 150 g (GLU PSZ, MLE, SEL) Sos pomidorowy + 100 g Salatka szwedzka + 150 g (GOR.) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Zupa ryżowa z ziemniakami + 400 g (SOJ, SEL) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JEJCZ.) Mięso wieprzowe z warzywami do kaszotto + 150 g (GLU PSZ, MLE, SEL) Sos pomidorowy + 100 g Cukinia gotowana + 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Zupa ryżowa z ziemniakami + 300 g (SOJ, SEL) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JEJCZ.) Mięso wieprzowe z warzywami do kaszotto + 110 g (GLU PSZ, MLE, SEL) Sos pomidorowy + 100 g Cukinia gotowana + 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Zupa ryżowa z ziemniakami + 400 g (SOJ, SEL) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JEJCZ.) Mięso wieprzowe z warzywami do kaszotto + 150 g (GLU PSZ, MLE, SEL) Zrazik wieprzowy pieczony + 120 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos pomidorowy + 100 g Cukinia gotowana + 150 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Zupa ryżowa z ziemniakami + 300 g (SOJ, SEL) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JEJCZ.) Mięso wieprzowe z warzywami do kaszotto + 110 g (GLU PSZ, MLE, SEL) Sos pomidorowy + 100 g Cukinia gotowana + 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Barszcz biały z ziemniakami + 400 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, GLU ŻYT.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JEJCZ.) Mięso wieprzowe z warzywami do kaszotto + 150 g (GLU PSZ, MLE, SEL) Sos pomidorowy + 100 g Salatka szwedzka + 150 g (GOR.) Kompot owocowy* b/c 250 ml	Zupa ryżowa z ziemniakami + 400 g (SOJ, SEL) Ryż na sypko 200 g Mięso wieprzowe z warzywami do kaszotto (bez glutenu) + 150 g (MLE, JEJCZ.) Sos pomidorowy + 100 g Salatka szwedzka + 150 g (GOR.) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Zupa ryżowa z ziemniakami + 400 g (SOJ, SEL) Kaszojto jęczmiennie z warzywami vegetariańskie () 300 g (SEL, GLU JEJCZ.) Mięso wieprzowe z warzywami do kaszotto + 150 g (GLU PSZ, MLE, SEL) Sos pomidorowy + 100 g Salatka szwedzka + 150 g (GOR.) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Barszcz biały z ziemniakami + 400 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, GLU ŻYT.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JEJCZ.) Mięso wieprzowe z warzywami do kaszotto + 150 g (GLU PSZ, MLE, SEL) Sos pomidorowy + 100 g Salatka szwedzka + 150 g (GOR.) Kompot owocowy* z/c 250 ml
PD								Sok pomidorowy 0,3l 1 szt (MLE.)		Serek homogenizowany waniliowy 150g 1 szt (MLE.)	
Kolacja	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 50 g Salatka jarzynowa + 150 g (JAJ, MLE, SEL, GOR.) Salata zielona 5 g Kakao z mlekiem z/c 250 ml (MLE.)	Chleb Graham 60 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 Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Salatka jarzynowa z olejem dieta + 150 g (SEL) Salata zielona 5 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 150 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Salatka jarzynowa dieta + 150 g (MLE, SEL) Salata zielona 5 g Kakao z mlekiem z/c 250 ml (MLE.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 150 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Salatka jarzynowa dieta + 150 g (MLE, SEL) Salata zielona 5 g Kakao z mlekiem z/c 250 ml (MLE.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 150 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Ser żółty 50 g (MLE) Salatka jarzynowa dieta + 150 g (GLU PSZ, JAJ.) Salata zielona 5 g Kakao z mlekiem z/c 250 ml (MLE.)	Chleb Graham 60 g (GLU PSZ) Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Salatka jarzynowa dieta + 150 g (MLE, SEL) Salata zielona 5 g Kakao z mlekiem z/c 250 ml (MLE.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g Salatka jarzynowa dieta + 100 g (MLE, SEL) Salata zielona 5 g Kakao z mlekiem z/c 250 ml (MLE.)	Chleb Graham 150 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 15 g (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Salatka jarzynowa + 150 g (JAJ, MLE, SEL, GOR.) Salata zielona 5 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 150 g (SEZ, może zawierać: ORZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Salatka jarzynowa + 150 g (JAJ, MLE, SEL, GOR.) Salata zielona 5 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 50 g Salatka jarzynowa + 150 g (JAJ, MLE, SEL, GOR.) Salata zielona 5 g Kakao z mlekiem z/c 250 ml (MLE.)	Chleb Graham 60 g (GLU PSZ) Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Salatka jarzynowa + 150 g (JAJ, MLE, SEL, GOR.) Salata zielona 5 g Kakao z mlekiem z/c 250 ml (MLE.)
PN	Serek twarogowy śmietankowy 16,67g (kini.haga) 1 szt (MLE.) Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 20 g	Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 20 g Dżem 25 g 1 szt	Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 20 g Dżem 25 g 1 szt	Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 20 g Serek twarogowy śmietankowy 16,67g (kini.haga) 1 szt (MLE.)	Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 20 g Serek twarogowy śmietankowy 16,67g (kini.haga) 1 szt (MLE.)			Chleb Graham 30 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 5 g (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 20 g Salata zielona 5 g	Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 20 g Dżem 25 g 1 szt	Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 20 g Serek twarogowy śmietankowy 16,67g (kini.haga) 1 szt (MLE.)	Chleb Graham 30 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 5 g (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 20 g Salata zielona 5 g
	Wartość energetyczna: 2786.30 kcal; Białko ogółem: 93.17 g; Tłuszcz: 105.96 g; Kw. tł. nasy.: 45.84 g; Węglowodany ogółem: 376.07 g; W tym cukry: 75.46 g; Błonnik pok.: 33.32 g; Sól: 18.12 g;	Wartość energetyczna: 2923.21 kcal; Białko ogółem: 91.60 g; Tłuszcz: 109.44 g; Kw. tł. nasy.: 49.52 g; Węglowodany ogółem: 401.89 g; W tym cukry: 92.18 g; Błonnik pok.: 30.88 g; Sól: 16.47 g;	Wartość energetyczna: 2619.62 kcal; Białko ogółem: 79.29 g; Tłuszcz: 71.83 g; Kw. tł. nasy.: 13.74 g; Węglowodany ogółem: 428.29 g; W tym cukry: 115.58 g; Błonnik pok.: 33.82 g; Sól: 16.18 g;	Wartość energetyczna: 2443.89 kcal; Białko ogółem: 88.13 g; Tłuszcz: 67.55 g; Kw. tł. nasy.: 33.35 g; Węglowodany ogółem: 381.60 g; W tym cukry: 78.22 g; Błonnik pok.: 31.80 g; Sól: 14.94 g;	Wartość energetyczna: 2626.17 kcal; Białko ogółem: 87.73 g; Tłuszcz: 74.97 g; Kw. tł. nasy.: 38.84 g; Węglowodany ogółem: 408.66 g; W tym cukry: 95.66 g; Błonnik pok.: 29.53 g; Sól: 13.77 g;	Wartość energetyczna: 3330.23 kcal; Białko ogółem: 155.93 g; Tłuszcz: 112.64 g; Kw. tł. nasy.: 56.93 g; Węglowodany ogółem: 432.05 g; W tym cukry: 125.56 g; Błonnik pok.: 33.22 g; Sól: 17.05 g;	Wartość energetyczna: 2273.43 kcal; Białko ogółem: 102.23 g; Tłuszcz: 71.41 g; Kw. tł. nasy.: 37.26 g; Węglowodany ogółem: 343.87 g; W tym cukry: 34.83 g; Błonnik pok.: 24.82 g; Sól: 10.60 g;	Wartość energetyczna: 2347.70 kcal; Białko ogółem: 102.23 g; Tłuszcz: 108.18 g; Kw. tł. nasy.: 35.65 g; Węglowodany ogółem: 317.46 g; W tym cukry: 34.83 g; Błonnik pok.: 39.63 g; Sól: 18.52 g;	Wartość energetyczna: 2867.19 kcal; Białko ogółem: 81.07 g; Tłuszcz: 108.18 g; Kw. tł. nasy.: 37.59 g; Węglowodany ogółem: 391.95 g; W tym cukry: 91.46 g; Błonnik pok.: 30.60 g; Sól: 13.24 g;	Wartość energetyczna: 3118.13 kcal; Białko ogółem: 99.00 g; Tłuszcz: 124.61 g; Kw. tł. nasy.: 57.21 g; Węglowodany ogółem: 410.07 g; W tym cukry: 98.92 g; Błonnik pok.: 34.78 g; Sól: 13.82 g;	Wartość energetyczna: 3611.22 kcal; Białko ogółem: 164.91 g; Tłuszcz: 140.12 g; Kw. tł. nasy.: 61.37 g; Węglowodany ogółem: 432.22 g; W tym cukry: 123.61 g; Błonnik pok.: 35.02 g; Sól: 20.08 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2025-04-14 do dnia 2025-04-27 KUCHNIA ŁÓDŹ

	ŁÓDŹ- ICZMP 1/C1 Podstawowa Dorosli	ŁÓDŹ- ICZMP P1 Podstawowa Dzieci	ŁÓDŹ- ICZMP ML/1 Bezmielczna podstawowa	ŁÓDŹ- ICZMP 2/C2 Łatwo strawna Dorosli	ŁÓDŹ- ICZMP P2 Łatwo strawna Dzieci	ŁÓDŹ- ICZMP 9 Bogatobiałkowa	ŁÓDŹ- ICZMP II rok życia	ŁÓDŹ- ICZMP 6 Z ogr. łatwoprzewyjalnych wegl.	ŁÓDŹ- ICZMP GL/1 Bezglutenowa podstawowa	ŁÓDŹ- ICZMP WE Vegetariańska	ŁÓDŹ- ICZMP Wysokoenergetyczna
Śniadania	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka masłana 50g 1 szt (GLU PSZ, JAJ, MLE) Masło extra 82% 15 g (MLE) Pasta z jaj z koperkiem dieta + 50 g (JAJ, MLE) Szynka krucha z pieca wierzpowa, parzona 50 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierac: JAJ, GOR, SO2) Salata zielona 20 g Mandarynka 1 szt Kakao z mlekiem z/c 250 ml (MLE)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka masłana 50g 1 szt (GLU PSZ, JAJ, MLE) Masło extra 82% 15 g (MLE) Szynka krucha z pieca wierzpowa, parzona 50 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierac: JAJ, GOR, SO2) Pasta z jaj z koperkiem dieta + 50 g (JAJ, MLE) Salata zielona 20 g Mandarynka 1 szt Kakao z mlekiem z/c 250 ml (MLE) Jogurt owoce leśne 100g 1 szt (MLE)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna duża krojona 50 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 15 g (MLE) Margaryna roślinna bez mielczna o zaw.80% tł 15 g Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ) Pyszta schabowa-wędzonka wierzpowa schab wierzpowy wędzony parzony 50 g (JAJ, MLE) Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Wafle ryżowe 30 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka masłana 50g 1 szt (GLU PSZ, JAJ, MLE) Masło extra 82% 15 g (MLE) Pasta z jaj z koperkiem dieta + 50 g (JAJ, MLE) Szynka krucha z pieca wierzpowa, parzona 50 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierac: JAJ, GOR, SO2) Salata zielona 20 g Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Kakao z mlekiem z/c 250 ml (MLE)	Bułka pszenna duża krojona 100 g (GLU PSZ) Bułka masłana 50g 1 szt (GLU PSZ, JAJ, MLE) Masło extra 82% 15 g (MLE) Pasta z jaj z koperkiem dieta + 50 g (JAJ, MLE) Szynka krucha z pieca wierzpowa, parzona 50 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierac: JAJ, GOR, SO2) Salata zielona 20 g Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Kakao z mlekiem z/c 250 ml (MLE) Jogurt owoce leśne 100g 1 szt (MLE)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka masłana 50g 1 szt (GLU PSZ, JAJ, MLE) Masło extra 82% 15 g (MLE) Pasta z jaj z koperkiem dieta + 50 g (JAJ, MLE) Szynka krucha z pieca wierzpowa, parzona 50 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierac: JAJ, GOR, SO2) Salata zielona 20 g Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Kakao z mlekiem z/c 250 ml (MLE) Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE)	Bułka pszenna duża krojona 50 g (GLU PSZ) Bułka masłana 50g 1 szt (GLU PSZ, JAJ, MLE) Masło extra 82% 15 g (MLE) Pasta z jaj z koperkiem dieta + 30 g (JAJ, MLE) Szynka krucha z pieca wierzpowa, parzona 30 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierac: JAJ, GOR, SO2) Salata zielona 20 g Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Kakao z mlekiem z/c 250 ml (MLE) Jogurt owoce leśne 100g 1 szt (MLE)	Chleb Graham 150 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 15 g (MLE) Pasta z jaj z koperkiem dieta + 50 g (JAJ, MLE) Szynka krucha z pieca wierzpowa, parzona 50 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierac: JAJ, GOR, SO2) Salata zielona 20 g Mandarynka 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JEJCZ.)	Chleb bezglutenowy 150 g (SEZ, może zawierac: ORZ) Masło extra 82% 15 g (MLE) Pasta z jaj z koperkiem dieta + 50 g (JAJ, MLE) Szynka krucha z pieca wierzpowa, parzona 50 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierac: JAJ, GOR, SO2) Salata zielona 20 g Mandarynka 1 szt Kakao z mlekiem z/c 250 ml (MLE)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka masłana 50g 1 szt (GLU PSZ, JAJ, MLE) Masło extra 82% 15 g (MLE) Pasta z jaj z koperkiem dieta + 100 g (JAJ, MLE) Szynka krucha z pieca wierzpowa, parzona 50 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierac: JAJ, GOR, SO2) Salata zielona 20 g Kakao z mlekiem z/c 250 ml (MLE) Mandarynka 1 szt Kakao z mlekiem z/c 250 ml (MLE) Jogurt owoce leśne 100g 1 szt (MLE)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka masłana 50g 1 szt (GLU PSZ, JAJ, MLE) Masło extra 82% 15 g (MLE) Pasta z jaj z koperkiem dieta + 50 g (JAJ, MLE) Szynka krucha z pieca wierzpowa, parzona 50 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierac: JAJ, GOR, SO2) Salata zielona 20 g Kakao z mlekiem z/c 250 ml (MLE)
II SN								Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE)			
Obiad	Zupa szpinakowa z zacierką + 400 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL) Ziemniaki z koperkiem gotowane (I) 200 g Dorsz panierowany smażony 120g + 120 g (GLU PSZ, JAJ, RYB) Surówka z czerwonej kapusty b/c + 75 g (MLE) Bukiet jarzyn gotowany + 75 g (SEL) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Zupa szpinakowa z zacierką + 300 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL) Ziemniaki z koperkiem gotowane (I) 200 g Dorsz panierowany smażony 120g + 120 g (GLU PSZ, JAJ, RYB) Surówka z czerwonej kapusty b/c + 75 g (MLE) Bukiet jarzyn gotowany + 50 g (SEL) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Zupa szpinakowa z zacierką (bez mlekka) + 400 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL) Ziemniaki z koperkiem gotowane (I) 200 g Dorsz panierowany smażony 120g + 120 g (GLU PSZ, JAJ, RYB) Surówka z czerwonej kapusty b/c + 75 g (MLE) Bukiet jarzyn gotowany + 150 g (SEL) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Zupa szpinakowa z zacierką + 400 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL) Ziemniaki z koperkiem gotowane (I) 200 g Dorsz panierowany smażony 120g + 120 g (GLU PSZ, JAJ, RYB) Surówka z czerwonej kapusty b/c + 75 g (MLE) Bukiet jarzyn gotowany + 100 g (SEL) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Zupa szpinakowa z zacierką + 300 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL) Ziemniaki z koperkiem gotowane (I) 200 g Dorsz panierowany smażony 120g + 120 g (GLU PSZ, JAJ, RYB) Surówka z czerwonej kapusty b/c + 75 g (MLE) Bukiet jarzyn gotowany + 150 g (SEL) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Zupa szpinakowa z zacierką + 400 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL) Ziemniaki z koperkiem gotowane (I) 200 g Pulpet z dorsza + 120 g (GLU PSZ, JAJ, RYB) Dorsz pieczony w posypce ziołowej 120g + 120 g (RYB) Bukiet jarzyn gotowany + 100 g (SEL) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Zupa szpinakowa z zacierką + 300 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL) Ziemniaki z koperkiem gotowane (I) 150 g Pulpet z dorsza + 60 g (GLU PSZ, JAJ, RYB) Dorsz pieczony w posypce ziołowej 120g + 120 g (RYB) Bukiet jarzyn gotowany + 100 g (SEL) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Zupa szpinakowa z zacierką + 400 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL) Ziemniaki z koperkiem gotowane (I) 200 g Dorsz pieczony w posypce ziołowej 120g + 120 g (RYB) Surówka z czerwonej kapusty b/c + 75 g (MLE) Bukiet jarzyn gotowany + 75 g (SEL) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Zupa szpinakowa z zacierką + 400 g (SOJ, SEL) Ziemniaki z koperkiem gotowane (I) 200 g Dorsz pieczony w posypce ziołowej 120g + 120 g (RYB) Surówka z czerwonej kapusty b/c + 75 g (MLE) Bukiet jarzyn gotowany + 75 g (SEL) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Zupa szpinakowa z zacierką + 400 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL) Ziemniaki z koperkiem gotowane (I) 200 g Dorsz pieczony w posypce ziołowej 120g + 120 g (RYB) Surówka z czerwonej kapusty b/c + 75 g (MLE) Bukiet jarzyn gotowany + 75 g (SEL) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Zupa szpinakowa z zacierką + 400 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL) Ziemniaki z koperkiem gotowane (I) 200 g Dorsz panierowany smażony 120g + 120 g (GLU PSZ, JAJ, RYB) Pulpet z dorsza + 120 g (GLU PSZ, JAJ, RYB) Bukiet jarzyn gotowany + 75 g (MLE) Kompot owocowy* z/c 250 ml
PD		Chrupki kukurydziane 25 g		Chrupki kukurydziane 25 g	Jogurt owoce leśne 100g 1 szt (MLE)	Chrupki kukurydziane 25 g	Chrupki kukurydziane 25 g	Surówka z selera i marchwi (z olejem) b/c + 100 g (SEL)		Chrupki kukurydziane 25 g	
Kolejny	Chleb Graham 60 g (GLU PSZ) Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (może zawierac: MLE, GOR) Twarożek różany + 50 g (MLE) Papryka świeża 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.) Indyk z pasieki produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadanej 50 g Miód (25g) 2 szt Papryka świeża 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.) Indyk z pasieki produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadanej 50 g Margaryna roślinna bez mielczna o zaw.80% tł 15 g Pomidor b/śkórki 70 g Rukola 10 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 150g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (może zawierac: MLE, GOR) Twarożek różany + 50 g (MLE) Pomidor b/śkórki 70 g Rukola 10 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb Graham 60 g (GLU PSZ) Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (może zawierac: MLE, GOR) Twarożek różany + 50 g (MLE) Rukola 10 g Pomidor 70 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb Graham 60 g (GLU PSZ) Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 30 g (może zawierac: MLE, GOR) Twarożek + 30 g (MLE) Pomidor b/śkórki 70 g Rukola 10 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (może zawierac: MLE, GOR) Twarożek + 30 g (MLE) Pomidor b/śkórki 70 g Rukola 10 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb Graham 150 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 15 g (MLE) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (może zawierac: MLE, GOR) Indyk z pasieki produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadanej 50 g (MLE) Twarożek różany + 50 g (MLE) Papryka świeża 70 g Rukola 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 150 g (SEZ, może zawierac: ORZ) Masło extra 82% 15 g (MLE) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (może zawierac: MLE, GOR) Indyk z pasieki produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadanej 50 g (MLE) Twarożek różany + 50 g (MLE) Papryka świeża 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 tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (może zawierac: MLE, GOR) Twarożek różany + 50 g (MLE) 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 tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (może zawierac: MLE, GOR) Twarożek różany + 50 g (MLE) Rukola 10 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml
PN			Mus- przecier owocowy jablko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt					Chleb Graham 30 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 5 g (MLE) Szynka wiśniowa- wierzpowa, 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 wiśniowa- wierzpowa, wędz. parz z dod. wody i białka wp. 20 g (SOJ) Salata zielona 5 g
	Wartość energetyczna: 2507.05 kcal; Białko ogółem: 104.19 g; Tłuszcz: 72.92 g; Kw. tł. nasy: 28.54 g; Węglowodany ogółem: 369.50 g; W tym cukry: 91.62 g; Błonnik pok.: 33.07 g; Sol: 12.19 g;	Wartość energetyczna: 2616.46 kcal; Białko ogółem: 107.57 g; Tłuszcz: 74.20 g; Kw. tł. nasy: 29.15 g; Węglowodany ogółem: 390.78 g; W tym cukry: 93.00 g; Błonnik pok.: 32.41 g; Sol: 11.16 g;	Wartość energetyczna: 2537.52 kcal; Białko ogółem: 104.61 g; Tłuszcz: 55.65 g; Kw. tł. nasy: 13.74 g; Węglowodany ogółem: 422.21 g; W tym cukry: 74.07 g; Błonnik pok.: 36.75 g; Sol: 13.36 g;	Wartość energetyczna: 2466.00 kcal; Białko ogółem: 107.04 g; Tłuszcz: 70.53 g; Kw. tł. nasy: 28.19 g; Węglowodany ogółem: 362.07 g; W tym cukry: 96.11 g; Błonnik pok.: 31.81 g; Sol: 13.39 g;	Wartość energetyczna: 2594.06 kcal; Białko ogółem: 113.35 g; Tłuszcz: 72.02 g; Kw. tł. nasy: 28.79 g; Węglowodany ogółem: 384.11 g; W tym cukry: 98.45 g; Błonnik pok.: 29.37 g; Sol: 11.62 g;	Wartość energetyczna: 2757.15 kcal; Białko ogółem: 142.74 g; Tłuszcz: 77.89 g; Kw. tł. nasy: 30.75 g; Węglowodany ogółem: 384.78 g; W tym cukry: 109.00 g; Błonnik pok.: 35.60 g; Sol: 14.62 g;	Wartość energetyczna: 2003.54 kcal; Białko ogółem: 73.59 g; Tłuszcz: 58.04 g; Kw. tł. nasy: 25.41 g; Węglowodany ogółem: 312.72 g; W tym cukry: 89.13 g; Błonnik pok.: 24.57 g; Sol: 8.46 g;	Wartość energetyczna: 2349.03 kcal; Białko ogółem: 125.90 g; Tłuszcz: 77.48 g; Kw. tł. nasy: 30.87 g; Węglowodany ogółem: 349.27 g; W tym cukry: 47.96 g; Błonnik pok.: 45.07 g; Sol: 14.15 g;	Wartość energetyczna: 2445.98 kcal; Białko ogółem: 95.60 g; Tłuszcz: 73.92 g; Kw. tł. nasy: 26.78 g; Węglowodany ogółem: 380.90 g; W tym cukry: 102.59 g; Błonnik pok.: 35.54 g; Sol: 9.04 g;	Wartość energetyczna: 2661.86 kcal; Białko ogółem: 111.38 g; Tłuszcz: 76.83 g; Kw. tł. nasy: 31.80 g; Węglowodany ogółem: 405.31 g; W tym cukry: 81.19 g; Błonnik pok.: 33.22 g; Sol: 11.06 g;	Wartość energetyczna: 2899.90 kcal; Białko ogółem: 144.24 g; Tłuszcz: 83.42 g; Kw. tł. nasy: 32.88 g; Węglowodany ogółem: 405.31 g; W tym cukry: 81.19 g; Błonnik pok.: 37.41 g; Sol: 14.06 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2025-04-14 do dnia 2025-04-27 KUCHNIA ŁÓDŹ

	ŁÓDŹ- ICZMP 1/C1 Podstawowa Dorosli	ŁÓDŹ- ICZMP P1 Podstawowa Dzieci	ŁÓDŹ- ICZMP ML/1 Bezmielczna podstawowa	ŁÓDŹ- ICZMP 2/C2 Łatwo strawna Dorosli	ŁÓDŹ- ICZMP P2 Łatwo strawna Dzieci	ŁÓDŹ- ICZMP 9 Bogatobiałkowa	ŁÓDŹ- ICZMP II rok życia	ŁÓDŹ- ICZMP 6 Z ogr. łatwoprzyswajalnych wegl.	ŁÓDŹ- ICZMP GL/1 Bezglutenowa podstawowa	ŁÓDŹ- ICZMP WE Vegetariańska	ŁÓDŹ- ICZMP Wysokoenergetyczna	
2025-04-19 sobota	Śniadania	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna duża krojona 50 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 15 g (MLE) Pasztet z soczewicy+ 50 g (GLU PSZ, JAJ.) Szyunkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Ogórek kiszony 70 g Sałata lodowa 10 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna duża krojona 50 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 15 g (MLE) Pasztet z soczewicy+ 50 g (GLU PSZ, JAJ.) Szyunkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Ogórek kiszony 70 g Sałata lodowa 10 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Budyń o smaku śmietankowym z/c 150 ml (MLE.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna duża krojona 50 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 15 g (MLE) Szyunkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Pasztet z soczewicy+ 50 g (GLU PSZ, JAJ.) Szyunkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Ogórek kiszony 70 g Sałata lodowa 10 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna duża krojona 50 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 15 g (MLE) Szyunkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Pasztet z soczewicy+ 50 g (GLU PSZ, JAJ.) Szyunkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Ogórek kiszony 70 g Sałata lodowa 10 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Budyń o smaku śmietankowym z/c 150 ml (MLE.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna duża krojona 50 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 15 g (MLE) Szyunkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Pasztet z soczewicy+ 50 g (GLU PSZ, JAJ.) Szyunkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Ogórek kiszony 70 g Sałata lodowa 10 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Budyń o smaku śmietankowym z/c 150 ml (MLE.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna duża krojona 50 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 15 g (MLE) Szyunkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Pasztet z soczewicy+ 50 g (GLU PSZ, JAJ.) Szyunkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Ogórek kiszony 70 g Sałata lodowa 10 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Budyń o smaku śmietankowym z/c 150 ml (MLE.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna duża krojona 50 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 15 g (MLE) Pasztet z soczewicy+ 50 g (GLU PSZ, JAJ.) Szyunkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Sałata lodowa 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Chleb Graham 150 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Pasztet z soczewicy+ 50 g (GLU PSZ, JAJ.) Szyunkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Pasztet z tofui pieczonej marchewki + 50 g (SOJ.) Ogórek kiszony 70 g Sałata lodowa 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 150 g (SEZ. może zawierać: ORZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Szyunkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Pasztet z soczewicy+ 50 g (GLU PSZ, JAJ.) Twarożek brzoskwinowy (dieta) + 50 g (MLE.) Ogórek kiszony 70 g Sałata lodowa 10 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Budyń o smaku śmietankowym z/c 150 ml (MLE.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna duża krojona 50 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 15 g (MLE) Szyunkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Pasztet z soczewicy+ 50 g (GLU PSZ, JAJ.) Szyunkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Ogórek kiszony 70 g Sałata lodowa 10 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Budyń o smaku śmietankowym z/c 150 ml (MLE.)	
	II SN							Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE.)				
2025-04-19 sobota	Obiad	Zupa wielowarzynna z ziemniakami + 300 g (SOJ, MLE, SEL.) Pierogi z serem* 300 g (GLU PSZ, MLE.) Jogurt truskawkowy 100 g 1 szt (MLE.) Banan 1szt. 1 szt Kompot owocowy* z/c 250 ml	Zupa wielowarzynna z ziemniakami (bez mleka, bez glutenu) + 350 ml (SOJ, SEL.) Ryż na sypko 200 g Pulpet wieprzowy + 120 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos dyniowy (bez mleka) + 100 g Bukiet warzyw gotowanych + 150 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Zupa wielowarzynna z ziemniakami (bez mleka, bez glutenu) + 350 ml (SOJ, SEL.) Pierogi z serem* 300 g (GLU PSZ, MLE.) Jogurt truskawkowy 100 g 1 szt (MLE.) Banan 1szt. 1 szt Kompot owocowy* z/c 250 ml	Zupa wielowarzynna z ziemniakami (bez mleka, bez glutenu) + 350 ml (SOJ, SEL.) Pierogi z serem* 300 g (GLU PSZ, MLE.) Jogurt truskawkowy 100 g 1 szt (MLE.) Banan 1szt. 1 szt Kompot owocowy* z/c 250 ml	Zupa wielowarzynna z ziemniakami (bez mleka, bez glutenu) + 350 ml (SOJ, SEL.) Pierogi z serem* 300 g (GLU PSZ, MLE.) Jogurt truskawkowy 100 g 1 szt (MLE.) Banan 1szt. 1 szt Kompot owocowy* z/c 250 ml	Zupa wielowarzynna z ziemniakami (bez mleka, bez glutenu) + 350 ml (SOJ, SEL.) Pierogi z serem* 300 g (GLU PSZ, MLE.) Jogurt truskawkowy 100 g 1 szt (MLE.) Banan 1szt. 1 szt Kompot owocowy* z/c 250 ml	Zupa wielowarzynna z ziemniakami (bez mleka, bez glutenu) + 350 ml (SOJ, SEL.) Pierogi z serem* 250 g (GLU PSZ, MLE.) Jogurt truskawkowy 100 g 1 szt (MLE.) Banan 1szt. 1 szt Kompot owocowy* z/c 250 ml	Zupa wielowarzynna z ziemniakami (bez mleka, bez glutenu) + 350 ml (SOJ, MLE, SEL.) Ryż na sypko (brązowy) 200 g Burger z buraka z serem mozzarella (dieta) + 100 g (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Sos dyniowy + 100 g (MLE.) Surowka z białej kapusty z koperkiem b/c + 150 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Zupa wielowarzynna z ziemniakami (bez mleka, bez glutenu) + 350 ml (SOJ, MLE, SEL.) Pierogi z serem* 300 g (GLU PSZ, MLE.) Jogurt truskawkowy 100 g 1 szt (MLE.) Banan 1szt. 1 szt Kompot owocowy* z/c 250 ml	Zupa wielowarzynna z ziemniakami (bez mleka, bez glutenu) + 350 ml (SOJ, MLE, SEL.) Pierogi z serem* 300 g (GLU PSZ, MLE.) Jogurt truskawkowy 100 g 1 szt (MLE.) Banan 1szt. 1 szt Kompot owocowy* z/c 250 ml	
	PD		Sok jabłkowy 100 % 0,2l w kartoniku 1 szt		Sok jabłkowy 100 % 0,2l w kartoniku 1 szt	Chleb Graham 30g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5g (MLE.) Serek homo. naturalny 20g (MLE.)	Sok jabłkowy 100 % 0,2l w kartoniku 1 szt	Jabłko 1 szt 1 szt		Sok jabłkowy 100 % 0,2l w kartoniku 1 szt		
2025-04-19 sobota	Kolacja	Chleb Graham 60 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Pastę z makreli z ogórkiem konserwowym, groszkiem i cebulą + 80 g (JAJ, RYB, GOR.) Ser mozzarella 50 g (MLE.) Pomidor 60 g Sałata zielona 20 g Kakao z mlekiem z/c 250 ml (MLE.)	Chleb Graham 60 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Pastę z minury gotowanej z warzywami + 50 g (RYB, SEL.) Dziem 25 g 2 szt Pomidor 60 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 150 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Pastę z minury gotowanej z warzywami + 50 g (RYB, SEL.) Buraki gotowane słupki + 60 g Sałata zielona 20 g Kakao z mlekiem z/c 250 ml (MLE.)	Chleb Graham 60 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Pastę z makreli z ogórkiem konserwowym, groszkiem i cebulą + 50 g (JAJ, RYB, GOR.) Ser mozzarella 50 g (MLE.) Buraki gotowane słupki + 60 g Sałata zielona 20 g Kakao z mlekiem z/c 250 ml (MLE.)	Chleb Graham 60 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Pastę z makreli z ogórkiem konserwowym, groszkiem i cebulą + 50 g (JAJ, RYB, GOR.) Ser mozzarella 50 g (MLE.) Buraki gotowane słupki + 60 g Sałata zielona 20 g Kakao z mlekiem z/c 250 ml (MLE.)	Chleb Graham 60 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Pastę z makreli z ogórkiem konserwowym, groszkiem i cebulą + 50 g (JAJ, RYB, GOR.) Ser mozzarella 50 g (MLE.) Buraki gotowane słupki + 60 g Sałata zielona 20 g Kakao z mlekiem z/c 250 ml (MLE.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 150 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Pastę z minury gotowanej z warzywami + 60 g (RYB, SEL.) Buraki gotowane słupki + 60 g Sałata zielona 20 g Kakao z mlekiem z/c 250 ml (MLE.)	Chleb Graham 150 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Pastę z minury gotowanej z warzywami + 50 g (RYB, SEL.) Ser mozzarella 50 g (MLE.) Pomidor 60 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 150 g (SEZ. może zawierać: ORZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Pastę z makreli z ogórkiem konserwowym, groszkiem i cebulą + 50 g (JAJ, RYB, GOR.) Ser mozzarella 50 g (MLE.) Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/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.) Pastę z makreli z ogórkiem konserwowym, groszkiem i cebulą + 50 g (JAJ, RYB, GOR.) Ser mozzarella 50 g (MLE.) Buraki gotowane słupki + 60 g Kakao z mlekiem z/c 250 ml (MLE.)	Chleb Graham 60 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Pastę z makreli z ogórkiem konserwowym, groszkiem i cebulą + 50 g (JAJ, RYB, GOR.) Ser mozzarella 50 g (MLE.) Buraki gotowane słupki + 60 g Kakao z mlekiem z/c 250 ml (MLE.)
	PN	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 szt (MLE.) Rogal maślany 50g. 1 szt (GLU PSZ, JAJ, MLE.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Szyunkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 20 g	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 szt (MLE.) Rogal maślany 50g. 1 szt (GLU PSZ, JAJ, MLE.)	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 szt (MLE.) Rogal maślany 50g. 1 szt (GLU PSZ, JAJ, MLE.)	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 szt (MLE.) Rogal maślany 50g. 1 szt (GLU PSZ, JAJ, MLE.)	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 szt (MLE.) Rogal maślany 50g. 1 szt (GLU PSZ, JAJ, MLE.)	Chleb Graham 30g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5g (MLE.) Twaróg półtłusty 20g (MLE.) Sałata zielona 5g	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 szt (MLE.)	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 szt (MLE.) Rogal maślany 50g. 1 szt (GLU PSZ, JAJ, MLE.)	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 szt (MLE.) Rogal maślany 50g. 1 szt (GLU PSZ, JAJ, MLE.)	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 szt (MLE.) Rogal maślany 50g. 1 szt (GLU PSZ, JAJ, MLE.)
	Wartość energetyczna: 3209.52 kcal; Białko ogółem: 125.94 g; Tłuszcz: 102.70 g; Kw. tł. nasy.: 36.55 g; Węglowodany ogółem: 450.85 g; W tym cukry: 102.39 g; Błonnik pok.: 31.87 g; Sól: 13.78 g;	Wartość energetyczna: 3395.28 kcal; Białko ogółem: 129.63 g; Tłuszcz: 103.01 g; Kw. tł. nasy.: 37.61 g; Węglowodany ogółem: 491.16 g; W tym cukry: 139.80 g; Błonnik pok.: 30.50 g; Sól: 12.89 g;	Wartość energetyczna: 2613.93 kcal; Białko ogółem: 93.54 g; Tłuszcz: 76.40 g; Kw. tł. nasy.: 20.30 g; Węglowodany ogółem: 402.27 g; W tym cukry: 86.55 g; Błonnik pok.: 32.90 g; Sól: 15.05 g;	Wartość energetyczna: 2993.70 kcal; Białko ogółem: 118.90 g; Tłuszcz: 80.41 g; Kw. tł. nasy.: 31.34 g; Węglowodany ogółem: 453.24 g; W tym cukry: 106.30 g; Błonnik pok.: 30.45 g; Sól: 10.87 g;	Wartość energetyczna: 3188.93 kcal; Białko ogółem: 122.88 g; Tłuszcz: 81.95 g; Kw. tł. nasy.: 32.86 g; Węglowodany ogółem: 492.64 g; W tym cukry: 143.79 g; Błonnik pok.: 29.07 g; Sól: 10.23 g;	Wartość energetyczna: 3458.43 kcal; Białko ogółem: 137.13 g; Tłuszcz: 101.94 g; Kw. tł. nasy.: 39.88 g; Węglowodany ogółem: 504.66 g; W tym cukry: 127.92 g; Błonnik pok.: 34.59 g; Sól: 12.05 g;	Wartość energetyczna: 2766.98 kcal; Białko ogółem: 96.34 g; Tłuszcz: 67.95 g; Kw. tł. nasy.: 31.82 g; Węglowodany ogółem: 445.50 g; W tym cukry: 143.27 g; Błonnik pok.: 26.07 g; Sól: 8.85 g;	Wartość energetyczna: 2504.49 kcal; Białko ogółem: 98.06 g; Tłuszcz: 96.23 g; Kw. tł. nasy.: 29.05 g; Węglowodany ogółem: 326.84 g; W tym cukry: 46.32 g; Błonnik pok.: 46.84 g; Sól: 13.53 g;	Wartość energetyczna: 2773.32 kcal; Białko ogółem: 87.39 g; Tłuszcz: 119.86 g; Kw. tł. nasy.: 35.04 g; Węglowodany ogółem: 338.31 g; W tym cukry: 80.76 g; Błonnik pok.: 27.74 g; Sól: 9.98 g;	Wartość energetyczna: 3177.06 kcal; Białko ogółem: 118.15 g; Tłuszcz: 76.93 g; Kw. tł. nasy.: 34.23 g; Węglowodany ogółem: 507.96 g; W tym cukry: 146.44 g; Błonnik pok.: 33.37 g; Sól: 11.33 g;	Wartość energetyczna: 3412.39 kcal; Białko ogółem: 131.68 g; Tłuszcz: 96.75 g; Kw. tł. nasy.: 37.03 g; Węglowodany ogółem: 507.96 g; W tym cukry: 145.67 g; Błonnik pok.: 32.32 g; Sól: 12.89 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2025-04-14 do dnia 2025-04-27 KUCHNIA ŁÓDŹ

	ŁÓDŹ- ICZMP 1/1C1 Podstawowa Dorosli	ŁÓDŹ- ICZMP P1 Podstawowa Dzieci	ŁÓDŹ- ICZMP ML/1 Bezmielczna podstawowa	ŁÓDŹ- ICZMP 2/C2 Latwo strawna Dorosli	ŁÓDŹ- ICZMP P2 Latwo strawna Dzieci	ŁÓDŹ- ICZMP 9 Bogatobiałkowa	ŁÓDŹ- ICZMP II rok życia	ŁÓDŹ- ICZMP 6 Z ogr. łatwoprzewyjalnych wegl.	ŁÓDŹ- ICZMP GL/1 Bezglutenowa podstawowa	ŁÓDŹ- ICZMP WE Vegetariańska	ŁÓDŹ- ICZMP Wysokoenergetyczna	
Śniadania	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Szynka kostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (może zawierać: MLE, GOR.) Majonez z groszkiem 50 g (JAJ, MLE, GOR.) Mix салат 10 g Kawa zbożowa z mlekami z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Babka piaskowa 50 g (GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Indyk z pasieki produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłone niejadłej 50 g Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Pomidor 60 g Mixsalat 10 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chrupki kukurydziane 25 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Indyk z pasieki produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłone niejadłej 50 g Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Pomidor/biskorki 60 g Mixsalat 10 g Kawa zbożowa z mlekami z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Babka piaskowa 50 g (GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Szynka kostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (może zawierać: MLE, GOR.) Pomidor/biskorki 60 g Mixsalat 10 g Kawa zbożowa z mlekami z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Babka piaskowa 50 g (GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Szynka kostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (może zawierać: MLE, GOR.) Majonez z groszkiem 50 g (JAJ, MLE, GOR.) Mixsalat 10 g Kawa zbożowa z mlekami z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Babka piaskowa 50 g (GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Szynka kostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (może zawierać: MLE, GOR.) Majonez z groszkiem 50 g (JAJ, MLE, GOR.) Mixsalat 10 g Kawa zbożowa z mlekami z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Babka piaskowa 50 g (GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Szynka kostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (może zawierać: MLE, GOR.) Majonez z groszkiem 50 g (JAJ, MLE, GOR.) Mixsalat 10 g Kawa zbożowa z mlekami z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Babka piaskowa 50 g (GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Szynka kostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (może zawierać: MLE, GOR.) Majonez z groszkiem 50 g (JAJ, MLE, GOR.) Mixsalat 10 g Kawa zbożowa z mlekami z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Babka piaskowa 50 g (GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE.)	Chleb bezglutenowy 150 g (SEZ, może zawierać: ORZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Szynka kostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (może zawierać: MLE, GOR.) Majonez z groszkiem 50 g (JAJ, MLE, GOR.) Mixsalat 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Indyk z pasieki produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłone niejadłej 50 g Majonez z groszkiem 50 g (JAJ, MLE, GOR.) Mixsalat 10 g Kawa zbożowa z mlekami z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Babka piaskowa 50 g (GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Indyk z pasieki produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłone niejadłej 50 g Majonez z groszkiem 50 g (JAJ, MLE, GOR.) Mixsalat 10 g Kawa zbożowa z mlekami z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Babka piaskowa 50 g (GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Indyk z pasieki produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłone niejadłej 50 g Majonez z groszkiem 50 g (JAJ, MLE, GOR.) Mixsalat 10 g Kawa zbożowa z mlekami z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Babka piaskowa 50 g (GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE.)
II SN									Serek homo naturalny 150g 1 szt (MLE.)			
Obiad	Żurek z ziemniakami + 400 g (SOJ, MLE, GLU ŻYT, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR.) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Kotlet schabowy panierowany + 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Kapusta zasmażana + 75g (GLU PSZ, SOJ, MLE.) Buraki tarte na ciepło + 75 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Żurek z ziemniakami + 300 g (SOJ, MLE, GLU ŻYT, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR.) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Kotlet schabowy panierowany + 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Kapusta zasmażana + 50g (GLU PSZ, SOJ, MLE.) Buraki tarte na ciepło + 50 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Zupa ziemniaczana (bez mleka, bez glutenu) + 400 ml (SOJ, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Schab gotowany + 100 g Sos własny dieta + 100 g (SOJ.) Surówka z białej kapusty z koperkiem b/c + 75 g Buraki tarte na ciepło + 75 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Zupa ziemniaczana + 400 g (SOJ, MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Schab gotowany + 100 g Sos własny dieta + 100 g (SOJ.) Buraki tarte na ciepło + 150 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Zupa ziemniaczana + 300 g (SOJ, MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Kotlet schabowy panierowany + 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Schab gotowany + 100 g Sos własny dieta + 100 g (SOJ.) Buraki tarte na ciepło + 150 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Zupa ziemniaczana + 400 g (SOJ, MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Kotlet schabowy panierowany + 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Schab gotowany + 100 g Sos własny dieta + 100 g (SOJ.) Buraki tarte na ciepło + 150 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Zupa ziemniaczana + 300 g (SOJ, MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Pulbet wieprzowy + 60 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos własny dieta + 100 g (SOJ.) Buraki tarte na ciepło + 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Zurek z ziemniakami + 400 g (SOJ, MLE, GLU ŻYT, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR.) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 150 g Pulbet wieprzowy + 60 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos własny dieta + 100 g (SOJ.) Surówka z białej kapusty z koperkiem b/c + 75 g Buraki tarte na ciepło + 75 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Zupa ziemniaczana (bez mleka, bez glutenu) + 400 ml (SOJ, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Schab gotowany + 100 g Sos własny dieta + 100 g (SOJ.) Surówka z białej kapusty z koperkiem b/c + 75 g Buraki tarte na ciepło + 75 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Zupa ziemniaczana + 400 g (SOJ, MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Kotlet schabowy panierowany + 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Schab gotowany + 100 g Sos własny dieta + 100 g (SOJ.) Buraki tarte na ciepło + 150 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Żurek z ziemniakami + 400 g (SOJ, MLE, GLU ŻYT, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR.) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Kotlet schabowy panierowany + 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Schab gotowany + 100 g Sos własny dieta + 100 g (SOJ.) Surówka z białej kapusty z koperkiem b/c + 75 g Buraki tarte na ciepło + 75 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	
PD									Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml	Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml		
Kolacja	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. 50 g (SOJ.) Serek twarogowy homogenizowany + 50 g (MLE.) Sernik twarogowy homogenizowany + 50 g (MLE.) Pomidor 70 g Rukola 10 g Kakao z mlekami z/c 250 ml (MLE.)	Chleb Graham 60 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Serek twarogowy homogenizowany + 50 g (MLE.) Sernik twarogowy homogenizowany + 50 g (MLE.) Pomidor 70 g Rukola 10 g Kakao z mlekami z/c 250 ml (MLE.)	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. 50 g (SOJ.) Sernik twarogowy homogenizowany + 50 g (MLE.) Sernik twarogowy homogenizowany + 50 g (MLE.) Pomidor 70 g Rukola 10 g Kakao z mlekami z/c 250 ml (MLE.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 150 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynka wieśniowa- wieprzowa, wędz. parz. z dod. wody i białka wp. 50 g (SOJ.) Serek twarogowy homogenizowany + 50 g (MLE.) Pomidor/biskorki 70 g Rukola 10 g Kakao z mlekami z/c 250 ml (MLE.)	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. 50 g (SOJ.) Serek twarogowy homogenizowany + 50 g (MLE.) Pomidor 70 g Rukola 10 g Kakao z mlekami z/c 250 ml (MLE.)	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. 50 g (SOJ.) Serek twarogowy homogenizowany + 50 g (MLE.) Pomidor 70 g Rukola 10 g Kakao z mlekami z/c 250 ml (MLE.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynka wieśniowa- wieprzowa, wędz. parz. z dod. wody i białka wp. 30 g (SOJ.) Serek twarogowy homogenizowany + 50 g (MLE.) Pomidor 70 g Rukola 10 g Kakao z mlekami z/c 250 ml (MLE.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynka wieśniowa- wieprzowa, wędz. parz. z dod. wody i białka wp. 50 g (SOJ.) Serek twarogowy homogenizowany + 50 g (MLE.) Pomidor 70 g Rukola 10 g Kakao z mlekami z/c 250 ml (MLE.)	Chleb bezglutenowy 150 g (SEZ, może zawierać: ORZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynka wieśniowa- wieprzowa, wędz. parz. z dod. wody i białka wp. 50 g (SOJ.) Serek twarogowy homogenizowany + 50 g (MLE.) Pomidor 70 g Rukola 10 g Herbata czarna granulowana b/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. 50 g (SOJ.) Serek twarogowy homogenizowany + 50 g (MLE.) Pomidor 70 g Rukola 10 g Kakao z mlekami z/c 250 ml (MLE.)	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. 50 g (SOJ.) Serek twarogowy homogenizowany + 50 g (MLE.) Pomidor 70 g Rukola 10 g Kakao z mlekami z/c 250 ml (MLE.)	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. 50 g (SOJ.) Serek twarogowy homogenizowany + 50 g (MLE.) Pomidor 70 g Rukola 10 g Kakao z mlekami z/c 250 ml (MLE.)
PN									Sok pomarańczowy 0,2L-kartonik 1 szt	Sok pomarańczowy 0,2L-kartonik 1 szt		
	Sok jabłkowy 100 % 0,2l w kartoniku 1 szt		Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 20 g Sałata zielona 5 g									
	Wartość energetyczna: 2986,25 kcal; Białko ogółem: 118,37 g; Tłuszcz: 114,78 g; Kw. tł. nasy.: 41,69 g; Węglowodany ogółem: 376,43 g; W tym cukry: 104,24 g; Błonnik pok.: 24,74 g; Sól: 14,08 g;	Wartość energetyczna: 2962,87 kcal; Białko ogółem: 113,82 g; Tłuszcz: 116,01 g; Kw. tł. nasy.: 39,40 g; Węglowodany ogółem: 394,40 g; W tym cukry: 122,98 g; Błonnik pok.: 23,16 g; Sól: 12,87 g;	Wartość energetyczna: 2669,06 kcal; Białko ogółem: 101,43 g; Tłuszcz: 65,58 g; Kw. tł. nasy.: 16,08 g; Węglowodany ogółem: 426,97 g; W tym cukry: 91,49 g; Błonnik pok.: 29,60 g; Sól: 12,39 g;	Wartość energetyczna: 2831,34 kcal; Białko ogółem: 119,93 g; Tłuszcz: 90,69 g; Kw. tł. nasy.: 37,31 g; Węglowodany ogółem: 390,40 g; W tym cukry: 89,52 g; Błonnik pok.: 27,73 g; Sól: 14,70 g;	Wartość energetyczna: 2796,84 kcal; Białko ogółem: 112,39 g; Tłuszcz: 81,83 g; Kw. tł. nasy.: 33,89 g; Węglowodany ogółem: 406,55 g; W tym cukry: 126,49 g; Błonnik pok.: 24,12 g; Sól: 12,59 g;	Wartość energetyczna: 3135,64 kcal; Białko ogółem: 143,12 g; Tłuszcz: 106,94 g; Kw. tł. nasy.: 38,42 g; Węglowodany ogółem: 406,20 g; W tym cukry: 113,61 g; Błonnik pok.: 28,72 g; Sól: 14,73 g;	Wartość energetyczna: 2395,88 kcal; Białko ogółem: 79,04 g; Tłuszcz: 82,24 g; Kw. tł. nasy.: 34,52 g; Węglowodany ogółem: 337,13 g; W tym cukry: 126,30 g; Błonnik pok.: 19,76 g; Sól: 9,35 g;	Wartość energetyczna: 2497,29 kcal; Białko ogółem: 138,98 g; Tłuszcz: 98,78 g; Kw. tł. nasy.: 37,19 g; Węglowodany ogółem: 352,69 g; W tym cukry: 26,22 g; Błonnik pok.: 30,94 g; Sól: 13,71 g;	Wartość energetyczna: 2642,66 kcal; Białko ogółem: 95,46 g; Tłuszcz: 94,17 g; Kw. tł. nasy.: 28,40 g; Węglowodany ogółem: 352,69 g; W tym cukry: 72,92 g; Błonnik pok.: 30,04 g; Sól: 8,54 g;	Wartość energetyczna: 3105,97 kcal; Białko ogółem: 132,47 g; Tłuszcz: 115,30 g; Kw. tł. nasy.: 45,66 g; Węglowodany ogółem: 388,97 g; W tym cukry: 131,04 g; Błonnik pok.: 27,94 g; Sól: 9,90 g;	Wartość energetyczna: 3220,58 kcal; Białko ogółem: 123,27 g; Tłuszcz: 123,27 g; Kw. tł. nasy.: 46,51 g; Węglowodany ogółem: 388,97 g; W tym cukry: 93,15 g; Błonnik pok.: 26,49 g; Sól: 15,17 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2025-04-14 do dnia 2025-04-27 KUCHNIA ŁÓDŹ

	ŁÓDŹ- ICZMP 1/C1 Podstawowa Dorosli	ŁÓDŹ- ICZMP P1 Podstawowa Dzieci	ŁÓDŹ- ICZMP ML/1 Bezmleczna podstawowa	ŁÓDŹ- ICZMP 2/C2 Łatwo strawna Dorosli	ŁÓDŹ- ICZMP P2 Łatwo strawna Dzieci	ŁÓDŹ- ICZMP 9 Bogatobiałkowa	ŁÓDŹ- ICZMP II rok życia	ŁÓDŹ- ICZMP 6 Z ogr. łatwoprzyswajalnych wegl.	ŁÓDŹ- ICZMP GL/1 Bezglutenowa podstawowa	ŁÓDŹ- ICZMP WE Vegetariańska	ŁÓDŹ- ICZMP Wysokoenergetyczna	
2025-04-21 poniedziałek	Sniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szywnika dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Pasta z twarogu z koperkiem + 50 g (MLE.) Rzodkiew biała 70 g Roszponka 10 g Kawa zbożowa z makiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Ciasto drożdżowe 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, SO2.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Pasta z kurczaka i warzyw + 100 g (SEL.) Rzodkiew biała 70 g Roszponka 10 g Roszponka 10 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Sok jabłkowy 100 % 0,2l w kartoniku 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szywnika dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Pasta z twarogu z koperkiem + 50 g (MLE.) Pomidor biskórki 70 g Roszponka 10 g Kawa zbożowa z makiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Ciasto drożdżowe 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, SO2.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szywnika dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Pasta z twarogu z koperkiem + 50 g (MLE.) Pomidor biskórki 70 g Roszponka 10 g Kawa zbożowa z makiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Ciasto drożdżowe 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, SO2.)	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szywnika dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Pasta z twarogu z koperkiem + 50 g (MLE.) Pomidor biskórki 70 g Roszponka 10 g Kawa zbożowa z makiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Ciasto drożdżowe 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, SO2.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szywnika dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Pasta z twarogu z koperkiem + 30 g (MLE.) Pomidor biskórki 70 g Roszponka 10 g Kawa zbożowa z makiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Ciasto drożdżowe 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, SO2.)	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szywnika dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Pasta z twarogu z koperkiem + 30 g (MLE.) Pomidor biskórki 70 g Roszponka 10 g Kawa zbożowa z makiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Ciasto drożdżowe 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, SO2.)	Chleb Graham 150 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Pasta z twarogu z koperkiem + 50 g (MLE.) Szywnika dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Pasta z twarogu z koperkiem + 50 g (MLE.) Rzodkiew biała 70 g Roszponka 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 150 g (SEZ, może zawierać: ORZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szywnika dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Pasta z twarogu z koperkiem + 50 g (MLE.) Rzodkiew biała 70 g Roszponka 10 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szywnika dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Pasta z twarogu z koperkiem + 100 g (MLE.) Rzodkiew biała 70 g Roszponka 10 g Kawa zbożowa z makiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Ciasto drożdżowe 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, SO2.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szywnika dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Pasta z twarogu z koperkiem + 50 g (MLE.) Rzodkiew biała 70 g Roszponka 10 g Kawa zbożowa z makiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Ciasto drożdżowe 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, SO2.)
									Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE.)			
2025-04-21 poniedziałek	Obiad	Rosół + 320 ml (SOJ, SEL.) Makaron nitka 70g (GLU PSZ.) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Udko z kurczaka pieczone + 150 g (SOJ.) Surowka z kapusty pekińskiej z olejem + 75 g Brokuł gotowany + 75 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Rosół + 320 ml (SOJ, SEL.) Makaron nitka 70g (GLU PSZ.) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Udko z kurczaka pieczone + 150 g (SOJ.) Surowka z kapusty pekińskiej z olejem + 75 g Brokuł gotowany + 75 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Rosół + 320 ml (SOJ, SEL.) Makaron nitka 70g (GLU PSZ.) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Udko z kurczaka gotowane + 150 g (SOJ.) Brokuł gotowany + 150 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Rosół + 320 ml (SOJ, SEL.) Makaron nitka 70g (GLU PSZ.) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Udko z kurczaka gotowane + 150 g (SOJ.) Brokuł gotowany + 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Rosół + 320 ml (SOJ, SEL.) Makaron nitka 70g (GLU PSZ.) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Udko z kurczaka pieczone + 150 g (SOJ.) Udko z kurczaka gotowane + 150 g (SOJ.) Brokuł gotowany + 150 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Rosół + 245 ml (SOJ, SEL.) Makaron nitka 59g (GLU PSZ.) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Udko z kurczaka gotowane + 150 g (SOJ.) Brokuł gotowany + 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Rosół + 320 ml (SOJ, SEL.) Makaron nitka 70g (GLU PSZ.) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Udko z kurczaka pieczone + 150 g (SOJ.) Surowka z kapusty pekińskiej z olejem + 75 g Brokuł gotowany + 75 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Rosół + 320 ml (SOJ, SEL.) Makaron bezglutenowy 70 g Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Udko z kurczaka pieczone + 150 g (SOJ.) Surowka z kapusty pekińskiej z olejem + 75 g Brokuł gotowany + 75 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Bulion warzywny z makaronem * 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Udko z kurczaka pieczone + 150 g (SOJ.) Kotlet sojowy + 100 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ, GLU OW.) Surowka z kapusty pekińskiej z olejem + 75 g Brokuł gotowany + 75 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Rosół + 320 ml (SOJ, SEL.) Makaron nitka 70g (GLU PSZ.) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Udko z kurczaka pieczone + 150 g (SOJ.) Surowka z kapusty pekińskiej z olejem + 75 g Brokuł gotowany + 75 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	
									Jabłko 1 szt 1 szt	Banan 1szt. 1 szt	Chrupki kukurydziane 25 g	Banan 1szt. 1 szt
2025-04-21 poniedziałek	Kolacja	Chleb Graham 60 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szywnika dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g (SOJ.) Salatka jarzynowa + 150 g (JAJ, MLE, SEL, GOR.) Salata zielona 5 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.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Szywnika dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g (SOJ.) Surowka z kapusty pekińskiej z olejem + 75 g Salatka jarzynowa z olejem dieta + 150 g (SEL.) Salata zielona 5 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 150 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szywnika dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g (SOJ.) Surowka z kapusty pekińskiej z olejem + 75 g Salatka jarzynowa dieta + 150 g (MLE, SEL.) Salata zielona 5 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 150 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szywnika dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g (SOJ.) Surowka z kapusty pekińskiej z olejem + 75 g Salatka jarzynowa dieta + 150 g (MLE, SEL.) Salata zielona 5 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.) Szywnika dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g (SOJ.) Surowka z kapusty pekińskiej z olejem + 75 g Salatka jarzynowa dieta + 150 g (MLE, SEL.) Salata zielona 5 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szywnika dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g (SOJ.) Salatka jarzynowa dieta + 100 g (MLE, SEL.) Salata zielona 5 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb Graham 150 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szywnika dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g (SOJ.) Salatka jarzynowa dieta + 150 g (MLE, SEL.) Salata zielona 5 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 150 g (SEZ, może zawierać: ORZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szywnika dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g (SOJ.) Salatka jarzynowa dieta + 150 g (MLE, SEL.) Salata zielona 5 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.) Szywnika dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g (SOJ.) Salatka jarzynowa dieta + 150 g (MLE, SEL.) Salata zielona 5 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.) Szywnika dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g (SOJ.) Salatka jarzynowa + 150 g (JAJ, MLE, SEL, GOR.) Salata zielona 5 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	
2025-04-21 poniedziałek	PN	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 szt (MLE.)	Sok warzywno-owocowy tłoczony 100% 0,2l 1 szt		Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 szt (MLE.)			Chleb Graham 30g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Twaróg półtłusty 20 g (MLE.) Salata zielona 5 g		Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 szt (MLE.)		
		Wartość energetyczna: 2851,48 kcal; Białko ogółem: 131,48 g; Tłuszcz: 100,47 g; Kw. tł. nasy.: 36,06 g; Węglowodany ogółem: 369,58 g; W tym cukry: 63,15 g; Błonnik pok.: 32,43 g; Sol: 14,17 g;	Wartość energetyczna: 2911,16 kcal; Białko ogółem: 132,51 g; Tłuszcz: 99,51 g; Kw. tł. nasy.: 36,02 g; Węglowodany ogółem: 385,99 g; W tym cukry: 61,29 g; Błonnik pok.: 33,00 g; Sol: 14,03 g;	Wartość energetyczna: 2741,68 kcal; Białko ogółem: 111,67 g; Tłuszcz: 81,05 g; Kw. tł. nasy.: 18,78 g; Węglowodany ogółem: 408,18 g; W tym cukry: 107,75 g; Błonnik pok.: 37,77 g; Sol: 12,32 g;	Wartość energetyczna: 2699,64 kcal; Białko ogółem: 130,75 g; Tłuszcz: 81,43 g; Kw. tł. nasy.: 34,85 g; Węglowodany ogółem: 373,82 g; W tym cukry: 66,55 g; Błonnik pok.: 30,17 g; Sol: 13,42 g;	Wartość energetyczna: 2820,15 kcal; Białko ogółem: 138,09 g; Tłuszcz: 82,40 g; Kw. tł. nasy.: 34,83 g; Węglowodany ogółem: 393,77 g; W tym cukry: 66,55 g; Błonnik pok.: 26,72 g; Sol: 11,79 g;	Wartość energetyczna: 3083,07 kcal; Białko ogółem: 165,52 g; Tłuszcz: 102,22 g; Kw. tł. nasy.: 40,28 g; Węglowodany ogółem: 390,02 g; W tym cukry: 65,75 g; Błonnik pok.: 33,62 g; Sol: 14,52 g;	Wartość energetyczna: 2248,63 kcal; Białko ogółem: 107,63 g; Tłuszcz: 76,28 g; Kw. tł. nasy.: 33,24 g; Węglowodany ogółem: 292,13 g; W tym cukry: 60,35 g; Błonnik pok.: 21,40 g; Sol: 8,23 g;	Wartość energetyczna: 2416,40 kcal; Białko ogółem: 131,74 g; Tłuszcz: 79,67 g; Kw. tł. nasy.: 32,45 g; Węglowodany ogółem: 315,67 g; W tym cukry: 44,71 g; Błonnik pok.: 43,81 g; Sol: 13,11 g;	Wartość energetyczna: 2830,87 kcal; Białko ogółem: 91,22 g; Tłuszcz: 104,13 g; Kw. tł. nasy.: 39,89 g; Węglowodany ogółem: 373,00 g; W tym cukry: 97,83 g; Błonnik pok.: 36,40 g; Sol: 9,80 g;	Wartość energetyczna: 2670,40 kcal; Białko ogółem: 133,48 g; Tłuszcz: 82,21 g; Kw. tł. nasy.: 39,89 g; Węglowodany ogółem: 405,66 g; W tym cukry: 65,45 g; Błonnik pok.: 33,48 g; Sol: 9,96 g;	Wartość energetyczna: 3045,48 kcal; Białko ogółem: 133,48 g; Tłuszcz: 101,07 g; Kw. tł. nasy.: 36,30 g; Węglowodany ogółem: 416,58 g; W tym cukry: 101,55 g; Błonnik pok.: 35,83 g; Sol: 14,18 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2025-04-14 do dnia 2025-04-27 KUCHNIA ŁÓDŹ

	ŁÓDŹ- ICZMP 1/C1 Podstawowa Dorosli	ŁÓDŹ- ICZMP P1 Podstawowa Dzieci	ŁÓDŹ- ICZMP ML/1 Bezmielczna podstawowa	ŁÓDŹ- ICZMP 2/C2 Łatwo strawna Dorosli	ŁÓDŹ- ICZMP P2 Łatwo strawna Dzieci	ŁÓDŹ- ICZMP 9 Bogatobiałkowa	ŁÓDŹ- ICZMP II rok życia	ŁÓDŹ- ICZMP 6 Z ogr. łatwoprzewyjalnych wegl.	ŁÓDŹ- ICZMP GL/1 Bezglutenowa podstawowa	ŁÓDŹ- ICZMP WE Vegetariańska	ŁÓDŹ- ICZMP Wysokoenergetyczna
Śniadania	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Paszet wolowo-drobiowy + 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL.</u>) Szyńska krucha z pieca wiewiórzowa, parzona 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SOZ.</u>) Ogórek kiszony 60 g Seler naciowy 20 g (<u>SEL.</u>) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Paszet wolowo-drobiowy + 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL.</u>) Szyńska krucha z pieca wiewiórzowa, parzona 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SOZ.</u>) Ogórek kiszony 60 g Seler naciowy 20 g (<u>SEL.</u>) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Wafle ryżowe 30 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Margaryna roślinna bez mielczna o zaw.80% tł 15 g Paszet wolowo-drobiowy + 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL.</u>) Szyńska od Żołna-wędzonka wiewiórzowa, szynka wędziona, parzona 50 g Ogórek kiszony 60 g Seler naciowy 20 g (<u>SEL.</u>) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Wafle ryżowe 30 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Twarożek + 50 g (<u>MLE.</u>) Szyńska krucha z pieca wiewiórzowa, parzona 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SOZ.</u>) Pomidor biskorki 60 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Twarożek + 50 g (<u>MLE.</u>) Szyńska krucha z pieca wiewiórzowa, parzona 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SOZ.</u>) Pomidor biskorki 60 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Wafle ryżowe 30 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Szyńska krucha z pieca wiewiórzowa, parzona 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SOZ.</u>) Twarożek + 50 g (<u>MLE.</u>) Pomidor biskorki 60 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Chleb Graham 30g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Twarog półtłusty 20 g (<u>MLE.</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Twarożek + 30 g (<u>MLE.</u>) Szyńska krucha z pieca wiewiórzowa, parzona 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SOZ.</u>) Pomidor biskorki 60 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 20 g	Chleb Graham 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Paszet wolowo-drobiowy + 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL.</u>) Szyńska krucha z pieca wiewiórzowa, parzona 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SOZ.</u>) Ogórek kiszony 60 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Wafle ryżowe 30 g	Chleb bezglutenowy 150 g (<u>SEZ, może zawierać: ORZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Twarożek + 50 g (<u>MLE.</u>) Szyńska od Żołna-wędzonka wiewiórzowa, szynka wędziona, parzona 50 g Ogórek kiszony 60 g Sałata zielona 20 g (<u>SEL.</u>) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Wafle ryżowe 30 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Twarożek + 100 g (<u>MLE.</u>) Ogórek kiszony 60 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Chleb Graham 30g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Twarog półtłusty 20 g (<u>MLE.</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Szyńska krucha z pieca wiewiórzowa, parzona 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SOZ.</u>) Twarożek + 50 g (<u>MLE.</u>) Ogórek kiszony 60 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Chleb Graham 30g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Twarog półtłusty 20 g (<u>MLE.</u>)
	II SN								Chleb Graham 30g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Twarog półtłusty 20 g (<u>MLE.</u>) Sałata zielona 5 g		
Obiad	Zupa koperkowa z ryżem + 400 g (<u>SOJ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane (I) 200 g Blika wiewiórzowa z szynki pieczona + 100 g Surówka z marchwi, jabłka i pomarańczy b/c + 75 g Kalafor gotowany + 75 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Zupa koperkowa z ryżem + 400 g (<u>SOJ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane (I) 200 g Blika wiewiórzowa z szynki pieczona + 100 g Surówka z marchwi, jabłka i pomarańczy b/c + 75 g Kalafor gotowany + 50 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Zupa koperkowa z ryżem (bez mleka) + 400 g (<u>SOJ, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane (I) 200 g Blika wiewiórzowa z szynki pieczona + 100 g Surówka z marchwi, jabłka i pomarańczy b/c + 75 g Kalafor gotowany + 75 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Zupa koperkowa z ryżem + 400 g (<u>SOJ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane (I) 200 g Blika wiewiórzowa z szynki pieczona + 100 g Marchew talarki gotowane + 75 g Kalafor gotowany + 75 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Zupa koperkowa z ryżem + 400 g (<u>SOJ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane (I) 200 g Blika wiewiórzowa z szynki pieczona + 100 g Marchew talarki gotowane + 50 g Kalafor gotowany + 50 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Zupa koperkowa z ryżem + 400 g (<u>SOJ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane (I) 200 g Gulasz wiewiórzowy z warzywami + 200 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Blika wiewiórzowa z szynki pieczona + 100 g Marchew talarki gotowane + 75 g Kalafor gotowany + 75 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Zupa koperkowa z ryżem + 300 g (<u>SOJ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane (I) 150 g Gulasz wiewiórzowy z warzywami + 150 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Marchew talarki gotowane + 50 g Kalafor gotowany + 50 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Zupa koperkowa z ryżem + 400 g (<u>SOJ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane (I) 200 g Blika wiewiórzowa z szynki pieczona + 100 g Surówka z marchwi, jabłka i pomarańczy b/c + 75 g Kalafor gotowany + 75 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Zupa koperkowa z ryżem + 400 g (<u>SOJ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane (I) 200 g Szyńska pieczona w plasterach + 100 g (<u>SOJ, SEL.</u>) Surówka z marchwi, jabłka i pomarańczy b/c + 75 g Kalafor gotowany + 75 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Zupa koperkowa z ryżem + 400 g (<u>SOJ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane (I) 200 g Gulasz vegetariański z tofu + 200 g (<u>SOJ, SEL.</u>) Surówka z marchwi, jabłka i pomarańczy b/c + 75 g Kalafor gotowany + 75 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Zupa koperkowa z ryżem + 400 g (<u>SOJ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane (I) 200 g Blika wiewiórzowa z szynki pieczona + 100 g Gulasz wiewiórzowy z warzywami + 200 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Marchew talarki gotowane + 75 g Kalafor gotowany + 75 g Kompot owocowy* z/c 250 ml
	PD		Sok pomarańczowy 0,2L-kartonik 1 szt			Babka piaskowa 60 g (<u>GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE.</u>)		Sok pomidorowy 0,3l 1 szt	Sok pomarańczowy 0,2L-kartonik 1 szt	Babka piaskowa 60 g (<u>GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE.</u>)	
Kolacja	Chleb Graham 60g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 90g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15g (<u>MLE.</u>) Ser mozzarella 50g (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50g Jabłko 1 szt 1szt Sałata lodowa 20g Kakao z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE.</u>)	Chleb Graham 60g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 90g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15g (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50g Ser mozzarella 50g (<u>MLE.</u>) Jabłko 1 szt 1szt Sałata lodowa 20g Kakao z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE.</u>)	Chleb Graham 60g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 90g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna bez mielczna o zaw.80% tł 15g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50g Jabłko 1 szt 1szt Sałata lodowa 20g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 150g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15g (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50g Ser mozzarella 50g (<u>MLE.</u>) Jabłko pieczone 1szt 1szt Sałata lodowa 20g Kakao z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE.</u>)	Chleb Graham 60g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 90g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15g (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30g Ser mozzarella 50g (<u>MLE.</u>) Jabłko pieczone 1szt 1szt Sałata lodowa 20g Kakao z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE.</u>)	Chleb Graham 60g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 90g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15g (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30g Ser mozzarella 50g (<u>MLE.</u>) Jabłko pieczone 1szt 1szt Sałata lodowa 20g Kakao z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE.</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15g (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50g Ser mozzarella 50g (<u>MLE.</u>) Pomidor 60g Jabłko pieczone 1szt 1szt Sałata lodowa 20g Kakao z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE.</u>)	Chleb Graham 150g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15g (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50g Ser mozzarella 50g (<u>MLE.</u>) Pomidor 60g Sałata lodowa 20g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 150g (<u>SEZ, może zawierać: ORZ.</u>) Masło extra 82% 15g (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50g Ser mozzarella 50g (<u>MLE.</u>) Miod (25g) 2szt Jabłko pieczone 1szt 1szt Sałata lodowa 20g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb Graham 60g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 90g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15g (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50g Ser mozzarella 50g (<u>MLE.</u>) Miod (25g) 2szt Jabłko 1 szt 1szt Sałata lodowa 20g Kakao z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE.</u>)	Chleb Graham 60g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 90g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15g (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50g Ser mozzarella 50g (<u>MLE.</u>) Jabłko pieczone 1szt 1szt Sałata lodowa 20g Kakao z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE.</u>)
	PN	Przecier owocowy jablko-morela 120g 1 szt (<u>może zawierać: MLE.</u>)	Mus- przecier owocowy jablko-banan-brzoszkwinia 100g (tubka) 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 30g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5g (<u>MLE.</u>) Szyńska wisińowa- wiewiórzowa, wędz. parz. z dod. wody i białka wp. 20g (<u>SOJ.</u>) Sałata zielona 5g	Przecier owocowy jablko-morela 120g 1 szt (<u>może zawierać: MLE.</u>)	Chleb Graham 30g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 5g (<u>MLE.</u>) Szyńska wisińowa- wiewiórzowa, wędz. parz. z dod. wody i białka wp. 20g (<u>SOJ.</u>) Sałata zielona 5g	Przecier owocowy jablko-morela 120g 1 szt (<u>może zawierać: MLE.</u>)	Chleb Graham 30g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 5g (<u>MLE.</u>) Szyńska wisińowa- wiewiórzowa, wędz. parz. z dod. wody i białka wp. 20g (<u>SOJ.</u>) Sałata zielona 5g	Przecier owocowy jablko-morela 120g 1 szt (<u>może zawierać: MLE.</u>)	Chleb Graham 30g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 5g (<u>MLE.</u>) Szyńska wisińowa- wiewiórzowa, wędz. parz. z dod. wody i białka wp. 20g (<u>SOJ.</u>) Sałata zielona 5g	Chleb Graham 30g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 5g (<u>MLE.</u>) Szyńska wisińowa- wiewiórzowa, wędz. parz. z dod. wody i białka wp. 20g (<u>SOJ.</u>) Sałata zielona 5g
	Wartość energetyczna: 2490.61 kcal; Białko ogółem: 116.38 g; Tłuszcz: 75.21 g; Kw. tł. nasy.: 29.00 g; Węglowodany ogółem: 354.72 g; W tym cukry: 79.99 g; Błonnik pok.: 30.86 g; Sól: 13.74 g;	Wartość energetyczna: 2815.91 kcal; Białko ogółem: 121.83 g; Tłuszcz: 87.71 g; Kw. tł. nasy.: 33.37 g; Węglowodany ogółem: 400.66 g; W tym cukry: 100.22 g; Błonnik pok.: 31.69 g; Sól: 13.44 g;	Wartość energetyczna: 2598.72 kcal; Białko ogółem: 103.29 g; Tłuszcz: 59.31 g; Kw. tł. nasy.: 16.02 g; Węglowodany ogółem: 426.97 g; W tym cukry: 92.57 g; Błonnik pok.: 31.69 g; Sól: 13.68 g;	Wartość energetyczna: 2515.26 kcal; Białko ogółem: 115.86 g; Tłuszcz: 75.26 g; Kw. tł. nasy.: 32.03 g; Węglowodany ogółem: 363.33 g; W tym cukry: 69.74 g; Błonnik pok.: 30.66 g; Sól: 13.69 g;	Wartość energetyczna: 2788.93 kcal; Białko ogółem: 116.72 g; Tłuszcz: 84.03 g; Kw. tł. nasy.: 33.47 g; Węglowodany ogółem: 404.46 g; W tym cukry: 102.38 g; Błonnik pok.: 30.49 g; Sól: 12.32 g;	Wartość energetyczna: 3073.11 kcal; Białko ogółem: 147.24 g; Tłuszcz: 104.88 g; Kw. tł. nasy.: 40.90 g; Węglowodany ogółem: 404.46 g; W tym cukry: 107.49 g; Błonnik pok.: 36.50 g; Sól: 13.81 g;	Wartość energetyczna: 2257.63 kcal; Białko ogółem: 80.99 g; Tłuszcz: 83.12 g; Kw. tł. nasy.: 31.47 g; Węglowodany ogółem: 321.21 g; W tym cukry: 101.34 g; Błonnik pok.: 25.35 g; Sól: 9.86 g;	Wartość energetyczna: 2374.90 kcal; Białko ogółem: 128.43 g; Tłuszcz: 81.08 g; Kw. tł. nasy.: 25.93 g; Węglowodany ogółem: 373.68 g; W tym cukry: 89.88 g; Błonnik pok.: 31.96 g; Sól: 9.16 g;	Wartość energetyczna: 2606.57 kcal; Białko ogółem: 97.17 g; Tłuszcz: 88.80 g; Kw. tł. nasy.: 31.76 g; Węglowodany ogółem: 462.04 g; W tym cukry: 112.63 g; Błonnik pok.: 35.89 g; Sól: 12.21 g;	Wartość energetyczna: 2964.44 kcal; Białko ogółem: 151.51 g; Tłuszcz: 109.89 g; Kw. tł. nasy.: 31.76 g; Węglowodany ogółem: 403.13 g; W tym cukry: 93.87 g; Błonnik pok.: 35.89 g; Sól: 12.21 g;	Wartość energetyczna: 3124.30 kcal; Białko ogółem: 152.58 g; Tłuszcz: 109.89 g; Kw. tł. nasy.: 43.90 g; Węglowodany ogółem: 403.13 g; W tym cukry: 93.87 g; Błonnik pok.: 37.23 g; Sól: 15.93 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2025-04-14 do dnia 2025-04-27 KUCHNIA ŁÓDŹ

	ŁÓDŹ- ICZMP 1/C1 Podstawowa Dorosli	ŁÓDŹ- ICZMP P1 Podstawowa Dzieci	ŁÓDŹ- ICZMP ML1/ Bezmielczna podstawowa	ŁÓDŹ- ICZMP 2/C2 Łatwo strawna Dorosli	ŁÓDŹ- ICZMP P2 Łatwo strawna Dzieci	ŁÓDŹ- ICZMP 9 Bogatobiałkowa	ŁÓDŹ- ICZMP II rok życia	ŁÓDŹ- ICZMP 6 Z ogr. łatwoprzyswajalnych wegl.	ŁÓDŹ- ICZMP GL1/ Bezglutenowa podstawowa	ŁÓDŹ- ICZMP WE Vegetariańska	ŁÓDŹ- ICZMP Wysokoenergetyczna
Śniadania	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ) Masło extra 82% 15 g (MLE) Serek twarogowy homogenizowany + 50 g (MLE) Szyunkowa drobowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Papryka świeża 70 g Rukola 10 g Kakao z mlekiem z/c 250 ml (MLE) Jabłko 1 szt 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ) Masło extra 82% 15 g (MLE) Serek twarogowy homogenizowany + 50 g (MLE) Szyunkowa drobowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Papryka świeża 70 g Rukola 10 g Kakao z mlekiem z/c 250 ml (MLE) Jabłko 1 szt 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ) Masło extra 82% 15 g (MLE) Wargaryna roślinna bez mielczna o zaw.80% tł 15 g Szyunkowa drobowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Dżem 25 g 2 szt Papryka świeża 70 g Rukola 10 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Jabłko 1 szt 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 15 g (MLE) Serek twarogowy homogenizowany + 50 g (MLE) Szyunkowa drobowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Rukola 10 g Kakao z mlekiem z/c 250 ml (MLE) Jabłko 1 szt 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 15 g (MLE) Serek twarogowy homogenizowany + 50 g (MLE) Szyunkowa drobowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor białkorki 70 g Rukola 10 g Kakao z mlekiem z/c 250 ml (MLE) Jabłko 1 szt 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 15 g (MLE) Serek twarogowy homogenizowany + 50 g (MLE) Szyunkowa drobowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 70 g Rukola 10 g Kakao z mlekiem z/c 250 ml (MLE) Jabłko 1 szt 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 15 g (MLE) Serek twarogowy homogenizowany + 30 g (MLE) Papryka świeża 70 g Rukola 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Chleb Graham 150 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 15 g (MLE) Serek twarogowy homogenizowany + 50 g (MLE) Szyunkowa drobowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Papryka świeża 70 g Rukola 10 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Jabłko 1 szt 1 szt	Chleb bezglutenowy 150 g (SEZ, może zawierać: ORZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Serek twarogowy homogenizowany + 50 g (MLE) Szyunkowa drobowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Papryka świeża 70 g Rukola 10 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Jabłko 1 szt 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ) Masło extra 82% 15 g (MLE) Serek twarogowy homogenizowany + 50 g (MLE) Papryka świeża 70 g Rukola 10 g Kakao z mlekiem z/c 250 ml (MLE) Jabłko 1 szt 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ) Masło extra 82% 15 g (MLE) Serek twarogowy homogenizowany + 50 g (MLE) Szyunkowa drobowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 70 g Rukola 10 g Kakao z mlekiem z/c 250 ml (MLE) Jabłko 1 szt 1 szt
II/SH								Jabłko 1 szt 1 szt			
Obiad	Zupa grysiakowa + 400 g (GLU PSZ, SOJ, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Udziec z kurczaka wolno gotowany z ziołami + 100 g Sos ziołowy (dieta) + 100g (SEL.) Ogórek kiszony z cebulką + 75 g Cukinia gotowana + 75 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Zupa grysiakowa + 300 g (GLU PSZ, SOJ, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Udziec z kurczaka wolno gotowany z ziołami + 100 g Sos ziołowy (dieta) + 100g (SEL.) Ogórek kiszony z cebulką + 50 g Cukinia gotowana + 50 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Zupa grysiakowa + 400 g (GLU PSZ, SOJ, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Udziec z kurczaka wolno gotowany z ziołami + 100 g Ogórek kiszony z cebulką + 75 g Sos ziołowy (dieta) + 100g (SEL.) Cukinia gotowana + 75 g Bukiet jarzyn gotowany + 75 g (SEL.) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Zupa grysiakowa + 400 g (GLU PSZ, SOJ, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Udziec z kurczaka wolno gotowany z ziołami + 100 g Sos ziołowy (dieta) + 100g (SEL.) Cukinia gotowana + 50 g Bukiet jarzyn gotowany + 50 g (SEL.) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Zupa grysiakowa + 300 g (GLU PSZ, SOJ, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Zrazik drobiowy z kurczaka pieczony + 120 g (GLU PSZ, JAJ.) Udziec z kurczaka wolno gotowany z ziołami + 100 g Sos ziołowy (dieta) + 100g (SEL.) Cukinia gotowana + 50 g Bukiet jarzyn gotowany + 50 g (SEL.) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Zupa grysiakowa + 400 g (GLU PSZ, SOJ, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Zrazik drobiowy z kurczaka pieczony + 120 g (GLU PSZ, JAJ.) Udziec z kurczaka wolno gotowany z ziołami + 100 g Sos ziołowy (dieta) + 100g (SEL.) Cukinia gotowana + 50 g Bukiet jarzyn gotowany + 50 g (SEL.) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Zupa grysiakowa + 300 g (GLU PSZ, SOJ, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Udziec z kurczaka wolno gotowany z ziołami + 100 g Sos ziołowy (dieta) + 100g (SEL.) Ogórek kiszony z cebulką + 75 g Cukinia gotowana + 75 g (SEL.) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Zupa grysiakowa + 400 g (GLU PSZ, SOJ, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Udziec z kurczaka wolno gotowany z ziołami + 100 g Sos ziołowy (dieta) + 100g (SEL.) Ogórek kiszony z cebulką + 75 g Cukinia gotowana + 75 g (SEL.) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Zupa ryżowa z ziemniakami + 400 g (SOJ, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Udziec z kurczaka wolno gotowany z ziołami + 100 g Ogórek kiszony z cebulką + 75 g Cukinia gotowana + 75 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Zupa grysiakowa + 400 g (GLU PSZ, SOJ, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Koliżyk ziemniaczany + 300 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos ziołowy (dieta) + 100g (SEL.) Ogórek kiszony z cebulką + 75 g Cukinia gotowana + 75 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Zupa grysiakowa + 400 g (GLU PSZ, SOJ, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Zrazik drobiowy z kurczaka pieczony + 120 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos ziołowy (dieta) + 100g (SEL.) Cukinia gotowana + 75 g Rukola 10 g Kompot owocowy* z/c 250 ml
PD		Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE)	Wafle ryżowe 30 g			Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE)					Chleb Graham 30g (GLU PSZ) Masło extra 82% 5 g (MLE) Ser żółty 20 g (MLE)
Kolacja	Chleb Graham 60 g (GLU PSZ) Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Szyunka szkolna-wp. parzona 50 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	Chleb Graham 60 g (GLU PSZ) Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mielczna o zaw.80% tł 15 g Indyk z pasieki produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadłnej 50 g Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Pomidor 60 g Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb Graham 60 g (GLU PSZ) Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Szyunka szkolna-wp. parzona 50 g (GLU PSZ, SOJ, MLE.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Pomidor białkorki 60 g Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 150 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Szyunka szkolna-wp. parzona 50 g (GLU PSZ, SOJ, MLE.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Pomidor białkorki 60 g Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb Graham 60 g (GLU PSZ) Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Szyunka szkolna-wp. parzona 50 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	Chleb Graham 60 g (GLU PSZ) Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Szyunka szkolna-wp. parzona 30 g (GLU PSZ, SOJ, MLE.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Pomidor białkorki 60 g Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Szyunka szkolna-wp. parzona 30 g (GLU PSZ, SOJ, MLE.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Pomidor białkorki 60 g Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb Graham 150 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 15 g (MLE) Szyunka szkolna-wp. parzona 50 g (GLU PSZ, SOJ, MLE.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Pomidor 60 g Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 150 g (SEZ, może zawierać: ORZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Indyk z pasieki produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadłnej 50 g Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Pomidor 60 g Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb Graham 60 g (GLU PSZ) Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Szyunka szkolna-wp. parzona 50 g (GLU PSZ, SOJ, MLE.) Jajko gotowane kl M 2 szt (JAJ.) Pomidor 60 g Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb Graham 60 g (GLU PSZ) Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Szyunka szkolna-wp. parzona 50 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 masłana 50g 1 szt (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt		Bułka masłana 50g 1 szt (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml			Chleb Graham 30g (GLU PSZ) Masło extra 82% 5 g (MLE) Szyunka Piastowska-wp. wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 20 g (SOJ.) Salata zielona 5 g	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt		Bułka masłana 50g 1 szt (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	
	Wartość energetyczna: 2438,27 kcal; Białko ogółem: 106,74 g; Tłuszcz: 70,96 g; Kw. tł. nasy: 29,02 g; Węglowodany ogółem: 356,15 g; W tym cukry: 66,07 g; Błonnik pok.: 29,59 g; Sól: 16,18 g;	Wartość energetyczna: 2515,33 kcal; Białko ogółem: 109,30 g; Tłuszcz: 72,20 g; Kw. tł. nasy: 30,09 g; Węglowodany ogółem: 370,54 g; W tym cukry: 82,70 g; Błonnik pok.: 33,48 g; Sól: 17,81 g;	Wartość energetyczna: 2373,26 kcal; Białko ogółem: 93,50 g; Tłuszcz: 62,67 g; Kw. tł. nasy: 15,53 g; Węglowodany ogółem: 374,93 g; W tym cukry: 79,37 g; Błonnik pok.: 30,72 g; Sól: 14,11 g;	Wartość energetyczna: 2489,34 kcal; Białko ogółem: 103,58 g; Tłuszcz: 69,65 g; Kw. tł. nasy: 28,73 g; Węglowodany ogółem: 378,45 g; W tym cukry: 79,37 g; Błonnik pok.: 28,68 g; Sól: 14,11 g;	Wartość energetyczna: 2510,92 kcal; Białko ogółem: 106,40 g; Tłuszcz: 79,21 g; Kw. tł. nasy: 31,86 g; Węglowodany ogółem: 376,31 g; W tym cukry: 82,19 g; Błonnik pok.: 27,09 g; Sól: 13,11 g;	Wartość energetyczna: 2726,54 kcal; Białko ogółem: 131,08 g; Tłuszcz: 79,21 g; Kw. tł. nasy: 27,64 g; Węglowodany ogółem: 386,22 g; W tym cukry: 86,27 g; Błonnik pok.: 31,24 g; Sól: 15,42 g;	Wartość energetyczna: 2056,45 kcal; Białko ogółem: 80,14 g; Tłuszcz: 62,47 g; Kw. tł. nasy: 27,64 g; Węglowodany ogółem: 303,13 g; W tym cukry: 81,05 g; Błonnik pok.: 22,61 g; Sól: 9,94 g;	Wartość energetyczna: 2233,79 kcal; Białko ogółem: 110,78 g; Tłuszcz: 73,19 g; Kw. tł. nasy: 30,35 g; Węglowodany ogółem: 303,23 g; W tym cukry: 41,43 g; Błonnik pok.: 30,14 g; Sól: 16,39 g;	Wartość energetyczna: 2334,86 kcal; Białko ogółem: 94,19 g; Tłuszcz: 77,42 g; Kw. tł. nasy: 26,47 g; Węglowodany ogółem: 330,40 g; W tym cukry: 62,52 g; Błonnik pok.: 34,78 g; Sól: 14,27 g;	Wartość energetyczna: 2770,91 kcal; Białko ogółem: 91,40 g; Tłuszcz: 86,55 g; Kw. tł. nasy: 30,82 g; Węglowodany ogółem: 419,60 g; W tym cukry: 86,92 g; Błonnik pok.: 34,78 g; Sól: 14,27 g;	Wartość energetyczna: 2654,72 kcal; Białko ogółem: 110,14 g; Tłuszcz: 78,30 g; Kw. tł. nasy: 35,38 g; Węglowodany ogółem: 393,75 g; W tym cukry: 82,90 g; Błonnik pok.: 35,37 g; Sól: 15,28 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2025-04-14 do dnia 2025-04-27 KUCHNIA ŁÓDŹ

	ŁÓDŹ- ICZMP 1/C1 Podstawowa Dorosli	ŁÓDŹ- ICZMP P1 Podstawowa Dzieci	ŁÓDŹ- ICZMP ML/1 Bezmielczna podstawowa	ŁÓDŹ- ICZMP 2/C2 Łatwo strawna Dorosli	ŁÓDŹ- ICZMP P2 Łatwo strawna Dzieci	ŁÓDŹ- ICZMP 9 Bogatobiałkowa	ŁÓDŹ- ICZMP II rok życia	ŁÓDŹ- ICZMP 6 Z ogr. łatwoprzyswajalnych wegl.	ŁÓDŹ- ICZMP GL/1 Bezglutenowa podstawowa	ŁÓDŹ- ICZMP WE Vegetariańska	ŁÓDŹ- ICZMP Wysokoenergetyczna	
Śniadania	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 15 g (MLE) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (SOJ) Pasta z ciecierzycy z warzywami + 50 g (SEL) Salata lodowa 20 g Ogórek kiszony 60 g Kakao z mlekiem z/c 250 ml (MLE)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 15 g (MLE) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (SOJ) Pasta z ciecierzycy z warzywami + 50 g (SEL) Salata lodowa 20 g Ogórek kiszony 60 g Kakao z mlekiem z/c 250 ml (MLE) Serek homo owocowy 150g 1 szt (MLE)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Margaryna roślinna bez mielczna o zaw.80% tł 15 g Pasta z kurczaka i warzyw + 50 g (SEL) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (SOJ) Bułkiet jarzyn gotowany + 60 g (SEL) Salata lodowa 20 g Kakao z mlekiem z/c 250 ml (MLE) Chrupki kukurydziane 25 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 15 g (MLE) Pasta z kurczaka i warzyw + 50 g (SEL) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (SOJ) Bułkiet jarzyn gotowany + 60 g (SEL) Salata lodowa 20 g Kakao z mlekiem z/c 250 ml (MLE)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 15 g (MLE) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (SOJ) Pasta z ciecierzycy z warzywami + 50 g (SEL) Salata lodowa 20 g Kakao z mlekiem z/c 250 ml (MLE) Serek homo owocowy 150g 1 szt (MLE)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 15 g (MLE) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (SOJ) Pasta z ciecierzycy z warzywami + 50 g (SEL) Salata lodowa 20 g Kakao z mlekiem z/c 250 ml (MLE) Serek homo owocowy 150g 1 szt (MLE)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 15 g (MLE) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (SOJ) Pasta z kurczaka i warzyw + 30 g (SEL) Salata lodowa 20 g Kakao z mlekiem z/c 250 ml (MLE) Serek homo owocowy 150g 1 szt (MLE)	Chleb Graham 150 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 15 g (MLE) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (SOJ) Pasta z ciecierzycy z warzywami + 50 g (SEL) Salata lodowa 20 g Ogórek kiszony 60 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Serek homo owocowy 150g 1 szt (MLE)	Chleb bezglutenowy 150 g (SEZ. może zawierać: ORZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Pasta z kurczaka i warzyw + 50 g (SEL) Pasta z ciecierzycy z warzywami + 50 g (SEL) Salata lodowa 20 g Ogórek kiszony 60 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Serek homo owocowy 150g 1 szt (MLE)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 15 g (MLE) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (SOJ) Pasta z ciecierzycy z warzywami + 50 g (SEL) Salata lodowa 20 g Ogórek kiszony 60 g Kakao z mlekiem z/c 250 ml (MLE) Serek homo owocowy 150g 1 szt (MLE)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 15 g (MLE) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (SOJ) Pasta z ciecierzycy z warzywami + 50 g (SEL) Salata lodowa 20 g Ogórek kiszony 60 g Kakao z mlekiem z/c 250 ml (MLE) Serek homo owocowy 150g 1 szt (MLE)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 15 g (MLE) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (SOJ) Pasta z ciecierzycy z warzywami + 50 g (SEL) Salata lodowa 20 g Ogórek kiszony 60 g Kakao z mlekiem z/c 250 ml (MLE) Serek homo owocowy 150g 1 szt (MLE)
	II SNI	Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE)										
Obiad	Barszcz czerwony z ziemniakami + 400 g (SOJ, MLE, SEL) Makaron pełnoziarnisty 200 g (GLU PSZ) Sos boloński z wierzbowiną (dieta) + 150 g (SEL) Brokuł gotowany + 50 g Surowka wielowarstwowa z olejem b/c + 75 g (SEL) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami + 300 g (SOJ, MLE, SEL) Makaron pełnoziarnisty 200 g (GLU PSZ) Sos boloński z wierzbowiną (dieta) + 150 g (SEL) Brokuł gotowany + 50 g Surowka wielowarstwowa z olejem b/c + 75 g (SEL) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami (bez mleka) + 400 g (SOJ, SEL) Makaron pełnoziarnisty 200 g (GLU PSZ) Sos boloński z wierzbowiną (dieta) + 150 g (SEL) Brokuł gotowany + 75 g Marchew talarki gotowane + 75 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami + 400 g (SOJ, MLE, SEL) Sos boloński z wierzbowiną (dieta) + 150 g (SEL) Makaron 200 g (GLU PSZ) Brokuł gotowany + 50 g Marchew talarki gotowane + 50 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami + 400 g (SOJ, MLE, SEL) Makaron 200 g (GLU PSZ) Sos boloński z wierzbowiną (dieta) + 150 g (SEL) Pulpet wierzbowy + 120 g (GLU PSZ, JAL) Brokuł gotowany + 75 g Marchew talarki gotowane + 75 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami + 400 g (SOJ, MLE, SEL) Sos boloński z wierzbowiną (dieta) + 150 g (SEL) Makaron 200 g (GLU PSZ) Surowka wielowarstwowa z olejem b/c + 75 g (SEL) Brokuł gotowany + 75 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami + 400 g (SOJ, MLE, SEL) Sos boloński z wierzbowiną (dieta) + 150 g (SEL) Makaron 200 g (GLU PSZ) Surowka wielowarstwowa z olejem b/c + 75 g (SEL) Brokuł gotowany + 75 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami + 400 g (SOJ, MLE, SEL) Sos boloński z wierzbowiną (dieta) + 150 g (SEL) Makaron pełnoziarnisty 200 g (GLU PSZ) Sos boloński z wierzbowiną (dieta) + 150 g (SEL) Makaron 200 g (GLU PSZ) Brokuł gotowany + 75 g Marchew talarki gotowane + 75 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami + 400 g (SOJ, MLE, SEL) Sos boloński z wierzbowiną (dieta) + 150 g (SEL) Makaron pełnoziarnisty 200 g (GLU PSZ) Sos boloński z wierzbowiną (dieta) + 150 g (SEL) Makaron 200 g (GLU PSZ) Brokuł gotowany + 75 g Marchew talarki gotowane + 75 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami + 400 g (SOJ, MLE, SEL) Sos a la boloński z tofu + 150 g (SOJ, SEL) Makaron 200 g (GLU PSZ) Pulpet wierzbowy + 120 g (GLU PSZ, JAL) Brokuł gotowany + 75 g Marchew talarki gotowane + 75 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami + 400 g (SOJ, MLE, SEL) Makaron 200 g (GLU PSZ) Brokuł gotowany + 75 g Marchew talarki gotowane + 75 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami + 400 g (SOJ, MLE, SEL) Makaron 200 g (GLU PSZ) Brokuł gotowany + 75 g Marchew talarki gotowane + 75 g Kompot owocowy* z/c 250 ml
	PD	Galaretko o smaku truskawkowym 150 g										
Kolejnia	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 50 g Twarożek + 50 g (MLE) Salata zielona 20 g Pomidor 60 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb Graham 60 g (GLU PSZ) Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Twarożek + 50 g (MLE) Salata zielona 20 g Pomidor 60 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 150 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Twarożek + 50 g (MLE) Salata zielona 20 g Pomidor 60 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 150 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Twarożek + 50 g (MLE) Salata zielona 20 g Pomidor 60 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb Graham 60 g (GLU PSZ) Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Twarożek + 50 g (MLE) Salata zielona 20 g Pomidor 60 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb Graham 60 g (GLU PSZ) Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Twarożek + 50 g (MLE) Salata zielona 20 g Pomidor 60 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Twarożek + 50 g (MLE) Salata zielona 20 g Pomidor 60 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb Graham 150 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 15 g (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Twarożek + 50 g (MLE) Salata zielona 20 g Pomidor 60 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 150 g (SEZ. może zawierać: ORZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Pasta z kurczaka i warzyw + 50 g (SEL) Pasta z ciecierzycy z warzywami + 50 g (SEL) Salata lodowa 20 g Ogórek kiszony 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 50 g Twarożek + 100 g (MLE) Salata zielona 20 g Pomidor 60 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb Graham 60 g (GLU PSZ) Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Twarożek + 50 g (MLE) Salata zielona 20 g Pomidor 60 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb Graham 60 g (GLU PSZ) Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Twarożek + 50 g (MLE) Salata zielona 20 g Pomidor 60 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml
	PK	Wino grona 100 g			Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Twaróg półtłusty 20 g (MLE) Salata zielona 5 g	Mus- przecier owocowy jablko 100g (tubka) 1 szt		Banan 1szt. 1 szt	Wino grona 100 g		Chleb Graham 30 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 5 g (MLE) Twaróg półtłusty 20 g (MLE) Salata zielona 5 g	
	Wartość energetyczna: 2325.53 kcal; Białko ogółem: 95.39 g; Tłuszcz: 66.28 g; Kw. tł. nasy.: 26.65 g; Węglowodany ogółem: 344.38 g; W tym cukry: 79.02 g; Błonnik pok.: 32.50 g; Sól: 14.07 g;	Wartość energetyczna: 2572.25 kcal; Białko ogółem: 111.76 g; Tłuszcz: 67.89 g; Kw. tł. nasy.: 27.77 g; Węglowodany ogółem: 386.04 g; W tym cukry: 75.18 g; Błonnik pok.: 29.66 g; Sól: 12.98 g;	Wartość energetyczna: 2506.30 kcal; Białko ogółem: 81.07 g; Tłuszcz: 62.48 g; Kw. tł. nasy.: 13.39 g; Węglowodany ogółem: 413.61 g; W tym cukry: 67.48 g; Błonnik pok.: 35.34 g; Sól: 12.89 g;	Wartość energetyczna: 2406.31 kcal; Białko ogółem: 101.42 g; Tłuszcz: 69.40 g; Kw. tł. nasy.: 30.24 g; Węglowodany ogółem: 358.15 g; W tym cukry: 67.15 g; Błonnik pok.: 30.32 g; Sól: 13.75 g;	Wartość energetyczna: 2595.82 kcal; Białko ogółem: 112.53 g; Tłuszcz: 66.94 g; Kw. tł. nasy.: 28.16 g; Węglowodany ogółem: 398.47 g; W tym cukry: 77.79 g; Błonnik pok.: 28.86 g; Sól: 12.38 g;	Wartość energetyczna: 2862.95 kcal; Białko ogółem: 137.74 g; Tłuszcz: 87.93 g; Kw. tł. nasy.: 35.70 g; Węglowodany ogółem: 393.98 g; W tym cukry: 77.9 g; Błonnik pok.: 28.86 g; Sól: 13.39 g;	Wartość energetyczna: 2367.19 kcal; Białko ogółem: 94.70 g; Tłuszcz: 62.47 g; Kw. tł. nasy.: 27.04 g; Węglowodany ogółem: 369.85 g; W tym cukry: 99.06 g; Błonnik pok.: 25.75 g; Sól: 8.44 g;	Wartość energetyczna: 2226.62 kcal; Białko ogółem: 103.58 g; Tłuszcz: 71.47 g; Kw. tł. nasy.: 28.47 g; Węglowodany ogółem: 305.68 g; W tym cukry: 46.02 g; Błonnik pok.: 31.91 g; Sól: 8.14 g;	Wartość energetyczna: 2510.38 kcal; Białko ogółem: 79.76 g; Tłuszcz: 75.45 g; Kw. tł. nasy.: 24.84 g; Węglowodany ogółem: 383.93 g; W tym cukry: 67.02 g; Błonnik pok.: 29.46 g; Sól: 12.05 g;	Wartość energetyczna: 2660.75 kcal; Białko ogółem: 96.88 g; Tłuszcz: 74.06 g; Kw. tł. nasy.: 34.76 g; Węglowodany ogółem: 414.73 g; W tym cukry: 102.72 g; Błonnik pok.: 29.46 g; Sól: 12.05 g;	Wartość energetyczna: 2803.91 kcal; Białko ogółem: 130.31 g; Tłuszcz: 89.78 g; Kw. tł. nasy.: 37.46 g; Węglowodany ogółem: 381.52 g; W tym cukry: 68.89 g; Błonnik pok.: 30.19 g; Sól: 14.72 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2025-04-14 do dnia 2025-04-27 KUCHNIA ŁÓDŹ

	ŁÓDŹ- ICZMP 1/C1 Podstawowa Dorosli	ŁÓDŹ- ICZMP P1 Podstawowa Dzieci	ŁÓDŹ- ICZMP M/L1 Bezmielczna podstawowa	ŁÓDŹ- ICZMP 2/C2 Łatwo strawna Dorosli	ŁÓDŹ- ICZMP P2 Łatwo strawna Dzieci	ŁÓDŹ- ICZMP 9 Bogatobiałkowa	ŁÓDŹ- ICZMP II rok życia	ŁÓDŹ- ICZMP 6 Z ogr. łatwoprzyswajalnych wegl.	ŁÓDŹ- ICZMP GLU/1 Bezglutenowa podstawowa	ŁÓDŹ- ICZMP WE Vegetariańska	ŁÓDŹ- ICZMP Wysokoenergetyczna	
Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka masłana 50g 1 szt (GLU PSZ, JAJ, MLE) Masło extra 82% 15 g (MLE) Dżem 25 g 2 szt Szyunkowa debowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 70 g Rozszonka 10 g Kawa z białką z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JEJCZ.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka masłana 50g 1 szt (GLU PSZ, JAJ, MLE) Masło extra 82% 15 g (MLE) Dżem 25 g 2 szt Szyunkowa debowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 70 g Rozszonka 10 g Kawa z białką z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JEJCZ.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna duża krojona 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE) Wargaryna roślinna bez mielczna o zaw.80% tł 15 g Dżem 25 g 2 szt Szyunkowa debowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Dżem 25 g 2 szt Pomidor 70 g Rozszonka 10 g Kawa z białką z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JEJCZ.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka masłana 50g 1 szt (GLU PSZ, JAJ, MLE) Masło extra 82% 15 g (MLE) Dżem 25 g 2 szt Szyunkowa debowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Rozszonka 10 g Kawa z białką z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JEJCZ.)	Bułka pszenna duża krojona 100 g (GLU PSZ.) Bułka masłana 50g 1 szt (GLU PSZ, JAJ, MLE) Masło extra 82% 15 g (MLE) Dżem 25 g 2 szt Szyunkowa debowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Rozszonka 10 g Kawa z białką z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JEJCZ.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka masłana 50g 1 szt (GLU PSZ, JAJ, MLE) Masło extra 82% 15 g (MLE) Serek twarogowy homogenizowany + 50 g (MLE) Szyunkowa debowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g (MLE) Szyunkowa debowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Rozszonka 10 g Kawa z białką z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JEJCZ.)	Bułka pszenna duża krojona 50 g (GLU PSZ.) Bułka masłana 50g 1 szt (GLU PSZ, JAJ, MLE) Masło extra 82% 15 g (MLE) Dżem 25 g 1 szt Szyunkowa debowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 70 g Rozszonka 10 g Kawa z białką z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JEJCZ.)	Chleb Graham 150 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Serek twarogowy homogenizowany + 50 g (MLE) Szyunkowa debowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 70 g Rozszonka 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Jogurt owoce leśne 100g 1 szt (MLE)	Chleb bezglutenowy 150 g (SEZ, może zawierać: ORZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Dżem 25 g 2 szt Szyunkowa debowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 70 g Rozszonka 10 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Jogurt owoce leśne 100g 1 szt (MLE)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka masłana 50g 1 szt (GLU PSZ, JAJ, MLE) Masło extra 82% 15 g (MLE) Dżem 25 g 2 szt Szyunkowa debowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 70 g Rozszonka 10 g Kawa z białką z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JEJCZ.) Jogurt owoce leśne 100g 1 szt (MLE)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka masłana 50g 1 szt (GLU PSZ, JAJ, MLE) Masło extra 82% 15 g (MLE) Dżem 25 g 2 szt Szyunkowa debowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Rozszonka 10 g Kawa z białką z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JEJCZ.) Jogurt owoce leśne 100g 1 szt (MLE)	
ISN										Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE)		
Obiad	Zupa kalafiorowa z ryżem + 400 g (SOJ, MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Dorsz panierowany smażony 120g + 120 g (GLU PSZ, JAJ, RYB.) Surtówka z kapusty kiszzonej z olejem b/c + 75 g Warzywa po greku + 75 g (SEL.) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Zupa kalafiorowa z ryżem + 300 g (SOJ, MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Dorsz panierowany smażony 120g + 120 g (RYB.) Surtówka z kapusty kiszzonej z olejem b/c + 75 g Warzywa po greku + 50 g (SEL.) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Zupa ryżowa z ziemniakami + 400 g (SOJ, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Dorsz pieczony w posypce ziołowej 120g + 120 g (RYB.) Warzywa po greku + 75 g (SEL.) Cukinia gotowana + 75 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Zupa ryżowa z ziemniakami + 400 g (SOJ, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Dorsz pieczony w posypce ziołowej 120g + 120 g (RYB.) Warzywa po greku + 75 g (SEL.) Cukinia gotowana + 75 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Zupa ryżowa z ziemniakami + 300 g (SOJ, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Dorsz pieczony w posypce ziołowej 120g + 120 g (RYB.) Warzywa po greku + 50 g (SEL.) Cukinia gotowana + 50 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Zupa ryżowa z ziemniakami + 400 g (SOJ, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Dorsz pieczony w posypce ziołowej 120g + 120 g (RYB.) Pulpet z dorsza + 120 g (GLU PSZ, JAJ, RYB.) Warzywa po greku + 75 g (SEL.) Cukinia gotowana + 75 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Zupa ryżowa z ziemniakami + 300 g (SOJ, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 150 g Dorsz pieczony w posypce ziołowej 70g + 70g (RYB.) Warzywa po greku + 50 g (SEL.) Cukinia gotowana + 50 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Zupa kalafiorowa z ryżem + 400 g (SOJ, MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Dorsz pieczony w posypce ziołowej 120g + 120 g (RYB.) Surtówka z kapusty kiszzonej z olejem b/c + 75 g Cukinia gotowana + 75 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Zupa ryżowa z ziemniakami + 400 g (SOJ, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Dorsz pieczony w posypce ziołowej 120g + 120 g (RYB.) Surtówka z kapusty kiszzonej z olejem b/c + 75 g Warzywa po greku + 75 g (SEL.) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Zupa kalafiorowa z ryżem + 400 g (SOJ, MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Dorsz pieczony w posypce ziołowej 120g + 120 g (RYB.) Surtówka z kapusty kiszzonej z olejem b/c + 75 g Warzywa po greku + 75 g (SEL.) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Zupa ryżowa z ziemniakami + 400 g (SOJ, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Dorsz pieczony w posypce ziołowej 120g + 120 g (RYB.) Warzywa po greku + 75 g (SEL.) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Zupa ryżowa z ziemniakami + 400 g (SOJ, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Dorsz pieczony w posypce ziołowej 120g + 120 g (RYB.) Warzywa po greku + 75 g (SEL.) Kompot owocowy* z/c 250 ml
PD	Mandarynka 1 szt			Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Ciasto drożdżowe 60 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, SO2.)	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Mandarynka 1 szt			Ciasto drożdżowe 60 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, SO2.)		
Kolacja	Chleb Graham 60 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona, parzona, z dod.wody, białka wp 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Ogórek kiszony 60 g Sałata zielona 20 g Kakao z mlekiem z/c 250 ml (MLE.)	Chleb Graham 60 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Indyk z pasieki produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejdalnej 50 g Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Wargaryna roślinna bez mielczna o zaw.80% tł 15 g Ogórek kiszony 60 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 150 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona, parzona, z dod.wody, białka wp 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Pomidor b/skórki 60 g Sałata zielona 20 g Kakao z mlekiem z/c 250 ml (MLE.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 150 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona, parzona, z dod.wody, białka wp 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Pomidor b/skórki 60 g Kakao z mlekiem z/c 250 ml (MLE.) Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona, parzona, z dod.wody, białka wp 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Pomidor b/skórki 60 g Kakao z mlekiem z/c 250 ml (MLE.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona, parzona, z dod.wody, białka wp 30 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Pomidor b/skórki 60 g Sałata zielona 20 g Kakao z mlekiem z/c 250 ml (MLE.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona, parzona, z dod.wody, białka wp 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Ogórek kiszony 60 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 150 g (SEZ, może zawierać: ORZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Indyk z pasieki produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejdalnej 50 g Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Ogórek kiszony 60 g Sałata 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) Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona, parzona, z dod.wody, białka wp 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Sałata zielona 20 g Kakao z mlekiem z/c 250 ml (MLE.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona, parzona, z dod.wody, białka wp 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Sałata zielona 20 g Kakao z mlekiem z/c 250 ml (MLE.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona, parzona, z dod.wody, białka wp 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Sałata zielona 20 g Kakao z mlekiem z/c 250 ml (MLE.)	
PN	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt	Sok pomarańczowy 0,2L-kartonik 1 szt	Sok jabłkowy 100 % 0,2l kartoniku 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	Chleb Graham 30g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Szyunkowa debowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 20 g Sałata zielona 5 g	Sok pomarańczowy 0,2L-kartonik 1 szt	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt	Chleb Graham 30g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Szyunkowa debowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 20 g Sałata zielona 5 g	
	Wartość energetyczna: 2524.31 kcal; Białko ogółem: 103.58 g; Tłuszcz: 73.31 g; Kw. tł. nasy.: 27.81 g; Węglowodany ogółem: 372.46 g; W tym cukry: 78.96 g; Błonnik pok.: 28.15 g; Sól: 13.74 g;	Wartość energetyczna: 2610.54 kcal; Białko ogółem: 104.87 g; Tłuszcz: 70.25 g; Kw. tł. nasy.: 27.96 g; Węglowodany ogółem: 399.42 g; W tym cukry: 110.95 g; Błonnik pok.: 28.06 g; Sól: 10.74 g;	Wartość energetyczna: 2388.92 kcal; Białko ogółem: 96.58 g; Tłuszcz: 57.99 g; Kw. tł. nasy.: 12.56 g; Węglowodany ogółem: 380.93 g; W tym cukry: 89.57 g; Błonnik pok.: 30.67 g; Sól: 14.59 g;	Wartość energetyczna: 2502.09 kcal; Białko ogółem: 104.52 g; Tłuszcz: 62.89 g; Kw. tł. nasy.: 26.06 g; Węglowodany ogółem: 390.19 g; W tym cukry: 113.95 g; Błonnik pok.: 27.30 g; Sól: 11.76 g;	Wartość energetyczna: 2621.43 kcal; Białko ogółem: 109.87 g; Tłuszcz: 64.15 g; Kw. tł. nasy.: 26.85 g; Węglowodany ogółem: 412.95 g; W tym cukry: 132.30 g; Błonnik pok.: 27.15 g; Sól: 10.20 g;	Wartość energetyczna: 2958.06 kcal; Białko ogółem: 154.30 g; Tłuszcz: 80.11 g; Kw. tł. nasy.: 30.73 g; Węglowodany ogółem: 417.16 g; W tym cukry: 85.58 g; Błonnik pok.: 32.47 g; Sól: 15.57 g;	Wartość energetyczna: 2125.75 kcal; Białko ogółem: 80.49 g; Tłuszcz: 58.46 g; Kw. tł. nasy.: 25.84 g; Węglowodany ogółem: 328.04 g; W tym cukry: 120.72 g; Błonnik pok.: 22.59 g; Sól: 7.66 g;	Wartość energetyczna: 2172.47 kcal; Białko ogółem: 118.97 g; Tłuszcz: 70.77 g; Kw. tł. nasy.: 21.94 g; Węglowodany ogółem: 366.97 g; W tym cukry: 31.87 g; Błonnik pok.: 37.53 g; Sól: 12.68 g;	Wartość energetyczna: 2368.72 kcal; Białko ogółem: 79.01 g; Tłuszcz: 77.66 g; Kw. tł. nasy.: 30.52 g; Węglowodany ogółem: 379.92 g; W tym cukry: 93.25 g; Błonnik pok.: 30.59 g; Sól: 10.35 g;	Wartość energetyczna: 2603.18 kcal; Białko ogółem: 107.98 g; Tłuszcz: 77.66 g; Kw. tł. nasy.: 30.52 g; Węglowodany ogółem: 433.35 g; W tym cukry: 93.25 g; Błonnik pok.: 29.61 g; Sól: 13.49 g;	Wartość energetyczna: 2882.45 kcal; Białko ogółem: 122.87 g; Tłuszcz: 79.08 g; Kw. tł. nasy.: 31.56 g; Węglowodany ogółem: 433.35 g; W tym cukry: 93.25 g; Błonnik pok.: 32.35 g; Sól: 13.04 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2025-04-14 do dnia 2025-04-27 KUCHNIA ŁÓDŹ

	ŁÓDŹ- ICZMP 1/C1 Podstawowa Dorosli	ŁÓDŹ- ICZMP P1 Podstawowa Dzieci	ŁÓDŹ- ICZMP ML/1 Bezmielczna podstawowa	ŁÓDŹ- ICZMP 2/C2 Łatwo strawna Dorosli	ŁÓDŹ- ICZMP P2 Łatwo strawna Dzieci	ŁÓDŹ- ICZMP 9 Bogatobiałkowa	ŁÓDŹ- ICZMP II rok życia	ŁÓDŹ- ICZMP 6 Z ogr. łatwoprzewyjalnych wegl.	ŁÓDŹ- ICZMP GL/1 Bezglutenowa podstawowa	ŁÓDŹ- ICZMP WE Vegetariańska	ŁÓDŹ- ICZMP Wysokoenergetyczna
Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 15 g (MLE) Twarożek + 50 g (MLE) Salatka z ryżu, brokułów i wędliny + 100 g (JAJ, MLE, GOR.) Mixsałat 10 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 15 g (MLE) Twarożek + 50 g (MLE) Szynkowa debowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Mixsałat 10 g Bukiet jarzyn gotowany + 70 g (SEL) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Herbatniki 30 g (GLU PSZ, SOJ, MLE)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Margaryna roślinna bez mielczna o zaw.80% tł 15 g Szynkowa debowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Miód (25g) 2 szt Bukiet jarzyn gotowany + 70 g (SEL) Mixsałat 10 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Banan 1 szt. 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 15 g (MLE) Szynkowa debowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Twarożek + 50 g (MLE) Bukiet jarzyn gotowany + 70 g (SEL) Mixsałat 10 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 15 g (MLE) Szynkowa debowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Twarożek + 50 g (MLE) Bukiet jarzyn gotowany + 70 g (SEL) Mixsałat 10 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Herbatniki 30 g (GLU PSZ, SOJ, MLE)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 15 g (MLE) Twarożek + 50 g (MLE) Szynkowa debowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Twarożek + 30 g (MLE) Bukiet jarzyn gotowany + 70 g (SEL) Mixsałat 10 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Herbatniki 30 g (GLU PSZ, SOJ, MLE)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 15 g (MLE) Szynkowa debowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Twarożek + 50 g (MLE) Pomidor 70 g Mixsałat 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Chleb Graham 150 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 15 g (MLE) Szynkowa debowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Twarożek + 50 g (MLE) Mieszanka 70 g Mixsałat 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 150 g (SEZ, może zawierać: ORZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Szynkowa debowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Twarożek + 50 g (MLE) Bukiet jarzyn gotowany + 70 g (SEL) Mixsałat 10 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Banan 1 szt. 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 15 g (MLE) Twarożek + 100 g (MLE) Bukiet jarzyn gotowany + 70 g (SEL) Mixsałat 10 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Herbatniki 30 g (GLU PSZ, SOJ, MLE)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Salatka z ryżu, brokułów i wędliny + 100 g (JAJ, MLE, GOR.) Szynkowa debowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Mixsałat 10 g Herbatniki 30 g (GLU PSZ, SOJ, MLE)
ISN								Serek homo naturalny 150g 1 szt (MLE)			
Obiad	Zupa selerowa z ziemniakami + 400 ml (SOJ, MLE, SEL) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JEJCZ.) Potrawka z kurczaka + 200 g (GLU PSZ, SEL) Surówka z kapusty białej i czerwonej b/c + 75 g (JAJ, GOR.) Salatka z buraków i jabłka (z olejem) b/c + 75 g (JAJ, GOR.) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Zupa selerowa z ziemniakami + 300 ml (SOJ, MLE, SEL) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JEJCZ.) Potrawka z kurczaka + 200 g (GLU PSZ, SEL) Salatka z buraków i jabłka (z olejem) b/c + 75 g (JAJ, GOR.) Surówka z kapusty białej i czerwonej + 75 g (JAJ, GOR.) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Zupa selerowa z ziemniakami (bez miela) + 400 ml (SOJ, SEL) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JEJCZ.) Potrawka z kurczaka + 200 g (GLU PSZ, SEL) Salatka z buraków i jabłka (z olejem) b/c + 75 g (JAJ, GOR.) Surówka z kapusty białej i czerwonej + 75 g (JAJ, GOR.) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Zupa selerowa z ziemniakami + 400 ml (SOJ, MLE, SEL) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JEJCZ.) Potrawka z kurczaka + 200 g (GLU PSZ, SEL) Buraki tarte na ciepło + 150 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Zupa selerowa z ziemniakami + 300 ml (SOJ, MLE, SEL) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JEJCZ.) Potrawka z kurczaka + 200 g (GLU PSZ, SEL) Buraki tarte na ciepło + 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Zupa selerowa z ziemniakami + 400 ml (SOJ, MLE, SEL) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JEJCZ.) Potrawka z kurczaka + 200 g (GLU PSZ, SEL) Udziec z kurczaka wolno gotowany z ziołami + 100 g Buraki tarte na ciepło + 150 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Zupa selerowa z ziemniakami + 300 ml (SOJ, MLE, SEL) Kasza jęczmienna/sypko 150 g (GLU JEJCZ.) Potrawka z kurczaka + 150 g (GLU PSZ, SEL) Buraki tarte na ciepło + 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Zupa selerowa z ziemniakami + 400 ml (SOJ, MLE, SEL) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JEJCZ.) Potrawka z kurczaka + 200 g (GLU PSZ, SEL) Salatka z buraków i jabłka (z olejem) b/c + 75 g (JAJ, GOR.) Surówka z kapusty białej i czerwonej + 75 g (JAJ, GOR.) Kompot owocowy* b/c 250 ml	Zupa selerowa z ziemniakami + 400 ml (SOJ, MLE, SEL) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JEJCZ.) Gulasz warzywny z ciecierzycą + 150 g (SEL) Salatka z buraków i jabłka (z olejem) b/c + 75 g (JAJ, GOR.) Surówka z kapusty białej i czerwonej + 75 g (JAJ, GOR.) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Zupa selerowa z ziemniakami + 400 ml (SOJ, MLE, SEL) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JEJCZ.) Gulasz warzywny z ciecierzycą + 150 g (SEL) Salatka z buraków i jabłka (z olejem) b/c + 75 g (JAJ, GOR.) Surówka z kapusty białej i czerwonej + 75 g (JAJ, GOR.) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Zupa selerowa z ziemniakami + 400 ml (SOJ, MLE, SEL) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JEJCZ.) Potrawka z kurczaka + 200 g (GLU PSZ, SEL) Udziec z kurczaka wolno gotowany z ziołami + 100 g Salatka z buraków i jabłka (z olejem) b/c + 75 g (JAJ, GOR.) Surówka z kapusty białej i czerwonej + 75 g (JAJ, GOR.) Kompot owocowy* z/c 250 ml
PD		Sok jabłkowy 100 % 0,2l w kartoniku 1 szt		Sok jabłkowy 100 % 0,2l w kartoniku 1 szt	Sok jabłkowy 100 % 0,2l w kartoniku 1 szt	Serek homo naturalny 150g 1 szt (MLE)	Sok jabłkowy 100 % 0,2l w kartoniku 1 szt	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt		Sok jabłkowy 100 % 0,2l w kartoniku 1 szt	
Kolacja	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 70 g Pasztet z soczewicy + 50 g (GLU PSZ, JAJ) Rzodkiew biała 70 g Kielki brokuła 10 g Kakao z mlekiem z/c 250 ml (MLE)	Chleb Graham 60 g (GLU PSZ) Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mielczna o zaw.80% tł 15 g Pyszka schabowa-wędzonka wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (SOJ) Pasztet z soczewicy + 50 g (GLU PSZ, JAJ) Rzodkiew biała 70 g Kielki 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.) Szynka Płastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (SOJ) Twaróg półtłusty 50 g (MLE) Kielki brokuła 10 g Kakao z mlekiem z/c 250 ml (MLE)	Chleb mieszany pszenno-żytni 150 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Szynka Płastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (SOJ) Twaróg półtłusty 50 g (MLE) Kielki brokuła 10 g Kakao z mlekiem z/c 250 ml (MLE)	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 70 g Pasztet z soczewicy + 50 g (GLU PSZ, JAJ) Pomidor 70 g Kielki brokuła 10 g Kakao z mlekiem z/c 250 ml (MLE)	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 70 g Pasztet z soczewicy + 50 g (GLU PSZ, JAJ) Pomidor 70 g Kielki brokuła 10 g Kakao z mlekiem z/c 250 ml (MLE)	Chleb Graham 60 g (GLU PSZ) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Twaróg półtłusty 30 g (MLE) Szynka Płastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (SOJ) Pomidor b/śkórki 70 g Kielki brokuła 10 g Kakao z mlekiem z/c 250 ml (MLE)	Chleb Graham 150 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 15 g (MLE) Szynka Płastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (SOJ) Pasztet z soczewicy + 50 g (GLU PSZ, JAJ) Rzodkiew biała 70 g Kielki brokuła 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 150 g (SEZ, może zawierać: ORZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Pyszka schabowa-wędzonka wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (SOJ) Pasztet z soczewicy + 50 g (GLU PSZ, JAJ) Rzodkiew biała 70 g Kielki brokuła 10 g Kakao z mlekiem 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 70 g Pasztet z soczewicy + 50 g (GLU PSZ, JAJ) Pomidor 70 g Kielki brokuła 10 g Kakao z mlekiem z/c 250 ml (MLE)	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 70 g Pasztet z soczewicy + 50 g (GLU PSZ, JAJ) Pomidor 70 g Kielki brokuła 10 g Kakao z mlekiem z/c 250 ml (MLE)
PN	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 szt (MLE)	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Szynka wisiwno-więprzowa, wędz. parz. z dod. wody i białka wp. 20 g (SOJ) Salata zielona 5 g		Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 szt (MLE)		Chleb Graham 30 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 5 g (MLE) Szynka wisiwno-więprzowa, wędz. parz. z dod. wody i białka wp. 20 g (SOJ) Salata zielona 5 g		Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 szt (MLE)		
	Wartość energetyczna: 2730,91 kcal; Białko ogółem: 105,78 g; Tłuszcz: 89,61 g; Kw. tł. nasy.: 31,45 g; Węglowodany ogółem: 374,84 g; W tym cukry: 76,27 g; Błonnik pok.: 37,79 g; Sól: 14,12 g;	Wartość energetyczna: 2739,34 kcal; Białko ogółem: 109,28 g; Tłuszcz: 82,26 g; Kw. tł. nasy.: 30,95 g; Węglowodany ogółem: 388,99 g; W tym cukry: 103,75 g; Błonnik pok.: 35,79 g; Sól: 16,34 g;	Wartość energetyczna: 2674,58 kcal; Białko ogółem: 93,64 g; Tłuszcz: 63,87 g; Kw. tł. nasy.: 14,23 g; Węglowodany ogółem: 448,59 g; W tym cukry: 115,41 g; Błonnik pok.: 33,25 g; Sól: 16,02 g;	Wartość energetyczna: 2454,39 kcal; Białko ogółem: 107,07 g; Tłuszcz: 72,20 g; Kw. tł. nasy.: 30,46 g; Węglowodany ogółem: 359,45 g; W tym cukry: 71,70 g; Błonnik pok.: 41,81 g; Sól: 14,01 g;	Wartość energetyczna: 2572,42 kcal; Białko ogółem: 109,11 g; Tłuszcz: 73,51 g; Kw. tł. nasy.: 31,82 g; Węglowodany ogółem: 381,46 g; W tym cukry: 105,34 g; Błonnik pok.: 29,77 g; Sól: 14,01 g;	Wartość energetyczna: 3168,43 kcal; Białko ogółem: 158,76 g; Tłuszcz: 103,67 g; Kw. tł. nasy.: 36,72 g; Węglowodany ogółem: 400,98 g; W tym cukry: 106,67 g; Błonnik pok.: 35,79 g; Sól: 16,35 g;	Wartość energetyczna: 2099,37 kcal; Białko ogółem: 80,92 g; Tłuszcz: 66,07 g; Kw. tł. nasy.: 29,65 g; Węglowodany ogółem: 305,56 g; W tym cukry: 102,54 g; Błonnik pok.: 24,32 g; Sól: 10,72 g;	Wartość energetyczna: 2331,80 kcal; Białko ogółem: 121,48 g; Tłuszcz: 75,88 g; Kw. tł. nasy.: 27,12 g; Węglowodany ogółem: 312,34 g; W tym cukry: 124,79 g; Błonnik pok.: 45,08 g; Sól: 17,05 g;	Wartość energetyczna: 2640,84 kcal; Białko ogółem: 86,83 g; Tłuszcz: 81,31 g; Kw. tł. nasy.: 29,25 g; Węglowodany ogółem: 395,55 g; W tym cukry: 124,79 g; Błonnik pok.: 36,68 g; Sól: 9,29 g;	Wartość energetyczna: 2636,35 kcal; Białko ogółem: 85,09 g; Tłuszcz: 75,68 g; Kw. tł. nasy.: 31,11 g; Węglowodany ogółem: 417,16 g; W tym cukry: 111,96 g; Błonnik pok.: 39,89 g; Sól: 13,02 g;	Wartość energetyczna: 3201,88 kcal; Białko ogółem: 139,20 g; Tłuszcz: 103,45 g; Kw. tł. nasy.: 34,77 g; Węglowodany ogółem: 426,34 g; W tym cukry: 112,38 g; Błonnik pok.: 36,50 g; Sól: 16,75 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2025-04-14 do dnia 2025-04-27 KUCHNIA ŁÓDŹ

	ŁÓDŹ- ICZMP 1/C1 Podstawowa Dorosli	ŁÓDŹ- ICZMP P1 Podstawowa Dzieci	ŁÓDŹ- ICZMP ML1/1 Bezmleczna podstawowa	ŁÓDŹ- ICZMP 2/C2 Łatwo strawna Dorosli	ŁÓDŹ- ICZMP P2 Łatwo strawna Dzieci	ŁÓDŹ- ICZMP 9 Bogatobiałkowa	ŁÓDŹ- ICZMP II rok życia	ŁÓDŹ- ICZMP 6 Z ogr. łatwoprzyswajalnych węgl.	ŁÓDŹ- ICZMP GL1/1 Bezglutenowa podstawowa	ŁÓDŹ- ICZMP WE Vegetariańska	ŁÓDŹ- ICZMP Wysokoenergetyczna	
Śniadania	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Twarożek z kolorową papryką + 50 g (MLE) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (może zawierać: MLE, GOR) Pomidor 60 g Sałata lodowa 20 g Kakao z mlekiem z/c 250 ml (MLE)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Twarożek z kolorową papryką + 50 g (MLE) Szynka z Zduna-wędzonka, średnio rozdrob. 50 g (może zawierać: MLE, GOR) Pomidor 60 g Sałata lodowa 20 g Kakao z mlekiem z/c 250 ml (MLE) Biskopki b/mi 30 g (GLU PSZ, JAJ)	Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Szynka od Zduna-wędzonka, średnio rozdrob. 50 g (może zawierać: MLE, GOR) Pomidor/biskorki 60 g Sałata lodowa 20 g Kakao z mlekiem z/c 250 ml (MLE) Biskopki b/mi 30 g (GLU PSZ, JAJ)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Twarożek + 50 g (MLE) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (może zawierać: MLE, GOR) Twarożek + 50 g (MLE) Pomidor/biskorki 60 g Sałata lodowa 20 g Kakao z mlekiem z/c 250 ml (MLE)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Twarożek + 50 g (MLE) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (może zawierać: MLE, GOR) Twarożek + 50 g (MLE) Pomidor/biskorki 60 g Sałata lodowa 20 g Kakao z mlekiem z/c 250 ml (MLE) Biskopki b/mi 30 g (GLU PSZ, JAJ)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Twarożek + 50 g (MLE) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (może zawierać: MLE, GOR) Twarożek + 50 g (MLE) Pomidor 60 g Sałata lodowa 20 g Kakao z mlekiem z/c 250 ml (MLE) Jogurt truskawkowy 100 g 1 szt (MLE)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Twarożek + 30 g (MLE) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 30 g (może zawierać: MLE, GOR) Pomidor/biskorki 60 g Sałata lodowa 20 g Kakao z mlekiem z/c 250 ml (MLE) Biskopki b/mi 30 g (GLU PSZ, JAJ)	Chleb Graham 150 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 15 g (MLE) Twarożek z kolorową papryką + 50 g (MLE) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (może zawierać: MLE, GOR) Pomidor 60 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 150 g (SEZ, może zawierać: ORZ) Masło extra 82% 15 g (MLE) Twarożek z kolorową papryką + 50 g (MLE) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (może zawierać: MLE, GOR) Pomidor 60 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Wafla ryżowa 30 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Twarożek z kolorową papryką + 100 g (MLE) Pomidor 60 g Sałata lodowa 20 g Kakao z mlekiem z/c 250 ml (MLE) Biskopki b/mi 30 g (GLU PSZ, JAJ)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Twarożek z kolorową papryką + 50 g (MLE) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (może zawierać: MLE, GOR) Pomidor 60 g Sałata lodowa 20 g Kakao z mlekiem z/c 250 ml (MLE) Biskopki b/mi 30 g (GLU PSZ, JAJ)	
II SN								Jabłko 1 szt 1 szt				
Obiad	Zupa grochowa z ziemniakami + 400 g (GLU PSZ, SOJ, SEL, GOR) Ziemniaki z koperkiem gotowane (I) 200 g Blika wiewprzowa z szynki pieczona + 100 g Sos własny dieta + 100 g (SOJ) Surowka z rzepy białej i jabłka b/c + 75 g (MLE) Buraki gotowane słupek + 75 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Zupa grochowa z ziemniakami + 300 g (GLU PSZ, SOJ, SEL, GOR) Ziemniaki z koperkiem gotowane (I) 200 g Blika wiewprzowa z szynki pieczona + 100 g Sos własny dieta + 100 g (SOJ) Surowka z rzepy białej i jabłka b/c + 75 g (MLE) Buraki gotowane słupek + 50 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Zupa ziemniaczana a'la soffarino (bez mleka) + 400 g (SOJ, SEL) Ziemniaki z koperkiem gotowane (I) 200 g Blika wiewprzowa z szynki pieczona + 100 g Sos własny dieta + 100 g (SOJ) Marchew gotowana plastery z olejem + 75 g Buraki gotowane słupek + 75 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Zupa ziemniaczana a'la soffarino + 400 g (SOJ, MLE, SEL) Ziemniaki z koperkiem gotowane (I) 200 g Blika wiewprzowa z szynki pieczona + 100 g Sos własny dieta + 100 g (SOJ) Marchew gotowana plastery z olejem + 75 g Buraki gotowane słupek + 75 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Zupa ziemniaczana a'la soffarino + 400 g (SOJ, MLE, SEL) Ziemniaki z koperkiem gotowane (I) 200 g Blika wiewprzowa z szynki pieczona + 100 g Zrazik wiewprzowy pieczony + 120 g (GLU PSZ, JAJ) Marchew gotowana plastery z olejem + 50 g Buraki gotowane słupek + 75 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Zupa ziemniaczana a'la soffarino + 400 g (SOJ, MLE, SEL) Ziemniaki z koperkiem gotowane (I) 200 g Blika wiewprzowa z szynki pieczona + 100 g Zrazik wiewprzowy pieczony + 120 g (GLU PSZ, JAJ) Marchew gotowana plastery z olejem + 50 g Buraki gotowane słupek + 75 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Zupa ziemniaczana a'la soffarino + 400 g (SOJ, MLE, SEL) Ziemniaki z koperkiem gotowane (I) 200 g Zrazik wiewprzowy pieczony + 70 g (GLU PSZ, JAJ) Sos własny dieta + 100 g (SOJ) Marchew gotowana plastery z olejem + 60 g Buraki gotowane słupek + 50 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Zupa grochowa z ziemniakami + 400 g (GLU PSZ, SOJ, SEL, GOR) Ziemniaki z koperkiem gotowane (I) 200 g Blika wiewprzowa z szynki pieczona + 100 g Surowka z rzepy białej i jabłka b/c + 75 g (MLE) Sałatka z buraków i jabłka (z olejem) b/c + 75 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Zupa ziemniaczana a'la soffarino (bez glutenu) + 400 g (SOJ, MLE, SEL) Ziemniaki z koperkiem gotowane (I) 200 g Szynka pieczona w plasterach + 100 g Sos własny dieta + 100 g (SOJ) Surowka z rzepy białej i jabłka b/c + 75 g (MLE) Buraki gotowane słupek + 75 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Zupa ziemniaczana a'la soffarino + 400 g (SOJ, MLE, SEL) Ziemniaki z koperkiem gotowane (I) 200 g Blika wiewprzowa z szynki pieczona + 100 g Sos własny dieta + 100 g (SOJ) Surowka z rzepy białej i jabłka b/c + 75 g (MLE) Buraki gotowane słupek + 75 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Zupa ziemniaczana a'la soffarino + 400 g (SOJ, MLE, SEL) Ziemniaki z koperkiem gotowane (I) 200 g Blika wiewprzowa z szynki pieczona + 100 g Sos własny dieta + 100 g (SOJ) Surowka z rzepy białej i jabłka b/c + 75 g (MLE) Buraki gotowane słupek + 75 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	
PD		Jogurt truskawkowy 100 g 1 szt (MLE)	Chrupki kukurydziane 25 g		Jogurt truskawkowy 100 g 1 szt (MLE)		Jogurt truskawkowy 100 g 1 szt (MLE)	Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE)		Jogurt truskawkowy 100 g 1 szt (MLE)		
Kolejka	Chleb Graham 60 g (GLU PSZ) Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Pasta z wędliną drobiową i natką pietruszki + 50 g (może zawierać: MLE, GOR) Ser żółty 50 g (MLE) Sałata zielona 20 g Słupek z marchewki + 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) Pasta z wędliną drobiową i natką pietruszki + 50 g (może zawierać: MLE, GOR) Dżem 25 g 2 szt Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Sałata zielona + 60 g Słupek z marchewki + 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) Pasta z wędliną drobiową i natką pietruszki + 50 g (może zawierać: MLE, GOR) Dżem 25 g 2 szt Sałata zielona 20 g Cukinia gotowana + 60 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 150 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Szynka zielonogórska- wp. parzona 50 g (SOJ) Dżem 25 g 2 szt Sałata zielona 20 g Cukinia gotowana + 60 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 150 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Szynka zielonogórska- wp. parzona 50 g (SOJ) Dżem 25 g 2 szt Sałata zielona 20 g Cukinia gotowana + 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) Pasta z wędliną drobiową i natką pietruszki + 50 g (może zawierać: MLE, GOR) Ser żółty 50 g (MLE) Sałata zielona 20 g Cukinia gotowana + 60 g Słupek z marchewki + 60 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Szynka zielonogórska- wp. parzona 30 g (SOJ) Dżem 25 g 1 szt Sałata zielona 20 g Cukinia gotowana + 60 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb Graham 150 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 15 g (MLE) Pasta z wędliną drobiową i natką pietruszki + 50 g (może zawierać: MLE, GOR) Ser żółty 50 g (MLE) Sałata zielona 20 g Cukinia gotowana + 60 g Słupek z marchewki + 60 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 150 g (SEZ, może zawierać: ORZ) Masło extra 82% 15 g (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Ser żółty 50 g (MLE) Sałata zielona 20 g Słupek z marchewki + 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) Pasta z wędliną drobiową i natką pietruszki + 50 g (może zawierać: MLE, GOR) Ser żółty 50 g (MLE) Sałata zielona 20 g Słupek z marchewki + 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) Pasta z wędliną drobiową i natką pietruszki + 50 g (może zawierać: MLE, GOR) Ser żółty 50 g (MLE) Sałata zielona 20 g Słupek z marchewki + 60 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	
PN	Jabłko 1 szt 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	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	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt		Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt		Jabłko 1 szt 1 szt	Chleb Graham 30g (GLU PSZ) Masło extra 82% 5g (MLE) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ) Sałata zielona 5 g	Chleb Graham 30g (GLU PSZ) Masło extra 82% 5g (MLE) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ) Sałata zielona 5 g
	Wartość energetyczna: 2653.11 kcal; Białko ogółem: 119.55 g; Tłuszcz: 86.81 g; Kw. tł. nasy: 38.42 g; Węglowodany ogółem: 359.53 g; W tym cukry: 75.37 g; Błonnik pok.: 35.84 g; Sól: 14.51 g;	Wartość energetyczna: 2760.81 kcal; Białko ogółem: 120.67 g; Tłuszcz: 88.25 g; Kw. tł. nasy: 38.56 g; Węglowodany ogółem: 380.51 g; W tym cukry: 76.71 g; Błonnik pok.: 32.67 g; Sól: 13.30 g;	Wartość energetyczna: 2644.98 kcal; Białko ogółem: 94.12 g; Tłuszcz: 63.72 g; Kw. tł. nasy: 15.02 g; Węglowodany ogółem: 438.30 g; W tym cukry: 87.55 g; Błonnik pok.: 35.00 g; Sól: 11.54 g;	Wartość energetyczna: 2610.92 kcal; Białko ogółem: 108.19 g; Tłuszcz: 81.12 g; Kw. tł. nasy: 31.73 g; Węglowodany ogółem: 371.82 g; W tym cukry: 83.52 g; Błonnik pok.: 28.29 g; Sól: 12.95 g;	Wartość energetyczna: 2577.85 kcal; Białko ogółem: 100.24 g; Tłuszcz: 69.26 g; Kw. tł. nasy: 28.36 g; Węglowodany ogółem: 396.18 g; W tym cukry: 97.76 g; Błonnik pok.: 27.50 g; Sól: 11.34 g;	Wartość energetyczna: 3064.28 kcal; Białko ogółem: 145.77 g; Tłuszcz: 114.27 g; Kw. tł. nasy: 47.57 g; Węglowodany ogółem: 374.10 g; W tym cukry: 90.59 g; Błonnik pok.: 33.74 g; Sól: 14.17 g;	Wartość energetyczna: 2148.76 kcal; Białko ogółem: 128.28 g; Tłuszcz: 70.27 g; Kw. tł. nasy: 29.01 g; Węglowodany ogółem: 314.84 g; W tym cukry: 87.31 g; Błonnik pok.: 23.11 g; Sól: 8.42 g;	Wartość energetyczna: 2531.52 kcal; Białko ogółem: 128.28 g; Tłuszcz: 92.32 g; Kw. tł. nasy: 40.92 g; Węglowodany ogółem: 314.84 g; W tym cukry: 44.23 g; Błonnik pok.: 44.20 g; Sól: 14.40 g;	Wartość energetyczna: 2630.69 kcal; Białko ogółem: 98.56 g; Tłuszcz: 77.24 g; Kw. tł. nasy: 37.23 g; Węglowodany ogółem: 364.05 g; W tym cukry: 87.41 g; Błonnik pok.: 34.34 g; Sól: 8.24 g;	Wartość energetyczna: 2675.32 kcal; Białko ogółem: 104.44 g; Tłuszcz: 77.24 g; Kw. tł. nasy: 37.23 g; Węglowodany ogółem: 398.19 g; W tym cukry: 87.41 g; Błonnik pok.: 40.41 g; Sól: 10.74 g;	Wartość energetyczna: 2695.69 kcal; Białko ogółem: 124.71 g; Tłuszcz: 100.20 g; Kw. tł. nasy: 42.22 g; Węglowodany ogółem: 384.06 g; W tym cukry: 72.00 g; Błonnik pok.: 32.61 g; Sól: 13.82 g;	

Oznaczenia alergenów:

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

Oznaczenia wskaźników odż:

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