

Jadłospisy za okres od dnia 2024-08-05 do dnia 2024-08-18 KUCHNIA ŁÓDŹ

	ŁÓDŹ- WWC0IT Podstawowa	ŁÓDŹ- WWC0IT Łatwo strawna	ŁÓDŹ- WWC0IT Z ogr. łatwo przysw. węglowodanów	ŁÓDŹ- WWC0IT Łatwo str. z ogr. tłuszczu	ŁÓDŹ- WWC0IT Bogatobiałkowa	ŁÓDŹ- WWC0IT Z ogr. łatwo przysw. węgl. bogatobiał	ŁÓDŹ- WWC0IT O kontrolowanej zawartości kw. tł.	ŁÓDŹ- WWC0IT Bogatobiałkowa (OPS)
Śniadanie	Platki pszenne na mleku 300 ml (GLUPSZ, MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLUPSZ, GLU ŻYT, MLE) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE) Jajko gotowane kl L 1 szt (JAJ) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 20 g Banan 1szt. 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ) Miód (25g) 1 szt Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLUPSZ)	Platki pszenne na mleku 300 ml (GLUPSZ, MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLUPSZ, GLU ŻYT, MLE) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE) Jajko gotowane kl L 1 szt (JAJ) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 20 g Banan 1szt. 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ) Miód (25g) 1 szt Bułka pszenna 50g 1 szt (GLUPSZ)	Platki pszenne na wywarze jarzynowym () 300 ml (GLU PSZ, SEL) Chleb Graham 100 g (GLU PSZ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE) Jajko gotowane kl L 1 szt (JAJ) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 20 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLUPSZ)	Platki pszenne na mleku 300 ml (GLUPSZ, MLE) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLUPSZ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Jajko pieczone 1szt. 1 szt Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Miód (25g) 1 szt Bułka pszenna 50g 1 szt (GLUPSZ)	Platki pszenne na mleku 300 ml (GLUPSZ, MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLUPSZ, GLU ŻYT, MLE) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE) Jajko gotowane kl L 1 szt (JAJ) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Banan 1szt. 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ) Miód (25g) 1 szt Bułka pszenna 50g 1 szt (GLUPSZ)	Platki pszenne na mleku 300 ml (GLUPSZ, MLE) Chleb Graham 100 g (GLU PSZ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE) Jajko gotowane kl L 1 szt (JAJ) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLUPSZ)	Platki pszenne na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE) Chleb Graham 100 g (GLU PSZ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Banan 1szt. 1 szt Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Miód (25g) 1 szt Bułka pszenna 50g 1 szt (GLUPSZ)	Bułka pszenna długa krojona 150 g (GLUPSZ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE) Pasta jajeczna 80g 1 szt Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Jajko pieczone 1szt. 1 szt Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml Miód (25g) 1 szt
	II SN			Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE)			Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE)	
Obiad	Fasolowa z ziemniakami () 400 ml (GLUPSZ, SEL) Makarony pełnoziarniste 200 g (GLUPSZ) Tofu w sosie pomidorowym dieta () 150 g (GLUPSZ, SOJ, SEL) Szpinak baby z olejem 60 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Zupa wiosenna z cukinią i ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Makarony 200 g (GLUPSZ) Tofu w sosie pomidorowym dieta () 150 g (GLUPSZ, SOJ, SEL) Szpinak gotowany z olejem* 200 g (GLUPSZ) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Fasolowa z ziemniakami () 400 ml (GLUPSZ, SEL) Makarony pełnoziarniste 200 g (GLUPSZ) Tofu w sosie pomidorowym dieta () 150 g (GLUPSZ, SOJ, SEL) Szpinak baby z olejem 60 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Zupa wiosenna z cukinią i ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Makarony drobny 200 g (GLU PSZ) Mięso drobiowe gotowane z udzka kurczaka 100 g Sos ziołowy () 80 ml (GLU PSZ, SEL) Marchew gotowana z olejem () 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Zupa wiosenna z cukinią i ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Makarony 200 g (GLUPSZ) Tofu w sosie pomidorowym dieta () 150 g (GLUPSZ, SOJ, SEL) Mięso drobiowe gotowane z udzka kurczaka 100 g Szpinak gotowany z olejem* 200 g (GLUPSZ) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Fasolowa z ziemniakami () 400 ml (GLUPSZ, SEL) Makarony pełnoziarniste 200 g (GLUPSZ) Tofu w sosie pomidorowym dieta () 150 g (GLUPSZ, SOJ, SEL) Mięso drobiowe gotowane z udzka kurczaka 100 g Szpinak baby z olejem 60 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Zupa wiosenna z cukinią i ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Makarony pełnoziarniste 200 g (GLUPSZ) Tofu w sosie pomidorowym dieta () 150 g (GLUPSZ, SOJ, SEL) Mięso drobiowe gotowane z udzka kurczaka 100 g Szpinak gotowany z olejem* 200 g (GLUPSZ) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Zupa wiosenna z cukinią i ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Makarony pełnoziarniste 200 g (GLUPSZ) Tofu w sosie pomidorowym dieta () 150 g (GLUPSZ, SOJ, SEL) Mięso drobiowe gotowane z udzka kurczaka 100 g Szpinak gotowany z olejem* 200 g (GLUPSZ) Kompot owocowy* b/c 250 ml
	PD		Jabłko 1 szt 1 szt		Jabłko 1 szt 1 szt		Mus- przecier owocowy jablko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt	
Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (GLUPSZ, GLU ŻYT, MLE) Chleb Graham 60 g (GLU PSZ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE) Baleron wiewprzowy wędzony, parzony 50 g (SOJ) Ogórek świeży 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE)	Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (GLUPSZ, GLU ŻYT, MLE) Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLUPSZ) Kurczak zapiekany-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony, zapiekany z dod. biał. mleka w osłonce niejadalnej. 50 g (JAJ, SOJ, MLE, GOR, może zawierać: GLU PSZ, SEL) Pomidor 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE)	Chleb Graham 150 g (GLU PSZ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE) Baleron wiewprzowy wędzony, parzony 50 g (SOJ) Ogórek świeży 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 150 g (GLUPSZ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE) Kurczak zapiekany-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony, zapiekany z dod. biał. mleka w osłonce niejadalnej. 50 g (JAJ, SOJ, MLE, GOR, może zawierać: GLU PSZ, SEL) Marchew gotowana z olejem () 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE)	Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (GLUPSZ, GLU ŻYT, MLE) Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLUPSZ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE) Baleron wiewprzowy wędzony, parzony 50 g (SOJ) Twarożek 100 g (MLE) Pomidor 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE)	Chleb Graham 150 g (GLU PSZ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE) Twarożek 100 g (MLE) Baleron wiewprzowy wędzony, parzony 50 g (SOJ) Ogórek świeży 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml	Chleb Graham 150 g (GLU PSZ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE) Kurczak zapiekany-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony, zapiekany z dod. biał. mleka w osłonce niejadalnej. 50 g (JAJ, SOJ, MLE, GOR, może zawierać: GLU PSZ, SEL) Ogórek świeży 50 g Pomidor 50 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE)	Bułka pszenna długa krojona 150 g (GLUPSZ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE) Ser żółty 50 g (MLE) Baleron wiewprzowy wędzony, parzony 50 g (SOJ) Kalafior gotowany* 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml
	PN	Pieczyczo chrupkie kukurydziano ryżowe 15 g Sok z buraków 0,3 L produkt pasteryzowany 1 szt (SEL)	Sok wielowarzynny pasteryzowany 0,33l 1 szt Pieczyczo chrupkie kukurydziano ryżowe 15 g	Chleb Graham 30 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 5 g (MLE) Szynka wiśniowa- wiewprzowa, wędz. parz. z dod. wody i białka wp. 20 g (SOJ) Sałata zielona 5 g	Pieczyczo chrupkie kukurydziano ryżowe 15 g Sok wielowarzynny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Sok z buraków 0,3 L produkt pasteryzowany 1 szt (SEL) Pieczyczo chrupkie kukurydziano ryżowe 15 g	Masło extra 82% 5 g (MLE) Chleb Graham 30 g (GLU PSZ) Szynka wiśniowa- wiewprzowa, wędz. parz. z dod. wody i białka wp. 20 g (SOJ) Sałata zielona 5 g	Sok z buraków 0,3 L produkt pasteryzowany 1 szt (SEL) Pieczyczo chrupkie kukurydziano ryżowe 15 g
	Wartość energetyczna: 3021.75 kcal; Białko ogółem: 102.53 g; Tłuszcz: 81.40 g; Kw. tł. nasy.: 30.16 g; Węglowodany ogółem: 474.57 g; W tym cukry: 127.83 g; Błonnik pok.: 41.50 g; Sól: 10.00 g;	Wartość energetyczna: 2823.00 kcal; Białko ogółem: 95.59 g; Tłuszcz: 69.95 g; Kw. tł. nasy.: 28.50 g; Węglowodany ogółem: 463.51 g; W tym cukry: 105.97 g; Błonnik pok.: 30.64 g; Sól: 8.73 g;	Wartość energetyczna: 2456.71 kcal; Białko ogółem: 96.92 g; Tłuszcz: 79.35 g; Kw. tł. nasy.: 28.28 g; Węglowodany ogółem: 350.22 g; W tym cukry: 41.55 g; Błonnik pok.: 48.83 g; Sól: 8.45 g;	Wartość energetyczna: 2704.62 kcal; Białko ogółem: 106.65 g; Tłuszcz: 63.79 g; Kw. tł. nasy.: 26.16 g; Węglowodany ogółem: 441.22 g; W tym cukry: 89.99 g; Błonnik pok.: 36.13 g; Sól: 8.90 g;	Wartość energetyczna: 3227.57 kcal; Białko ogółem: 143.32 g; Tłuszcz: 84.31 g; Kw. tł. nasy.: 34.21 g; Węglowodany ogółem: 477.28 g; W tym cukry: 130.31 g; Błonnik pok.: 29.17 g; Sól: 10.54 g;	Wartość energetyczna: 2902.28 kcal; Białko ogółem: 152.12 g; Tłuszcz: 97.76 g; Kw. tł. nasy.: 36.17 g; Węglowodany ogółem: 364.07 g; W tym cukry: 56.14 g; Błonnik pok.: 47.56 g; Sól: 9.96 g;	Wartość energetyczna: 2627.12 kcal; Białko ogółem: 90.33 g; Tłuszcz: 68.38 g; Kw. tł. nasy.: 25.55 g; Węglowodany ogółem: 423.60 g; W tym cukry: 120.70 g; Błonnik pok.: 37.55 g; Sól: 9.91 g;	Wartość energetyczna: 2887.80 kcal; Białko ogółem: 121.11 g; Tłuszcz: 79.64 g; Kw. tł. nasy.: 33.55 g; Węglowodany ogółem: 427.69 g; W tym cukry: 91.39 g; Błonnik pok.: 26.39 g; Sól: 9.86 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-08-05 do dnia 2024-08-18 KUCHNIA ŁÓDŹ

	ŁÓDŹ- WWC0IT Podstawowa	ŁÓDŹ- WWC0IT Łatwo strawna	ŁÓDŹ- WWC0IT Z ogr. łatwo przysw. węglowodanów	ŁÓDŹ- WWC0IT Łatwo str. z ogr. tłuszczu	ŁÓDŹ- WWC0IT Bogatobiałkowa	ŁÓDŹ- WWC0IT Z ogr. łatwo przysw. węgl. bogatobiał	ŁÓDŹ- WWC0IT O kontrolowanej zawartości kw. tł.	ŁÓDŹ- WWC0IT Bogatobiałkowa (OPS)	
2024-08-06 wtorek	Śniadanie	Zacierka na mleku 300 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Chleb Graham 100 g (GLU PSZ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Serek Fromage 100 g (GLU PSZ, MLE.) Jabłko 1 szt 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Miód (25g) 1 szt Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ)	Zacierka na mleku 300 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Twaróg półtłusty 100 g (MLE.) Jabłko 1 szt 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Miód (25g) 1 szt Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ)	Zacierka na wywarze jarzynowym () 300 ml (GLU PSZ, JAJ, SEL.) Chleb Graham 100 g (GLU PSZ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Twaróg półtłusty 100 g (MLE.) Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLUPSZ)	Zacierka na mleku 300 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Twaróg półtłusty 100 g (MLE.) Mus z jabłek () z/c 150 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Miód (25g) 1 szt Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ)	Zacierka na mleku 300 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Serek Fromage 100 g (GLU PSZ, MLE.) Szynka zielonogórska-wp. parzona 50 g (SOJ.) Serek Fromage 100 g (GLU PSZ, MLE.) Jabłko 1 szt 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Miód (25g) 1 szt Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ)	Zacierka na mleku 300 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Chleb Graham 100 g (GLU PSZ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Twaróg półtłusty 100 g (MLE.) Jabłko 1 szt 1 szt Salata zielona 5 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Miód (25g) 1 szt Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ)	Bułka pszenna długa krojona 150 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Ser topiony plastry 16,25g 3 szt (MLE.) Galaretki z kurczaka 180g 1 szt (SOJ, SEL.) Dymna duszona z olejem* 100 g (GLU PSZ.) Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml Miód (25g) 1 szt	
				Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE.)			Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE.)		Chalka 80 g (GLU PSZ, JAJ.) Mus z brzoskwiń 50 g
	Obiad	Brokułowa z ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryż na sypko 200 g Bitka wierzprowa z szynki duszona 100 g (GLU PSZ.) Sos własny () 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Buraczki oprószone () 200 g (GLU PSZ.) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Brokułowa z ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryż na sypko 200 g Bitka wierzprowa z szynki duszona 100 g (GLU PSZ.) Buraczki oprószone () 200 g (GLU PSZ.) Kompot owocowy* z/c 250 ml Sos własny () 80 ml (GLU PSZ, SEL.)	Brokułowa z ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryż na sypko (brązowy) 200 g Bitka wierzprowa z szynki duszona 100 g (GLU PSZ.) Sos własny () 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Buraczki oprószone () 200 g (GLU PSZ.) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Ziemniaczana () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryż na sypko 200 g Bitka wierzprowa z szynki duszona 100 g (GLU PSZ.) Sos własny () 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Buraczki oprószone () 200 g (GLU PSZ.) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Brokułowa z ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryż na sypko 200 g Kotlet mielony wierzprowy 120 g (GLU PSZ, JAJ.) Bitka wierzprowa z szynki duszona 100 g (GLU PSZ.) Sos własny () 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Buraczki oprószone () 200 g (GLU PSZ.) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Brokułowa z ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryż na sypko 200 g Bitka wierzprowa z szynki duszona 100 g (GLU PSZ.) Sos własny () 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Buraczki oprószone () 200 g (GLU PSZ.) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Brokułowa z ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryż na sypko 200 g Kotlet mielony wierzprowy 120 g (GLU PSZ, JAJ.) Bitka wierzprowa z szynki duszona 100 g (GLU PSZ.) Sos własny () 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Buraczki oprószone () 200 g (GLU PSZ.) Kompot owocowy* z/c 250 ml	
	PD		Sok pomidorowy 0,3l 1 szt			Sok pomidorowy 0,3l 1 szt		Sok pomidorowy 0,3l 1 szt	
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 60 g (GLU PSZ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Filet zapiekany drobiowy 50 g (MLE.) Salatka wiosenna 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Filet zapiekany drobiowy 50 g (MLE.) Salatka wiosenna 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE.)	Chleb Graham 150 g (GLU PSZ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Filet zapiekany drobiowy 50 g (MLE.) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 100 g (SEL.) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE.)	Bułka pszenna długa krojona 150 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Filet zapiekany drobiowy 50 g (MLE.) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 100 g (SEL.) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Filet zapiekany drobiowy 50 g (MLE.) Jajko gotowane kl L 1 szt (JAJ.) Salatka wiosenna 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	Chleb Graham 150 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Filet zapiekany drobiowy 50 g (MLE.) Jajko gotowane kl L 1 szt (JAJ.) Salatka wiosenna 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE.)	Bułka pszenna długa krojona 150 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Filet zapiekany drobiowy 50 g (MLE.) Jajko gotowane kl L 1 szt (JAJ.) Salatka jarzynowa gar. 150 g (SEL.) Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	
	PN	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 20 g (SOJ.) Salata zielona 5 g	Chleb Graham 30 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 20 g (SOJ.) Salata zielona 5 g	Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 20 g (SOJ.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 20 g (SOJ.) Salata zielona 5 g	Chleb Graham 30 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 20 g (SOJ.) Salata zielona 5 g	Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 20 g (SOJ.)	Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 20 g (SOJ.)	
		Wartość energetyczna: 3138.86 kcal; Białko ogółem: 122.55 g; Tłuszcz: 104.01 g; Kw. tł. nasy.: 56.04 g; Węglowodany ogółem: 440.34 g; W tym cukry: 91.93 g; Błonnik pok.: 31.87 g; Sól: 8.20 g;	Wartość energetyczna: 3029.67 kcal; Białko ogółem: 129.11 g; Tłuszcz: 79.67 g; Kw. tł. nasy.: 33.98 g; Węglowodany ogółem: 462.62 g; W tym cukry: 97.31 g; Błonnik pok.: 31.33 g; Sól: 8.38 g;	Wartość energetyczna: 2619.37 kcal; Białko ogółem: 123.80 g; Tłuszcz: 81.96 g; Kw. tł. nasy.: 30.62 g; Węglowodany ogółem: 364.55 g; W tym cukry: 47.24 g; Błonnik pok.: 44.19 g; Sól: 9.45 g;	Wartość energetyczna: 3080.97 kcal; Białko ogółem: 130.40 g; Tłuszcz: 77.30 g; Kw. tł. nasy.: 32.89 g; Węglowodany ogółem: 479.77 g; W tym cukry: 85.34 g; Błonnik pok.: 29.42 g; Sól: 6.79 g;	Wartość energetyczna: 3952.02 kcal; Białko ogółem: 167.31 g; Tłuszcz: 149.14 g; Kw. tł. nasy.: 64.64 g; Węglowodany ogółem: 495.83 g; W tym cukry: 96.52 g; Błonnik pok.: 33.19 g; Sól: 10.84 g;	Wartość energetyczna: 3684.82 kcal; Białko ogółem: 170.81 g; Tłuszcz: 156.54 g; Kw. tł. nasy.: 64.29 g; Węglowodany ogółem: 412.96 g; W tym cukry: 58.22 g; Błonnik pok.: 45.82 g; Sól: 12.17 g;	Wartość energetyczna: 2795.44 kcal; Białko ogółem: 129.17 g; Tłuszcz: 73.94 g; Kw. tł. nasy.: 32.01 g; Węglowodany ogółem: 420.09 g; W tym cukry: 86.58 g; Błonnik pok.: 35.14 g; Sól: 7.09 g;	Wartość energetyczna: 3726.11 kcal; Białko ogółem: 166.11 g; Tłuszcz: 128.07 g; Kw. tł. nasy.: 39.13 g; Węglowodany ogółem: 485.04 g; W tym cukry: 39.48 g; Błonnik pok.: 24.61 g; Sól: 13.85 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-08-05 do dnia 2024-08-18 KUCHNIA ŁÓDŹ

	ŁÓDŹ- WWC0IT Podstawowa	ŁÓDŹ- WWC0IT Łatwo strawna	ŁÓDŹ- WWC0IT Z ogr. łatwo przysw. węglowodanów	ŁÓDŹ- WWC0IT Łatwo str. z ogr. tłuszczu	ŁÓDŹ- WWC0IT Bogatobiałkowa	ŁÓDŹ- WWC0IT Z ogr. łatwo przysw. węgl. bogatobiał	ŁÓDŹ- WWC0IT O kontrolowanej zawartości kw. tł.	ŁÓDŹ- WWC0IT Bogatobiałkowa (OPS)
Śniadanie	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE) Paprykarz szczeciński 100 g (RYB, SOJ) Brzoskwinia 1 szt 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ) Miód (25g) 1 szt Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ)	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE) Jajko gotowane kl L 1 szt (JAJ) Brzoskwinia 1 szt 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ) Miód (25g) 1 szt Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ)	Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym () 300 ml (SEL) Chleb Graham 100 g (GLU PSZ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE) Paprykarz szczeciński 100 g (RYB, SOJ) Brzoskwinia 1 szt 1 szt Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ)	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE) Szynka kostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (może zawierać: MLE, GOR) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Miód (25g) 1 szt Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ)	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE) Szynka kostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (może zawierać: MLE, GOR) Paprykarz szczeciński 100 g (RYB, SOJ) Brzoskwinia 1 szt 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ) Miód (25g) 1 szt Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ)	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE) Chleb Graham 100 g (GLU PSZ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE) Szynka kostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (może zawierać: MLE, GOR) Paprykarz szczeciński 100 g (RYB, SOJ) Brzoskwinia 1 szt 1 szt Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml Miód (25g) 1 szt Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ)	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE) Chleb Graham 100 g (GLU PSZ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE) Paprykarz szczeciński 100 g (RYB, SOJ) Brzoskwinia 1 szt 1 szt Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Miód (25g) 1 szt Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ)	Bułka pszenna długa krojona 150 g (GLU PSZ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE) Szynka kostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (może zawierać: MLE, GOR) Serrek śmietankowy do chleba termizowany 100g 1 szt (MLE) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml Miód (25g) 1 szt
	II SN			Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE)				Sok owocowy pasteryzowany 0,3L 1 szt
Obiad	Pieczarkowa z makaronem () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane () 200 g Kotlet drobiowy panierowany 100 g (GLU PSZ, JAJ) Fasolka szparagowa z wody* 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Jarzynowa z makaronem dieta () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane () 200 g Filet z kurczaka gotowany 100 g Sos pietruszkowy* 80 ml (GLU PSZ, MLE) Marchew oprószana z olejem () 200 g (GLU PSZ) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Pieczarkowa z makaronem () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane () 200 g Filet z kurczaka gotowany 100 g Sos pietruszkowy* 80 ml (GLU PSZ, MLE) Fasolka szparagowa z wody* 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Jarzynowa z makaronem dieta () (b/kalaifiora) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane () 200 g Filet z kurczaka gotowany 100 g Sos pietruszkowy* 80 ml (GLU PSZ, MLE) Marchew oprószana z olejem () 200 g (GLU PSZ) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Jarzynowa z makaronem dieta () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane () 200 g Filet z kurczaka gotowany 100 g Kotlet drobiowy panierowany 100 g (GLU PSZ, JAJ) Sos pietruszkowy* 80 ml (GLU PSZ, MLE) Marchew oprószana z olejem () 200 g (GLU PSZ) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Pieczarkowa z makaronem () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane () 200 g Filet z kurczaka gotowany 100 g Pulpet drobiowy 120 g (GLU PSZ, JAJ) Sos pietruszkowy* 80 ml (GLU PSZ, MLE) Fasolka szparagowa z wody* 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Pieczarkowa z makaronem () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane () 200 g Filet z kurczaka gotowany 100 g Fasolka szparagowa z wody* 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Jarzynowa z makaronem dieta () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane () 200 g Filet z kurczaka gotowany 100 g Kotlet drobiowy panierowany 100 g (GLU PSZ, JAJ) Sos pietruszkowy* 80 ml (GLU PSZ, MLE) Marchew oprószana z olejem () 200 g (GLU PSZ) Kompot owocowy* b/c 250 ml
	PD		Jabłko 1 szt 1 szt			Jabłko 1 szt 1 szt		Chrupki kukurydziane 25 g
Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Chleb Graham 60 g (GLU PSZ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE) Szynka zielonogórska- wp. parzona 50 g (SOJ) Pomidor 100 g Herbata miętowa ekspresowa z/c 250 ml Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE)	Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE) Szynka zielonogórska- wp. parzona 50 g (SOJ) Pomidor 100 g Herbata miętowa ekspresowa z/c 250 ml Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE)	Chleb Graham 150 g (GLU PSZ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE) Szynka zielonogórska- wp. parzona 50 g (SOJ) Pomidor 100 g Herbata miętowa ekspresowa b/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 150 g (GLU PSZ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE) Szynka zielonogórska- wp. parzona 50 g (SOJ) Szpinak gotowany z olejem* 100 g (GLU PSZ) Herbata miętowa ekspresowa z/c 250 ml Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE)	Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE) Szynka zielonogórska- wp. parzona 50 g (SOJ) Ser żółty 50 g (MLE) Pomidor 100 g Herbata miętowa ekspresowa b/c 250 ml Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE)	Chleb Graham 150 g (GLU PSZ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE) Szynka zielonogórska- wp. parzona 50 g (SOJ) Ser żółty 50 g (MLE) Pomidor 100 g Herbata miętowa ekspresowa b/c 250 ml Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE)	Chleb Graham 150 g (GLU PSZ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE) Szynka zielonogórska- wp. parzona 50 g (SOJ) Salatka z pomidora i ogórka małosolnego z cebulą 100 g (GOR) Herbata miętowa ekspresowa z/c 250 ml Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE)	Bułka pszenna długa krojona 150 g (GLU PSZ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE) Pasztet drobiowy (50g) 1 szt (GLU PSZ, SOJ, MLE) Szynka zielonogórska- wp. parzona 50 g (SOJ) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 100 g (SEL) Herbata miętowa ekspresowa b/c 250 ml
	PN	Mus- przecier owocowy jabłko 100g (tubka) 1 szt Wafle ryżowe 20 g	Chleb Graham 30 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 5 g (MLE) Twaróg półtłusty 20 g (MLE) Salata zielona 5 g	Mus- przecier owocowy jabłko 100g (tubka) 1 szt Wafle ryżowe 20 g	Mus- przecier owocowy jabłko 100g (tubka) 1 szt Wafle ryżowe 20 g	Chleb Graham 30 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 5 g (MLE) Twaróg półtłusty 20 g (MLE) Salata zielona 5 g	Mus- przecier owocowy jabłko 100g (tubka) 1 szt Wafle ryżowe 20 g	Mus- przecier owocowy jabłko 100g (tubka) 1 szt Herbatniki 20 g (GLU PSZ, SOJ, MLE)
	Wartość energetyczna: 2665.25 kcal; Białko ogółem: 101.27 g; Tłuszcz: 73.95 g; Kw. tł. nasy.: 27.13 g; Węglowodany ogółem: 411.62 g; W tym cukry: 88.26 g; Błonnik pok.: 31.60 g; Sól: 9.09 g;	Wartość energetyczna: 2477.61 kcal; Białko ogółem: 101.03 g; Tłuszcz: 58.86 g; Kw. tł. nasy.: 27.08 g; Węglowodany ogółem: 397.60 g; W tym cukry: 94.37 g; Błonnik pok.: 26.83 g; Sól: 7.72 g;	Wartość energetyczna: 2130.79 kcal; Białko ogółem: 105.73 g; Tłuszcz: 57.23 g; Kw. tł. nasy.: 24.47 g; Węglowodany ogółem: 316.95 g; W tym cukry: 43.58 g; Błonnik pok.: 39.83 g; Sól: 8.29 g;	Wartość energetyczna: 2468.48 kcal; Białko ogółem: 103.23 g; Tłuszcz: 56.12 g; Kw. tł. nasy.: 23.61 g; Węglowodany ogółem: 398.72 g; W tym cukry: 94.33 g; Błonnik pok.: 25.90 g; Sól: 7.28 g;	Wartość energetyczna: 3152.66 kcal; Białko ogółem: 149.18 g; Tłuszcz: 100.14 g; Kw. tł. nasy.: 37.59 g; Węglowodany ogółem: 425.24 g; W tym cukry: 94.92 g; Błonnik pok.: 28.87 g; Sól: 11.47 g;	Wartość energetyczna: 2769.95 kcal; Białko ogółem: 160.40 g; Tłuszcz: 93.32 g; Kw. tł. nasy.: 39.82 g; Węglowodany ogółem: 341.00 g; W tym cukry: 55.51 g; Błonnik pok.: 39.81 g; Sól: 11.23 g;	Wartość energetyczna: 2332.70 kcal; Białko ogółem: 106.33 g; Tłuszcz: 57.18 g; Kw. tł. nasy.: 24.10 g; Węglowodany ogółem: 362.47 g; W tym cukry: 79.68 g; Błonnik pok.: 31.64 g; Sól: 8.57 g;	Wartość energetyczna: 3119.76 kcal; Białko ogółem: 128.44 g; Tłuszcz: 102.72 g; Kw. tł. nasy.: 39.06 g; Węglowodany ogółem: 427.73 g; W tym cukry: 65.39 g; Błonnik pok.: 35.64 g; Sól: 9.68 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-08-05 do dnia 2024-08-18 KUCHNIA ŁÓDŹ

	ŁÓDŹ- WWC0IT Podstawowa	ŁÓDŹ- WWC0IT Łatwo strawna	ŁÓDŹ- WWC0IT Z ogr. łatwo przysw. węglowodanów	ŁÓDŹ- WWC0IT Łatwo str. z ogr. tłuszczu	ŁÓDŹ- WWC0IT Bogatobiałkowa	ŁÓDŹ- WWC0IT Z ogr. łatwo przysw. węgl. bogatobiał	ŁÓDŹ- WWC0IT O kontrolowanej zawartości kw. tł.	ŁÓDŹ- WWC0IT Bogatobiałkowa (OPS)	
2024-08-08 czwartek	II SN	Sniadanie	Platki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) Chleb Graham 100 g (GLU PSZ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Ser topiony 50 g (MLE.) Jabłko 1 szt 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Miód (25g) 1 szt Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.)	Platki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 100 g (MLE.) Jabłko 1 szt 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Miód (25g) 1 szt Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.)	Platki owsiane na wywarze jarzynowym () 300 ml (SEL, GLU OW.) Chleb Graham 100 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 100 g (MLE.) Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.)	Platki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Kurczak gotowany produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony 50 g Musa z jablek prażonych 150 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Miód (25g) 1 szt Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.)	Platki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Kurczak gotowany produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony 50 g Ser topiony 50 g (MLE.) Jabłko 1 szt 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Miód (25g) 1 szt Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.)	Platki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) Chleb Graham 100 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 100 g (MLE.) Jabłko 1 szt 1 szt Salata zielona 5 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Miód (25g) 1 szt Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.)	Bułka pszenna długa krojona 150 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Kurczak gotowany produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony 50 g Jajko gotowane kl L 1 szt (JAJ.) Preczier owocowy jablko-morela 120g 1 szt (może zawierać: MLE.) Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml Miód (25g) 1 szt
					Sok pomidorowy 0,3l 1 szt			Sok pomidorowy 0,3l 1 szt	
	Obiad	Barszcz biały z ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JECZ.) Karczek pieczony 100 g (GLU PSZ.) Sos własny () 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Salatka szwedzka () 200 g (GOR.) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Ziemniaczana () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JECZ.) Mięso z szynki wieprzowej 100 g Sos własny () 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Barszcz biały z ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JECZ.) Mięso z szynki wieprzowej 100 g Sos własny () 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Ziemniaczana () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JECZ.) Mięso z szynki wieprzowej 100 g Sos własny () 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Barszcz biały z ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JECZ.) Karczek pieczony 100 g (GLU PSZ.) Zrazik wieprzowy gotowany mielony 120 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos własny () 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Barszcz biały z ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JECZ.) Mięso z szynki wieprzowej 100 g Zrazik wieprzowy gotowany mielony 120 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos własny () 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Salatka szwedzka b/c () 200 g (GOR.) Kompot owocowy* b/c 250 ml	Barszcz biały z ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JECZ.) Mięso z szynki wieprzowej 100 g Zrazik wieprzowy gotowany mielony 120 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos własny () 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Ziemniaczana () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JECZ.) Mięso z szynki wieprzowej 100 g Zrazik wieprzowy gotowany mielony 120 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos własny () 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml
			PD		Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE.)			Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE.)	
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 60 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Pyzy z mięsem* 200 g (GLU PSZ, SOJ.) Salatka jarzynowa z olejem - podstawa () 100 g (SEL.) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka szkolna- wp. parzona 50 g (GLU PSZ, SOJ, MLE.) Salatka jarzynowa z olejem - podstawa () 100 g (SEL.) Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	Chleb Graham 150 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka szkolna- wp. parzona 50 g (GLU PSZ, SOJ, MLE.) Salatka jarzynowa z olejem () 100 g (SEL.) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE.)	Bułka pszenna długa krojona 150 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Pyzy z mięsem* 200 g (GLU PSZ, SOJ.) Salatka jarzynowa z olejem () 100 g (SEL.) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Pyzy z mięsem* 200 g (GLU PSZ, SOJ.) Szynka szkolna- wp. parzona 50 g (GLU PSZ, SOJ, MLE.) Salatka jarzynowa z olejem - podstawa () 100 g (SEL.) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE.)	Chleb Graham 150 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Pyzy z mięsem* 200 g (GLU PSZ, SOJ.) Szynka szkolna- wp. parzona 50 g (GLU PSZ, SOJ, MLE.) Salatka jarzynowa z olejem - podstawa () 100 g (SEL.) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE.)	Bułka pszenna długa krojona 150 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka szkolna- wp. parzona 50 g (GLU PSZ, SOJ, MLE.) Pyzy z mięsem* 200 g (GLU PSZ, SOJ.) Salatka jarzynowa gar. 100 g (SEL.) Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	
		PN	Salata zielona 5 g Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Jajko gotowane kl L 1 szt (JAJ.)	Chleb Graham 30 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Jajko gotowane kl L 1 szt (JAJ.) Salata zielona 5 g	Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Szynkowa debowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 20 g	Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Szynkowa debowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 20 g	Salata zielona 5 g Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Jajko gotowane kl L 1 szt (JAJ.) Salata zielona 5 g	Chleb Graham 30 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Jajko gotowane kl L 1 szt (JAJ.) Salata zielona 5 g	Salata zielona 5 g Chleb Graham 30 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Szynkowa debowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 20 g
	Wartość energetyczna: 3299.81 kcal; Białko ogółem: 113.07 g; Tłuszcz: 116.13 g; Kw. tł. nasy.: 51.06 g; Węglowodany ogółem: 463.54 g; W tym cukry: 80.64 g; Błonnik pok.: 36.15 g; Sól: 10.81 g;	Wartość energetyczna: 3211.32 kcal; Białko ogółem: 121.54 g; Tłuszcz: 91.50 g; Kw. tł. nasy.: 36.58 g; Węglowodany ogółem: 485.62 g; W tym cukry: 79.09 g; Błonnik pok.: 30.32 g; Sól: 7.51 g;	Wartość energetyczna: 2454.98 kcal; Białko ogółem: 115.74 g; Tłuszcz: 73.42 g; Kw. tł. nasy.: 29.53 g; Węglowodany ogółem: 353.74 g; W tym cukry: 35.28 g; Błonnik pok.: 43.04 g; Sól: 12.70 g;	Wartość energetyczna: 3113.69 kcal; Białko ogółem: 117.07 g; Tłuszcz: 80.97 g; Kw. tł. nasy.: 33.68 g; Węglowodany ogółem: 493.51 g; W tym cukry: 99.10 g; Błonnik pok.: 25.42 g; Sól: 7.47 g;	Wartość energetyczna: 3832.83 kcal; Białko ogółem: 156.20 g; Tłuszcz: 144.11 g; Kw. tł. nasy.: 57.63 g; Węglowodany ogółem: 488.00 g; W tym cukry: 80.38 g; Błonnik pok.: 31.05 g; Sól: 11.94 g;	Wartość energetyczna: 3112.00 kcal; Białko ogółem: 174.47 g; Tłuszcz: 109.93 g; Kw. tł. nasy.: 47.76 g; Węglowodany ogółem: 378.60 g; W tym cukry: 47.21 g; Błonnik pok.: 43.02 g; Sól: 15.68 g;	Wartość energetyczna: 2910.04 kcal; Białko ogółem: 117.96 g; Tłuszcz: 79.36 g; Kw. tł. nasy.: 33.63 g; Węglowodany ogółem: 446.43 g; W tym cukry: 73.85 g; Błonnik pok.: 39.42 g; Sól: 9.41 g;	Wartość energetyczna: 3521.63 kcal; Białko ogółem: 153.53 g; Tłuszcz: 111.36 g; Kw. tł. nasy.: 44.62 g; Węglowodany ogółem: 479.74 g; W tym cukry: 50.67 g; Błonnik pok.: 21.94 g; Sól: 10.39 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-08-05 do dnia 2024-08-18 KUCHNIA ŁÓDŹ

	ŁÓDŹ- WWC0IT Podstawowa	ŁÓDŹ- WWC0IT Łatwo strawna	ŁÓDŹ- WWC0IT Z ogr. łatwo przysw. węglowodanów	ŁÓDŹ- WWC0IT Łatwo str. z ogr. tłuszczu	ŁÓDŹ- WWC0IT Bogatobiałkowa	ŁÓDŹ- WWC0IT Z ogr. łatwo przysw. węgl. bogatobiał	ŁÓDŹ- WWC0IT O kontrolowanej zawartości kw. tł.	ŁÓDŹ- WWC0IT Bogatobiałkowa (OPS)
2024-08-09 piątek	Śniadanie	Kasza manna na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 40 g (GLU PSZ, GLU ZYT) Babka piaskowa 60 g (GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE) Dżem 25 g Twaróg półtłusty 50 g (MLE) Arbuz 150 g Kakao z mlekiem 250 ml (MLE) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ) Miód (25g) 1 szt	Kasza manna na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 40 g (GLU PSZ, GLU ZYT) Babka piaskowa 60 g (GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE) Dżem 25 g Twaróg półtłusty 50 g (MLE) Arbuz 150 g Kakao z mlekiem 250 ml (MLE) Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ) Miód (25g) 1 szt	Kasza manna na wywarze jarzynowym () 300 ml (GLU PSZ, SEL) Chleb Graham 100 g (GLU PSZ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE) Twaróg półtłusty 100 g (MLE) Arbuz 150 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ)	Kasza manna na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE) Bułka pszenna długa krojona 40 g (GLU PSZ) Babka piaskowa 60 g (GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE) Dżem 25 g Twaróg półtłusty 50 g (MLE) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ) Miód (25g) 1 szt	Kasza manna na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 40 g (GLU PSZ, GLU ZYT) Babka piaskowa 60 g (GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE) Dżem 25 g Twaróg półtłusty 50 g (MLE) Szynkowa debowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Arbuz 150 g Kakao z mlekiem 250 ml (MLE) Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ) Miód (25g) 1 szt	Kasza manna na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE) Chleb Graham 100 g (GLU PSZ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE) Dżem 25 g Twaróg półtłusty 100 g (MLE) Szynkowa debowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Arbuz 150 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ) Miód (25g) 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 150 g (GLU PSZ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE) Galaretka z indyka 180g 1 szt (SOJ, SEL) Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt (MLE) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Miód (25g) 1 szt
		II SN		Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE)			Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE)	
2024-08-09 piątek	Obiad	Szpinakowa z zacierką () 400 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane () 200 g Dorsz panierowany 120 g (GLU PSZ, JAJ, RYB) Surówka z kapusty czerwonej z olejem 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Szpinakowa z zacierką () 400 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane () 200 g Ryba pieczona (Dorsz) 120 g (RYB) Bukiet jarzyn oprószany z olejem () 200 g (GLU PSZ, SEL) Kompot owocowy* z/c 250 ml Sos koperkowy* 80 ml (GLU PSZ, MLE)	Szpinakowa z zacierką () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane () 200 g Ryba pieczona (Dorsz) 120 g (RYB) Bukiet jarzyn oprószany z olejem () 200 g (GLU PSZ, SEL) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Szpinakowa z ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane () 200 g Ryba pieczona (Dorsz) 120 g (RYB) Bukiet jarzyn oprószany z olejem () 200 g (GLU PSZ, SEL) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Szpinakowa z zacierką () 400 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane () 200 g Dorsz panierowany 120 g (GLU PSZ, JAJ, RYB) Ryba pieczona (Dorsz) 120 g (RYB) Bukiet jarzyn oprószany z olejem () 200 g (GLU PSZ, MLE) Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Szpinakowa z zacierką () 400 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane () 200 g Ryba pieczona (Dorsz) 120 g (RYB) Sos koperkowy* 80 ml (GLU PSZ, MLE) Surówka z kapusty czerwonej z olejem 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Szpinakowa z zacierką () 400 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane () 200 g Ryba pieczona (Dorsz) 120 g (RYB) Sos koperkowy* 80 ml (GLU PSZ, MLE) Bukiet jarzyn oprószany z olejem () 200 g (GLU PSZ, SEL) Kompot owocowy* b/c 250 ml
		PD		Surówka z selera i marchwi z olejem () b/c 100 g (SEL)			Surówka z selera i marchwi z olejem () b/c 100 g (SEL)	
2024-08-09 piątek	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (GLU PSZ, GLU ZYT) Chleb Graham 60 g (GLU PSZ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE) Jajko gotowane kl L 1 szt (JAJ) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE) Pomidor 100 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (GLU PSZ, GLU ZYT) Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE) Jajko gotowane kl L 1 szt (JAJ) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Pomidor 100 g	Chleb Graham 150 g (GLU PSZ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE) Jajko gotowane kl L 1 szt (JAJ) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Pomidor 100 g	Bułka pszenna długa krojona 150 g (GLU PSZ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (może zawierać: MLE, GOR) Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE)	Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (GLU PSZ, GLU ZYT) Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE) Jajko gotowane kl L 1 szt (JAJ) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (może zawierać: MLE, GOR) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE)	Chleb Graham 150 g (GLU PSZ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (może zawierać: MLE, GOR) Jajko gotowane kl L 1 szt (JAJ) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Pomidor 100 g	Bułka pszenna długa krojona 150 g (GLU PSZ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (może zawierać: MLE, GOR) Ser topiony 25g 1 szt (MLE) Kalafior gotowany* 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE)
		PN	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (MLE) Biszkopty b/m 15 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ)	Chleb Graham 30 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 5 g (MLE) Ser żółty 20 g (MLE) Salata zielona 5 g	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (MLE) Biszkopty b/m 15 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ)		Chleb Graham 30 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 5 g (MLE) Ser żółty 20 g (MLE) Salata zielona 5 g	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (MLE) Biszkopty b/m 15 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ)
		Wartość energetyczna: 2902.33 kcal; Białko ogółem: 111.46 g; Tłuszcz: 89.96 g; Kw. tł. nasy.: 37.68 g; Węglowodany ogółem: 422.68 g; W tym cukry: 147.78 g; Błonnik pok.: 28.15 g; Sól: 6.22 g;	Wartość energetyczna: 2423.78 kcal; Białko ogółem: 119.78 g; Tłuszcz: 76.02 g; Kw. tł. nasy.: 33.63 g; Węglowodany ogółem: 337.66 g; W tym cukry: 65.85 g; Błonnik pok.: 44.98 g; Sól: 7.34 g;	Wartość energetyczna: 2896.52 kcal; Białko ogółem: 106.54 g; Tłuszcz: 82.35 g; Kw. tł. nasy.: 32.92 g; Węglowodany ogółem: 443.59 g; W tym cukry: 150.12 g; Błonnik pok.: 29.00 g; Sól: 5.92 g;	Wartość energetyczna: 3400.04 kcal; Białko ogółem: 154.94 g; Tłuszcz: 116.10 g; Kw. tł. nasy.: 39.83 g; Węglowodany ogółem: 368.44 g; W tym cukry: 149.55 g; Błonnik pok.: 30.79 g; Sól: 9.31 g;	Wartość energetyczna: 3037.79 kcal; Białko ogółem: 170.99 g; Tłuszcz: 107.06 g; Kw. tł. nasy.: 38.75 g; Węglowodany ogółem: 368.44 g; W tym cukry: 78.55 g; Błonnik pok.: 46.35 g; Sól: 10.66 g;	Wartość energetyczna: 2654.90 kcal; Białko ogółem: 109.54 g; Tłuszcz: 79.17 g; Kw. tł. nasy.: 32.94 g; Węglowodany ogółem: 388.53 g; W tym cukry: 138.97 g; Błonnik pok.: 30.66 g; Sól: 6.05 g;	Wartość energetyczna: 3004.94 kcal; Białko ogółem: 137.30 g; Tłuszcz: 95.60 g; Kw. tł. nasy.: 29.83 g; Węglowodany ogółem: 410.95 g; W tym cukry: 59.77 g; Błonnik pok.: 35.49 g; Sól: 7.72 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-08-05 do dnia 2024-08-18 KUCHNIA ŁÓDŹ

	ŁÓDŹ- WWC0IT Podstawowa	ŁÓDŹ- WWC0IT Łatwo strawna	ŁÓDŹ- WWC0IT Z ogr. łatwo przysw. węglowodanów	ŁÓDŹ- WWC0IT Łatwo str. z ogr. tłuszczu	ŁÓDŹ- WWC0IT Bogatobiałkowa	ŁÓDŹ- WWC0IT z ogr. łatwo przysw. węgl. bogatobiał	ŁÓDŹ- WWC0IT O kontrolowanej zawartości kw. tł.	ŁÓDŹ- WWC0IT Bogatobiałkowa (OPS)	
2024-08-10 sobota	Śniadanie	Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Filet zapiekany drobiowy 50 g (<u>MLE</u>) Salatka z soczewicy, pomidora i ogórka małosolnego 100 g (<u>SEL, GOR</u>) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>) Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ</u>) Miód (25g) 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Filet zapiekany drobiowy 50 g (<u>MLE</u>) Brokuł gotowany* 100 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>) Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ</u>) Miód (25g) 1 szt	Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Filet zapiekany drobiowy 50 g (<u>MLE</u>) Salatka z soczewicy, pomidora i ogórka małosolnego 100 g (<u>SEL, GOR</u>) Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ</u>) Miód (25g) 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Filet zapiekany drobiowy 50 g (<u>MLE</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem (l) 100 g (<u>SEL</u>) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ</u>) Miód (25g) 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Filet zapiekany drobiowy 50 g (<u>MLE</u>) Salatka z soczewicy, pomidora i ogórka małosolnego 100 g (<u>SEL, GOR</u>) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>) Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ</u>) Miód (25g) 1 szt	Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Budyń o smaku śmietankowym b/c 200 ml (<u>MLE</u>) Filet zapiekany drobiowy 50 g (<u>MLE</u>) Salatka z soczewicy, pomidora i ogórka małosolnego 100 g (<u>SEL, GOR</u>) Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ</u>) Miód (25g) 1 szt	Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Filet zapiekany drobiowy 50 g (<u>MLE</u>) Salatka z soczewicy, pomidora i ogórka małosolnego 100 g (<u>SEL, GOR</u>) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ</u>) Miód (25g) 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Filet zapiekany drobiowy 50 g (<u>MLE</u>) Pasta jajeczna 80g 1 szt Buraczki gotowane plastry (l) 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml Miód (25g) 1 szt
		II SN		Jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>MLE</u>)			Jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>MLE</u>)		Brzoskwinie w syropie 100 g
	Obiad	Koperkowa z ryżem (l) 400 ml (<u>MLE, SEL</u>) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane (l) 200 g Gulasz wołowy - dieta 150 g (<u>GLU PSZ</u>) Surówka z marchwi i jabłka z olejem (l) 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Koperkowa z ryżem (l) 400 ml (<u>MLE, SEL</u>) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane (l) 200 g Gulasz wołowy - dieta 150 g (<u>GLU PSZ</u>) Marchew oprószana z olejem (l) 200 g (<u>GLU PSZ</u>) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Koperkowa z ryżem (l) 400 ml (<u>MLE, SEL</u>) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane (l) 200 g Pulpet wołowy 120 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Sos zielony (l) 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Marchew oprószana z olejem (l) 200 g (<u>GLU PSZ</u>) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Koperkowa z ryżem (l) 400 ml (<u>MLE, SEL</u>) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane (l) 200 g Gulasz wołowy - dieta 150 g (<u>GLU PSZ</u>) Pulpet wołowy 120 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Koperkowa z ryżem (l) 400 ml (<u>MLE, SEL</u>) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane (l) 200 g Gulasz wołowy - dieta 150 g (<u>GLU PSZ</u>) Pulpet wołowy 120 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Koperkowa z ryżem (l) 400 ml (<u>MLE, SEL</u>) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane (l) 200 g Gulasz wołowy - dieta 150 g (<u>GLU PSZ</u>) Surówka z marchwi i jabłka z olejem (l) 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Koperkowa z ryżem (l) 400 ml (<u>MLE, SEL</u>) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane (l) 200 g Gulasz wołowy - dieta 150 g (<u>GLU PSZ</u>) Pulpet wołowy 120 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Marchew oprószana z olejem (l) 200 g (<u>GLU PSZ</u>) Kompot owocowy* b/c 250 ml	
		PD		Sok pomidorowy 0,3l 1 szt			Sok pomidorowy 0,3l 1 szt		Wafelki 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u>)
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Chleb Graham 60 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Kapusta biała z koperkiem i marchewką z wody 100 g Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (<u>SOJ</u>) Banana 1szt. 1 szt Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>MLE</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Bułka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (<u>SOJ</u>) Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml Jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>MLE</u>)	Chleb Graham 150 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (<u>SOJ</u>) Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>MLE</u>)	Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (<u>SOJ</u>) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>MLE</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Bułka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Kapusta biała z koperkiem i marchewką z wody 100 g Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (<u>SOJ</u>) Ser żółty 50 g (<u>MLE</u>) Banana 1szt. 1 szt Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>MLE</u>)	Chleb Graham 150 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (<u>SOJ</u>) Kapusta biała z koperkiem i marchewką z wody 100 g Banana 1szt. 1 szt Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>MLE</u>)	Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (<u>SOJ</u>) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	
		PN	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Twaróg półtłusty 20 g (<u>MLE</u>) Salata zielona 5 g	Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Twaróg półtłusty 20 g (<u>MLE</u>) Salata zielona 5 g	Bułka pszenna długa krojona 30 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Twaróg półtłusty 20 g (<u>MLE</u>) Salata zielona 5 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Twaróg półtłusty 20 g (<u>MLE</u>) Salata zielona 5 g		Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Twaróg półtłusty 20 g (<u>MLE</u>) Salata zielona 5 g	Bułka pszenna długa krojona 30 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Twaróg półtłusty 20 g (<u>MLE</u>) Serek twarogowy śmietankowy 16,67g (kir,haga) 1 szt (<u>MLE</u>)
		Wartość energetyczna: 2520.81 kcal; Białko ogółem: 102.54 g; Tłuszcz: 64.96 g; Kw. tł. nasy.: 28.04 g; Węglowodany ogółem: 398.70 g; W tym cukry: 104.90 g; Błonnik pok.: 36.72 g; Sól: 9.61 g;	Wartość energetyczna: 2487.05 kcal; Białko ogółem: 98.71 g; Tłuszcz: 61.42 g; Kw. tł. nasy.: 27.41 g; Węglowodany ogółem: 398.50 g; W tym cukry: 96.39 g; Błonnik pok.: 29.31 g; Sól: 8.94 g;	Wartość energetyczna: 2124.78 kcal; Białko ogółem: 101.96 g; Tłuszcz: 63.99 g; Kw. tł. nasy.: 26.56 g; Węglowodany ogółem: 305.13 g; W tym cukry: 40.33 g; Błonnik pok.: 39.40 g; Sól: 11.44 g;	Wartość energetyczna: 2444.88 kcal; Białko ogółem: 100.77 g; Tłuszcz: 64.93 g; Kw. tł. nasy.: 26.13 g; Węglowodany ogółem: 379.28 g; W tym cukry: 73.22 g; Błonnik pok.: 29.74 g; Sól: 7.75 g;	Wartość energetyczna: 3020.63 kcal; Białko ogółem: 142.36 g; Tłuszcz: 91.78 g; Kw. tł. nasy.: 40.77 g; Węglowodany ogółem: 421.90 g; W tym cukry: 101.34 g; Błonnik pok.: 31.66 g; Sól: 11.50 g;	Wartość energetyczna: 2642.64 kcal; Białko ogółem: 151.38 g; Tłuszcz: 80.93 g; Kw. tł. nasy.: 31.79 g; Węglowodany ogółem: 347.06 g; W tym cukry: 58.86 g; Błonnik pok.: 39.78 g; Sól: 12.20 g;	Wartość energetyczna: 2402.31 kcal; Białko ogółem: 100.76 g; Tłuszcz: 62.37 g; Kw. tł. nasy.: 26.26 g; Węglowodany ogółem: 379.06 g; W tym cukry: 98.38 g; Błonnik pok.: 39.90 g; Sól: 8.96 g;	Wartość energetyczna: 2988.95 kcal; Białko ogółem: 137.61 g; Tłuszcz: 102.20 g; Kw. tł. nasy.: 51.68 g; Węglowodany ogółem: 395.74 g; W tym cukry: 61.31 g; Błonnik pok.: 28.47 g; Sól: 9.49 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-08-05 do dnia 2024-08-18 KUCHNIA ŁÓDŹ

	ŁÓDŹ- WWC0IT Podstawowa	ŁÓDŹ- WWC0IT Łatwo strawna	ŁÓDŹ- WWC0IT Z ogr. łatwo przysw. węglowodanów	ŁÓDŹ- WWC0IT Łatwo str. z ogr. tłuszczu	ŁÓDŹ- WWC0IT Bogatobiałkowa	ŁÓDŹ- WWC0IT Z ogr. łatwo przysw. węgl. bogatobiał	ŁÓDŹ- WWC0IT O kontrolowanej zawartości kw. tł.	ŁÓDŹ- WWC0IT Bogatobiałkowa (OPS)	
2024-08-11 niedziela	Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Ser żółty 50 g (MLE.) Jabłko 1 szt 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Miód (25g) 1 szt Bułka graham-pszena 50g 1 szt (GLU PSZ.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Twarożek 100 g (MLE.) Jabłko 1 szt 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Miód (25g) 1 szt Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.)	Chleb Graham 100 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Ser żółty 50 g (MLE.) Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml Bułka graham-pszena 50g 1 szt (GLU PSZ.)	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Twarożek 100 g (MLE.) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Miód (25g) 1 szt Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Twarożek 100 g (MLE.) Szynka kostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (może zawierać: MLE, GOR.) Jabłko 1 szt 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Miód (25g) 1 szt Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.)	Chleb Graham 100 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Twarożek 100 g (MLE.) Szynka kostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (może zawierać: MLE, GOR.) Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml Bułka graham-pszena 50g 1 szt (GLU PSZ.)	Chleb Graham 100 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Twarożek ze szczypiorkiem 100 g (MLE.) Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Miód (25g) 1 szt Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.)	Bułka pszenna długa krojona 150 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka kostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (może zawierać: MLE, GOR.) Serek z ziołami do chleba termizowany 100g 1 szt (MLE.) Mus z jabłek () z/c 150 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml Miód (25g) 1 szt
		II SN		Serek homo naturalny 150g 1 szt (MLE.)			Serek homo naturalny 150g 1 szt (MLE.)		Herbatniki 30 g (GLU PSZ, SOJ, MLE.)
2024-08-11 niedziela	Obiad	Rosół z makaronem () 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane () 200 g Udko pieczone 1 szt. 210 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Rosół z makaronem () 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane () 200 g Udko gotowane 1szt. 210 g Fasolka szparagowa z wody* 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Rosół z makaronem () 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane () 200 g Udko gotowane 1szt. 210 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Bulion warzywny z makaronem () 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane () 200 g Udko gotowane 1szt. 210 g Bukiet jarzyn oprószone z olejem () 200 g (GLU PSZ, SEL.) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Rosół z makaronem () 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane () 200 g Udko pieczone 1 szt. 210 g Udko gotowane 1szt. 210 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Rosół z makaronem () 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane () 200 g Udko pieczone 1 szt. 210 g Udko gotowane 1szt. 210 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Rosół z makaronem () 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane () 200 g Udko pieczone 1 szt. 210 g Udko gotowane 1szt. 210 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	
		PD		Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE.)			Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE.)		Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml
2024-08-11 niedziela	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 60 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka wiśniowa- wieprzowa, wędz. parz. z dod. wody i białka wp. 50 g (SOJ.) Chrzan 20 g (MLE, SO2.) Pomidor 100 g Herbata miętowa ekspresowa z/c 250 ml Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka wiśniowa- wieprzowa, wędz. parz. z dod. wody i białka wp. 50 g (SOJ.) Pomidor 100 g Herbata miętowa ekspresowa z/c 250 ml Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE.)	Chleb Graham 150 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka wiśniowa- wieprzowa, wędz. parz. z dod. wody i białka wp. 50 g (SOJ.) Pomidor 100 g Herbata miętowa ekspresowa b/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 150 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka wiśniowa- wieprzowa, wędz. parz. z dod. wody i białka wp. 50 g (SOJ.) Marchew gotowana z olejem () 100 g Herbata miętowa ekspresowa z/c 250 ml Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka wiśniowa- wieprzowa, wędz. parz. z dod. wody i białka wp. 50 g (SOJ.) Jajko gotowane kl L 1 szt (JAJ.) Pomidor 100 g Herbata miętowa ekspresowa z/c 250 ml Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE.)	Chleb Graham 150 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka wiśniowa- wieprzowa, wędz. parz. z dod. wody i białka wp. 50 g (SOJ.) Jajko gotowane kl L 1 szt (JAJ.) Pomidor 100 g Herbata miętowa ekspresowa b/c 250 ml	Chleb Graham 150 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka wiśniowa- wieprzowa, wędz. parz. z dod. wody i białka wp. 50 g (SOJ.) Chrzan 20 g (MLE, SO2.) Pomidor 100 g Herbata miętowa ekspresowa z/c 250 ml Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE.)	Bułka pszenna długa krojona 150 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka wiśniowa- wieprzowa, wędz. parz. z dod. wody i białka wp. 50 g (SOJ.) Ser topiony plastry 16,25g 3 szt (MLE.) Kalafior gotowany* 100 g Herbata miętowa ekspresowa b/c 250 ml
		PN	Sok pomarańczowy 0,2L-kartonik 1 szt Wafle ryżowe 20 g	Chleb Graham 30 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Jajko gotowane kl L 1 szt (JAJ.) Salata zielona 5 g	Sok pomarańczowy 0,2L-kartonik 1 szt Wafle ryżowe 20 g	Sok pomarańczowy 0,2L-kartonik 1 szt Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 15 g	Sok pomarańczowy 0,2L-kartonik 1 szt Wafle ryżowe 20 g	Chleb Graham 30 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Jajko gotowane kl L 1 szt (JAJ.) Salata zielona 5 g	Sok pomarańczowy 0,2L-kartonik 1 szt Wafle ryżowe 20 g
	Wartość energetyczna: 2839.06 kcal; Białko ogółem: 128.51 g; Tłuszcz: 99.45 g; Kw. tł. nasy.: 42.40 g; Węglowodany ogółem: 370.20 g; W tym cukry: 86.13 g; Błonnik pok.: 30.32 g; Sól: 9.80 g;	Wartość energetyczna: 2698.78 kcal; Białko ogółem: 131.16 g; Tłuszcz: 78.80 g; Kw. tł. nasy.: 34.21 g; Węglowodany ogółem: 374.53 g; W tym cukry: 88.70 g; Błonnik pok.: 24.23 g; Sól: 8.19 g;	Wartość energetyczna: 2626.63 kcal; Białko ogółem: 150.69 g; Tłuszcz: 108.84 g; Kw. tł. nasy.: 44.94 g; Węglowodany ogółem: 280.40 g; W tym cukry: 33.79 g; Błonnik pok.: 36.33 g; Sól: 9.39 g;	Wartość energetyczna: 2743.49 kcal; Białko ogółem: 125.08 g; Tłuszcz: 85.00 g; Kw. tł. nasy.: 32.02 g; Węglowodany ogółem: 382.08 g; W tym cukry: 94.88 g; Błonnik pok.: 29.85 g; Sól: 7.13 g;	Wartość energetyczna: 3394.13 kcal; Białko ogółem: 202.10 g; Tłuszcz: 123.89 g; Kw. tł. nasy.: 45.57 g; Węglowodany ogółem: 374.89 g; W tym cukry: 88.70 g; Błonnik pok.: 24.23 g; Sól: 10.23 g;	Wartość energetyczna: 3254.00 kcal; Białko ogółem: 224.86 g; Tłuszcz: 143.27 g; Kw. tł. nasy.: 48.99 g; Węglowodany ogółem: 282.96 g; W tym cukry: 37.20 g; Błonnik pok.: 36.33 g; Sól: 10.44 g;	Wartość energetyczna: 2609.92 kcal; Białko ogółem: 129.60 g; Tłuszcz: 86.07 g; Kw. tł. nasy.: 33.12 g; Węglowodany ogółem: 341.60 g; W tym cukry: 81.91 g; Błonnik pok.: 31.87 g; Sól: 7.41 g;	Wartość energetyczna: 3668.35 kcal; Białko ogółem: 191.25 g; Tłuszcz: 145.11 g; Kw. tł. nasy.: 55.39 g; Węglowodany ogółem: 409.02 g; W tym cukry: 76.39 g; Błonnik pok.: 24.60 g; Sól: 10.22 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-08-05 do dnia 2024-08-18 KUCHNIA ŁÓDŹ

	ŁÓDŹ- WWC0IT Podstawowa	ŁÓDŹ- WWC0IT Łatwo strawna	ŁÓDŹ- WWC0IT Z ogr. łatwo przysw. węglowodanów	ŁÓDŹ- WWC0IT Łatwo str. z ogr. tłuszczu	ŁÓDŹ- WWC0IT Bogatobiałkowa	ŁÓDŹ- WWC0IT Z ogr. łatwo przysw. węgl. bogatobiał	ŁÓDŹ- WWC0IT O kontrolowanej zawartości kw. tł.	ŁÓDŹ- WWC0IT Bogatobiałkowa (OPS)	
2024-08-12 poniedziałek	Śniadanie	Platki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU, OW.) Chleb Graham 100 g (GLU, PSZ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU, ŻYT, GLU, JECZ.) Arbuz 150 g Miód (25g) 1 szt Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU, PSZ) Jajko gotowane kl L 1 szt (JAJ.)	Platki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU, OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU, ŻYT, GLU, JECZ.) Arbuz 150 g Miód (25g) 1 szt Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU, PSZ) Jajko gotowane kl L 1 szt (JAJ.)	Platki owsiane na wywarze jarzynowym () 300 ml (SEL, GLU, OW.) Chleb Graham 100 g (GLU, PSZ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml Arbuz 150 g Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLU, PSZ) Jajko gotowane kl L 1 szt (JAJ.)	Platki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU, OW.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Kurczak zapiekany-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony, zapiekany z dod. biał. mlek. w osłonce niejadanej. 50 g (JAJ, SOJ, MLE, GOR, może zawierać: GLU, PSZ, SEL.) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Arbuz 150 g Miód (25g) 1 szt Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU, PSZ) Jajko gotowane kl L 1 szt (JAJ.)	Platki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU, OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Kurczak zapiekany-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony, zapiekany z dod. biał. mlek. w osłonce niejadanej. 50 g (JAJ, SOJ, MLE, GOR, może zawierać: GLU, PSZ, SEL.) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU, ŻYT, GLU, JECZ.) Arbuz 150 g Miód (25g) 1 szt Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU, PSZ) Jajko gotowane kl L 1 szt (JAJ.)	Platki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU, OW.) Chleb Graham 100 g (GLU, PSZ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Kurczak zapiekany-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony, zapiekany z dod. biał. mlek. w osłonce niejadanej. 50 g (JAJ, SOJ, MLE, GOR, może zawierać: GLU, PSZ, SEL.) Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml Arbuz 150 g Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLU, PSZ) Jajko gotowane kl L 1 szt (JAJ.)	Platki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU, OW.) Chleb Graham 100 g (GLU, PSZ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Kurczak zapiekany-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony, zapiekany z dod. biał. mlek. w osłonce niejadanej. 50 g (JAJ, SOJ, MLE, GOR, może zawierać: GLU, PSZ, SEL.) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Arbuz 150 g Miód (25g) 1 szt Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU, PSZ)	Bułka pszenna długa krojona 150 g (GLU, PSZ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Kurczak zapiekany-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony, zapiekany z dod. biał. mlek. w osłonce niejadanej. 50 g (JAJ, SOJ, MLE, GOR, może zawierać: GLU, PSZ, SEL.) Jajko gotowane kl L 1 szt (JAJ.) Miód (25g) 1 szt Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml Mus z brzoskwiń 100 g
		II SN		Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt			Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt		Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt
2024-08-12 poniedziałek	Obiad	Kapuśniak z kapusty białej () 400 ml (GLU, PSZ, SEL, GOR.) Ryż z jabłkiem prażonym i cynamonem 300 g Jogurt truskawkowy 100 g 1 szt (MLE.) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Wielowarzywna z ziemniakami () 400 ml (GLU, PSZ, MLE, SEL.) Ryż z jabłkiem prażonym i cynamonem 300 g Jogurt truskawkowy 100 g 1 szt (MLE.) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Wielowarzywna z ziemniakami () 400 ml (GLU, PSZ, MLE, SEL.) Ryż na sypko (brązowy) 200 g Mięso z szynki wieprzowej 100 g Sos jarzynowy () 80 ml (GLU, PSZ, SEL.) Surówka żydowska z olejem b/c () 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Wielowarzywna z ziemniakami (b/kałafiora) 400 ml (GLU, PSZ, MLE, SEL.) Ryż na sypko 200 g Mięso z szynki wieprzowej 100 g Sos jarzynowy () 80 ml (GLU, PSZ, SEL.) Szpinak gotowany z olejem* 200 g (GLU, PSZ.) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Wielowarzywna z ziemniakami () 400 ml (GLU, PSZ, MLE, SEL.) Pierogi z serem* 300 g (GLU, PSZ, MLE.) Ryż z jabłkiem prażonym i cynamonem 300 g Jogurt truskawkowy 100 g 1 szt (MLE.) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Wielowarzywna z ziemniakami () 400 ml (GLU, PSZ, MLE, SEL.) Ryż na sypko (brązowy) 200 g Mięso z szynki wieprzowej 100 g Pulpet wieprzowy 120 g (GLU, PSZ, JAJ.) Sos jarzynowy () 80 ml (GLU, PSZ, SEL.) Surówka żydowska z olejem b/c () 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Wielowarzywna z ziemniakami () 400 ml (GLU, PSZ, MLE, SEL.) Ryż z jabłkiem prażonym i cynamonem 300 g Jogurt truskawkowy 100 g 1 szt (MLE.) Kompot owocowy* b/c 250 ml	
		PD		Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE.)			Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE.)		Chrupki kukurydziane 25 g
2024-08-12 poniedziałek	Kolacja	Twaróg półtłusty 100 g (MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Chleb Graham 60 g (GLU, PSZ.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Twaróg półtłusty 100 g (MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU, PSZ.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Twaróg półtłusty 100 g (MLE.) Chleb Graham 150 g (GLU, PSZ.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szyńska tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (może zawierać: MLE, GOR.) Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 150 g (GLU, PSZ.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szyńska tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (może zawierać: MLE, GOR.) Marchew pieczona w słupki () 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Jogurt truskawkowy 100 g 1 szt (MLE.)	Twaróg półtłusty 100 g (MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU, PSZ.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szyńska tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (może zawierać: MLE, GOR.) Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Twaróg półtłusty 100 g (MLE.) Chleb Graham 150 g (GLU, PSZ.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Twaróg półtłusty 100 g (MLE.) Sałatka z pomidorów z cebulką i olejem 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 150 g (GLU, PSZ.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szyńska tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (może zawierać: MLE, GOR.) Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt (MLE.) Marchew pieczona w słupki () 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	
		PN	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Szyńska zielonogórska- wp. parzona 20 g (SOJ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Sałata zielona 5 g	Chleb Graham 30 g (GLU, PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Szyńska zielonogórska- wp. parzona 20 g (SOJ.) Sałata zielona 5 g	Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU, PSZ.) Szyńska zielonogórska- wp. parzona 20 g (SOJ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Sałata zielona 5 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Szyńska zielonogórska- wp. parzona 20 g (SOJ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Sałata zielona 5 g	Chleb Graham 30 g (GLU, PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Szyńska zielonogórska- wp. parzona 20 g (SOJ.) Sałata zielona 5 g	Chleb Graham 30 g (GLU, PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Szyńska zielonogórska- wp. parzona 20 g (SOJ.) Sałata zielona 5 g	Chleb Graham 30 g (GLU, PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Szyńska zielonogórska- wp. parzona 20 g (SOJ.) Sałata zielona 5 g
	Wartość energetyczna: 2650.38 kcal; Białko ogółem: 90.13 g; Tłuszcz: 69.07 g; Kw. tł. nasy.: 33.21 g; Węglowodany ogółem: 432.59 g; W tym cukry: 117.93 g; Błonnik pok.: 27.19 g; Sól: 6.20 g;	Wartość energetyczna: 2620.73 kcal; Białko ogółem: 85.82 g; Tłuszcz: 60.54 g; Kw. tł. nasy.: 31.31 g; Węglowodany ogółem: 445.25 g; W tym cukry: 115.07 g; Błonnik pok.: 21.20 g; Sól: 6.08 g;	Wartość energetyczna: 2440.30 kcal; Białko ogółem: 115.41 g; Tłuszcz: 71.78 g; Kw. tł. nasy.: 30.89 g; Węglowodany ogółem: 347.98 g; W tym cukry: 45.20 g; Błonnik pok.: 44.11 g; Sól: 7.37 g;	Wartość energetyczna: 2734.75 kcal; Białko ogółem: 110.18 g; Tłuszcz: 68.97 g; Kw. tł. nasy.: 29.16 g; Węglowodany ogółem: 430.00 g; W tym cukry: 75.92 g; Błonnik pok.: 26.48 g; Sól: 8.45 g;	Wartość energetyczna: 3421.81 kcal; Białko ogółem: 139.14 g; Tłuszcz: 77.72 g; Kw. tł. nasy.: 35.72 g; Węglowodany ogółem: 547.62 g; W tym cukry: 115.39 g; Błonnik pok.: 28.04 g; Sól: 9.46 g;	Wartość energetyczna: 3006.84 kcal; Białko ogółem: 170.26 g; Tłuszcz: 99.38 g; Kw. tł. nasy.: 39.63 g; Węglowodany ogółem: 371.66 g; W tym cukry: 57.45 g; Błonnik pok.: 44.09 g; Sól: 11.37 g;	Wartość energetyczna: 2457.70 kcal; Białko ogółem: 87.66 g; Tłuszcz: 58.95 g; Kw. tł. nasy.: 28.80 g; Węglowodany ogółem: 411.62 g; W tym cukry: 108.67 g; Błonnik pok.: 29.10 g; Sól: 7.19 g;	Wartość energetyczna: 3172.48 kcal; Białko ogółem: 115.72 g; Tłuszcz: 78.66 g; Kw. tł. nasy.: 37.00 g; Węglowodany ogółem: 508.28 g; W tym cukry: 61.51 g; Błonnik pok.: 32.50 g; Sól: 8.46 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-08-05 do dnia 2024-08-18 KUCHNIA ŁÓDŹ

	ŁÓDŹ- WWC0IT Podstawowa	ŁÓDŹ- WWC0IT Łatwo strawna	ŁÓDŹ- WWC0IT Z ogr. łatwo przysw. węglowodanów	ŁÓDŹ- WWC0IT Łatwo str. z ogr. tłuszczu	ŁÓDŹ- WWC0IT Bogatobiałkowa	ŁÓDŹ- WWC0IT Z ogr. łatwo przysw. węgl. bogatobiał	ŁÓDŹ- WWC0IT O kontrolowanej zawartości kw. tł.	ŁÓDŹ- WWC0IT Bogatobiałkowa (OPS)
Śniadanie	Makaron na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło porcjowane 15g (82% tt.) 1 szt (<u>MLE</u>) Szprot w sosie pomidorowym 100 g (<u>RYB, SEL</u>) Ogórek świeży 90 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>) Miód (25g) 1 szt Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ</u>) Salata lodowa 10 g	Makaron na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło porcjowane 15g (82% tt.) 1 szt (<u>MLE</u>) Szynkowa debowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Salata lodowa 10 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>) Kalafor gotowany* 90 g Miód (25g) 1 szt Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ</u>)	Makaron na wywarze jarzynowym 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło porcjowane 15g (82% tt.) 1 szt (<u>MLE</u>) Szynkowa debowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Ogórek świeży 90 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml 1 szt (<u>GLU PSZ</u>) Salata lodowa 10 g	Makaron na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło porcjowane 15g (82% tt.) 1 szt (<u>MLE</u>) Szynkowa debowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 100 g (<u>SEL</u>) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml 1 szt (<u>GLU PSZ</u>) Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ</u>)	Makaron na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło porcjowane 15g (82% tt.) 1 szt (<u>MLE</u>) Szynkowa debowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Szprot w sosie pomidorowym 100 g (<u>RYB, SEL</u>) Salata lodowa 10 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>) Kalafor gotowany* 90 g Miód (25g) 1 szt Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ</u>)	Makaron na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło porcjowane 15g (82% tt.) 1 szt (<u>MLE</u>) Szynkowa debowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Szprot w sosie pomidorowym 100 g (<u>RYB, SEL</u>) Ogórek świeży 90 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml 1 szt (<u>GLU PSZ</u>) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ</u>) Salata lodowa 10 g	Makaron na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło porcjowane 15g (82% tt.) 1 szt (<u>MLE</u>) Szprot w sosie pomidorowym 100 g (<u>RYB, SEL</u>) Ogórek świeży 90 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml 1 szt (<u>GLU PSZ</u>) Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ</u>) Salata lodowa 10 g	Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło porcjowane 15g (82% tt.) 1 szt (<u>MLE</u>) Szynkowa debowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Ser żółty 50 g (<u>MLE</u>) Kalafor gotowany* 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml 1 szt Miód (25g) 1 szt
II SN			Jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>MLE</u>)			Jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>MLE</u>)		Sok pomarańczowy 0,2L-kartonik 1 szt
Obiad	Grochowa z ziemniakami () 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Kluski na parze 200 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>) Bitka wołowa 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Sos chrzanowy 80 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SO2</u>) Salatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Solferino () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Kluski na parze 200 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>) Bitka wołowa 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Sos własny () 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Buraczki gotowane () 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Solferino () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JECZ</u>) Bitka wołowa 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Sos chrzanowy 80 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SO2</u>) Salatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Solferino () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Kluski na parze 200 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>) Bitka wołowa 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Sos własny () 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Buraczki gotowane () 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Solferino () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Kluski na parze 200 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>) Pulpet wołowy 120 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Bitka wołowa 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Sos chrzanowy 80 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SO2</u>) Salatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Solferino () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JECZ</u>) Bitka wołowa 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Pulpet wołowy 120 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Sos chrzanowy 80 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SO2</u>) Salatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Grochowa z ziemniakami () 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JECZ</u>) Bitka wołowa 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Sos chrzanowy 80 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SO2</u>) Salatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Solferino () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Kluski na parze 200 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>) Pulpet wołowy 120 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Bitka wołowa 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Sos chrzanowy 80 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SO2</u>) Buraczki gotowane () 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml
PD			Sok pomidorowy 0,3l 1 szt			Sok pomidorowy 0,3l 1 szt		Babka piaskowa 60 g (<u>GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE</u>)
Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Chleb Graham 60 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło porcjowane 15g (82% tt.) 1 szt (<u>MLE</u>) Filet zapiekany drobiowy 50 g (<u>MLE</u>) Banan 1szt. 1 szt Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>MLE</u>)	Chleb Graham 150 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło porcjowane 15g (82% tt.) 1 szt (<u>MLE</u>) Filet zapiekany drobiowy 50 g (<u>MLE</u>) Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło porcjowane 15g (82% tt.) 1 szt (<u>MLE</u>) Filet zapiekany drobiowy 50 g (<u>MLE</u>) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>MLE</u>)	Bułka pszenna długa krojona 90 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Bułka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło porcjowane 15g (82% tt.) 1 szt (<u>MLE</u>) Filet zapiekany drobiowy 50 g (<u>MLE</u>) Ser żółty 50 g (<u>MLE</u>) Banan 1szt. 1 szt Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml 1 szt (<u>MLE</u>)	Chleb Graham 150 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło porcjowane 15g (82% tt.) 1 szt (<u>MLE</u>) Filet zapiekany drobiowy 50 g (<u>MLE</u>) Jajko gotowane kl L 1 szt (<u>JAJ</u>) Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb Graham 150 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło porcjowane 15g (82% tt.) 1 szt (<u>MLE</u>) Filet zapiekany drobiowy 50 g (<u>MLE</u>) Banan 1szt. 1 szt Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>MLE</u>)	Chleb Graham 150 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło porcjowane 15g (82% tt.) 1 szt (<u>MLE</u>) Filet zapiekany drobiowy 50 g (<u>MLE</u>) Banan 1szt. 1 szt Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>MLE</u>)	Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło porcjowane 15g (82% tt.) 1 szt (<u>MLE</u>) Krokiety z mięsem drobiowym 150 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>) Serek warogowy śmietankowy 16,67g (kiri,haga) 1 szt (<u>MLE</u>) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml
PN	Przecier owocowy jabłko-morela 120g 1 szt (<u>może zawierać: MLE</u>) Herbatniki 20 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u>)	Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ</u>) Ser żółty 20 g (<u>MLE</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Salata zielona 5 g	Przecier owocowy jabłko-morela 120g 1 szt (<u>może zawierać: MLE</u>) Herbatniki 20 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u>)	Przecier owocowy jabłko-morela 120g 1 szt (<u>może zawierać: MLE</u>) Herbatniki 20 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u>)	Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Ser żółty 20 g (<u>MLE</u>) Salata zielona 5 g	Herbatniki 20 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u>) Przecier owocowy jabłko-morela 120g 1 szt (<u>może zawierać: MLE</u>)	Przecier owocowy jabłko-morela 120g 1 szt (<u>może zawierać: MLE</u>) Herbatniki 20 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u>)	Wartość energetyczna: 3471.38 kcal; Białko ogółem: 136.75 g; Tłuszcz: 92.59 g; Kw. tł. nasy.: 33.71 g; Węglowodany ogółem: 534.79 g; W tym cukry: 128.98 g; Błonnik pok.: 35.83 g; Sól: 8.20 g;
	Wartość energetyczna: 3150.11 kcal; Białko ogółem: 126.66 g; Tłuszcz: 69.88 g; Kw. tł. nasy.: 28.97 g; Węglowodany ogółem: 511.95 g; W tym cukry: 136.78 g; Błonnik pok.: 29.12 g; Sól: 8.87 g;	Wartość energetyczna: 2629.78 kcal; Białko ogółem: 117.30 g; Tłuszcz: 86.80 g; Kw. tł. nasy.: 34.71 g; Węglowodany ogółem: 366.06 g; W tym cukry: 45.72 g; Błonnik pok.: 40.97 g; Sól: 9.64 g;	Wartość energetyczna: 3082.49 kcal; Białko ogółem: 125.34 g; Tłuszcz: 72.42 g; Kw. tł. nasy.: 27.28 g; Węglowodany ogółem: 490.41 g; W tym cukry: 113.13 g; Błonnik pok.: 27.09 g; Sól: 7.74 g;	Wartość energetyczna: 3857.96 kcal; Białko ogółem: 179.84 g; Tłuszcz: 114.74 g; Kw. tł. nasy.: 46.38 g; Węglowodany ogółem: 534.78 g; W tym cukry: 131.60 g; Błonnik pok.: 26.70 g; Sól: 10.30 g;	Wartość energetyczna: 3141.00 kcal; Białko ogółem: 171.07 g; Tłuszcz: 109.26 g; Kw. tł. nasy.: 42.70 g; Węglowodany ogółem: 389.55 g; W tym cukry: 58.07 g; Błonnik pok.: 40.96 g; Sól: 11.85 g;	Wartość energetyczna: 3065.53 kcal; Białko ogółem: 123.51 g; Tłuszcz: 85.71 g; Kw. tł. nasy.: 31.11 g; Węglowodany ogółem: 468.19 g; W tym cukry: 121.70 g; Błonnik pok.: 41.99 g; Sól: 6.58 g;	Wartość energetyczna: 3796.95 kcal; Białko ogółem: 166.95 g; Tłuszcz: 117.07 g; Kw. tł. nasy.: 45.73 g; Węglowodany ogółem: 525.90 g; W tym cukry: 112.19 g; Błonnik pok.: 27.40 g; Sól: 8.95 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-08-05 do dnia 2024-08-18 KUCHNIA ŁÓDŹ

	ŁÓDŹ- WWC0IT Podstawowa	ŁÓDŹ- WWC0IT Łatwo strawna	ŁÓDŹ- WWC0IT Z ogr. łatwo przysw. węglowodanów	ŁÓDŹ- WWC0IT Łatwo str. z ogr. tłuszczu	ŁÓDŹ- WWC0IT Bogatobiałkowa	ŁÓDŹ- WWC0IT Z ogr. łatwo przysw. węgl. bogatobiał	ŁÓDŹ- WWC0IT O kontrolowanej zawartości kw. tł.	ŁÓDŹ- WWC0IT Bogatobiałkowa (OPS)							
2024-08-14 środa	II SN	Sniadanie	Ryż na mleku 300 ml (MLE) Chleb Graham 100 g (GLU PSZ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE) Serek homo. naturalny 100 g (MLE) Sliwka szt 2 szt Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ) Miód (25g) 1 szt Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ)	Ryż na mleku 300 ml (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE) Serek homo. naturalny 100 g (MLE) Jabłko 1 szt 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ) Miód (25g) 1 szt Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ)	Ryż na wywarze jarzynowym () 300 ml (SEL) Chleb Graham 100 g (GLU PSZ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE) Serek homo. naturalny 100 g (MLE) Sliwka szt 2 szt Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ)	Ryż na mleku 300 ml (MLE) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE) Serek homo. naturalny 100 g (MLE) Jabłko pieczone 1 szt. 1 szt Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Miód (25g) 1 szt Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ)	Ryż na mleku 300 ml (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b. sojowego i wody 50 g (SOJ) Serek homo. naturalny 100 g (MLE) Jabłko 1 szt 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ) Miód (25g) 1 szt Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ)	Ryż na mleku 300 ml (MLE) Chleb Graham 100 g (GLU PSZ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE) Serek homo. naturalny 100 g (MLE) Sliwka szt 2 szt Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Miód (25g) 1 szt Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ)	Bułka pszenna długa krojona 150 g (GLU PSZ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE) Serek z ziemi do chleba termizowany 100g 1 szt (MLE) Pasztet drobiowy (50g) 1 szt (GLU PSZ, SOJ, MLE) Jabłko pieczone 1 szt. 1 szt Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml Miód (25g) 1 szt						
					Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE)		Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE)		Chrupki kukurydziane 25 g						
	Obiad	Gryskowa () 400 ml (GLU PSZ, SEL) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane () 200 g Gyros z kurczaka 100 g (GOR) Salata zielona z kefirem 100 g (MLE) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Gryskowa () 400 ml (GLU PSZ, SEL) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane () 200 g Mięso drobiowe pieczone z udzka kurczaka 100 g (GLU PSZ) Sos ziołowy () 80 ml (GLU PSZ, SEL) Salata zielona z kefirem 100 g (MLE) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Gryskowa () 400 ml (GLU PSZ, SEL) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane () 200 g Gyros z kurczaka 100 g (GOR) Sos ziołowy () 80 ml (GLU PSZ, SEL) Salata zielona z kefirem 100 g (MLE) Kompot owocowy* b/c 250 ml	Gryskowa () 400 ml (GLU PSZ, SEL) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane () 200 g Mięso drobiowe gotowane z udzka kurczaka 100 g (GLU PSZ) Drynja duszona z olejem* 200 g (GLU PSZ) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Gryskowa () 400 ml (GLU PSZ, SEL) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane () 200 g Gyros z kurczaka 100 g (GOR) Mięso drobiowe pieczone z udzka kurczaka 100 g (GLU PSZ) Sos ziołowy () 80 ml (GLU PSZ, SEL) Salata zielona z kefirem 100 g (MLE) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Gryskowa () 400 ml (GLU PSZ, SEL) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane () 200 g Gyros z kurczaka 100 g (GOR) Mięso drobiowe pieczone z udzka kurczaka 100 g (GLU PSZ) Salata zielona z kefirem 100 g (MLE) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Gryskowa () 400 ml (GLU PSZ, SEL) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane () 200 g Gyros z kurczaka 100 g (GOR) Kotlety ziemniaczane () 100 g (GLU PSZ, JAJ) Sos ziołowy () 80 ml (GLU PSZ, SEL) Drynja duszona z olejem* 200 g (GLU PSZ) Kompot owocowy* b/c 250 ml							
		PD		Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 100 g		Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 100 g		Kisiel o smaku cytrynowym z/c 150 ml							
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Chleb Graham 60 g (GLU PSZ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE) Pasztet Ciecchanowski-Pasztet drobiowy z dodatkiem surowców wiewprzowych pieczony 50 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE) Pomidor 50 g Rzodkiewka 50 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE)	Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE) Szynka szkolna- wp. parzona 50 g (GLU PSZ, SOJ, MLE) Pomidor 50 g Rzodkiewka 50 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE)	Chleb Graham 150 g (GLU PSZ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE) Szynka szkolna- wp. parzona 50 g (GLU PSZ, SOJ, MLE) Cukinia pieczona z olejem* 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE)	Bułka pszenna długa krojona 150 g (GLU PSZ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE) Szynka szkolna- wp. parzona 50 g (GLU PSZ, SOJ, MLE) Cukinia pieczona z olejem* 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE)	Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE) Pasztet Ciecchanowski-Pasztet drobiowy z dodatkiem surowców wiewprzowych pieczony 50 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE) Pomidor 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE)	Chleb Graham 150 g (GLU PSZ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE) Szynka szkolna- wp. parzona 50 g (GLU PSZ, SOJ, MLE) Pomidor 50 g Rzodkiewka 50 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE)	Bułka pszenna długa krojona 150 g (GLU PSZ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE) Pasta jajeczna 80g 1 szt Szynka szkolna- wp. parzona 50 g (GLU PSZ, SOJ, MLE) Cukinia pieczona z olejem* 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml							
		PN	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło extra 82% 5 g (MLE) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b. sojowego i wody 20 g (SOJ) Salata lodowa 5 g	Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b. sojowego i wody 20 g (SOJ) Chleb Graham 30 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 5 g (MLE) Salata lodowa 5 g	Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 5 g (MLE) Chleb Graham 30 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 5 g (MLE) Salata lodowa 5 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło extra 82% 5 g (MLE) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b. sojowego i wody 20 g (SOJ) Salata lodowa 5 g	Chleb Graham 30 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 5 g (MLE) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b. sojowego i wody 20 g (SOJ) Salata lodowa 5 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło extra 82% 5 g (MLE) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b. sojowego i wody 20 g (SOJ) Salata lodowa 5 g	Chleb Graham 30 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 5 g (MLE) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b. sojowego i wody 20 g (SOJ) Salata lodowa 5 g	Wartość energetyczna: 2511.86 kcal; Białko ogółem: 107.65 g; Tłuszcz: 75.12 g; Kw. tł. nasy.: 31.50 g; Węglowodany ogółem: 362.53 g; W tym cukry: 72.47 g; Błonnik pok.: 26.21 g; Sól: 8.02 g;	Wartość energetyczna: 2500.72 kcal; Białko ogółem: 105.52 g; Tłuszcz: 63.01 g; Kw. tł. nasy.: 29.70 g; Węglowodany ogółem: 386.95 g; W tym cukry: 77.21 g; Błonnik pok.: 21.80 g; Sól: 8.62 g;	Wartość energetyczna: 2134.15 kcal; Białko ogółem: 102.28 g; Tłuszcz: 65.87 g; Kw. tł. nasy.: 25.84 g; Węglowodany ogółem: 301.58 g; W tym cukry: 33.28 g; Błonnik pok.: 36.74 g; Sól: 8.44 g;	Wartość energetyczna: 2587.73 kcal; Białko ogółem: 108.36 g; Tłuszcz: 67.18 g; Kw. tł. nasy.: 28.07 g; Węglowodany ogółem: 393.38 g; W tym cukry: 79.63 g; Błonnik pok.: 22.37 g; Sól: 7.22 g;	Wartość energetyczna: 2954.49 kcal; Białko ogółem: 148.54 g; Tłuszcz: 93.13 g; Kw. tł. nasy.: 35.60 g; Węglowodany ogółem: 389.88 g; W tym cukry: 77.67 g; Błonnik pok.: 22.00 g; Sól: 10.32 g;	Wartość energetyczna: 2610.49 kcal; Białko ogółem: 153.71 g; Tłuszcz: 88.93 g; Kw. tł. nasy.: 32.92 g; Węglowodany ogółem: 317.75 g; W tym cukry: 45.31 g; Błonnik pok.: 36.51 g; Sól: 10.72 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-08-05 do dnia 2024-08-18 KUCHNIA ŁÓDŹ

	ŁÓDŹ- WWC0IT Podstawowa	ŁÓDŹ- WWC0IT Łatwo strawna	ŁÓDŹ- WWC0IT Z ogr. łątwo przysw. węglowodanów	ŁÓDŹ- WWC0IT Łatwo str. z ogr. tłuszczu	ŁÓDŹ- WWC0IT Bogatobiałkowa	ŁÓDŹ- WWC0IT Z ogr. łątwo przysw. węgl. bogatobiał	ŁÓDŹ- WWC0IT O kontrolowanej zawartości kw. tł.	ŁÓDŹ- WWC0IT Bogatobiałkowa (OPS)	
2024-08-15 czwartek	Śniadanie	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (może zawierać: MLE, GOR.) Pomidor 100 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ) Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE) Miód (25g) 1 szt Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ)	Chleb Graham 100 g (GLU PSZ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (może zawierać: MLE, GOR.) Salatka z ciecierzycy, pomidora i ogórka małosolnego 100 g (GOR) Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym (l) 300 ml (SEL) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ)	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (może zawierać: MLE, GOR.) Bukiet jarzyn gotowany z olejem (l) 100 g (SEL) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE) Miód (25g) 1 szt Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ)	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (może zawierać: MLE, GOR.) Salatka z ciecierzycy, pomidora i ogórka małosolnego 100 g (GOR) Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE) Miód (25g) 1 szt Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ)	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (może zawierać: MLE, GOR.) Salatka z ciecierzycy, pomidora i ogórka małosolnego 100 g (GOR) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE) Miód (25g) 1 szt Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ)	Chleb Graham 100 g (GLU PSZ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (może zawierać: MLE, GOR.) Salatka z ciecierzycy, pomidora i ogórka małosolnego 100 g (GOR) Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE) Miód (25g) 1 szt Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ)	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE) Chleb Graham 100 g (GLU PSZ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (może zawierać: MLE, GOR.) Salatka z ciecierzycy, pomidora i ogórka małosolnego 100 g (GOR) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE) Miód (25g) 1 szt Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ)	Bułka pszenna długa krojona 150 g (GLU PSZ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (może zawierać: MLE, GOR.) Bukiet jarzyn gotowany z olejem (l) 100 g (SEL) Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml Miód (25g) 1 szt
		II SN		Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE)			Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE)		Biszkopto b/m 30 g (GLU PSZ, JAJ, SOL)
2024-08-15 czwartek	Obiad	Barszcz czerwony z ziemniakami (l) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Krokiety z mięsem wieprzowym 300 g (GLU PSZ, JAJ, MLE) Surówka wielowarzywna z olejem (l) 200 g (SEL) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami (l) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Makaron (pełnoziarnisty) z sosem mięsno-warzywnym, z mięsa wieprzowego (l) 300 g (GLU PSZ, SEL) Brokuł gotowany* 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami (l) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Makaron (pełnoziarnisty) z sosem mięsno-warzywnym, z mięsa wieprzowego (l) 300 g (GLU PSZ, SEL) Surówka wielowarzywna z olejem b/c (l) 200 g (SEL) Kompot owocowy* b/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami (l) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Makaron 200 g (GLU PSZ) Pulpet wieprzowy 120 g (GLU PSZ, JAJ) Sos własny (l) 80 ml (GLU PSZ, SEL) Marchew gotowana z olejem (l) 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami (l) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Makaron (pełnoziarnisty) z sosem mięsno-warzywnym, z mięsa wieprzowego (l) 300 g (GLU PSZ, SEL) Pulpet wieprzowy 120 g (GLU PSZ, JAJ) Sos własny (l) 80 ml (GLU PSZ, SEL) Surówka wielowarzywna z olejem b/c (l) 200 g (SEL) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami (l) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Makaron (pełnoziarnisty) z sosem mięsno-warzywnym, z mięsa wieprzowego (l) 300 g (GLU PSZ, SEL) Pulpet wieprzowy 120 g (GLU PSZ, JAJ) Sos własny* z/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami (l) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Makaron z sosem mięsno-warzywnym, z mięsa wieprzowego (l) 300 g (GLU PSZ, SEL) Makaron z sosem mięsno-warzywnym, z mięsa wieprzowego (l) 300 g (GLU PSZ, SEL) Surówka wielowarzywna z olejem (l) 200 g (SEL) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami (l) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Krokiety z mięsem wieprzowym 300 g (GLU PSZ, JAJ, MLE) Makaron z sosem mięsno-warzywnym, z mięsa wieprzowego (l) 300 g (GLU PSZ, SEL) Brokuł gotowany* 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml
		PD		Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt			Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt		Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (może zawierać: MLE)
2024-08-15 czwartek	Kolacja	Kluski leniwe z serem* 200 g (GLU PSZ, JAJ, MLE) Mus z jabłek prażonych 100 g Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE) Herbata miętowa ekspresowa z/c 250 ml	Chleb Graham 150 g (GLU PSZ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Jabłko 1 szt 1 szt Herbata miętowa ekspresowa b/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 150 g (GLU PSZ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE) Kluski leniwe z serem* 200 g (GLU PSZ, JAJ, MLE) Herbata miętowa ekspresowa z/c 250 ml Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE) Mus z jabłek prażonych 100 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Kluski leniwe z serem* 200 g (GLU PSZ, JAJ, MLE) Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE) Herbata miętowa ekspresowa z/c 250 ml Mus z jabłek prażonych 100 g	Chleb Graham 150 g (GLU PSZ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Ser żółty 50 g (MLE) Jabłko 1 szt 1 szt Herbata miętowa ekspresowa b/c 250 ml	Kluski leniwe z serem* 200 g (GLU PSZ, JAJ, MLE) Mus z jabłek prażonych 100 g Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE) Herbata miętowa ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 150 g (GLU PSZ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE) Kluski leniwe z serem* 200 g (GLU PSZ, JAJ, MLE) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Herbata miętowa ekspresowa b/c 250 ml Mus z brzoskwiń 100 g	
		PN	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 15 g	Chleb Graham 30 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 5 g (MLE) Jajko gotowane kl L 1 szt (JAJ) Salata zielona 5 g	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 15 g	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 15 g	Chleb Graham 30 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 5 g (MLE) Jajko gotowane kl L 1 szt (JAJ) Salata zielona 5 g	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 15 g	
		Wartość energetyczna: 3013.50 kcal; Białko ogółem: 116.62 g; Tłuszcz: 90.17 g; Kw. tł. nasy.: 27.72 g; Węglowodany ogółem: 441.50 g; W tym cukry: 103.10 g; Błonnik pok.: 29.56 g; Sól: 10.00 g;	Wartość energetyczna: 2470.97 kcal; Białko ogółem: 93.30 g; Tłuszcz: 58.71 g; Kw. tł. nasy.: 23.02 g; Węglowodany ogółem: 401.28 g; W tym cukry: 95.15 g; Błonnik pok.: 21.63 g; Sól: 7.45 g;	Wartość energetyczna: 2519.40 kcal; Białko ogółem: 100.79 g; Tłuszcz: 77.96 g; Kw. tł. nasy.: 27.40 g; Węglowodany ogółem: 369.53 g; W tym cukry: 44.23 g; Błonnik pok.: 47.81 g; Sól: 9.90 g;	Wartość energetyczna: 3255.57 kcal; Białko ogółem: 119.80 g; Tłuszcz: 86.25 g; Kw. tł. nasy.: 33.04 g; Węglowodany ogółem: 514.90 g; W tym cukry: 101.99 g; Błonnik pok.: 31.01 g; Sól: 9.01 g;	Wartość energetyczna: 4119.55 kcal; Białko ogółem: 176.18 g; Tłuszcz: 121.05 g; Kw. tł. nasy.: 41.57 g; Węglowodany ogółem: 589.01 g; W tym cukry: 95.56 g; Błonnik pok.: 31.53 g; Sól: 12.86 g;	Wartość energetyczna: 3144.96 kcal; Białko ogółem: 151.52 g; Tłuszcz: 114.70 g; Kw. tł. nasy.: 45.24 g; Węglowodany ogółem: 393.59 g; W tym cukry: 56.16 g; Błonnik pok.: 47.79 g; Sól: 11.73 g;	Wartość energetyczna: 2551.08 kcal; Białko ogółem: 90.63 g; Tłuszcz: 67.82 g; Kw. tł. nasy.: 21.74 g; Węglowodany ogółem: 403.69 g; W tym cukry: 94.67 g; Błonnik pok.: 28.57 g; Sól: 8.30 g;	Wartość energetyczna: 3796.98 kcal; Białko ogółem: 149.66 g; Tłuszcz: 115.03 g; Kw. tł. nasy.: 33.08 g; Węglowodany ogółem: 549.72 g; W tym cukry: 58.52 g; Błonnik pok.: 32.27 g; Sól: 10.63 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-08-05 do dnia 2024-08-18 KUCHNIA ŁÓDŹ

	ŁÓDŹ- WWC0IT Podstawowa	ŁÓDŹ- WWC0IT Łatwo strawna	ŁÓDŹ- WWC0IT Z ogr. łatwo przysw. węglowodanów	ŁÓDŹ- WWC0IT Łatwo str. z ogr. tłuszczu	ŁÓDŹ- WWC0IT Bogatobiałkowa	ŁÓDŹ- WWC0IT Z ogr. łatwo przysw. węgl. bogatobiał	ŁÓDŹ- WWC0IT O kontrolowanej zawartości kw. tł.	ŁÓDŹ- WWC0IT Bogatobiałkowa (OPS)		
2024-08-16 piątek	Śniadanie	Zacierka na mleku 300 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Chleb Graham 40 g (GLU PSZ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Ciasto drożdżowe 60 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, SO2.) Nektarynka 1 szt 1 szt Powidła śliwkowe 30g 1 szt Twaróg półtłusty 50 g (MLE.) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Miód (25g) 1 szt Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.)	Zacierka na mleku 300 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Ciasto drożdżowe 60 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, SO2.) Dżem 25 g Twaróg półtłusty 50 g (MLE.) Nektarynka 1 szt 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Miód (25g) 1 szt Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.)	Zacierka na wywarze jarzynowym () 300 ml (GLU PSZ, JAJ, SEL.) Chleb Graham 100 g (GLU PSZ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Ciasto drożdżowe 60 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, SO2.) Twaróg półtłusty 100 g (MLE.) Nektarynka 1 szt 1 szt Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.)	Zacierka na mleku 300 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Bułka pszenna długa krojona 40 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Ciasto drożdżowe 60 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, SO2.) Dżem 25 g Twaróg półtłusty 50 g (MLE.) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Miód (25g) 1 szt Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.)	Zacierka na mleku 300 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Ciasto drożdżowe 60 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, SO2.) Twaróg półtłusty 100 g (MLE.) Dżem 25 g Nektarynka 1 szt 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Miód (25g) 1 szt Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.)	Zacierka na mleku 300 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Chleb Graham 100 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Twaróg półtłusty 100 g (MLE.) Filet zapiekany drobiowy 50 g (MLE.) Nektarynka 1 szt 1 szt Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Miód (25g) 1 szt Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.)	Zacierka na mleku 300 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Chleb Graham 40 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Ciasto drożdżowe 60 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, SO2.) Powidła śliwkowe 30g 1 szt Twaróg półtłusty 50 g (MLE.) Nektarynka 1 szt 1 szt Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Miód (25g) 1 szt Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.)	Bułka pszenna długa krojona 150 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Filet zapiekany drobiowy 50 g (MLE.) Jajko gotowane kl L 1 szt (JAJ.) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml Miód (25g) 1 szt	
		II SN		Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE.)			Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE.)		Ciasto drożdżowe 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, SO2.)	
		Obiad	Kalafiorowa z ryżem () 400 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane () 200 g Dorsz panierowany 120 g (GLU PSZ, JAJ, RYB.) Surówka z kapusty młodej z olejem () 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Ryżowa () 400 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane () 200 g Ryba gotowana (Dorsz) 120 g (RYB.) Warzywa po grecku () 200 g (GLU PSZ, SEL.) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Kalafiorowa z ryżem () 400 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane () 200 g Ryba gotowana (Dorsz) 120 g (RYB.) Warzywa po grecku () 200 g (GLU PSZ, SEL.) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Ryżowa () 400 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane () 200 g Ryba gotowana (Dorsz) 120 g (RYB.) Warzywa po grecku () 200 g (GLU PSZ, SEL.) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Kalafiorowa z ryżem () 400 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane () 200 g Dorsz panierowany 120 g (GLU PSZ, JAJ, RYB.) Ryba gotowana (Dorsz) 120 g (RYB.) Warzywa po grecku () 200 g (GLU PSZ, SEL.) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Kalafiorowa z ryżem () 400 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane () 200 g Dorsz panierowany 120 g (GLU PSZ, JAJ, RYB.) Ryba gotowana (Dorsz) 120 g (RYB.) Surówka z kapusty młodej z olejem () 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Kalafiorowa z ryżem () 400 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane () 200 g Dorsz panierowany 120 g (GLU PSZ, JAJ, RYB.) Ryba gotowana (Dorsz) 120 g (RYB.) Surówka z kapusty młodej z olejem () 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Ryżowa () 400 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane () 200 g Dorsz panierowany 120 g (GLU PSZ, JAJ, RYB.) Ryba gotowana (Dorsz) 120 g (RYB.) Warzywa po grecku () 200 g (GLU PSZ, SEL.) Kompot owocowy* b/c 250 ml
		PD			Surówka z selera i jabłka z olejem b/c () 100 g (SEL.)			Surówka z selera i jabłka z olejem b/c () 100 g (SEL.)		Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml
		Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 60 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Jajko gotowane kl L 1 szt (JAJ.) Ogórek świeży 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Jajko gotowane kl L 1 szt (JAJ.) Brokuł gotowany* 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE.)	Chleb Graham 150 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Jajko gotowane kl L 1 szt (JAJ.) Ogórek świeży 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 150 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka wieśniowa-wieprzowa, wędz. parz. z dod. wody i białka wp. 50 g (SOJ.) Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Jajko gotowane kl L 1 szt (JAJ.) Szynka wieśniowa-wieprzowa, wędz. parz. z dod. wody i białka wp. 50 g (SOJ.) Ogórek świeży 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE.)	Chleb Graham 150 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Jajko gotowane kl L 1 szt (JAJ.) Szynka wieśniowa-wieprzowa, wędz. parz. z dod. wody i białka wp. 50 g (SOJ.) Ogórek świeży 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE.)	Chleb Graham 150 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka wieśniowa-wieprzowa, wędz. parz. z dod. wody i białka wp. 50 g (SOJ.) Ogórek świeży 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE.)	Bułka pszenna długa krojona 150 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka wieśniowa-wieprzowa, wędz. parz. z dod. wody i białka wp. 50 g (SOJ.) Serek twarogowy śmietankowy 16,67g (kiri,haga) 1 szt (MLE.) Brokuł gotowany* 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml
		PN	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Ser żółty 20 g (MLE.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Salata zielona 5 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Serek twarogowy śmietankowy 16,67g (kiri,haga) 1 szt (MLE.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Salata zielona 5 g	Chleb Graham 30 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Ser żółty 20 g (MLE.) Salata zielona 5 g	Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ.) Serek twarogowy śmietankowy 16,67g (kiri,haga) 1 szt (MLE.) Masło extra 82% 5 g (MLE.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Ser żółty 20 g (MLE.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Salata zielona 5 g	Chleb Graham 30 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Ser żółty 20 g (MLE.) Salata zielona 5 g	Chleb Graham 30 g (GLU PSZ.) Serek twarogowy śmietankowy 16,67g (kiri,haga) 1 szt (MLE.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Salata zielona 5 g	Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ.) Ser żółty 20 g (MLE.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.)
	Wartość energetyczna: 2963.78 kcal; Białko ogółem: 107.99 g; Tłuszcz: 100.30 g; Kw. tł. nasy.: 37.59 g; Węglowodany ogółem: 417.98 g; W tym cukry: 94.72 g; Błonnik pok.: 30.04 g; Sól: 7.16 g;	Wartość energetyczna: 2744.05 kcal; Białko ogółem: 107.58 g; Tłuszcz: 72.21 g; Kw. tł. nasy.: 35.64 g; Węglowodany ogółem: 427.19 g; W tym cukry: 101.33 g; Błonnik pok.: 29.40 g; Sól: 7.14 g;	Wartość energetyczna: 2242.78 kcal; Białko ogółem: 111.86 g; Tłuszcz: 70.19 g; Kw. tł. nasy.: 31.59 g; Węglowodany ogółem: 313.77 g; W tym cukry: 44.62 g; Błonnik pok.: 45.20 g; Sól: 7.15 g;	Wartość energetyczna: 2748.86 kcal; Białko ogółem: 103.71 g; Tłuszcz: 65.14 g; Kw. tł. nasy.: 32.49 g; Węglowodany ogółem: 447.58 g; W tym cukry: 120.57 g; Błonnik pok.: 26.33 g; Sól: 7.25 g;	Wartość energetyczna: 3229.72 kcal; Białko ogółem: 151.76 g; Tłuszcz: 99.01 g; Kw. tł. nasy.: 39.24 g; Węglowodany ogółem: 443.98 g; W tym cukry: 104.18 g; Błonnik pok.: 30.77 g; Sól: 9.75 g;	Wartość energetyczna: 2868.63 kcal; Białko ogółem: 166.22 g; Tłuszcz: 99.64 g; Kw. tł. nasy.: 37.22 g; Węglowodany ogółem: 349.02 g; W tym cukry: 57.53 g; Błonnik pok.: 47.12 g; Sól: 10.76 g;	Wartość energetyczna: 2527.38 kcal; Białko ogółem: 104.74 g; Tłuszcz: 70.67 g; Kw. tł. nasy.: 32.85 g; Węglowodany ogółem: 381.47 g; W tym cukry: 89.29 g; Błonnik pok.: 32.32 g; Sól: 7.60 g;	Wartość energetyczna: 3085.25 kcal; Białko ogółem: 138.98 g; Tłuszcz: 98.09 g; Kw. tł. nasy.: 40.22 g; Węglowodany ogółem: 425.54 g; W tym cukry: 67.57 g; Błonnik pok.: 32.40 g; Sól: 10.31 g;		

Jadłospisy za okres od dnia 2024-08-05 do dnia 2024-08-18 KUCHNIA ŁÓDŹ

	ŁÓDŹ- WWC0IT Podstawowa	ŁÓDŹ- WWC0IT Łatwo strawna	ŁÓDŹ- WWC0IT Z ogr. łatwo przysw. węglowodanów	ŁÓDŹ- WWC0IT Łatwo str. z ogr. tłuszczu	ŁÓDŹ- WWC0IT Bogatobiałkowa	ŁÓDŹ- WWC0IT z ogr. łatwo przysw. węgl. bogatobiał	ŁÓDŹ- WWC0IT O kontrolowanej zawartości kw. tł.	ŁÓDŹ- WWC0IT Bogatobiałkowa (OPS)
Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynkowa drobowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 100 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Miód (25g) 1 szt Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynkowa drobowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Salata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Miód (25g) 1 szt Bukiet jarzyn gotowany z olejem (l) 90 g (SEL.) Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.)	Chleb Graham 100 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynkowa drobowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Salata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml Bukiet jarzyn gotowany z olejem (l) 90 g (SEL.) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.)	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynkowa drobowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem (l) 100 g (SEL.) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Miód (25g) 1 szt Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Twaróg półtłusty 100 g (MLE.) Szynkowa drobowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 100 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Miód (25g) 1 szt Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.)	Chleb Graham 100 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Twaróg półtłusty 100 g (MLE.) Szynkowa drobowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.)	Chleb Graham 100 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynkowa drobowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Salata zielona 10 g Salatka z pomidorów i koperku 90 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Miód (25g) 1 szt Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.)	Bułka pszenna długa krojona 150 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynkowa drobowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Galerka z indyka 180g 1 szt (SOJ, SEL.) Bukiet jarzyn gotowany z olejem (l) 100 g (SEL.) Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml Miód (25g) 1 szt
	II SN		Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE.)			Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE.)		Herbatniki 30 g (GLU PSZ, SOJ, MLE.)
Obiad	Ogórkowa z ziemniakami (l) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) kasza pęczak/sypko 200 g (GLU PSZ.) Gulasz z Żołądków drobiowych* 150 g (GLU PSZ, SEL.) Surówka wykwintna z olejem b/c 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami (l) 400 ml (MLE, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JECZ.) Potrawka drobiowa (l) 150 g (GLU PSZ, SEL.) Buraczki gotowane drobno tarte (l) 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Ogórkowa z ziemniakami (l) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) kasza pęczak/sypko 200 g (GLU PSZ.) Potrawka drobiowa (l) 150 g (GLU PSZ, SEL.) Surówka wykwintna z olejem b/c 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami (l) 400 ml (MLE, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JECZ.) Mięso drobiowe gotowane z udzka kurczaka 100 g Sos koperkowy (l) 80 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Buraczki gotowane drobno tarte (l) 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Ogórkowa z ziemniakami (l) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) kasza pęczak/sypko 200 g (GLU JECZ.) Mięso drobiowe gotowane z udzka kurczaka 100 g Potrawka drobiowa (l) 150 g (GLU PSZ, SEL.) Buraczki gotowane drobno tarte (l) 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Ogórkowa z ziemniakami (l) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) kasza pęczak/sypko 200 g (GLU PSZ.) Mięso drobiowe gotowane z udzka kurczaka 100 g Potrawka drobiowa (l) 150 g (GLU PSZ, SEL.) Surówka wykwintna z olejem b/c 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Ogórkowa z ziemniakami (l) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) kasza pęczak/sypko 200 g (GLU PSZ.) Potrawka drobiowa (l) 150 g (GLU PSZ, SEL.) Surówka wykwintna z olejem b/c 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami (l) 400 ml (MLE, SEL.) kasza pęczak/sypko 200 g (GLU PSZ.) Potrawka drobiowa (l) 150 g (GLU PSZ, SEL.) Mięso drobiowe gotowane z udzka kurczaka 100 g Buraczki gotowane drobno tarte (l) 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml
	PD		Sok pomidorowy 0,3l 1 szt			Sok pomidorowy 0,3l 1 szt		Sok pomidorowy 0,3l 1 szt
Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 60 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Parówki Delikatne-proukt drobiowo wiewprzowy homogenizowany wędzony parzony w osłonce niejadalnej - "na ciepło" 120 g (SOJ.) Ketchup 20 g (SEL.) Banan 1szt. 1 szt Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (SOJ.) Banan 1szt. 1 szt Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE.)	Chleb Graham 150 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (SOJ.) Jabłko 1 szt. 1 szt Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE.)	Bułka pszenna długa krojona 150 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (SOJ.) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Pasztet z soczewicy (l) 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (SOJ.) Banan 1szt. 1 szt Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE.)	Chleb Graham 150 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (SOJ.) Pasztet z soczewicy (l) 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Jabłko 1 szt. 1 szt Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb Graham 150 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Parówki Delikatne-proukt drobiowo wiewprzowy homogenizowany wędzony parzony w osłonce niejadalnej - "na ciepło" 120 g (SOJ.) Serek śmietankowy naturalny termizowany-twój smak 1 szt (MLE.) Brzoskwinie w syropie 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	
	PN	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (MLE.) Biszkopty b/m 15 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ.)	Chleb Graham 30 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Twaróg półtłusty 20 g (MLE.) Salata zielona 5 g	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (MLE.) Biszkopty b/m 15 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ.)	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (MLE.) Biszkopty b/m 15 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ.)	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (MLE.) Chleb Graham 30 g (GLU PSZ.) Twaróg półtłusty 20 g (MLE.) Salata zielona 5 g	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (MLE.) Biszkopty b/m 15 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ.)	Wartość energetyczna: 3081.53 kcal; Białko ogółem: 98.85 g; Tłuszcz: 112.00 g; Kw. tł. nasy.: 41.34 g; Węglowodany ogółem: 425.45 g; W tym cukry: 108.96 g; Błonnik pok.: 42.14 g; Sól: 11.77 g;
	Wartość energetyczna: 2653.00 kcal; Białko ogółem: 94.67 g; Tłuszcz: 61.64 g; Kw. tł. nasy.: 27.66 g; Węglowodany ogółem: 448.40 g; W tym cukry: 121.42 g; Błonnik pok.: 38.01 g; Sól: 8.89 g;	Wartość energetyczna: 2344.76 kcal; Białko ogółem: 95.11 g; Tłuszcz: 79.40 g; Kw. tł. nasy.: 26.66 g; Węglowodany ogółem: 328.05 g; W tym cukry: 44.67 g; Błonnik pok.: 52.87 g; Sól: 11.55 g;	Wartość energetyczna: 2532.27 kcal; Białko ogółem: 100.81 g; Tłuszcz: 62.58 g; Kw. tł. nasy.: 26.35 g; Węglowodany ogółem: 408.44 g; W tym cukry: 91.39 g; Błonnik pok.: 33.36 g; Sól: 7.73 g;	Wartość energetyczna: 3248.54 kcal; Białko ogółem: 152.92 g; Tłuszcz: 87.84 g; Kw. tł. nasy.: 34.11 g; Węglowodany ogółem: 478.21 g; W tym cukry: 122.55 g; Błonnik pok.: 36.50 g; Sól: 10.11 g;	Wartość energetyczna: 2967.07 kcal; Białko ogółem: 154.29 g; Tłuszcz: 105.77 g; Kw. tł. nasy.: 33.14 g; Węglowodany ogółem: 365.23 g; W tym cukry: 47.74 g; Błonnik pok.: 55.20 g; Sól: 12.00 g;	Wartość energetyczna: 2575.79 kcal; Białko ogółem: 92.10 g; Tłuszcz: 78.13 g; Kw. tł. nasy.: 27.26 g; Węglowodany ogółem: 386.84 g; W tym cukry: 98.40 g; Błonnik pok.: 44.22 g; Sól: 8.30 g;	Wartość energetyczna: 3447.01 kcal; Białko ogółem: 146.09 g; Tłuszcz: 131.42 g; Kw. tł. nasy.: 59.33 g; Węglowodany ogółem: 430.16 g; W tym cukry: 75.58 g; Błonnik pok.: 42.08 g; Sól: 13.31 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-08-05 do dnia 2024-08-18 KUCHNIA ŁÓDŹ

	ŁÓDŹ- WWC0IT Podstawowa	ŁÓDŹ- WWC0IT Łatwo strawna	ŁÓDŹ- WWC0IT Z ogr. łatwo przysw. węglowodanów	ŁÓDŹ- WWC0IT Łatwo str. z ogr. tłuszczu	ŁÓDŹ- WWC0IT Bogatobiałkowa	ŁÓDŹ- WWC0IT Z ogr. łatwo przysw. węgl. bogatobiał	ŁÓDŹ- WWC0IT O kontrolowanej zawartości kw. tł.	ŁÓDŹ- WWC0IT Bogatobiałkowa (OPS)	
2024-08-18 niedziela	Śniadanie	Chleb Graham 100 g (GLU PSZ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE) Pasta z twarogu i rzodkiewki 100 g (MLE) Jabłko 1 szt 1 szt Kakao z mlekiem 250 ml (MLE) Miód (25g) 1 szt Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE) Twarożek z ziołami 100 g (MLE) Jabłko 1 szt 1 szt Kakao z mlekiem 250 ml (MLE) Miód (25g) 1 szt Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ)	Chleb Graham 100 g (GLU PSZ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE) Pasta z twarogu i rzodkiewki 100 g (MLE) Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ)	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE) Szynka kostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (może zawierać: MLE, GOR.) Miód (25g) 1 szt Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Bułka pieczone 1szt. 1 szt Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE) Twarożek z ziołami 100 g (MLE) Szynka kostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (może zawierać: MLE, GOR.) Jabłko 1 szt 1 szt Kakao z mlekiem 250 ml (MLE) Miód (25g) 1 szt Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ)	Chleb Graham 100 g (GLU PSZ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE) Twarożek z ziołami 100 g (MLE) Szynka kostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (może zawierać: MLE, GOR.) Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ)	Chleb Graham 100 g (GLU PSZ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE) Pasta z twarogu i rzodkiewki 100 g (MLE) Jabłko 1 szt 1 szt Salata zielona 5 g Kakao z mlekiem 250 ml (MLE) Miód (25g) 1 szt Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ)	Bułka pszenna długa krojona 150 g (GLU PSZ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE) Szynka kostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (może zawierać: MLE, GOR.) Ser żółty 50 g (MLE) Herbata pieczone 1szt. 1 szt Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml Miód (25g) 1 szt
		II SN		Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt			Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt		Kisiel o smaku wiśniowym z/c 150 ml
Obiad	Pomidorowa z makaronem () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane () 200 g Kotlet schabowy 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Mizeria 200 g (MLE) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane () 200 g Schab gotowany 100 g Sos własny () 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Bukiet warzyw gotowanych (march, kalafior, brokuł)* 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane () 200 g Schab gotowany 100 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g (SEL.) Mizeria 200 g (MLE) Kompot owocowy* b/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane () 200 g Schab gotowany 100 g Kotlet schabowy 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos własny () 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Bukiet warzyw gotowanych (march, kalafior, brokuł)* 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane () 200 g Kotlet schabowy 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos własny () 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Bukiet warzyw gotowanych (march, kalafior, brokuł)* 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane () 200 g Schab gotowany 100 g Pulpet wieprzowy 120 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos własny () 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Mizeria 200 g (MLE) Kompot owocowy* b/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane () 200 g Schab gotowany 100 g Mizeria 200 g (MLE) Kompot owocowy* z/c 250 ml Sos własny () 80 ml (GLU PSZ, SEL.)	Pomidorowa z makaronem () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane () 200 g Schab gotowany 100 g Kotlet schabowy 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos własny () 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Bukiet warzyw gotowanych (march, kalafior, brokuł)* 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	
	PD		Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE)			Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE)		Wafelki 30 g (GLU PSZ, SOJ, MLE)	
Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 60 g (GLU PSZ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE) Kielbasa Rawska- produkt wieprzowy 50 g (GLU PSZ, SOJ.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Pomidor 100 g Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE)	Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ) 1 szt (MLE) Szynka zielonogórska- wp. parzona 50 g (SOJ.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Pomidor 100 g Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE)	Chleb Graham 150 g (GLU PSZ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE) Kielbasa Rawska- produkt wieprzowy 50 g (GLU PSZ, SOJ.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Pomidor 100 g	Bułka pszenna długa krojona 150 g (GLU PSZ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE) Szynka zielonogórska- wp. parzona 50 g (SOJ.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Cukinia pieczona z olejem * 100 g Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE)	Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE) Kielbasa Rawska- produkt wieprzowy 50 g (GLU PSZ, SOJ.) Ser żółty 50 g (MLE) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Pomidor 100 g Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE)	Chleb Graham 150 g (GLU PSZ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE) Kielbasa Rawska- produkt wieprzowy 50 g (GLU PSZ, SOJ.) Ser żółty 50 g (MLE) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Pomidor 100 g	Chleb Graham 150 g (GLU PSZ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE) Szynka zielonogórska- wp. parzona 50 g (SOJ.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Pomidor 100 g Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE)	Bułka pszenna długa krojona 150 g (GLU PSZ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE) Szynka zielonogórska- wp. parzona 50 g (SOJ.) Jajko gotowane kl L 1 szt (JAJ.) Cukinia pieczona z olejem * 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml	
	PN	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Jajko gotowane kl L 1 szt (JAJ.) Salata zielona 5 g	Chleb Graham 30 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 5 g (MLE) Jajko gotowane kl L 1 szt (JAJ.) Salata zielona 5 g	Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 5 g (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Jajko gotowane kl L 1 szt (JAJ.) Salata zielona 5 g	Chleb Graham 30 g (GLU PSZ) Jajko gotowane kl L 1 szt (JAJ.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Salata zielona 5 g	Chleb Graham 30 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 5 g (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 20 g Salata zielona 5 g	Chleb Graham 30 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 5 g (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 20 g Salata zielona 5 g	Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 20 g
	Wartość energetyczna: 2578.97 kcal; Białko ogółem: 105.48 g; Tłuszcz: 82.17 g; Kw. tł. nasy.: 35.80 g; Węglowodany ogółem: 365.34 g; W tym cukry: 77.76 g; Błonnik pok.: 28.09 g; Sól: 6.51 g;	Wartość energetyczna: 2447.09 kcal; Białko ogółem: 115.37 g; Tłuszcz: 61.27 g; Kw. tł. nasy.: 32.09 g; Węglowodany ogółem: 369.01 g; W tym cukry: 80.27 g; Błonnik pok.: 26.29 g; Sól: 7.86 g;	Wartość energetyczna: 2181.84 kcal; Białko ogółem: 116.05 g; Tłuszcz: 65.09 g; Kw. tł. nasy.: 32.96 g; Węglowodany ogółem: 298.21 g; W tym cukry: 41.23 g; Błonnik pok.: 36.27 g; Sól: 6.37 g;	Wartość energetyczna: 2436.16 kcal; Białko ogółem: 103.60 g; Tłuszcz: 66.21 g; Kw. tł. nasy.: 26.01 g; Węglowodany ogółem: 368.63 g; W tym cukry: 74.59 g; Błonnik pok.: 28.13 g; Sól: 8.18 g;	Wartość energetyczna: 3104.66 kcal; Białko ogółem: 163.07 g; Tłuszcz: 103.83 g; Kw. tł. nasy.: 46.72 g; Węglowodany ogółem: 389.94 g; W tym cukry: 80.32 g; Błonnik pok.: 27.67 g; Sól: 9.31 g;	Wartość energetyczna: 2760.56 kcal; Białko ogółem: 168.94 g; Tłuszcz: 100.45 g; Kw. tł. nasy.: 48.15 g; Węglowodany ogółem: 310.34 g; W tym cukry: 41.61 g; Błonnik pok.: 35.91 g; Sól: 8.97 g;	Wartość energetyczna: 2291.49 kcal; Białko ogółem: 114.23 g; Tłuszcz: 58.98 g; Kw. tł. nasy.: 32.00 g; Węglowodany ogółem: 339.37 g; W tym cukry: 78.39 g; Błonnik pok.: 29.84 g; Sól: 7.34 g;	Wartość energetyczna: 3164.81 kcal; Białko ogółem: 150.36 g; Tłuszcz: 112.39 g; Kw. tł. nasy.: 50.03 g; Węglowodany ogółem: 399.48 g; W tym cukry: 61.04 g; Błonnik pok.: 25.39 g; Sól: 9.75 g;	

Oznaczenia alergenów:

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

Oznaczenia wskaźników odż:

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