

Jadłospisy za okres od dnia 2024-08-19 do dnia 2024-09-01 KUCHNIA ŁÓDŹ

	ŁÓDŹ- WWCOIT Podstawowa	ŁÓDŹ- WWCOIT Łatwo strawna	ŁÓDŹ- WWCOIT Z ogr. łatwo przysw. węglowodanów	ŁÓDŹ- WWCOIT Łatwo str. z ogr. tłuszczu	ŁÓDŹ- WWCOIT Bogatobiałkowa	ŁÓDŹ- WWCOIT Z ogr. łatwo przysw. wegl. bogatobiał	ŁÓDŹ- WWCOIT O kontrolowanej zawartości kw. tł.	ŁÓDŹ- WWCOIT Bogatobiałkowa (OPS)
Śniadanie	Platki jęczmienne na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU, JECZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Szprot w sosie pomidorowym 100 g (<u>RYB, SEL.</u>) Ogórek świeży 90 g Sałata lodowa 10 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>)	Platki jęczmienne na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU, JECZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Pasta z twarogu z natką pietruszki 100 g (<u>MLE.</u>) Sałata lodowa 10 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU, ŻYT, GLU, JECZ.</u>) Miód (25g) 1 szt Pomidor 90 g Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU, PSZ.</u>)	Platki jęczmienne na wywarze jarzynowym () 300 ml (<u>SEL, GLU, JECZ.</u>) Chleb Graham 100 g (<u>GLU, PSZ.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Pasta z twarogu z natką pietruszki 100 g (<u>MLE.</u>) Ogórek świeży 90 g Sałata lodowa 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU, PSZ.</u>)	Platki jęczmienne na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU, JECZ.</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU, PSZ.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Pasta z twarogu z natką pietruszki 100 g (<u>MLE.</u>) Miód (25g) 1 szt Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Pasta warzywna () 100 g (<u>SEL.</u>) Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU, PSZ.</u>)	Platki jęczmienne na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU, JECZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Pasta z twarogu z natką pietruszki 100 g (<u>MLE.</u>) Baton szynkowy z kurcząt 50 g (<u>może zawierać: GLU, PSZ, MLE, GOR.</u>) Sałata lodowa 10 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU, ŻYT, GLU, JECZ.</u>) Miód (25g) 1 szt Pomidor 90 g Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU, PSZ.</u>)	Platki jęczmienne na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU, JECZ.</u>) Chleb Graham 100 g (<u>GLU, PSZ.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Pasta z twarogu z natką pietruszki 100 g (<u>MLE.</u>) Baton szynkowy z kurcząt 50 g (<u>może zawierać: GLU, PSZ, MLE, GOR.</u>) Ogórek świeży 90 g Sałata lodowa 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU, PSZ.</u>)	Platki jęczmienne na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU, JECZ.</u>) Chleb Graham 100 g (<u>GLU, PSZ.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Szprot w sosie pomidorowym 100 g (<u>RYB, SEL.</u>) Baton szynkowy z kurcząt 50 g (<u>może zawierać: GLU, PSZ, MLE, GOR.</u>) Ogórek świeży 90 g Sałata lodowa 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Miód (25g) 1 szt Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU, PSZ.</u>)	Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU, PSZ.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Serek twarogowy śmietankowy 16,67g (kiri,haga) 1 szt (<u>MLE</u>) Baton szynkowy z kurcząt 50 g (<u>może zawierać: GLU, PSZ, MLE, GOR.</u>) Pasta warzywna () 100 g (<u>SEL.</u>) Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml Miód (25g) 1 szt
	II ŚN		Jabłko 1 szt 1 szt			Jabłko 1 szt 1 szt		Ciastka różne 40 g (<u>GLU, PSZ, JAJ, SOJ, MLE.</u>)
Obiad	Brokułowa z ryżem () 400 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane () 200 g Kotlet z jaj-pieczony 100 g (<u>GLU, PSZ, JAJ.</u>) Sos chrzanowy 80 ml (<u>GLU, PSZ, MLE, SO2.</u>) Surówka z marchwi i jabłka z olejem () 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Brokułowa z ryżem () 400 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane () 200 g Kotlet z jaj-pieczony 100 g (<u>GLU, PSZ, JAJ.</u>) Sos koperkowy* 80 ml (<u>GLU, PSZ, MLE.</u>) Surówka z marchwi i jabłka z olejem () 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Brokułowa z ryżem () 400 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane () 200 g Kotlet z jaj-pieczony 100 g (<u>GLU, PSZ, JAJ.</u>) Pulpet drobiowy 120 g (<u>GLU, PSZ, JAJ.</u>) Sos koperkowy* 80 ml (<u>GLU, PSZ, MLE.</u>) Surówka z marchwi i jabłka z olejem () 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Jarzynowa z ryżem dieta () (b/kałafióra i brokuła) 400 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane () 200 g Pulpet drobiowy 120 g (<u>GLU, PSZ, JAJ.</u>) Sos koperkowy* 80 ml (<u>GLU, PSZ, MLE.</u>) Marchew gotowana z olejem () 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Brokułowa z ryżem () 400 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane () 200 g Kotlet z jaj-pieczony 100 g (<u>GLU, PSZ, JAJ.</u>) Pulpet drobiowy 120 g (<u>GLU, PSZ, JAJ.</u>) Sos koperkowy* 80 ml (<u>GLU, PSZ, MLE.</u>) Surówka z marchwi i jabłka z olejem () 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Brokułowa z ryżem () 400 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane () 200 g Kotlet z jaj-pieczony 100 g (<u>GLU, PSZ, JAJ.</u>) Sos chrzanowy 80 ml (<u>GLU, PSZ, MLE, SO2.</u>) Surówka z marchwi i jabłka z olejem () 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Brokułowa z ryżem () 400 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane () 200 g Kotlet z jaj-pieczony 100 g (<u>GLU, PSZ, JAJ.</u>) Pulpet drobiowy 120 g (<u>GLU, PSZ, JAJ.</u>) Sos koperkowy* 80 ml (<u>GLU, PSZ, MLE.</u>) Surówka z marchwi i jabłka z olejem () 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Brokułowa z ryżem () 400 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane () 200 g Kotlet z jaj-pieczony 100 g (<u>GLU, PSZ, JAJ.</u>) Pulpet drobiowy 120 g (<u>GLU, PSZ, JAJ.</u>) Sos chrzanowy 80 ml (<u>GLU, PSZ, MLE, SO2.</u>) Marchew gotowana z olejem () 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml
	PD		Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<u>MLE</u>)			Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<u>MLE</u>)		Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml
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>) Szynka szkolna- wp. parzona 50 g (<u>GLU, PSZ, SOJ, MLE.</u>) Banan 1szt. 1 szt Herbata miętowa ekspresowa z/c 250 ml	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 szkolna- wp. parzona 50 g (<u>GLU, PSZ, SOJ, MLE.</u>) Pomidor 100 g Herbata miętowa ekspresowa z/c 250 ml	Chleb Graham 150 g (<u>GLU, PSZ.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Szynka szkolna- wp. parzona 50 g (<u>GLU, PSZ, SOJ, MLE.</u>) Herbata miętowa ekspresowa b/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU, PSZ.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Szynka szkolna- wp. parzona 50 g (<u>GLU, PSZ, SOJ, MLE.</u>) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Herbata miętowa ekspresowa z/c 250 ml Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<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>) Hummus z ciecierzycy 100 g (<u>MLE</u>) Szynka szkolna- wp. parzona 50 g (<u>GLU, PSZ, SOJ, MLE.</u>) Herbata miętowa ekspresowa z/c 250 ml	Chleb Graham 150 g (<u>GLU, PSZ.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Szynka szkolna- wp. parzona 50 g (<u>GLU, PSZ, SOJ, MLE.</u>) Hummus z ciecierzycy 100 g (<u>MLE</u>) Pomidor 100 g Herbata miętowa ekspresowa b/c 250 ml	Chleb Graham 150 g (<u>GLU, PSZ.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Szynka szkolna- wp. parzona 50 g (<u>GLU, PSZ, SOJ, MLE.</u>) Banan 1szt. 1 szt Herbata miętowa ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU, PSZ.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Szynka szkolna- wp. parzona 50 g (<u>GLU, PSZ, SOJ, MLE.</u>) Ser żółty 50 g (<u>MLE</u>) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Herbata miętowa ekspresowa b/c 250 ml
	PN	Mus- przecier owocowy jablko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 15 g	Baton szynkowy z kurcząt 20 g (<u>może zawierać: GLU, PSZ, MLE, GOR.</u>) Chleb Graham 30 g (<u>GLU, PSZ.</u>) Sałata zielona 5 g Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>)	Mus- przecier owocowy jablko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 15 g	Mus- przecier owocowy jablko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 15 g	Baton szynkowy z kurcząt 20 g (<u>może zawierać: GLU, PSZ, MLE, GOR.</u>) Chleb Graham 30 g (<u>GLU, PSZ.</u>) Sałata zielona 5 g Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>)	Mus- przecier owocowy jablko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 15 g	
	Wartość energetyczna: 2856.00 kcal; Białko ogółem: 92.05 g; Tłuszcz: 79.88 g; Kw. tł. nasy.: 32.16 g; Węglowodany ogółem: 459.14 g; W tym cukry: 123.76 g; Błonnik pok.: 37.49 g; Sól: 9.57 g;	Wartość energetyczna: 2833.38 kcal; Białko ogółem: 93.77 g; Tłuszcz: 74.62 g; Kw. tł. nasy.: 30.77 g; Węglowodany ogółem: 460.29 g; W tym cukry: 127.49 g; Błonnik pok.: 32.54 g; Sól: 9.03 g;	Wartość energetyczna: 2351.57 kcal; Białko ogółem: 95.20 g; Tłuszcz: 76.48 g; Kw. tł. nasy.: 29.95 g; Węglowodany ogółem: 341.54 g; W tym cukry: 47.74 g; Błonnik pok.: 45.18 g; Sól: 9.38 g;	Wartość energetyczna: 2658.83 kcal; Białko ogółem: 102.94 g; Tłuszcz: 70.52 g; Kw. tł. nasy.: 28.49 g; Węglowodany ogółem: 419.91 g; W tym cukry: 105.96 g; Błonnik pok.: 34.17 g; Sól: 8.10 g;	Wartość energetyczna: 3348.42 kcal; Białko ogółem: 132.30 g; Tłuszcz: 101.53 g; Kw. tł. nasy.: 35.49 g; Węglowodany ogółem: 487.33 g; W tym cukry: 127.72 g; Błonnik pok.: 33.01 g; Sól: 10.92 g;	Wartość energetyczna: 2990.80 kcal; Białko ogółem: 141.88 g; Tłuszcz: 108.37 g; Kw. tł. nasy.: 37.65 g; Węglowodany ogółem: 379.96 g; W tym cukry: 59.72 g; Błonnik pok.: 45.30 g; Sól: 11.53 g;	Wartość energetyczna: 2694.40 kcal; Białko ogółem: 89.86 g; Tłuszcz: 77.15 g; Kw. tł. nasy.: 30.20 g; Węglowodany ogółem: 428.29 g; W tym cukry: 116.10 g; Błonnik pok.: 39.00 g; Sól: 8.05 g;	Wartość energetyczna: 3231.90 kcal; Białko ogółem: 118.39 g; Tłuszcz: 119.00 g; Kw. tł. nasy.: 46.59 g; Węglowodany ogółem: 439.18 g; W tym cukry: 84.70 g; Błonnik pok.: 34.87 g; Sól: 10.87 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-08-19 do dnia 2024-09-01 KUCHNIA ŁÓDŹ

	ŁÓDŹ- WWCOIT Podstawowa	ŁÓDŹ- WWCOIT Łatwo strawna	ŁÓDŹ- WWCOIT Z ogr. łatwo przysw. węglowodanów	ŁÓDŹ- WWCOIT Łatwo str. z ogr. tłuszczu	ŁÓDŹ- WWCOIT Bogatobiałkowa	ŁÓDŹ- WWCOIT Z ogr. łatwo przysw. wegl. bogatobiał	ŁÓDŹ- WWCOIT O kontrolowanej zawartości kw. tł.	ŁÓDŹ- WWCOIT Bogatobiałkowa (OPS)
Śniadanie	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE.) Chleb Graham 100 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Paszтет Ciechanowski-Paszтет drobiowy z dodatkiem surowców wierzprowych pieczony 50 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ, 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.)	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.) Filet zapiekany drobiowy 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.)	Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym () 300 ml (SEL.) Chleb Graham 100 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Filet zapiekany drobiowy 50 g (MLE.) Jabłko 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.) Filet zapiekany drobiowy 50 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.)	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.) Paszтет Ciechanowski-Paszтет drobiowy z dodatkiem surowców wierzprowych pieczony 50 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ, 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.)	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE.) Chleb Graham 100 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Filet zapiekany drobiowy 50 g (MLE.) Serek Fromage 100 g (GLU PSZ, MLE.) Jabłko 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.) Chleb Graham 100 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Filet zapiekany drobiowy 50 g (MLE.) Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.)	Bułka pszenna długa krojona 150 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Paszтет drobiowy (50g) 1 szt (GLU PSZ, SOJ, MLE.) Serek śmietankowy naturalny termizowany-tywój smak 1 szt (MLE.) Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.) Miód (25g) 1 szt
	II ŚN		Sok z buraków 0,3 L produkt pasteryzowany 1 szt (SEL.)			Sok z buraków 0,3 L produkt pasteryzowany 1 szt (SEL.)		Sok z buraków 0,3 L produkt pasteryzowany 1 szt (SEL.)
Obiad	Pieczarkowa z ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Kluski śląskie* 200 g (JAJ.) Bitka wierzprowa z szynki duszona 100 g (GLU PSZ.) Sos własny () 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Kapusta zasmażana () 200 g (GLU PSZ.) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Solferino () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Kluski śląskie* 200 g (JAJ.) Bitka wierzprowa z szynki duszona 100 g (GLU PSZ.) Sos własny () 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Brokuł gotowany* 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Pieczarkowa z ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Makaron pełnoziarnisty 200 g (GLU PSZ.) Bitka wierzprowa z szynki duszona 100 g (GLU PSZ.) Sos własny () 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Solferino () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Makaron drobny 200 g (GLU PSZ.) Bitka wierzprowa z szynki duszona 100 g (GLU PSZ.) Sos własny () 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Dyńka duszona z olejem* 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Solferino () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Kluski śląskie* 200 g (JAJ.) Bitka wierzprowa z szynki duszona 100 g (GLU PSZ.) Klopsik wierzprowy 120 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos własny () 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Brokuł gotowany* 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Pieczarkowa z ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Makaron pełnoziarnisty 200 g (GLU PSZ.) Bitka wierzprowa z szynki duszona 100 g (GLU PSZ.) Klopsik wierzprowy 120 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos własny () 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Pieczarkowa z ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Makaron 200 g (GLU PSZ.) Bitka wierzprowa z szynki duszona 100 g (GLU PSZ.) Sos własny () 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Solferino () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Kluski śląskie* 200 g (JAJ.) Bitka wierzprowa z szynki duszona 100 g (GLU PSZ.) Klopsik wierzprowy 120 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos własny () 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Brokuł gotowany* 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml
	PD		Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE.)		Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE.)		Przecier owocowy jabłko-morela 120g 1 szt (może zawierać: 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.) Kurczak gotowany produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony 50 g Pomidor 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.) Kurczak gotowany produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony 50 g Pomidor 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.) Kurczak gotowany produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony 50 g 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.) Kurczak gotowany produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony 50 g Marchew gotowana z olejem () 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.) Kurczak gotowany produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony 50 g Jajko gotowane kl L 1 szt (JAJ.) Pomidor 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.) Kurczak gotowany produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony 50 g Pomidor 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.) Kurczak gotowany produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony 50 g Pomidor 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.) Kurczak gotowany produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony 50 g Ser topiony 25g 1 szt (MLE.) Marchew gotowana z olejem () 100 g 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.) Sałata zielona 5 g Ser żółty 20 g (MLE.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Sałata zielona 5 g Twaróg półtłusty 20 g (MLE.)	Chleb Graham 30 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Sałata zielona 5 g Twaróg półtłusty 20 g (MLE.)	Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Sałata zielona 5 g Twaróg półtłusty 20 g (MLE.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Sałata zielona 5 g Twaróg półtłusty 20 g (MLE.)	Chleb Graham 30 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Sałata zielona 5 g Twaróg półtłusty 20 g (MLE.)	Chleb Graham 30 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Sałata zielona 5 g Twaróg półtłusty 20 g (MLE.)
	Wartość energetyczna: 2969.15 kcal; Białko ogółem: 117.61 g; Tłuszcz: 95.14 g; Kw. tł. nasy.: 42.51 g; Węglowodany ogółem: 426.81 g; W tym cukry: 83.99 g; Błonnik pok.: 33.68 g; Sól: 8.56 g;	Wartość energetyczna: 2858.58 kcal; Białko ogółem: 118.57 g; Tłuszcz: 78.82 g; Kw. tł. nasy.: 37.07 g; Węglowodany ogółem: 430.57 g; W tym cukry: 82.50 g; Błonnik pok.: 27.53 g; Sól: 8.55 g;	Wartość energetyczna: 2461.36 kcal; Białko ogółem: 117.78 g; Tłuszcz: 70.81 g; Kw. tł. nasy.: 28.13 g; Węglowodany ogółem: 353.57 g; W tym cukry: 57.28 g; Błonnik pok.: 44.26 g; Sól: 9.21 g;	Wartość energetyczna: 2902.01 kcal; Białko ogółem: 122.84 g; Tłuszcz: 75.70 g; Kw. tł. nasy.: 30.91 g; Węglowodany ogółem: 441.19 g; W tym cukry: 85.25 g; Błonnik pok.: 27.21 g; Sól: 6.88 g;	Wartość energetyczna: 3698.49 kcal; Białko ogółem: 160.41 g; Tłuszcz: 141.35 g; Kw. tł. nasy.: 70.49 g; Węglowodany ogółem: 455.25 g; W tym cukry: 85.00 g; Błonnik pok.: 28.25 g; Sól: 9.94 g;	Wartość energetyczna: 3380.15 kcal; Białko ogółem: 172.05 g; Tłuszcz: 132.95 g; Kw. tł. nasy.: 62.88 g; Węglowodany ogółem: 386.48 g; W tym cukry: 71.58 g; Błonnik pok.: 44.29 g; Sól: 10.69 g;	Wartość energetyczna: 2612.73 kcal; Białko ogółem: 123.87 g; Tłuszcz: 69.33 g; Kw. tł. nasy.: 30.36 g; Węglowodany ogółem: 390.44 g; W tym cukry: 71.25 g; Błonnik pok.: 34.68 g; Sól: 7.70 g;	Wartość energetyczna: 3495.31 kcal; Białko ogółem: 141.13 g; Tłuszcz: 139.89 g; Kw. tł. nasy.: 62.76 g; Węglowodany ogółem: 423.32 g; W tym cukry: 61.19 g; Błonnik pok.: 30.53 g; Sól: 10.83 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-08-19 do dnia 2024-09-01 KUCHNIA ŁÓDŹ

	ŁÓDŹ- WWCOIT Podstawowa	ŁÓDŹ- WWCOIT Łatwo strawna	ŁÓDŹ- WWCOIT Z ogr. łatwo przysw. węglowodanów	ŁÓDŹ- WWCOIT Łatwo str. z ogr. tłuszczu	ŁÓDŹ- WWCOIT Bogatobiałkowa	ŁÓDŹ- WWCOIT Z ogr. łatwo przysw. węgl. bogatobiał	ŁÓDŹ- WWCOIT O kontrolowanej zawartości kw. tł.	ŁÓDŹ- WWCOIT Bogatobiałkowa (OPS)
Śniadanie	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.) Sałatka z soczewicy, pomidora i ogórka małosolnego 100 g (SEL, GOR.) Szynka wieśniowa- wieprzowa, wędz. parz. z dod. wody i białka wp. 50 g (SOJ.) Marchew pieczona w słupki () 100 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU, ŻYT, GLU, JECZ.) Miód (25g) 1 szt Miód (25g) 1 szt Bułka graham-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.) Szynka wieśniowa- wieprzowa, wędz. parz. z dod. wody i białka wp. 50 g (SOJ.) Marchew pieczona w słupki () 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.)	Platki owsiane na wywarze jarzynowym () 300 ml (SEL, GLU, OW.) Chleb Graham 100 g (GLU, PSZ.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Sałatka z soczewicy, pomidora i ogórka małosolnego 100 g (SEL, GOR.) Szynka wieśniowa- wieprzowa, wędz. parz. z dod. wody i białka wp. 50 g (SOJ.) Marchew pieczona w słupki () 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml Miód (25g) 1 szt 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.) Szynka wieśniowa- wieprzowa, wędz. parz. z dod. wody i białka wp. 50 g (SOJ.) Marchew pieczona w słupki () 100 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.) Szynka wieśniowa- wieprzowa, wędz. parz. z dod. wody i białka wp. 50 g (SOJ.) Sałatka z soczewicy, pomidora i ogórka małosolnego 100 g (SEL, GOR.) Marchew pieczona w słupki () 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.)	Platki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU, OW.) Chleb Graham 100 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.) Sałatka z soczewicy, pomidora i ogórka małosolnego 100 g (SEL, GOR.) Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml Bułka graham-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.) Sałatka z soczewicy, pomidora i ogórka małosolnego 100 g (SEL, GOR.) Szynka wieśniowa- wieprzowa, wędz. parz. z dod. wody i białka wp. 50 g (SOJ.) 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 wieśniowa- wieprzowa, wędz. parz. z dod. wody i białka wp. 50 g (SOJ.) 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 Miód (25g) 1 szt
II ŚN			Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c () 100 g			Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c () 100 g		Kisiel o smaku cytrynowym z/c 150 ml
Obiad	Grysikowa () 400 ml (GLU, PSZ, SEL.) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane () 200 g Mięso drobiowe pieczone z udzka kurczaka 100 g (GLU, PSZ.) Sos jarzynowy () 80 ml (GLU, PSZ, SEL.) Mizerna 200 g (MLE.) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Grysikowa () 400 ml (GLU, PSZ, SEL.) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane () 200 g Mięso drobiowe gotowane z udzka kurczaka 100 g Sos jarzynowy () 80 ml (GLU, PSZ, SEL.) Buraczki oprószone () 200 g (GLU, PSZ.) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Grysikowa () 400 ml (GLU, PSZ, SEL.) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane () 200 g Mięso drobiowe gotowane z udzka kurczaka 100 g Sos jarzynowy () 80 ml (GLU, PSZ, SEL.) Buraczki oprószone () 200 g (GLU, PSZ.) Kompot owocowy* b/c 250 ml	Grysikowa () 400 ml (GLU, PSZ, SEL.) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane () 200 g Mięso drobiowe gotowane z udzka kurczaka 100 g Sos jarzynowy () 80 ml (GLU, PSZ, SEL.) Buraczki oprószone () 200 g (GLU, PSZ.) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Grysikowa () 400 ml (GLU, PSZ, SEL.) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane () 200 g Mięso drobiowe gotowane z udzka kurczaka 100 g Mięso drobiowe pieczone z udzka kurczaka 100 g (GLU, PSZ.) Sos jarzynowy () 80 ml (GLU, PSZ, SEL.) Buraczki oprószone () 200 g (GLU, PSZ.) Kompot owocowy* b/c 250 ml	Grysikowa () 400 ml (GLU, PSZ, SEL.) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane z udzka kurczaka 100 g Mięso drobiowe pieczone z udzka kurczaka 100 g (GLU, PSZ.) Sos jarzynowy () 80 ml (GLU, PSZ, SEL.) Mizerna 200 g (MLE.) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Grysikowa () 400 ml (GLU, PSZ, SEL.) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane () 200 g Mięso drobiowe gotowane z udzka kurczaka 100 g Mięso drobiowe pieczone z udzka kurczaka 100 g (GLU, PSZ.) Sos jarzynowy () 80 ml (GLU, PSZ, SEL.) Mizerna 200 g (MLE.) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Grysikowa () 400 ml (GLU, PSZ, SEL.) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane () 200 g Mięso drobiowe gotowane z udzka kurczaka 100 g Mięso drobiowe pieczone z udzka kurczaka 100 g (GLU, PSZ.) Sos jarzynowy () 80 ml (GLU, PSZ, SEL.) Buraczki oprószone () 200 g (GLU, PSZ.) Kompot owocowy* b/c 250 ml
PD			Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE.)			Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE.)		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.) Ser żółty 50 g (MLE.) Brzoskwinia 1 szt 1 szt 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.) Serek homo. naturalny 100 g (MLE.) Serek homo. naturalny 100 g (MLE.) Brzoskwinia 1 szt 1 szt 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.) Serek homo. naturalny 100 g (MLE.) Brzoskwinia 1 szt 1 szt 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.) Serek homo. naturalny 100 g (MLE.) Mus z brzoskwiń 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.) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Brzoskwinia 1 szt 1 szt 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.) Serek homo. naturalny 100 g (MLE.) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Brzoskwinia 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.) Serek homo. naturalny 100 g (MLE.) Brzoskwinia 1 szt 1 szt 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.) Serek homo. naturalny 100 g (MLE.) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Naleśnik z pastą warzywno-mięsna z udzka () 200 g (GLU, PSZ, JAJ, MLE, SEL.) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml
PN	Herbatniki 20 g (GLU, PSZ, SOJ, MLE.) Sok pomarańczowy 0,2L-kartonik 1 szt	Sok pomarańczowy 0,2L-kartonik 1 szt Herbatniki 20 g (GLU, PSZ, SOJ, MLE.)	Chleb Graham 30 g (GLU, PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Sałata zielona 5 g Szynka szkolna- wp. parzona 20 g (GLU, PSZ, SOJ, MLE.)	Sok pomarańczowy 0,2L-kartonik 1 szt Herbatniki 20 g (GLU, PSZ, SOJ, MLE.)	Herbatniki 20 g (GLU, PSZ, SOJ, MLE.) Sok pomarańczowy 0,2L-kartonik 1 szt	Chleb Graham 30 g (GLU, PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Szynka szkolna- wp. parzona 20 g (GLU, PSZ, SOJ, MLE.) Sałata zielona 5 g	Herbatniki 20 g (GLU, PSZ, SOJ, MLE.) Sok pomarańczowy 0,2L-kartonik 1 szt	
	Wartość energetyczna: 2688.77 kcal; Białko ogółem: 106.76 g; Tłuszcz: 80.04 g; Kw. tł. nasy.: 39.34 g; Węglowodany ogółem: 396.83 g; W tym cukry: 97.87 g; Błonnik pok.: 26.45 g; Sól: 10.98 g;	Wartość energetyczna: 2602.86 kcal; Białko ogółem: 105.62 g; Tłuszcz: 59.14 g; Kw. tł. nasy.: 26.76 g; Węglowodany ogółem: 423.10 g; W tym cukry: 114.84 g; Błonnik pok.: 28.57 g; Sól: 8.67 g;	Wartość energetyczna: 2124.92 kcal; Białko ogółem: 102.81 g; Tłuszcz: 63.52 g; Kw. tł. nasy.: 27.58 g; Węglowodany ogółem: 303.68 g; W tym cukry: 32.84 g; Błonnik pok.: 37.54 g; Sól: 9.94 g;	Wartość energetyczna: 2579.96 kcal; Białko ogółem: 105.32 g; Tłuszcz: 56.47 g; Kw. tł. nasy.: 24.92 g; Węglowodany ogółem: 422.98 g; W tym cukry: 116.84 g; Błonnik pok.: 25.02 g; Sól: 7.28 g;	Wartość energetyczna: 2954.54 kcal; Białko ogółem: 143.83 g; Tłuszcz: 76.61 g; Kw. tł. nasy.: 30.04 g; Węglowodany ogółem: 433.56 g; W tym cukry: 116.68 g; Błonnik pok.: 29.52 g; Sól: 11.49 g;	Wartość energetyczna: 2519.91 kcal; Białko ogółem: 146.65 g; Tłuszcz: 80.70 g; Kw. tł. nasy.: 33.22 g; Węglowodany ogółem: 363.22 g; W tym cukry: 45.02 g; Błonnik pok.: 37.31 g; Sól: 11.89 g;	Wartość energetyczna: 2388.81 kcal; Białko ogółem: 104.47 g; Tłuszcz: 62.58 g; Kw. tł. nasy.: 27.29 g; Węglowodany ogółem: 363.22 g; W tym cukry: 90.19 g; Błonnik pok.: 27.83 g; Sól: 8.49 g;	Wartość energetyczna: 3107.42 kcal; Białko ogółem: 136.38 g; Tłuszcz: 79.21 g; Kw. tł. nasy.: 29.76 g; Węglowodany ogółem: 476.84 g; W tym cukry: 103.39 g; Błonnik pok.: 31.39 g; Sól: 9.56 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-08-19 do dnia 2024-09-01 KUCHNIA ŁÓDŹ

	ŁÓDŹ- WWCOIT Podstawowa	ŁÓDŹ- WWCOIT Łatwo strawna	ŁÓDŹ- WWCOIT Z ogr. łatwo przysw. węglowodanów	ŁÓDŹ- WWCOIT Łatwo str. z ogr. tłuszczu	ŁÓDŹ- WWCOIT Bogatobiałkowa	ŁÓDŹ- WWCOIT Z ogr. łatwo przysw. węgl. bogatobiał	ŁÓDŹ- WWCOIT O kontrolowanej zawartości kw. tł.	ŁÓDŹ- WWCOIT Bogatobiałkowa (OPS)
Śniadanie	Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>) Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Twaróg półtłusty 100 g (<u>MLE,</u>) Banan 1szt. 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u>) Miód (25g) 1 szt Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ,</u>)	Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Twaróg półtłusty 100 g (<u>MLE,</u>) Banan 1szt. 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u>) Miód (25g) 1 szt Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ,</u>)	Zacierka na wywarze jarzynowym () 300 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL,</u>) Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Twaróg półtłusty 100 g (<u>MLE,</u>) Jabko 1 szt 1 szt Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ,</u>)	Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 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>) Mus z jabłek () z/c 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Miód (25g) 1 szt Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ,</u>)	Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Twaróg półtłusty 100 g (<u>MLE,</u>) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (<u>SOJ,</u>) Twaróg półtłusty 100 g (<u>MLE,</u>) Banan 1szt. 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u>) Miód (25g) 1 szt Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ,</u>)	Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>) Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Twaróg półtłusty 100 g (<u>MLE,</u>) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (<u>SOJ,</u>) Jabko 1 szt 1 szt Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ,</u>)	Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>) Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Twaróg półtłusty 100 g (<u>MLE,</u>) Banan 1szt. 1 szt Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Mus z brzoskwiń 100 g Miód (25g) 1 szt Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ,</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>) Pasta jajeczna 80g 1 szt Mus z brzoskwiń 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml Miód (25g) 1 szt
	II ŚN			Jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>MLE,</u>)			Jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>MLE,</u>)	
Obiad	Barszcz biały z ziemniakami () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT,</u>) Ryz na sypko 200 g Leczo z cukini z kielbasą 150 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, GOR,</u>) Salata zielona z sosem vinegrett 50 g (<u>GOR,</u>) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Ziemniaczana () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Ryz na sypko 200 g Leczo z drobiem-dieta () 150 g Salata zielona z olejem 50 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Barszcz biały z ziemniakami () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT,</u>) Ryz na sypko (brązowy) 200 g Leczo z drobiem-dieta () 150 g Salata zielona z sosem vinegrett 50 g (<u>GOR,</u>) Kompot owocowy* b/c 250 ml	Ziemniaczana () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Ryz na sypko 200 g Pulpet drobiowy 120 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>) Sos pomidorowy 80 ml (<u>GLU PSZ,</u>) Seler z pietruszka gotowany z olejem () 200 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Barszcz biały z ziemniakami () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT,</u>) Ryz na sypko 200 g Leczo z drobiem-dieta () 150 g Pulpet drobiowy 120 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>) Salata zielona z sosem vinegrett 50 g (<u>GOR,</u>) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Barszcz biały z ziemniakami () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT,</u>) Ryz na sypko (brązowy) 200 g Leczo z drobiem-dieta () 150 g Pulpet drobiowy 120 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>) Salata zielona z sosem vinegrett 50 g (<u>GOR,</u>) Kompot owocowy* b/c 250 ml	Ziemniaczana () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Ryz na sypko 200 g Leczo z drobiem-dieta () 150 g Salata zielona z sosem vinegrett 50 g (<u>GOR,</u>) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Barszcz biały z ziemniakami () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT,</u>) Ryz na sypko 200 g Leczo z drobiem-dieta () 150 g Pulpet drobiowy 120 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>) Seler z pietruszka gotowany z olejem () 200 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Kompot owocowy* b/c 250 ml
	PD		Surówka wielowarzywna z olejem b/c () 100 g (<u>SEL,</u>)			Surówka wielowarzywna z olejem b/c () 100 g (<u>SEL,</u>)		Sok przecierowy warzywno-owocowy 0,33 l 1 szt
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>) Pierogi z kapustą i grzybami* 200 g (<u>GLU PSZ,</u>) Salatka jarzynowa z olejem - podstawa () 100 g (<u>SEL,</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa 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>) Pyzy z mięsem* 200 g (<u>GLU PSZ, SOJ,</u>) Salatka jarzynowa z olejem () 100 g (<u>SEL,</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa 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 tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (<u>może zawierać: MLE, GOR,</u>) Salatka jarzynowa z olejem - podstawa () 100 g (<u>SEL,</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (<u>może zawierać: MLE, GOR,</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 100 g (<u>SEL,</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>MLE,</u>)	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>) Pyzy z mięsem* 200 g (<u>GLU PSZ, SOJ,</u>) Ser mozzarella 50 g (<u>MLE,</u>) Salatka jarzynowa z olejem - podstawa () 100 g (<u>SEL,</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml	Chleb Graham 150 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Pierogi z kapustą i grzybami* 200 g (<u>GLU PSZ,</u>) Salatka jarzynowa z olejem - podstawa () 100 g (<u>SEL,</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa 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>) Pyzy z mięsem* 200 g (<u>GLU PSZ, SOJ,</u>) Ser żółty 50 g (<u>MLE,</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 100 g (<u>SEL,</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml	
	PN	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Salata lodowa 5 g Masło extra 82% 5 g (<u>MLE,</u>) Jajko gotowane kl L 1 szt (<u>JAJ,</u>)	Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ,</u>) Salata lodowa 5 g Masło extra 82% 5 g (<u>MLE,</u>) Jajko gotowane kl L 1 szt (<u>JAJ,</u>)	Bułka pszenna długa krojona 30 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE,</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Salata lodowa 5 g Masło extra 82% 5 g (<u>MLE,</u>) Jajko gotowane kl L 1 szt (<u>JAJ,</u>)	Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ,</u>) Salata lodowa 5 g Masło extra 82% 5 g (<u>MLE,</u>) Jajko gotowane kl L 1 szt (<u>JAJ,</u>)	Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ,</u>) Salata lodowa 5 g Masło extra 82% 5 g (<u>MLE,</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 20 g	Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ,</u>) Salata lodowa 5 g Masło extra 82% 5 g (<u>MLE,</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 20 g
	Wartość energetyczna: 3390.75 kcal; Białko ogółem: 104.50 g; Tłuszcz: 101.17 g; Kw. tł. nasy.: 37.44 g; Węglowodany ogółem: 525.68 g; W tym cukry: 107.03 g; Błonnik pok.: 36.40 g; Sól: 8.51 g;	Wartość energetyczna: 3302.47 kcal; Białko ogółem: 104.97 g; Tłuszcz: 89.48 g; Kw. tł. nasy.: 37.25 g; Węglowodany ogółem: 528.25 g; W tym cukry: 104.97 g; Błonnik pok.: 26.84 g; Sól: 6.73 g;	Wartość energetyczna: 2491.51 kcal; Białko ogółem: 98.53 g; Tłuszcz: 81.86 g; Kw. tł. nasy.: 29.88 g; Węglowodany ogółem: 357.09 g; W tym cukry: 43.19 g; Błonnik pok.: 46.53 g; Sól: 7.58 g;	Wartość energetyczna: 2946.69 kcal; Białko ogółem: 111.36 g; Tłuszcz: 76.91 g; Kw. tł. nasy.: 28.81 g; Węglowodany ogółem: 468.81 g; W tym cukry: 75.17 g; Błonnik pok.: 34.65 g; Sól: 8.48 g;	Wartość energetyczna: 3696.66 kcal; Białko ogółem: 151.89 g; Tłuszcz: 110.99 g; Kw. tł. nasy.: 40.26 g; Węglowodany ogółem: 532.92 g; W tym cukry: 106.98 g; Błonnik pok.: 30.01 g; Sól: 8.99 g;	Wartość energetyczna: 3089.47 kcal; Białko ogółem: 154.21 g; Tłuszcz: 111.41 g; Kw. tł. nasy.: 35.36 g; Węglowodany ogółem: 384.95 g; W tym cukry: 55.64 g; Błonnik pok.: 46.51 g; Sól: 9.80 g;	Wartość energetyczna: 3151.13 kcal; Białko ogółem: 103.90 g; Tłuszcz: 83.11 g; Kw. tł. nasy.: 30.93 g; Węglowodany ogółem: 510.13 g; W tym cukry: 99.97 g; Błonnik pok.: 39.52 g; Sól: 7.60 g;	Wartość energetyczna: 3472.52 kcal; Białko ogółem: 127.57 g; Tłuszcz: 110.16 g; Kw. tł. nasy.: 46.62 g; Węglowodany ogółem: 506.69 g; W tym cukry: 73.07 g; Błonnik pok.: 34.97 g; Sól: 9.13 g;

2024-08-22 czwartek

DIETETYK CENTRALNY

Monika Rusin
mgr Monika Rusin

CATERMED S.A.

91-204 Łódź, ul. Traktorowa 126, lok. 201
NIP 677-21-64-383, Regon 357938830

Jadłospisy za okres od dnia 2024-08-19 do dnia 2024-09-01 KUCHNIA ŁÓDŹ

	ŁÓDŹ- WWCOIT Podstawowa	ŁÓDŹ- WWCOIT Łatwo strawna	ŁÓDŹ- WWCOIT Z ogr. łatwo przysw. węglowodanów	ŁÓDŹ- WWCOIT Łatwo str. z ogr. tłuszczu	ŁÓDŹ- WWCOIT Bogatobiałkowa	ŁÓDŹ- WWCOIT Z ogr. łatwo przysw. węgl. bogatobiał	ŁÓDŹ- WWCOIT O kontrolowanej zawartości kw. tł.	ŁÓDŹ- WWCOIT Bogatobiałkowa (OPS)
Śniadanie	Platki pszenne na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE,) Chleb mieszany pszenno-żytni 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ,) Ciasto drożdżowe 60 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, SO2,) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Szynka wieśniowa- wieprzowa, wędz. parz. z dod. wody i białka wp. 50 g (SOJ,) Dżem. 25 g Arbuz 150 g Kakao z mlekiem 250 ml (MLE,) Miód (25g) 1 szt	Platki pszenne na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE,) Chleb mieszany pszenno-żytni 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ,) Ciasto drożdżowe 60 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, SO2,) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Szynka wieśniowa- wieprzowa, wędz. parz. z dod. wody i białka wp. 50 g (SOJ,) Dżem. 25 g Arbuz 150 g Kakao z mlekiem 250 ml (MLE,) Miód (25g) 1 szt	Platki pszenne na wywarze jarzynowym () 300 ml (GLU PSZ, SEL,) Chleb Graham 100 g (GLU PSZ,) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ,) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Szynka wieśniowa- wieprzowa, wędz. parz. z dod. wody i białka wp. 50 g (SOJ,) Arbuz 150 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	Platki pszenne na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE,) Bułka pszenna długa krojona 40 g (GLU PSZ,) Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ,) Ciasto drożdżowe 60 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, SO2,) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Szynka wieśniowa- wieprzowa, wędz. parz. z dod. wody i białka wp. 50 g (SOJ,) Dżem. 25 g Arbuz 150 g Kakao z mlekiem 250 ml (MLE,) Miód (25g) 1 szt	Platki pszenne na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE,) Chleb mieszany pszenno-żytni 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ,) Ciasto drożdżowe 60 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, SO2,) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Twaróg półtłusty 100 g (MLE,) Szynka wieśniowa- wieprzowa, wędz. parz. z dod. wody i białka wp. 50 g (SOJ,) Arbuz 150 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	Platki pszenne na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE,) Chleb Graham 100 g (GLU PSZ,) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ,) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Twaróg półtłusty 100 g (MLE,) Szynka wieśniowa- wieprzowa, wędz. parz. z dod. wody i białka wp. 50 g (SOJ,) Arbuz 150 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	Platki pszenne na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE,) Chleb Graham 40 g (GLU PSZ,) Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ,) Ciasto drożdżowe 60 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, SO2,) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Szynka wieśniowa- wieprzowa, wędz. parz. z dod. wody i białka wp. 50 g (SOJ,) Dżem. 25 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Miód (25g) 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 90 g (GLU PSZ,) Ciasto drożdżowe 60 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, SO2,) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Galaretką z indyka 180g 1 szt (SOJ, SEL,) Serek z zieleni 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 ŚN			Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE,)			Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE,)		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 Dorsz panierowany 120 g (GLU PSZ, JAJ, RYB,) Surówka z kapusty czerwonej z olejem 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane () 200 g Ryba pieczona (Dorsz) 120 g (RYB,) Szpinał gotowany z olejem* 200 g (GLU PSZ,) Kompot owocowy* z/c 250 ml Sos jarzynowy () 80 ml (GLU PSZ, SEL,) Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane () 200 g Ryba pieczona (Dorsz) 120 g (RYB,) Sosz jarzynowy () 80 ml (GLU PSZ, SEL,) Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane () 200 g Dorsz panierowany 120 g (GLU PSZ, JAJ, RYB,) Ryba pieczona (Dorsz) 120 g (RYB,) Szpinał gotowany z olejem* 200 g (GLU PSZ,) Sos jarzynowy () 80 ml (GLU PSZ, SEL,) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane () 200 g Dorsz panierowany 120 g (GLU PSZ, JAJ, RYB,) Ryba pieczona (Dorsz) 120 g (RYB,) Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane () 200 g Ryba pieczona (Dorsz) 120 g (RYB,) Sos jarzynowy () 80 ml (GLU PSZ, SEL,) Surówka z kapusty czerwonej z olejem 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane () 200 g Dorsz panierowany 120 g (GLU PSZ, JAJ, RYB,) Ryba pieczona (Dorsz) 120 g (RYB,) Sos jarzynowy () 80 ml (GLU PSZ, SEL,) Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane () 200 g Dorsz panierowany 120 g (GLU PSZ, JAJ, RYB,) Ryba pieczona (Dorsz) 120 g (RYB,) Sos jarzynowy () 80 ml (GLU PSZ, SEL,) Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml
PD			Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt			Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 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,) Jajko gotowane kl L 1 szt (JAJ,) Pomidor ze szczypiorkiem i olejem 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,) Pomidor 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,) Pomidor ze szczypiorkiem i olejem 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,) Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ,) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Buraczki gotowane plastry () 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,) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Jajko gotowane kl L 1 szt (JAJ,) Pomidor 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,) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Jajko gotowane kl L 1 szt (JAJ,) Pomidor ze szczypiorkiem i olejem 50 g Buraczki gotowane plastry () 50 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,) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor ze szczypiorkiem i olejem 50 g Buraczki gotowane plastry () 50 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,) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Ser topiony plastry 16,25g 3 szt (MLE,) Buraczki gotowane plastry () 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml
PN	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (MLE,) Chrupki kukurydziane 20 g	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (MLE,) Chrupki kukurydziane 20 g	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (MLE,) Chrupki kukurydziane 20 g	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (MLE,) Chrupki kukurydziane 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	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (MLE,) Chrupki kukurydziane 20 g		
	Wartość energetyczna: 3138.08 kcal; Białko ogółem: 113.51 g; Tłuszcz: 101.83 g; Kw. tł. nasy.: 35.95 g; Węglowodany ogółem: 455.65 g; W tym cukry: 129.73 g; Błonnik pok.: 34.88 g; Sól: 9.30 g;	Wartość energetyczna: 2858.19 kcal; Białko ogółem: 114.60 g; Tłuszcz: 77.96 g; Kw. tł. nasy.: 33.81 g; Węglowodany ogółem: 434.30 g; W tym cukry: 118.19 g; Błonnik pok.: 26.12 g; Sól: 8.51 g;	Wartość energetyczna: 2276.92 kcal; Białko ogółem: 104.35 g; Tłuszcz: 65.96 g; Kw. tł. nasy.: 25.88 g; Węglowodany ogółem: 336.12 g; W tym cukry: 55.62 g; Błonnik pok.: 44.18 g; Sól: 8.99 g;	Wartość energetyczna: 2724.08 kcal; Białko ogółem: 112.54 g; Tłuszcz: 69.50 g; Kw. tł. nasy.: 29.60 g; Węglowodany ogółem: 423.38 g; W tym cukry: 107.12 g; Błonnik pok.: 27.40 g; Sól: 8.56 g;	Wartość energetyczna: 3418.30 kcal; Białko ogółem: 167.54 g; Tłuszcz: 105.48 g; Kw. tł. nasy.: 38.75 g; Węglowodany ogółem: 459.22 g; W tym cukry: 123.16 g; Błonnik pok.: 28.76 g; Sól: 10.60 g;	Wartość energetyczna: 2937.37 kcal; Białko ogółem: 164.63 g; Tłuszcz: 98.34 g; Kw. tł. nasy.: 33.79 g; Węglowodany ogółem: 366.91 g; W tym cukry: 71.34 g; Błonnik pok.: 45.24 g; Sól: 11.21 g;	Wartość energetyczna: 2748.27 kcal; Białko ogółem: 113.20 g; Tłuszcz: 74.67 g; Kw. tł. nasy.: 30.08 g; Węglowodany ogółem: 421.89 g; W tym cukry: 123.03 g; Błonnik pok.: 35.58 g; Sól: 8.97 g;	Wartość energetyczna: 3281.64 kcal; Białko ogółem: 144.62 g; Tłuszcz: 117.30 g; Kw. tł. nasy.: 43.30 g; Węglowodany ogółem: 424.39 g; W tym cukry: 74.88 g; Błonnik pok.: 29.38 g; Sól: 10.45 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-08-19 do dnia 2024-09-01 KUCHNIA ŁÓDŹ

	ŁÓDŹ- WWCOIT Podstawowa	ŁÓDŹ- WWCOIT Łatwo strawna	ŁÓDŹ- WWCOIT Z ogr. łatwo przysw. węglowodanów	ŁÓDŹ- WWCOIT Łatwo str. z ogr. tłuszczu	ŁÓDŹ- WWCOIT Bogatobiałkowa	ŁÓDŹ- WWCOIT Z ogr. łatwo przysw. węgl. bogatobiał	ŁÓDŹ- WWCOIT O kontrolowanej zawartości kw. tł.	ŁÓDŹ- WWCOIT Bogatobiałkowa (OPS)
Śniadanie	Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE) Baton szynkowy z kurcząt 50 g (może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.) Pomidor 50 g Rzodkiewka 50 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) Baton szynkowy z kurcząt 50 g (może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 100 g (SEL.) 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 mieszany pszenno-żytni 100g (GLU PSZ, GLU ŻYT.)	Chleb Graham 100 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE) Baton szynkowy z kurcząt 50 g (może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.) Pomidor 50 g Rzodkiewka 50 g 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) Baton szynkowy z kurcząt 50 g (może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.) Serek homo. naturalny 100 g (MLE.) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 100 g (SEL.) 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 mieszany pszenno-żytni 100g (GLU PSZ, GLU ŻYT.)	Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE) Baton szynkowy z kurcząt 50 g (może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.) Serek homo. naturalny 100 g (MLE.) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 100 g (SEL.) 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 mieszany pszenno-żytni 100g (GLU PSZ, GLU ŻYT.)	Chleb Graham 100 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE) Baton szynkowy z kurcząt 50 g (może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.) Hummus z ciecierzycy 100 g (MLE.) Pomidor 50 g Rzodkiewka 50 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/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) Baton szynkowy z kurcząt 50 g (może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.) Pomidor 50 g Rzodkiewka 50 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) Baton szynkowy z kurcząt 50 g (może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.) Jajko gotowane kl L 1 szt (JAJ.) Miód (25g) 1 szt Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 100 g (SEL.)
	II ŚN		Surówka z selera i marchwi z olejem () b/c 100 g (SEL.)			Surówka z selera i marchwi z olejem () b/c 100 g (SEL.)		Biszkopty b/m 30 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ.)
Obiad	Zupa z soczewicy i ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Kasza gryczana 200 g Gulasz wołowy - dieta 150 g (GLU PSZ.) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami () 400 ml (MLE, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JECZ.) Gulasz wołowy - dieta 150 g (GLU PSZ.) Buraczki gotowane drobno tarte () 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Zupa z soczewicy i ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Kasza gryczana 200 g Gulasz wołowy - dieta 150 g (GLU PSZ.) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami () 400 ml (MLE, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JECZ.) Mięso z szynki wieprzowej 100 g Sos koperkowy* 80 ml (GLU PSZ, MLE.) Buraczki gotowane drobno tarte () 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Zupa z soczewicy i ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JECZ.) Gulasz wołowy - dieta 150 g (GLU PSZ.) Mięso z szynki wieprzowej 100 g Buraczki gotowane drobno tarte () 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Zupa z soczewicy i ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Kasza gryczana 200 g Gulasz wołowy - dieta 150 g (GLU PSZ.) Mięso z szynki wieprzowej 100 g Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Zupa z soczewicy i ziemniakami () 400 ml (MLE, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JECZ.) Gulasz wołowy - dieta 150 g (GLU PSZ.) Mięso z szynki wieprzowej 100 g Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami () 400 ml (MLE, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JECZ.) Gulasz wołowy - dieta 150 g (GLU PSZ.) Mięso z szynki wieprzowej 100 g Sos koperkowy* 80 ml (GLU PSZ, MLE.) Buraczki gotowane drobno tarte () 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml
	PD		Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE.)			Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE.)		Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt
Kolejacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 60 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Kiełbasa Śląska wieprzowa z cebulką 100 g Musztarda 20 g (GOR.) 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 zielonogórsko-wp. parzona 50 g (SOJ.) Szyńska zielonogórsko-wp. parzona 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 zielonogórsko-wp. parzona 50 g (SOJ.) Śliwka szt 2 szt 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 zielonogórsko-wp. parzona 50 g (SOJ.) Mus z jabłek prażonych 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.) Szynka zielonogórsko-wp. parzona 50 g (SOJ.) Szyńska zielonogórsko-wp. parzona 50 g (SOJ.) Parówki Delikatne-produkt drobiowy wieprzowy homogenizowany wędzony parzony w osłonce niejadalnej - "na ciepło" 120 g (SOJ.) Musztarda 20 g (GOR.) 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 zielonogórsko-wp. parzona 50 g (SOJ.) Serek homo. naturalny 100 g (MLE.) Musztarda 20 g (GOR.) Śliwka szt 2 szt Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	Chleb Graham 150 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka zielonogórsko-wp. parzona 50 g (SOJ.) Śliwka szt 2 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 zielonogórsko-wp. parzona 50 g (SOJ.) Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt (MLE.) Pasztet drobiowy (50g) 1 szt (GLU PSZ, SOJ, MLE.) Brzoskwinie w syropie 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml
	PN	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5g (MLE.) Sałata zielona 5g Ser żółty 20g (MLE.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5g (MLE.) Sałata zielona 5g Twaróg półtłusty 20g (MLE.)	Chleb Graham 30 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5g (MLE.) Sałata zielona 5g Twaróg półtłusty 20g (MLE.)	Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5g (MLE.) Kurczak gotowany produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony 20g	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5g (MLE.) Sałata zielona 5g Ser żółty 20g (MLE.)	Chleb Graham 30 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5g (MLE.) Sałata zielona 5g Kurczak gotowany produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony 20g	Chleb Graham 30 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5g (MLE.) Sałata zielona 5g Twaróg półtłusty 20g (MLE.)
	Wartość energetyczna: 3262.75 kcal; Białko ogółem: 115.77 g; Tłuszcz: 122.31 g; Kw. tł. nasy.: 44.71 g; Węglowodany ogółem: 443.75 g; W tym cukry: 101.85 g; Błonnik pok.: 39.33 g; Sól: 10.28 g;	Wartość energetyczna: 2707.46 kcal; Białko ogółem: 95.72 g; Tłuszcz: 67.52 g; Kw. tł. nasy.: 27.88 g; Węglowodany ogółem: 446.12 g; W tym cukry: 110.22 g; Błonnik pok.: 37.41 g; Sól: 8.70 g;	Wartość energetyczna: 2523.81 kcal; Białko ogółem: 111.33 g; Tłuszcz: 83.48 g; Kw. tł. nasy.: 27.74 g; Węglowodany ogółem: 356.65 g; W tym cukry: 45.16 g; Błonnik pok.: 50.01 g; Sól: 8.41 g;	Wartość energetyczna: 2533.35 kcal; Białko ogółem: 101.67 g; Tłuszcz: 61.34 g; Kw. tł. nasy.: 25.98 g; Węglowodany ogółem: 412.03 g; W tym cukry: 92.88 g; Błonnik pok.: 31.70 g; Sól: 7.72 g;	Wartość energetyczna: 3531.69 kcal; Białko ogółem: 163.27 g; Tłuszcz: 117.62 g; Kw. tł. nasy.: 45.80 g; Węglowodany ogółem: 471.62 g; W tym cukry: 111.93 g; Błonnik pok.: 37.50 g; Sól: 12.98 g;	Wartość energetyczna: 2974.73 kcal; Białko ogółem: 163.23 g; Tłuszcz: 100.98 g; Kw. tł. nasy.: 32.56 g; Węglowodany ogółem: 374.82 g; W tym cukry: 46.67 g; Błonnik pok.: 50.48 g; Sól: 9.85 g;	Wartość energetyczna: 2591.67 kcal; Białko ogółem: 107.12 g; Tłuszcz: 77.75 g; Kw. tł. nasy.: 27.17 g; Węglowodany ogółem: 385.20 g; W tym cukry: 64.75 g; Błonnik pok.: 40.27 g; Sól: 7.45 g;	Wartość energetyczna: 3126.50 kcal; Białko ogółem: 136.16 g; Tłuszcz: 101.80 g; Kw. tł. nasy.: 43.41 g; Węglowodany ogółem: 425.41 g; W tym cukry: 53.51 g; Błonnik pok.: 36.00 g; Sól: 8.35 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-08-19 do dnia 2024-09-01 KUCHNIA ŁÓDŹ

	ŁÓDŹ- WWCOIT Podstawowa	ŁÓDŹ- WWCOIT Łatwo strawna	ŁÓDŹ- WWCOIT Z ogr. łatwo przysw. węglowodanów	ŁÓDŹ- WWCOIT Łatwo str. z ogr. tłuszczu	ŁÓDŹ- WWCOIT Bogatobiałkowa	ŁÓDŹ- WWCOIT Z ogr. łatwo przysw. węgl. bogatobiał	ŁÓDŹ- WWCOIT O kontrolowanej zawartości kw. tł.	ŁÓDŹ- WWCOIT Bogatobiałkowa (OPS)
Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Twarożek 100 g (<u>MLE</u>) Jabłko 1 szt 1 szt 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>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Twarożek 100 g (<u>MLE</u>) Jabłko 1 szt 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Miód (25g) 1 szt Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>)	Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Twarożek 80 g (<u>MLE</u>) Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>)	Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Szynkowa drobniawa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Miód (25g) 1 szt Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Twarożek 100 g (<u>MLE</u>) Szynkowa drobniawa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Miód (25g) 1 szt Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>)	Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Twarożek 80 g (<u>MLE</u>) Szynkowa drobniawa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>)	Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Twarożek 80 g (<u>MLE</u>) Szynkowa drobniawa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Miód (25g) 1 szt Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>)	Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Serek twarogowy śmietankowy 16,67g (kiri,haga) 1 szt (<u>MLE</u>) Szynkowa drobniawa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml Miód (25g) 1 szt
	II ŚN		Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<u>MLE</u>)			Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<u>MLE</u>)		Sok pomarańczowy 0,2L-kartonik 1 szt
Obiad	Rosół z makaronem () 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane () 200 g Udko pieczone 1 szt. 210 g Surówka z kapusty białej z koperkiem i z olejem 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Rosół z makaronem () 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane () 200 g Udko gotowane 1szt. 210 g Brokuł gotowany* 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Rosół z makaronem () 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane () 200 g Udko gotowane 1szt. 210 g Surówka z kapusty białej z koperkiem i z olejem b/c 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Bulion warzywny z makaronem () 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane () 200 g Udko gotowane 1szt. 210 g Szpinak gotowany z olejem* 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Rosół z makaronem () 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane () 200 g Udko pieczone 1 szt. 210 g Udko gotowane 1szt. 210 g Surówka z kapusty białej z koperkiem i z olejem 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Rosół z makaronem () 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane () 200 g Udko pieczone 1 szt. 210 g Udko gotowane 1szt. 210 g Surówka z kapusty białej z koperkiem i z olejem b/c 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Rosół z makaronem () 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane () 200 g Udko gotowane 1 szt. 210 g Surówka z kapusty białej z koperkiem i z olejem 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Rosół z makaronem () 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane () 200 g Udko pieczone 1 szt. 210 g Udko gotowane 1szt. 210 g Brokuł gotowany* 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml
	PD		Sok pomidorowy 0,3l 1 szt			Sok pomidorowy 0,3l 1 szt		Chrupki kukurydziane 25 g
Kolejca	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>) Szynka szkolna- wp. parzona 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u>) Ogórek świeży 100 g Herbata miętowa ekspresowa z/c 250 ml Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<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 szkolna- wp. parzona 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u>) Pomidor 100 g Herbata miętowa ekspresowa z/c 250 ml Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<u>MLE</u>)	Chleb Graham 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Szynka szkolna- wp. parzona 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u>) Ogórek świeży 100 g Herbata miętowa ekspresowa b/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Szynka szkolna- wp. parzona 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u>) Dyńia duszona z olejem* 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Herbata miętowa ekspresowa z/c 250 ml Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<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 szkolna- wp. parzona 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u>) Ser żółty 50 g (<u>MLE</u>) Herbata miętowa ekspresowa z/c 250 ml Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<u>MLE</u>)	Chleb Graham 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Szynka szkolna- wp. parzona 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u>) Jajko gotowane kl L 1 szt (<u>JAJ.</u>) Ogórek świeży 100 g Herbata miętowa ekspresowa b/c 250 ml	Chleb Graham 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Szynka szkolna- wp. parzona 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u>) Ogórek świeży 90 g Sałata lodowa 10 g Herbata miętowa ekspresowa z/c 250 ml Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<u>MLE</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Szynka szkolna- wp. parzona 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u>) Ser żółty 50 g (<u>MLE</u>) Dyńia duszona z olejem* 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Herbata miętowa ekspresowa b/c 250 ml
	PN	Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (<u>może zawierać: MLE.</u>) Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 15 g	Salata zielona 5 g Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 20 g (<u>może zawierać: MLE, GOR.</u>) Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>)	Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (<u>może zawierać: MLE.</u>) Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 15 g	Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (<u>może zawierać: MLE, GOR.</u>) Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 15 g	Salata zielona 5 g Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 20 g (<u>może zawierać: MLE, GOR.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ.</u>)	Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (<u>może zawierać: MLE.</u>) Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 15 g	
	Wartość energetyczna: 2660.47 kcal; Białko ogółem: 131.31 g; Tłuszcz: 79.81 g; Kw. tł. nasy.: 34.32 g; Węglowodany ogółem: 361.39 g; W tym cukry: 81.67 g; Błonnik pok.: 24.01 g; Sól: 8.17 g;	Wartość energetyczna: 2471.42 kcal; Białko ogółem: 135.28 g; Tłuszcz: 93.49 g; Kw. tł. nasy.: 35.97 g; Węglowodany ogółem: 289.77 g; W tym cukry: 39.91 g; Błonnik pok.: 35.78 g; Sól: 10.50 g;	Wartość energetyczna: 2589.56 kcal; Białko ogółem: 119.14 g; Tłuszcz: 76.85 g; Kw. tł. nasy.: 29.64 g; Węglowodany ogółem: 360.73 g; W tym cukry: 73.05 g; Błonnik pok.: 21.44 g; Sól: 7.46 g;	Wartość energetyczna: 3559.16 kcal; Białko ogółem: 206.54 g; Tłuszcz: 141.61 g; Kw. tł. nasy.: 54.79 g; Węglowodany ogółem: 373.51 g; W tym cukry: 89.47 g; Błonnik pok.: 24.02 g; Sól: 10.95 g;	Wartość energetyczna: 3150.13 kcal; Białko ogółem: 206.74 g; Tłuszcz: 136.71 g; Kw. tł. nasy.: 47.69 g; Węglowodany ogółem: 290.86 g; W tym cukry: 40.33 g; Błonnik pok.: 35.78 g; Sól: 12.75 g;	Wartość energetyczna: 2612.82 kcal; Białko ogółem: 126.25 g; Tłuszcz: 89.22 g; Kw. tł. nasy.: 32.89 g; Węglowodany ogółem: 426.46 g; W tym cukry: 81.45 g; Błonnik pok.: 31.36 g; Sól: 7.07 g;	Wartość energetyczna: 3668.65 kcal; Białko ogółem: 202.52 g; Tłuszcz: 132.10 g; Kw. tł. nasy.: 53.25 g; Węglowodany ogółem: 426.46 g; W tym cukry: 67.28 g; Błonnik pok.: 28.48 g; Sól: 11.85 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-08-19 do dnia 2024-09-01 KUCHNIA ŁÓDŹ

	ŁÓDŹ- WWCOIT Podstawowa	ŁÓDŹ- WWCOIT Łatwo strawna	ŁÓDŹ- WWCOIT Z ogr. łatwo przysw. węglowodanów	ŁÓDŹ- WWCOIT Łatwo str. z ogr. tłuszczu	ŁÓDŹ- WWCOIT Bogatobiałkowa	ŁÓDŹ- WWCOIT Z ogr. łatwo przysw. węgl. bogatobiał	ŁÓDŹ- WWCOIT O kontrolowanej zawartości kw. tł.	ŁÓDŹ- WWCOIT Bogatobiałkowa (OPS)	
2024-08-26 poniedziałek	Śniadanie	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE.) Chleb Graham 100 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Baton szynkowy z kurcząt 50 g (może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.) 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 (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.) Baton szynkowy z kurcząt 50 g (może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.) 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 (GLU PSZ.)	Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym () 300 ml (SEL.) Chleb Graham 100 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Baton szynkowy z kurcząt 50 g (może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.) Pomidor 100 g 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.) Baton szynkowy z kurcząt 50 g (może zawierać: GLU PSZ, 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.) Baton szynkowy z kurcząt 50 g (może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.) Serek homo. naturalny 100 g (MLE.) 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 (GLU PSZ.)	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE.) Chleb Graham 100 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Baton szynkowy z kurcząt 50 g (może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.) Serek homo. naturalny 100 g (MLE.) Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml 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.) Baton szynkowy z kurcząt 50 g (może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.) Serek śmietankowy naturalny termizowany-twój smak 1 szt (MLE.) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml Miód (25g) 1 szt	
		II ŚN		Jabłko 1 szt 1 szt		Jabłko 1 szt 1 szt		Ciastka różne 40 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE.)	
2024-08-26 poniedziałek	Obiad	Barszcz ukraiński z ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryż z jabłkiem prażonym i cynamonem 300 g Sos jogurtowo-truskawkowy* 100 g (MLE.) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryż z jabłkiem prażonym i cynamonem 300 g Sos jogurtowo-truskawkowy* 100 g (MLE.) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Barszcz ukraiński z ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryż na sypko (brązowy) 200 g Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g (GLU PSZ.) Sos koperkowy* 80 ml (GLU PSZ, MLE.) Surówka wielowarzynna z olejem b/c () 200 g (SEL.) Kompot owocowy* b/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Pierogi z serem* 300 g (GLU PSZ, MLE.) Ryż z jabłkiem prażonym i cynamonem 300 g Sos jogurtowo-truskawkowy* 100 g (MLE.) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryż na sypko (brązowy) 200 g Mięso drobiowe pieczone z udźca kurczaka 100 g (GLU PSZ.) Klopsik drobiowy z udźca 120 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos koperkowy* 80 ml (GLU PSZ, MLE.) Surówka wielowarzynna z olejem b/c () 200 g (SEL.) Kompot owocowy* b/c 250 ml	Barszcz ukraiński z ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryż z jabłkiem prażonym i cynamonem 300 g Sos jogurtowo-truskawkowy* 100 g (MLE.) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryż z jabłkiem prażonym i cynamonem 300 g Pierogi z serem* 300 g (GLU PSZ, MLE.) Kompot owocowy* b/c 250 ml	
		PD		Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE.)		Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE.)		Mus z brzoskwiń 100 g	
2024-08-26 poniedziałek	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 Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (SOJ.) Sałatka wiosenna 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	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.) Sałatka 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.) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (SOJ.) Marchew pieczona w słupki () 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.) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (SOJ.) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (SOJ.) Ser żółty 50 g (MLE.) Sałatka wiosenna 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Marchew pieczona w słupki () 90 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.) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (SOJ.) Ser żółty 50 g (MLE.) Sałatka 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.) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (SOJ.) Sałatka wiosenna 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.) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (SOJ.) Ser żółty 50 g (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.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Sałatka zielona 5 g Twaróg półtłusty 20 g (MLE.)	Chleb Graham 30 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Sałatka zielona 5 g Twaróg półtłusty 20 g (MLE.)	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.) Sałatka zielona 5 g Twaróg półtłusty 20 g (MLE.)	Chleb Graham 30 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Sałatka zielona 5 g Twaróg półtłusty 20 g (MLE.)	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: 2588.81 kcal; Białko ogółem: 82.53 g; Tłuszcz: 57.64 g; Kw. tł. nasy.: 27.13 g; Węglowodany ogółem: 452.59 g; W tym cukry: 134.32 g; Błonnik pok.: 29.80 g; Sól: 8.06 g;	Wartość energetyczna: 2695.60 kcal; Białko ogółem: 78.99 g; Tłuszcz: 57.62 g; Kw. tł. nasy.: 27.12 g; Węglowodany ogółem: 481.34 g; W tym cukry: 137.72 g; Błonnik pok.: 27.47 g; Sól: 8.52 g;	Wartość energetyczna: 2408.24 kcal; Białko ogółem: 104.46 g; Tłuszcz: 72.98 g; Kw. tł. nasy.: 26.02 g; Węglowodany ogółem: 353.98 g; W tym cukry: 49.28 g; Błonnik pok.: 48.64 g; Sól: 9.39 g;	Wartość energetyczna: 2862.44 kcal; Białko ogółem: 107.60 g; Tłuszcz: 77.85 g; Kw. tł. nasy.: 28.06 g; Węglowodany ogółem: 450.14 g; W tym cukry: 91.29 g; Błonnik pok.: 34.38 g; Sól: 9.04 g;	Wartość energetyczna: 3646.70 kcal; Białko ogółem: 142.19 g; Tłuszcz: 86.43 g; Kw. tł. nasy.: 40.64 g; Węglowodany ogółem: 587.09 g; W tym cukry: 137.72 g; Błonnik pok.: 34.31 g; Sól: 9.76 g;	Wartość energetyczna: 3115.92 kcal; Białko ogółem: 164.71 g; Tłuszcz: 111.46 g; Kw. tł. nasy.: 41.59 g; Węglowodany ogółem: 384.77 g; W tym cukry: 60.41 g; Błonnik pok.: 47.90 g; Sól: 11.30 g;	Wartość energetyczna: 2470.31 kcal; Białko ogółem: 80.75 g; Tłuszcz: 55.05 g; Kw. tł. nasy.: 25.35 g; Węglowodany ogółem: 432.95 g; W tym cukry: 127.80 g; Błonnik pok.: 32.98 g; Sól: 7.41 g;	Wartość energetyczna: 3728.14 kcal; Białko ogółem: 127.00 g; Tłuszcz: 126.46 g; Kw. tł. nasy.: 67.03 g; Węglowodany ogółem: 532.88 g; W tym cukry: 80.22 g; Błonnik pok.: 31.80 g; Sól: 9.94 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-08-19 do dnia 2024-09-01 KUCHNIA ŁÓDŹ

	ŁÓDŹ- WWCOIT Podstawowa	ŁÓDŹ- WWCOIT Łatwo strawna	ŁÓDŹ- WWCOIT Z ogr. łatwo przysw. węglowodanów	ŁÓDŹ- WWCOIT Łatwo str. z ogr. tłuszczu	ŁÓDŹ- WWCOIT Bogatobiałkowa	ŁÓDŹ- WWCOIT Z ogr. łatwo przysw. węgl. bogatobiał	ŁÓDŹ- WWCOIT O kontrolowanej zawartości kw. tł.	ŁÓDŹ- WWCOIT Bogatobiałkowa (OPS)
Śniadanie	Platki jęczmienne na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU, JECZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Jajko gotowane kl L 1 szt (<u>JAJ</u>) Ogórek świeży 100 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>)	Platki jęczmienne na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU, JECZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Jajko gotowane kl L 1 szt (<u>JAJ</u>) Brokuł gotowany* 100 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Miód (25g) 1 szt Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>)	Platki jęczmienne na wywarze jarzynowym () 300 ml (<u>SEL, GLU, JECZ.</u>) Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Jajko gotowane kl L 1 szt (<u>JAJ</u>) Ogórek świeży 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>)	Platki jęczmienne na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU, JECZ.</u>) 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 () 100 g (<u>SEL</u>) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>)	Platki jęczmienne na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU, JECZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Jajko gotowane kl L 1 szt (<u>JAJ</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>) Miód (25g) 1 szt Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>)	Platki jęczmienne na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU, JECZ.</u>) Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Jajko gotowane kl L 1 szt (<u>JAJ</u>) Filet zapiekany drobiowy 50 g (<u>MLE</u>) Ogórek świeży 50 g Brokuł gotowany* 50 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>)	Platki jęczmienne na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU, JECZ.</u>) Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Jajko gotowane kl L 1 szt (<u>JAJ</u>) Filet zapiekany drobiowy 50 g (<u>MLE</u>) Ogórek świeży 50 g Brokuł gotowany* 50 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Miód (25g) 1 szt Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>)	Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Jajko gotowane kl L 1 szt (<u>JAJ</u>) Filet zapiekany drobiowy 50 g (<u>MLE</u>) Brokuł gotowany* 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Miód (25g) 1 szt
	II SN			Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<u>MLE</u>)			Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<u>MLE</u>)	
Obiad	Jarzynowa z zacierką ()-podstawa 400 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane () 200 g Kotlet drobiowy panierowany 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Marchew z groszkiem* 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Jarzynowa z zacierką dieta () 400 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane () 200 g Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g Sos pietruszkowy* 80 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Marchew gotowana z olejem () 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Jarzynowa z zacierką ()-podstawa 400 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane () 200 g Mięso drobiowe pieczone z udźca kurczaka 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Sos pietruszkowy* 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Surówka wykwintna z olejem b/c 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Jarzynowa z makaronem dieta () (b/kalafióra) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane () 200 g Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g Sos pietruszkowy* 80 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Marchew gotowana z olejem () 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Jarzynowa z zacierką ()-podstawa 400 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane () 200 g Kotlet drobiowy panierowany 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g Sos pietruszkowy* 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Marchew gotowana z olejem () 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Jarzynowa z zacierką ()-podstawa 400 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane () 200 g Mięso drobiowe pieczone z udźca kurczaka 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Sos pietruszkowy* 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Surówka wykwintna z olejem b/c 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Jarzynowa z zacierką dieta () 400 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane () 200 g Mięso drobiowe pieczone z udźca kurczaka 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Sos pietruszkowy* 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Surówka wykwintna z olejem b/c 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Jarzynowa z zacierką dieta () 400 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane () 200 g Mięso drobiowe pieczone z udźca kurczaka 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Sos pietruszkowy* 80 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Marchew gotowana z olejem () 200 g Zapiekanka z warzyw i sera żółtego* () 150 g (<u>MLE, SEL.</u>) Kompot owocowy* b/c 250 ml
	PD		Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>)			Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>)		Chrupki kukurydziane 25 g
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>) Szynka wieśniowa- wieprzowa, wędz. parz. z dod. wody i białka wp. 50 g (<u>SOJ.</u>) Nektarynka 1 szt 1 szt Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<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 wieśniowa- wieprzowa, wędz. parz. z dod. wody i białka wp. 50 g (<u>SOJ.</u>) Nektarynka 1 szt 1 szt Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<u>MLE</u>)	Chleb Graham 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Szynka wieśniowa- wieprzowa, wędz. parz. z dod. wody i białka wp. 50 g (<u>SOJ.</u>) Nektarynka 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% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Szynka wieśniowa- wieprzowa, wędz. parz. z dod. wody i białka wp. 50 g (<u>SOJ.</u>) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<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>) Pasztet z soczewicy () 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Szynka wieśniowa- wieprzowa, wędz. parz. z dod. wody i białka wp. 50 g (<u>SOJ.</u>) Nektarynka 1 szt 1 szt Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<u>MLE</u>)	Chleb Graham 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Pasztet z soczewicy () 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Szynka wieśniowa- wieprzowa, wędz. parz. z dod. wody i białka wp. 50 g (<u>SOJ.</u>) Nektarynka 1 szt 1 szt Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	Chleb Graham 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Szynka wieśniowa- wieprzowa, wędz. parz. z dod. wody i białka wp. 50 g (<u>SOJ.</u>) Nektarynka 1 szt 1 szt Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<u>MLE</u>)	Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Galaretkę z kurczaka 180g 1 szt (<u>SOJ, SEL.</u>) Pasztet drobiowy (50g) 1 szt (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u>) Salatka jarzynowa gar. 150 g (<u>SEL.</u>) Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml
	PN	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (<u>MLE</u>) Biszkopty b/m 15 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ.</u>)		Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kurczak gotowany produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony 20 g Salata zielona 5 g	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (<u>MLE</u>) Biszkopty b/m 15 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ.</u>)		Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Salata zielona 5 g Kurczak gotowany produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony 20 g	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (<u>MLE</u>) Biszkopty b/m 15 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ.</u>)
	Wartość energetyczna: 2669.83 kcal; Białko ogółem: 105.65 g; Tłuszcz: 75.93 g; Kw. tł. nasy.: 32.38 g; Węglowodany ogółem: 405.91 g; W tym cukry: 88.10 g; Błonnik pok.: 34.91 g; Sól: 9.50 g;	Wartość energetyczna: 2593.60 kcal; Białko ogółem: 104.51 g; Tłuszcz: 72.51 g; Kw. tł. nasy.: 32.95 g; Węglowodany ogółem: 394.67 g; W tym cukry: 93.34 g; Błonnik pok.: 30.88 g; Sól: 9.46 g;	Wartość energetyczna: 2370.22 kcal; Białko ogółem: 113.25 g; Tłuszcz: 85.16 g; Kw. tł. nasy.: 28.31 g; Węglowodany ogółem: 307.22 g; W tym cukry: 36.11 g; Błonnik pok.: 37.76 g; Sól: 8.96 g;	Wartość energetyczna: 2581.00 kcal; Białko ogółem: 107.47 g; Tłuszcz: 70.22 g; Kw. tł. nasy.: 29.98 g; Węglowodany ogółem: 395.77 g; W tym cukry: 96.80 g; Błonnik pok.: 33.02 g; Sól: 8.87 g;	Wartość energetyczna: 3372.84 kcal; Białko ogółem: 158.14 g; Tłuszcz: 109.08 g; Kw. tł. nasy.: 36.77 g; Węglowodany ogółem: 455.41 g; W tym cukry: 96.22 g; Błonnik pok.: 38.89 g; Sól: 11.04 g;	Wartość energetyczna: 3115.73 kcal; Białko ogółem: 176.18 g; Tłuszcz: 117.83 g; Kw. tł. nasy.: 35.62 g; Węglowodany ogółem: 359.18 g; W tym cukry: 50.63 g; Błonnik pok.: 43.66 g; Sól: 10.85 g;	Wartość energetyczna: 2565.01 kcal; Białko ogółem: 111.10 g; Tłuszcz: 83.28 g; Kw. tł. nasy.: 30.96 g; Węglowodany ogółem: 358.62 g; W tym cukry: 81.73 g; Błonnik pok.: 32.76 g; Sól: 8.67 g;	Wartość energetyczna: 2857.32 kcal; Białko ogółem: 129.12 g; Tłuszcz: 92.56 g; Kw. tł. nasy.: 34.44 g; Węglowodany ogółem: 386.13 g; W tym cukry: 56.35 g; Błonnik pok.: 35.68 g; Sól: 12.62 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-08-19 do dnia 2024-09-01 KUCHNIA ŁÓDŹ

	ŁÓDŹ- WWCOIT Podstawowa	ŁÓDŹ- WWCOIT Łatwo strawna	ŁÓDŹ- WWCOIT Z ogr. łatwo przysw. węglowodanów	ŁÓDŹ- WWCOIT Łatwo str. z ogr. tłuszczu	ŁÓDŹ- WWCOIT Bogatobiałkowa	ŁÓDŹ- WWCOIT Z ogr. łatwo przysw. węgl. bogatobiał	ŁÓDŹ- WWCOIT O kontrolowanej zawartości kw. tł.	ŁÓDŹ- WWCOIT Bogatobiałkowa (OPS)
2024-08-28 środa	Śniadanie	Platki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU, OW.</u>) Chleb Graham 100 g (<u>GLU, PSZ.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Ser topiony 50 g (<u>MLE.</u>) Śliwka szt 2 szt Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU, ŻYT, GLU, JECZ.</u>) Miód (25g) 1 szt Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU, PSZ.</u>)	Platki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU, OW.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Twaróg półtłusty 100 g (<u>MLE.</u>) Banan 1szt. 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU, ŻYT, GLU, JECZ.</u>) Miód (25g) 1 szt Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU, PSZ.</u>)	Platki owsiane na wywarze jarzynowym () 300 ml (<u>SEL, GLU, OW.</u>) Chleb Graham 100 g (<u>GLU, PSZ.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Twaróg półtłusty 100 g (<u>MLE.</u>) Śliwka szt 2 szt Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU, PSZ.</u>)	Platki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU, OW.</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 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>) Jabko pieczone 1szt. 1 szt Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Miód (25g) 1 szt Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU, PSZ.</u>)	Platki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU, OW.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Ser topiony 50 g (<u>MLE.</u>) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (<u>SOJ.</u>) Banan 1szt. 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU, ŻYT, GLU, JECZ.</u>) Miód (25g) 1 szt Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU, PSZ.</u>)	Platki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU, OW.</u>) Chleb Graham 100 g (<u>GLU, PSZ.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Twaróg półtłusty 100 g (<u>MLE.</u>) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (<u>SOJ.</u>) Śliwka szt 2 szt Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU, PSZ.</u>)	Platki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU, OW.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Twaróg półtłusty 100 g (<u>MLE.</u>) Śliwka szt 2 szt Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Miód (25g) 1 szt Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU, PSZ.</u>)
		II SN		Jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>MLE.</u>)		Jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>MLE.</u>)		Kisiel o smaku cytrynowym z/c 150 ml
	Obiad	Ziemiaczana () 400 ml (<u>GLU, PSZ, MLE, SEL.</u>) kasza pęczak/sypko 200 g (<u>GLU, PSZ.</u>) Bitka wołowa 100 g (<u>GLU, PSZ.</u>) Sos własny () 80 ml (<u>GLU, PSZ, SEL.</u>) Cwikła z jabłkiem () 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Ziemiaczana () 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 własny () 80 ml (<u>GLU, PSZ, SEL.</u>) Buraczki gotowane drobno tarte () 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Ziemiaczana () 400 ml (<u>GLU, PSZ, MLE, SEL.</u>) kasza pęczak/sypko 200 g (<u>GLU, PSZ.</u>) Bitka wołowa 100 g (<u>GLU, PSZ.</u>) Sos własny () 80 ml (<u>GLU, PSZ, SEL.</u>) Cwikła z jabłkiem b/c () 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Ziemiaczana () 400 ml (<u>GLU, PSZ, MLE, SEL.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU, JECZ.</u>) Pulpet wołowy 120 g (<u>GLU, PSZ, JA.J.</u>) Bitka wołowa 100 g (<u>GLU, PSZ.</u>) Sos własny () 80 ml (<u>GLU, PSZ, SEL.</u>) Buraczki gotowane drobno tarte () 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Ziemiaczana () 400 ml (<u>GLU, PSZ, MLE, SEL.</u>) kasza pęczak/sypko 200 g (<u>GLU, PSZ.</u>) Pulpet wołowy 120 g (<u>GLU, PSZ, JA.J.</u>) Bitka wołowa 100 g (<u>GLU, PSZ.</u>) Sos własny () 80 ml (<u>GLU, PSZ, SEL.</u>) Cwikła z jabłkiem b/c () 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Ziemiaczana () 400 ml (<u>GLU, PSZ, MLE, SEL.</u>) kasza pęczak/sypko 200 g (<u>GLU, PSZ.</u>) Bitka wołowa 100 g (<u>GLU, PSZ.</u>) Sos własny () 80 ml (<u>GLU, PSZ, SEL.</u>) Cwikła z jabłkiem () 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Ziemiaczana () 400 ml (<u>GLU, PSZ, MLE, SEL.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU, JECZ.</u>) Pulpet wołowy 120 g (<u>GLU, PSZ, JA.J.</u>) Bitka wołowa 100 g (<u>GLU, PSZ.</u>) Sos własny () 80 ml (<u>GLU, PSZ, SEL.</u>) Buraczki gotowane drobno tarte () 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml
		PD		Sok pomidorowy 0,3l 1 szt		Sok pomidorowy 0,3l 1 szt		Herbatniki 30 g (<u>GLU, PSZ, SOJ, MLE.</u>)
	Kolejca	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>) Śledź z cebulką w oleju 70 g (<u>RYB.</u>) Salata lodowa 10 g Ogórek kwaszony małosolny 90 g (<u>GOR.</u>) Herbata miętowa ekspresowa 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>) Śledź z cebulką w oleju 70 g (<u>RYB.</u>) Salata lodowa 10 g Ogórek kwaszony małosolny 90 g (<u>GOR.</u>) Herbata miętowa ekspresowa b/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>) Śledź z cebulką w oleju 70 g (<u>RYB.</u>) Salata lodowa 10 g Ogórek kwaszony małosolny 90 g (<u>GOR.</u>) Herbata miętowa ekspresowa b/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 tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (<u>może zawierać: MLE, GOR.</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 100 g (<u>SEL.</u>) Herbata miętowa ekspresowa 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 tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (<u>może zawierać: MLE, GOR.</u>) Paprykarz szczeciński 100 g (<u>RYB, SOJ.</u>) Salata lodowa 10 g Ogórek kwaszony małosolny 90 g (<u>GOR.</u>) Herbata miętowa ekspresowa b/c 250 ml	Chleb Graham 150 g (<u>GLU, PSZ.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Śledź z cebulką w oleju 70 g (<u>RYB.</u>) Salata lodowa 10 g Ogórek kwaszony małosolny 90 g (<u>GOR.</u>) Herbata miętowa ekspresowa 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>) Śledź z cebulką w oleju 70 g (<u>RYB.</u>) Salata lodowa 10 g Ogórek kwaszony małosolny 90 g (<u>GOR.</u>) Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt (<u>MLE.</u>) Brokuł gotowany* 100 g Herbata miętowa ekspresowa 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>) Salata zielona 5 g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 20 g	Chleb Graham 30 g (<u>GLU, PSZ.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Salata zielona 5 g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 20 g	Bułka pszenna długa krojona 30 g (<u>GLU, PSZ.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (<u>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Salata zielona 5 g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 20 g	Chleb Graham 30 g (<u>GLU, PSZ.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Salata zielona 5 g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 20 g	Chleb Graham 30 g (<u>GLU, PSZ.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Salata zielona 5 g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 20 g
	Wartość energetyczna: 2981.07 kcal; Białko ogółem: 111.72 g; Tłuszcz: 97.59 g; Kw. tł. nasy.: 40.60 g; Węglowodany ogółem: 420.82 g; W tym cukry: 87.02 g; Błonnik pok.: 41.89 g; Sól: 11.53 g;	Wartość energetyczna: 3002.75 kcal; Białko ogółem: 122.43 g; Tłuszcz: 74.50 g; Kw. tł. nasy.: 33.24 g; Węglowodany ogółem: 473.72 g; W tym cukry: 119.72 g; Błonnik pok.: 31.71 g; Sól: 8.47 g;	Wartość energetyczna: 2605.58 kcal; Białko ogółem: 118.17 g; Tłuszcz: 82.88 g; Kw. tł. nasy.: 31.04 g; Węglowodany ogółem: 358.63 g; W tym cukry: 44.61 g; Błonnik pok.: 48.91 g; Sól: 12.30 g;	Wartość energetyczna: 2834.20 kcal; Białko ogółem: 114.20 g; Tłuszcz: 73.97 g; Kw. tł. nasy.: 28.74 g; Węglowodany ogółem: 443.24 g; W tym cukry: 92.18 g; Błonnik pok.: 32.43 g; Sól: 8.70 g;	Wartość energetyczna: 3496.74 kcal; Białko ogółem: 158.96 g; Tłuszcz: 107.02 g; Kw. tł. nasy.: 42.19 g; Węglowodany ogółem: 487.98 g; W tym cukry: 115.22 g; Błonnik pok.: 32.12 g; Sól: 14.66 g;	Wartość energetyczna: 3086.59 kcal; Białko ogółem: 174.75 g; Tłuszcz: 98.23 g; Kw. tł. nasy.: 35.65 g; Węglowodany ogółem: 387.30 g; W tym cukry: 55.28 g; Błonnik pok.: 49.20 g; Sól: 15.49 g;	Wartość energetyczna: 2842.07 kcal; Białko ogółem: 121.64 g; Tłuszcz: 86.00 g; Kw. tł. nasy.: 33.54 g; Węglowodany ogółem: 404.28 g; W tym cukry: 83.20 g; Błonnik pok.: 45.07 g; Sól: 9.87 g;	Wartość energetyczna: 3186.71 kcal; Białko ogółem: 140.11 g; Tłuszcz: 96.72 g; Kw. tł. nasy.: 37.53 g; Węglowodany ogółem: 453.38 g; W tym cukry: 70.92 g; Błonnik pok.: 29.16 g; Sól: 9.52 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-08-19 do dnia 2024-09-01 KUCHNIA ŁÓDŹ

	ŁÓDŹ- WWCOIT Podstawowa	ŁÓDŹ- WWCOIT Łatwo strawna	ŁÓDŹ- WWCOIT Z ogr. łatwo przysw. węglowodanów	ŁÓDŹ- WWCOIT Łatwo str. z ogr. tłuszczu	ŁÓDŹ- WWCOIT Bogatobiałkowa	ŁÓDŹ- WWCOIT Z ogr. łatwo przysw. węgl. bogatobiał	ŁÓDŹ- WWCOIT O kontrolowanej zawartości kw. tł.	ŁÓDŹ- WWCOIT Bogatobiałkowa (OPS)
Śniadanie	Kasza manna 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% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Szynka zielonogórska- wp. parzona 50 g (<u>SOJ</u>) Sałatka z ciecierzycy, pomidora i ogórka małosolnego 100 g (<u>GOR</u>) 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>)	Kasza manna 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% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Szynka zielonogórska- wp. parzona 50 g (<u>SOJ</u>) Pomidor 100 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>) Miód (25g) 1 szt Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ</u>)	Kasza manna na wywarze jarzynowym () 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Szynka zielonogórska- wp. parzona 50 g (<u>SOJ</u>) Sałatka z ciecierzycy, pomidora i ogórka małosolnego 100 g (<u>GOR</u>) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ</u>)	Kasza manna na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Szynka zielonogórska- wp. parzona 50 g (<u>SOJ</u>) Marchew gotowana z olejem () 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ</u>)	Kasza manna 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% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Szynka zielonogórska- wp. parzona 50 g (<u>SOJ</u>) Sałatka z ciecierzycy, pomidora i ogórka małosolnego 100 g (<u>GOR</u>) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>) Miód (25g) 1 szt Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ</u>)	Kasza manna na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Szynka zielonogórska- wp. parzona 50 g (<u>SOJ</u>) Sałatka z ciecierzycy, pomidora i ogórka małosolnego 100 g (<u>GOR</u>) Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ</u>)	Kasza manna na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Szynka zielonogórska- wp. parzona 50 g (<u>SOJ</u>) Sałatka z ciecierzycy, pomidora i ogórka małosolnego 100 g (<u>GOR</u>) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Miód (25g) 1 szt Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ</u>)	Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Pasta jajeczna 80g 1 szt Szynka zielonogórska- wp. parzona 50 g (<u>SOJ</u>) Marchew gotowana z olejem () 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml Miód (25g) 1 szt
	II ŚN			Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<u>MLE</u>)				
Obiad	Żurek z ziemniakami () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT</u>) Makaron pełnoziarnisty 200 g (<u>GLU PSZ</u>) Mięso z szynki wieprzowej 100 g Sos pomidorowy 80 ml (<u>GLU PSZ</u>) Sałata zielona z rzodkiewką i jogurtem 100 g (<u>MLE</u>) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Szpinakowa z ziemniakami () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Makaron 200 g (<u>GLU PSZ</u>) Mięso z szynki wieprzowej 100 g Sos pomidorowy 80 ml (<u>GLU PSZ</u>) Bukiet warzyw gotowanych (march, kaliafor, brokuł)* 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Żurek z ziemniakami () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT</u>) Makaron pełnoziarnisty 200 g (<u>GLU PSZ</u>) Mięso z szynki wieprzowej 100 g Sos pomidorowy 80 ml (<u>GLU PSZ</u>) Dymna duszona z olejem* 200 g (<u>GLU PSZ</u>) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Szpinakowa z ziemniakami () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Makaron 200 g (<u>GLU PSZ</u>) Mięso z szynki wieprzowej 100 g Sos pomidorowy 80 ml (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Dymna duszona z olejem* 200 g (<u>GLU PSZ</u>) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Żurek z ziemniakami () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT</u>) Makaron 200 g (<u>GLU PSZ</u>) Mięso z szynki wieprzowej 100 g Klopsik wieprzowy 120 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Sos pomidorowy 80 ml (<u>GLU PSZ</u>) Bukiet warzyw gotowanych (march, kaliafor, brokuł)* 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Żurek z ziemniakami () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT</u>) Makaron pełnoziarnisty 200 g (<u>GLU PSZ</u>) Mięso z szynki wieprzowej 100 g Klopsik wieprzowy 120 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Sos pomidorowy 80 ml (<u>GLU PSZ</u>) Bukiet warzyw gotowanych (march, kaliafor, brokuł)* 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Żurek z ziemniakami () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT</u>) Makaron pełnoziarnisty 200 g (<u>GLU PSZ</u>) Mięso z szynki wieprzowej 100 g Sos pomidorowy 80 ml (<u>GLU PSZ</u>) Bukiet warzyw gotowanych (march, kaliafor, brokuł)* 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Szpinakowa z ziemniakami () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Makaron 200 g (<u>GLU PSZ</u>) Mięso z szynki wieprzowej 100 g Klopsik wieprzowy 120 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Sos pomidorowy 80 ml (<u>GLU PSZ</u>) Bukiet warzyw gotowanych (march, kaliafor, brokuł)* 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml
	PD		Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt			Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt		Sok jabłkowy 100 % 0,2l 1 szt
Kolejca	Pierogi z serem* 200 g (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<u>MLE</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Mus z jabłek prażonych 100 g	Chleb Graham 150 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Serek Fromage 100 g (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Jabłko 1 szt 1 szt Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Twarożek 100 g (<u>MLE</u>) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<u>MLE</u>)	Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Bułka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Baton szynkowy z kurcząt 50 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR</u>) Pierogi z serem* 200 g (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<u>MLE</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Mus z jabłek prażonych 100 g	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>) Baton szynkowy z kurcząt 50 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR</u>) Pierogi z serem* 200 g (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<u>MLE</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Mus z jabłek prażonych 100 g	Chleb Graham 150 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Baton szynkowy z kurcząt 50 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR</u>) Serek Fromage 100 g (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Jabłko 1 szt 1 szt Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml	Pierogi z serem* 200 g (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<u>MLE</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Mus z jabłek prażonych 100 g	Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Baton szynkowy z kurcząt 50 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR</u>) Pierogi z serem* 200 g (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Mus z jabłek prażonych 100 g
	PN	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Baton szynkowy z kurcząt 20 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR</u>) Sałata zielona 5 g	Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ</u>) Baton szynkowy z kurcząt 20 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR</u>) Sałata zielona 5 g	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt Biszkopty b/m 15 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ</u>)	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt Wafle ryżowe 20 g	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Baton szynkowy z kurcząt 20 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR</u>) Sałata zielona 5 g	Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Baton szynkowy z kurcząt 20 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR</u>) Sałata zielona 5 g	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt Biszkopty b/m 15 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ</u>)
	Wartość energetyczna: 2708.65 kcal; Białko ogółem: 123.57 g; Tłuszcz: 61.46 g; Kw. tł. nasy.: 25.07 g; Węglowodany ogółem: 417.29 g; W tym cukry: 92.51 g; Błonnik pok.: 33.02 g; Sól: 7.95 g;	Wartość energetyczna: 2560.49 kcal; Białko ogółem: 117.77 g; Tłuszcz: 54.06 g; Kw. tł. nasy.: 24.12 g; Węglowodany ogółem: 409.26 g; W tym cukry: 92.38 g; Błonnik pok.: 25.57 g; Sól: 5.86 g;	Wartość energetyczna: 2693.16 kcal; Białko ogółem: 114.60 g; Tłuszcz: 93.74 g; Kw. tł. nasy.: 51.65 g; Węglowodany ogółem: 354.89 g; W tym cukry: 39.04 g; Błonnik pok.: 46.87 g; Sól: 9.13 g;	Wartość energetyczna: 2784.46 kcal; Białko ogółem: 119.10 g; Tłuszcz: 64.08 g; Kw. tł. nasy.: 28.93 g; Węglowodany ogółem: 439.22 g; W tym cukry: 86.65 g; Błonnik pok.: 29.21 g; Sól: 5.50 g;	Wartość energetyczna: 3659.76 kcal; Białko ogółem: 168.96 g; Tłuszcz: 93.65 g; Kw. tł. nasy.: 35.32 g; Węglowodany ogółem: 540.92 g; W tym cukry: 95.03 g; Błonnik pok.: 37.59 g; Sól: 10.17 g;	Wartość energetyczna: 3280.49 kcal; Białko ogółem: 160.23 g; Tłuszcz: 123.49 g; Kw. tł. nasy.: 59.20 g; Węglowodany ogółem: 390.84 g; W tym cukry: 54.53 g; Błonnik pok.: 50.60 g; Sól: 11.19 g;	Wartość energetyczna: 2593.75 kcal; Białko ogółem: 121.70 g; Tłuszcz: 58.33 g; Kw. tł. nasy.: 22.76 g; Węglowodany ogółem: 399.97 g; W tym cukry: 89.03 g; Błonnik pok.: 37.57 g; Sól: 6.90 g;	Wartość energetyczna: 3312.18 kcal; Białko ogółem: 155.00 g; Tłuszcz: 81.53 g; Kw. tł. nasy.: 29.21 g; Węglowodany ogółem: 502.11 g; W tym cukry: 68.25 g; Błonnik pok.: 35.38 g; Sól: 7.60 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-08-19 do dnia 2024-09-01 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	Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ JAJ, MLE</u>) Chleb Graham 40 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Chalka 60 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Powidła śliwkowe 30g 1 szt Twaróg półtłusty 50 g (<u>MLE</u>) Arbuz 150 g Kakao z mlekiem 250 ml (<u>MLE</u>) Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ</u>) Miód (25g) 1 szt	Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ JAJ, MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Chalka 60 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Dżem. 25 g Twaróg półtłusty 50 g (<u>MLE</u>) Arbuz 150 g Kakao z mlekiem 250 ml (<u>MLE</u>) Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ</u>) Miód (25g) 1 szt	Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ JAJ, MLE</u>) Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Szynka wiśniowa- wieprzowa, wędz. parz. z dod. wody i białka wp. 50 g (<u>SOJ</u>) Arbuz 150 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ</u>) Miód (25g) 1 szt	Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ JAJ, MLE</u>) Bułka pszenna długa krojona 40 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Chalka 60 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Dżem. 25 g Twaróg półtłusty 50 g (<u>MLE</u>) Jabko pieczone 1szt. 1 szt Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ</u>) Miód (25g) 1 szt	Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ JAJ, MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Chalka 60 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Szynka wiśniowa- wieprzowa, wędz. parz. z dod. wody i białka wp. 50 g (<u>SOJ</u>) Twaróg półtłusty 50 g (<u>MLE</u>) Dżem. 25 g Arbuz 150 g Kakao z mlekiem 250 ml (<u>MLE</u>) Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ</u>) Miód (25g) 1 szt	Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ JAJ, MLE</u>) Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Twaróg półtłusty 100 g (<u>MLE</u>) Szynka wiśniowa- wieprzowa, wędz. parz. z dod. wody i białka wp. 50 g (<u>SOJ</u>) Arbuz 150 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ</u>) Miód (25g) 1 szt	Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ JAJ, MLE</u>) Chleb Graham 40 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Chalka 60 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Twaróg półtłusty 50 g (<u>MLE</u>) Dżem. 25 g Arbuz 150 g Kakao z mlekiem 250 ml (<u>MLE</u>) 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>) Szynka wiśniowa- wieprzowa, wędz. parz. z dod. wody i białka wp. 50 g (<u>SOJ</u>) Serek śmietankowy naturalny termizowany-twoj smak 1 szt (<u>MLE</u>) Miś z brzoskwiń 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml Miód (25g) 1 szt
	II ŚN			Jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>MLE</u>)		Jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>MLE</u>)		Chalka 60 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>)
Obiad	Krupnik jęczmienny () 400 ml (<u>MLE SEL, GLU JĘCZ</u>) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane () 200 g Dorsz panierowany 120 g (<u>GLU PSZ JAJ, RYB</u>) Surówka z kapusty młodej z olejem () 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Krupnik jęczmienny () 400 ml (<u>MLE SEL, GLU JĘCZ</u>) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane () 200 g Ryba pieczona (Dorsz) 120 g (<u>RYB</u>) Warzywa po grecku () 200 g (<u>GLU PSZ SEL</u>) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Krupnik jęczmienny () 400 ml (<u>MLE SEL, GLU JĘCZ</u>) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane () 200 g Ryba pieczona (Dorsz) 120 g (<u>RYB</u>) Surówka z kapusty młodej z olejem () 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Krupnik jęczmienny () 400 ml (<u>MLE SEL, GLU JĘCZ</u>) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane () 200 g Dorsz panierowany 120 g (<u>GLU PSZ JAJ, RYB</u>) Ryba pieczona (Dorsz) 120 g (<u>RYB</u>) Warzywa po grecku () 200 g (<u>GLU PSZ SEL</u>) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Krupnik jęczmienny () 400 ml (<u>MLE SEL, GLU JĘCZ</u>) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane () 200 g Dorsz panierowany 120 g (<u>GLU PSZ JAJ, RYB</u>) Ryba pieczona (Dorsz) 120 g (<u>RYB</u>) Surówka z kapusty młodej z olejem () 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Krupnik jęczmienny () 400 ml (<u>MLE SEL, GLU JĘCZ</u>) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane () 200 g Dorsz panierowany 120 g (<u>GLU PSZ JAJ, RYB</u>) Ryba pieczona (Dorsz) 120 g (<u>RYB</u>) Surówka z kapusty młodej z olejem () 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Krupnik jęczmienny () 400 ml (<u>MLE SEL, GLU JĘCZ</u>) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane () 200 g Dorsz panierowany 120 g (<u>GLU PSZ JAJ, RYB</u>) Ryba pieczona (Dorsz) 120 g (<u>RYB</u>) Surówka z kapusty młodej z olejem () 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Krupnik jęczmienny () 400 ml (<u>MLE SEL, GLU JĘCZ</u>) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane () 200 g Dorsz panierowany 120 g (<u>GLU PSZ JAJ, RYB</u>) Ryba pieczona (Dorsz) 120 g (<u>RYB</u>) Warzywa po grecku () 200 g (<u>GLU PSZ SEL</u>) Kompot owocowy* b/c 250 ml
	PD		Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c () 100 g		Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c () 100 g		Chrupki kukurydziane 25 g	
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>) Jajko gotowane kl L 1 szt (<u>JAJ</u>) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Kurczak gotowany produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony 20 g Jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>MLE</u>) Pomidor 100 g	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>) Jajko gotowane kl L 1 szt (<u>JAJ</u>) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Kurczak gotowany produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony 20 g Jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>MLE</u>) Brokuł gotowany* 100 g	Chleb Graham 150 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Jajko gotowane kl L 1 szt (<u>JAJ</u>) Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml Kurczak gotowany produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony 50 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 100 g (<u>SEL</u>) 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>) Kurczak gotowany produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony 50 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 100 g (<u>SEL</u>) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>MLE</u>) Brokuł gotowany* 100 g	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>) Jajko gotowane kl L 1 szt (<u>JAJ</u>) Kurczak gotowany produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony 50 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Pomidor 100 g	Chleb Graham 150 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Jajko gotowane kl L 1 szt (<u>JAJ</u>) Kurczak gotowany produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony 50 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Pomidor 100 g	Chleb Graham 150 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Kurczak gotowany produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony 50 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>MLE</u>) Brokuł gotowany* 50 g Pomidor 50 g	Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Kurczak gotowany produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony 50 g Pasztet drobiowy (50g) 1 szt (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u>) Galaretkę z indyka 180g 1 szt (<u>SOJ, SEL</u>) Brokuł gotowany* 100 g 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>) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 20 g (<u>SOJ</u>) Salata zielona 5 g	Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 20 g (<u>SOJ</u>) Salata zielona 5 g	Bułka pszenna długa krojona 30 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 20 g (<u>SOJ</u>) Salata zielona 5 g	Bułka pszenna długa krojona 30 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 20 g (<u>SOJ</u>) Salata zielona 5 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 20 g (<u>SOJ</u>) Salata zielona 5 g	Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 20 g (<u>SOJ</u>) Salata zielona 5 g	Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 20 g (<u>SOJ</u>) Salata zielona 5 g
	Wartość energetyczna: 2968.65 kcal; Białko ogółem: 111.85 g; Tłuszcz: 93.76 g; Kw. tł. nasy.: 33.32 g; Węglowodany ogółem: 431.51 g; W tym cukry: 111.26 g; Błonnik pok.: 29.48 g; Sól: 7.24 g;	Wartość energetyczna: 2810.13 kcal; Białko ogółem: 115.52 g; Tłuszcz: 73.21 g; Kw. tł. nasy.: 31.70 g; Węglowodany ogółem: 435.43 g; W tym cukry: 116.93 g; Błonnik pok.: 28.72 g; Sól: 7.50 g;	Wartość energetyczna: 2384.49 kcal; Białko ogółem: 112.47 g; Tłuszcz: 73.41 g; Kw. tł. nasy.: 29.00 g; Węglowodany ogółem: 340.53 g; W tym cukry: 67.82 g; Błonnik pok.: 42.89 g; Sól: 9.64 g;	Wartość energetyczna: 2702.91 kcal; Białko ogółem: 108.92 g; Tłuszcz: 68.94 g; Kw. tł. nasy.: 27.87 g; Węglowodany ogółem: 427.72 g; W tym cukry: 103.90 g; Błonnik pok.: 31.67 g; Sól: 6.94 g;	Wartość energetyczna: 3260.07 kcal; Białko ogółem: 154.11 g; Tłuszcz: 96.69 g; Kw. tł. nasy.: 34.35 g; Węglowodany ogółem: 456.71 g; W tym cukry: 118.33 g; Błonnik pok.: 31.36 g; Sól: 10.79 g;	Wartość energetyczna: 2919.72 kcal; Białko ogółem: 161.77 g; Tłuszcz: 99.93 g; Kw. tł. nasy.: 33.96 g; Węglowodany ogółem: 365.20 g; W tym cukry: 72.37 g; Błonnik pok.: 45.53 g; Sól: 11.18 g;	Wartość energetyczna: 2680.29 kcal; Białko ogółem: 116.49 g; Tłuszcz: 73.72 g; Kw. tł. nasy.: 30.62 g; Węglowodany ogółem: 403.58 g; W tym cukry: 113.21 g; Błonnik pok.: 32.04 g; Sól: 7.14 g;	Wartość energetyczna: 3359.54 kcal; Białko ogółem: 141.34 g; Tłuszcz: 125.02 g; Kw. tł. nasy.: 51.29 g; Węglowodany ogółem: 426.61 g; W tym cukry: 44.25 g; Błonnik pok.: 32.27 g; Sól: 10.58 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-08-19 do dnia 2024-09-01 KUCHNIA ŁÓDŹ

	ŁÓDŹ- WWCOIT Podstawowa	ŁÓDŹ- WWCOIT Łatwo strawna	ŁÓDŹ- WWCOIT Z ogr. łatwo przysw. węglowodanów	ŁÓDŹ- WWCOIT Łatwo str. z ogr. tłuszczu	ŁÓDŹ- WWCOIT Bogatobiałkowa	ŁÓDŹ- WWCOIT Z ogr. łatwo przysw. wegl. bogatobiał	ŁÓDŹ- WWCOIT O kontrolowanej zawartości kw. tł.	ŁÓDŹ- WWCOIT Bogatobiałkowa (OPS)	
2024-08-31 sobota	Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Paszтет Ciechanowski-Paszтет drobiowy z dodatkiem surowców wierzprowych pieczone 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE</u>) Ogórek świeży 100 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>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Szynka zielonogórska- wp. parzona 50 g (<u>SOJ.</u>) Ogórek świeży 100 g Cukinia pieczona z olejem * 100 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Miód (25g) 1 szt Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>)	Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Szynka zielonogórska- wp. parzona 50 g (<u>SOJ.</u>) Ogórek świeży 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>)	Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Szynka zielonogórska- wp. parzona 50 g (<u>SOJ.</u>) Cukinia pieczona z olejem * 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Miód (25g) 1 szt Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Paszтет Ciechanowski-Paszтет drobiowy z dodatkiem surowców wierzprowych pieczone 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE</u>) Szynka zielonogórska- wp. parzona 50 g (<u>SOJ.</u>) Ogórek świeży 100 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Miód (25g) 1 szt Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>)	Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Paszтет z soczewicy () 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Szynka zielonogórska- wp. parzona 50 g (<u>SOJ.</u>) Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>)	Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Szynka zielonogórska- wp. parzona 50 g (<u>SOJ.</u>) Ogórek świeży 90 g Salata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Miód (25g) 1 szt Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>)	Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Szynka zielonogórska- wp. parzona 50 g (<u>SOJ.</u>) Serek twarogowy śmietankowy 16.67g (kiri.haga) 1 szt (<u>MLE</u>) Salatka jarzynowa gar. 100 g (<u>SEL.</u>) Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml Miód (25g) 1 szt
		II ŚN		Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<u>MLE</u>)			Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<u>MLE</u>)		Sok pomarańczowy 0,2L-kartonik 1 szt
2024-08-31 sobota	Obiad	Koperkowa z ziemniakami () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ryz na sypko (brązowy) 200 g Kociolatek meksykański z kurczakiem i fasolą 150 g (<u>SEL, PSZ, SEL.</u>) Salatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Koperkowa z ziemniakami () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ryz na sypko 200 g Potrawka drobiowa () 150 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Buraczki oprószone () 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Koperkowa z ziemniakami () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ryz na sypko (brązowy) 200 g Kociolatek meksykański z kurczakiem i fasolą 150 g (<u>SEL, PSZ, SEL.</u>) Salatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Koperkowa z ziemniakami () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ryz na sypko 200 g Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g Sos jarzynowy () 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Buraczki oprószone () 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Koperkowa z ziemniakami () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ryz na sypko 200 g Potrawka drobiowa () 150 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g Buraczki oprószone () 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Koperkowa z ziemniakami () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ryz na sypko (brązowy) 200 g Kociolatek meksykański z kurczakiem i fasolą 150 g (<u>SEL, PSZ, SEL.</u>) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g Salatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Koperkowa z ziemniakami () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ryz na sypko 200 g Potrawka drobiowa () 150 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g Sos jarzynowy () 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Buraczki oprószone () 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	
		PD		Jabłko 1 szt 1 szt			Jabłko 1 szt 1 szt		Jabłko pieczone 1szt. 1 szt
2024-08-31 sobota	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>) Parówki Delikatne-proukt drobiowo wierzprowy homogenizowany wędzony parzony w osłonie niejadalnej - "na ciepło" 120 g (<u>SOJ.</u>) Ketchup 20 g (<u>SEL.</u>) Banan 1szt. 1 szt Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<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>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<u>MLE</u>)	Chleb Graham 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<u>MLE</u>)	Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<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>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Twaróg półtłusty 100 g (<u>MLE</u>) Banan 1szt. 1 szt Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<u>MLE</u>)	Chleb Graham 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Twaróg półtłusty 100 g (<u>MLE</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	Chleb Graham 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Banan 1szt. 1 szt Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<u>MLE</u>)	Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Serek śmietankowy do chleba termizowany 100g 1 szt (<u>MLE</u>) Parówki Delikatne-proukt drobiowo wierzprowy homogenizowany wędzony parzony w osłonie niejadalnej - "na ciepło" 120 g (<u>SOJ.</u>) Ketchup 20 g (<u>SEL.</u>) Marchew gotowana z olejem () 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml
		PN	Przecier owocowy jabłko-truskawka 120g 1 szt (<u>może zawierać: MLE</u>) Herbatniki 20 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u>)	Herbatniki 20 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u>) Przecier owocowy jabłko-truskawka 120g 1 szt (<u>może zawierać: MLE</u>)	Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ.</u>) Twaróg półtłusty 20 g (<u>MLE</u>) Salata zielona 5 g	Przecier owocowy jabłko-truskawka 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 zółty 20 g (<u>MLE</u>) Salata zielona 5 g	Przecier owocowy jabłko-truskawka 120g 1 szt (<u>może zawierać: MLE</u>) Herbatniki 20 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u>)	Herbatniki 20 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u>) Przecier owocowy jabłko-truskawka 120g 1 szt (<u>może zawierać: MLE</u>)
	Wartość energetyczna: 2986.19 kcal; Białko ogółem: 80.07 g; Tłuszcz: 96.29 g; Kw. tł. nasy.: 36.75 g; Węglowodany ogółem: 460.02 g; W tym cukry: 123.92 g; Błonnik pok.: 39.42 g; Sól: 10.79 g	Wartość energetyczna: 2651.66 kcal; Białko ogółem: 85.81 g; Tłuszcz: 56.88 g; Kw. tł. nasy.: 24.12 g; Węglowodany ogółem: 461.01 g; W tym cukry: 122.62 g; Błonnik pok.: 28.04 g; Sól: 8.15 g	Wartość energetyczna: 2171.34 kcal; Białko ogółem: 79.46 g; Tłuszcz: 62.83 g; Kw. tł. nasy.: 25.63 g; Węglowodany ogółem: 339.67 g; W tym cukry: 49.04 g; Błonnik pok.: 45.28 g; Sól: 8.01 g	Wartość energetyczna: 2521.21 kcal; Białko ogółem: 91.83 g; Tłuszcz: 56.88 g; Kw. tł. nasy.: 22.73 g; Węglowodany ogółem: 420.98 g; W tym cukry: 92.52 g; Błonnik pok.: 23.54 g; Sól: 6.96 g	Wartość energetyczna: 3020.63 kcal; Białko ogółem: 137.48 g; Tłuszcz: 71.47 g; Kw. tł. nasy.: 30.73 g; Węglowodany ogółem: 467.95 g; W tym cukry: 125.17 g; Błonnik pok.: 27.65 g; Sól: 9.41 g	Wartość energetyczna: 2910.01 kcal; Białko ogółem: 141.32 g; Tłuszcz: 98.91 g; Kw. tł. nasy.: 35.79 g; Węglowodany ogółem: 383.86 g; W tym cukry: 54.37 g; Błonnik pok.: 51.54 g; Sól: 9.32 g	Wartość energetyczna: 2509.94 kcal; Białko ogółem: 84.31 g; Tłuszcz: 60.89 g; Kw. tł. nasy.: 23.21 g; Węglowodany ogółem: 421.09 g; W tym cukry: 111.92 g; Błonnik pok.: 40.33 g; Sól: 7.09 g	Wartość energetyczna: 3313.87 kcal; Białko ogółem: 129.71 g; Tłuszcz: 117.50 g; Kw. tł. nasy.: 54.66 g; Węglowodany ogółem: 442.70 g; W tym cukry: 91.92 g; Błonnik pok.: 28.76 g; Sól: 11.57 g	

DIETETYK CENTRALNY

Monika Rusin
mgr Monika Rusin

CATERMED S.A.

91-204 Łódź, ul. Traktorowa 126, lok. 201
NIP 677-21-64-383, Regon 357938830

Jadłospisy za okres od dnia 2024-08-19 do dnia 2024-09-01 KUCHNIA ŁÓDŹ

	ŁÓDŹ- WWCOIT Podstawowa	ŁÓDŹ- WWCOIT Łatwo strawna	ŁÓDŹ- WWCOIT Z ogr. łatwo przysw. węglowodanów	ŁÓDŹ- WWCOIT Łatwo str. z ogr. tłuszczu	ŁÓDŹ- WWCOIT Bogatobiałkowa	ŁÓDŹ- WWCOIT Z ogr. łatwo przysw. węgl. bogatobiał	ŁÓDŹ- WWCOIT O kontrolowanej zawartości kw. tł.	ŁÓDŹ- WWCOIT Bogatobiałkowa (OPS)	
2024-09-01 niedziela	Śniadanie	Chleb Graham 100 g (GLU PSZ), Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE), Serek homo o smaku wanilinowym 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 mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE), Serek homo o smaku wanilinowym 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), Serek homo. naturalny 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), Serek homo o smaku wanilinowym 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).	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE), Serek homo o smaku wanilinowym 100 g (MLE), Szyńska tostowa- 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), Serek homo. naturalny 100 g (MLE), Szyńska tostowa- 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), Serek homo o smaku wanilinowym 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).	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 z ziarnami do chleba termizowany 100g 1 szt (MLE), Brzoskwinie w syropie 100 g, Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml, Miód (25g) 1 szt.
		IFSN		Salatka szwedzka b/c () 100 g (GOR).			Salatka szwedzka b/c () 100 g (GOR).		Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml
	Obiad	Marchewkowa z zacierką () 400 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL), Ziemniaki młode z koperkiem gotowane () 200 g, Kotlec schabowy 100 g (GLU PSZ, JAJ), Mizeria 200 g (MLE), Kompot owocowy* z/c 250 ml	Marchewkowa z zacierką () 400 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL), Ziemniaki młode z koperkiem gotowane () 200 g, Bitka schabowa 100 g (GLU PSZ), Sos własny () 80 ml (GLU PSZ, SEL), Fasolka szparagowa z wody* 200 g, Kompot owocowy* z/c 250 ml	Marchewkowa z zacierką () 400 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL), Ziemniaki młode z koperkiem gotowane () 200 g, Bitka schabowa 100 g (GLU PSZ), Sos własny () 80 ml (GLU PSZ, SEL), Mizeria 200 g (MLE), Kompot owocowy* b/c 250 ml	Marchewkowa z zacierką () 400 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL), Ziemniaki młode z koperkiem gotowane () 200 g, Bitka schabowa 100 g (GLU PSZ), Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g (SEL), Kompot owocowy* z/c 250 ml, Sos własny () 80 ml (GLU PSZ, SEL).	Marchewkowa z zacierką () 400 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL), Ziemniaki młode z koperkiem gotowane () 200 g, Kotlec schabowy 100 g (GLU PSZ, JAJ), Bitka schabowa (bez glutenu) 100 g, Sos własny () 80 ml (GLU PSZ, SEL), Fasolka szparagowa z wody* 200 g, Kompot owocowy* z/c 250 ml	Marchewkowa z zacierką () 400 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL), Ziemniaki młode z koperkiem gotowane () 200 g, Bitka schabowa 100 g (GLU PSZ), Zrazik wieprzowy gotowany mielony 120 g (GLU PSZ, JAJ), Sos własny () 80 ml (GLU PSZ, SEL), Mizeria 200 g (MLE), Kompot owocowy* z/c 250 ml	Marchewkowa z zacierką () 400 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL), Ziemniaki młode z koperkiem gotowane () 200 g, Kotlec schabowy 100 g (GLU PSZ, JAJ), Bitka schabowa 100 g (GLU PSZ), Sos własny () 80 ml (GLU PSZ, SEL), Fasolka szparagowa z wody* 200 g, Kompot owocowy* b/c 250 ml	Marchewkowa z zacierką () 400 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL), Ziemniaki młode z koperkiem gotowane () 200 g, Kotlec schabowy 100 g (GLU PSZ, JAJ), Bitka schabowa 100 g (GLU PSZ), Sos własny () 80 ml (GLU PSZ, SEL), Fasolka szparagowa z wody* 200 g, Kompot owocowy* b/c 250 ml
		PD		Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE).			Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE).		Ciastka różne 40 g (GLU PSZ, JAJ, 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), Pomidor 100 g, Herbata miętowa ekspresowa 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), Szyńska szkolna- wp. parzona 50 g (GLU PSZ, SOJ, MLE), Pomidor 100 g, Herbata miętowa ekspresowa z/c 250 ml, Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE).	Chleb Graham 150 g (GLU PSZ), Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE), Kielbasa Rawska- produkt wieprzowy 50 g (GLU PSZ, SOJ), Pomidor 100 g, Herbata miętowa ekspresowa b/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), Szyńska szkolna- wp. parzona 50 g (GLU PSZ, SOJ, MLE), Pasta warzywna () 100 g (SEL), Herbata miętowa ekspresowa 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), Kielbasa Rawska- produkt wieprzowy 50 g (GLU PSZ, SOJ), Jajko gotowane kl L 1 szt (JAJ), Pomidor 100 g, Herbata miętowa ekspresowa z/c 250 ml, Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE).	Chleb Graham 150 g (GLU PSZ), Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE), Szyńska szkolna- wp. parzona 50 g (GLU PSZ, SOJ, MLE), Salatka z pomidorów z cebulką i olejem 100 g, Herbata miętowa ekspresowa z/c 250 ml, Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE).	Chleb Graham 150 g (GLU PSZ), Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE), Szyńska szkolna- wp. parzona 50 g (GLU PSZ, SOJ, MLE), Salatka z pomidorów z cebulką i olejem 100 g, Herbata miętowa ekspresowa 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), Szyńska szkolna- wp. parzona 50 g (GLU PSZ, SOJ, MLE), Jajko gotowane kl L 1 szt (JAJ), Pasta warzywna () 100 g (SEL), Herbata miętowa ekspresowa b/c 250 ml
		PN	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Masło extra 82% 5 g (MLE), Kurczak gotowany produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony 20 g, Salata zielona 5 g	Chleb Graham 30 g (GLU PSZ), Masło extra 82% 5 g (MLE), Kurczak gotowany produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony 20 g, Salata zielona 5 g	Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ), Masło extra 82% 5 g (MLE), Kurczak gotowany produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony 20 g, Salata zielona 5 g	Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ), Masło extra 82% 5 g (MLE), Kurczak gotowany produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony 20 g, Salata zielona 5 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Masło extra 82% 5 g (MLE), Kurczak gotowany produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony 20 g, Salata zielona 5 g	Chleb Graham 30 g (GLU PSZ), Masło extra 82% 5 g (MLE), Kurczak gotowany produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony 20 g, Salata zielona 5 g	Chleb Graham 30 g (GLU PSZ), Masło extra 82% 5 g (MLE), Kurczak gotowany produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony 20 g, Salata zielona 5 g
	Wartość energetyczna: 2482.75 kcal; Białko ogółem: 99.01 g; Tłuszcz: 75.01 g; Kw. tł. nasy.: 31.08 g; Węglowodany ogółem: 365.71 g; W tym cukry: 75.63 g; Błonnik pok.: 30.06 g; Sól: 6.36 g;	Wartość energetyczna: 2459.65 kcal; Białko ogółem: 107.31 g; Tłuszcz: 63.78 g; Kw. tł. nasy.: 27.71 g; Węglowodany ogółem: 376.63 g; W tym cukry: 75.39 g; Błonnik pok.: 28.05 g; Sól: 8.52 g;	Wartość energetyczna: 2168.87 kcal; Białko ogółem: 109.53 g; Tłuszcz: 69.38 g; Kw. tł. nasy.: 29.84 g; Węglowodany ogółem: 295.40 g; W tym cukry: 41.89 g; Błonnik pok.: 37.19 g; Sól: 7.99 g;	Wartość energetyczna: 2618.12 kcal; Białko ogółem: 109.21 g; Tłuszcz: 76.91 g; Kw. tł. nasy.: 26.85 g; Węglowodany ogółem: 390.10 g; W tym cukry: 83.74 g; Błonnik pok.: 36.34 g; Sól: 7.95 g;	Wartość energetyczna: 2981.57 kcal; Białko ogółem: 147.99 g; Tłuszcz: 96.66 g; Kw. tł. nasy.: 34.15 g; Węglowodany ogółem: 390.93 g; W tym cukry: 75.43 g; Błonnik pok.: 29.26 g; Sól: 8.62 g;	Wartość energetyczna: 2620.83 kcal; Białko ogółem: 155.81 g; Tłuszcz: 91.60 g; Kw. tł. nasy.: 34.51 g; Węglowodany ogółem: 312.98 g; W tym cukry: 41.55 g; Błonnik pok.: 41.31 g; Sól: 9.87 g;	Wartość energetyczna: 2404.94 kcal; Białko ogółem: 111.10 g; Tłuszcz: 71.34 g; Kw. tł. nasy.: 29.82 g; Węglowodany ogółem: 344.97 g; W tym cukry: 76.08 g; Błonnik pok.: 31.87 g; Sól: 7.71 g;	Wartość energetyczna: 3394.30 kcal; Białko ogółem: 143.35 g; Tłuszcz: 133.17 g; Kw. tł. nasy.: 58.04 g; Węglowodany ogółem: 418.38 g; W tym cukry: 63.78 g; Błonnik pok.: 30.42 g; Sól: 10.39 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,
SO2 - 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,