

Jadłospisy za okres od dnia 2024-09-16 do dnia 2024-09-29 KUCHNIA ŁÓDŹ

	ŁÓDŹ- WWC0IT Podstawowa	ŁÓDŹ- WWC0IT Łatwo strawna	ŁÓDŹ- WWC0IT Z ogr. łatwo przysw. węglowodanów	ŁÓDŹ- WWC0IT Łatwo str. z ogr. tłuszczu	ŁÓDŹ- WWC0IT Bogatobiałkowa	ŁÓDŹ- WWC0IT Z ogr. łatwo przysw. węgl. bogatobiał	ŁÓDŹ- WWC0IT O kontrolowanej zawartości kw. tł.	ŁÓDŹ- WWC0IT Bogatobiałkowa (OPS)
Śniadanie	Platki 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 i makreli wędzonej** 100 g ( <u>RYB, MLE.</u> ) Ogórek kiszony 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 i ryby got. (miruna) z natką pietruszki 100 g ( <u>RYB, 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 i makreli wędzonej** 100 g ( <u>RYB, MLE.</u> ) Ogórek kiszony 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 i ryby got. (miruna) z natką pietruszki 100 g ( <u>RYB, 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 i ryby got. (miruna) z natką pietruszki 100 g ( <u>RYB, 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 i ryby got. (miruna) z natką pietruszki 100 g ( <u>RYB, MLE.</u> ) Baton szynkowy z kurcząt 50 g ( <u>może zawierać: GLU, PSZ, MLE, GOR.</u> ) Ogórek kiszony 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> ) Pasta z twarogu i makreli wędzonej** 100 g ( <u>RYB, MLE.</u> ) Ogórek kiszony 90 g Sałata lodowa 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml 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 SN			Jabłko 1 szt 1 szt			Jabłko 1 szt 1 szt	
Obiad	Brokułowa z ryżem ( ) 400 ml ( <u>MLE, SEL.</u> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane ( ) 200 g Kotlet z jaj-pieczony 100 g ( <u>GLU, PSZ, JAJ.</u> ) Sos chrzanowy 80 ml ( <u>GLU, PSZ, MLE, S02.</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 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 z koperkiem gotowane ( ) 200 g Kotlet z jaj-pieczony 100 g ( <u>GLU, PSZ, JAJ.</u> ) Sos chrzanowy 80 ml ( <u>GLU, PSZ, MLE, S02.</u> ) Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c ( ) 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Jarzynowa z ryżem dieta ( ) (b/kalaflora i brokuła) 400 ml ( <u>MLE, SEL.</u> ) Ziemniaki 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 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* z/c 250 ml	Brokułowa z ryżem ( ) 400 ml ( <u>MLE, SEL.</u> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane ( ) 200 g Kotlet z jaj-pieczony 100 g ( <u>GLU, PSZ, JAJ.</u> ) Pulpet drobiowy 120 g ( <u>GLU, PSZ, MLE, S02.</u> ) Sos chrzanowy 80 ml ( <u>GLU, PSZ, MLE, S02.</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 z koperkiem gotowane ( ) 200 g Kotlet z jaj-pieczony 100 g ( <u>GLU, PSZ, JAJ.</u> ) Sos chrzanowy 80 ml ( <u>GLU, PSZ, MLE, S02.</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 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, S02.</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> ) Banan 1szt. 1 szt 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> ) Pomidor 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> ) 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> ) Banan 1szt. 1 szt 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> ) 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 jabłko-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 jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 15 g	Mus- przecier owocowy jabłko-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 jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 15 g	
	Wartość energetyczna: 2953.00 kcal; Białko ogółem: 96.83 g; Tłuszcz: 81.83 g; Kw. tł. nasy.: 32.29 g; Węglowodany ogółem: 474.93 g; W tym cukry: 124.00 g; Błonnik pok.: 38.73 g; Sól: 11.70 g;	Wartość energetyczna: 2948.78 kcal; Białko ogółem: 98.50 g; Tłuszcz: 77.81 g; Kw. tł. nasy.: 31.69 g; Węglowodany ogółem: 478.46 g; W tym cukry: 126.04 g; Błonnik pok.: 33.89 g; Sól: 9.10 g;	Wartość energetyczna: 2473.92 kcal; Białko ogółem: 96.11 g; Tłuszcz: 82.94 g; Kw. tł. nasy.: 31.34 g; Węglowodany ogółem: 357.68 g; W tym cukry: 44.48 g; Błonnik pok.: 46.35 g; Sól: 11.29 g;	Wartość energetyczna: 2774.23 kcal; Białko ogółem: 107.67 g; Tłuszcz: 73.71 g; Kw. tł. nasy.: 29.41 g; Węglowodany ogółem: 438.07 g; W tym cukry: 104.51 g; Błonnik pok.: 35.53 g; Sól: 8.17 g;	Wartość energetyczna: 3463.82 kcal; Białko ogółem: 137.03 g; Tłuszcz: 104.72 g; Kw. tł. nasy.: 36.41 g; Węglowodany ogółem: 505.49 g; W tym cukry: 126.27 g; Błonnik pok.: 34.37 g; Sól: 10.99 g;	Wartość energetyczna: 3099.00 kcal; Białko ogółem: 146.60 g; Tłuszcz: 111.52 g; Kw. tł. nasy.: 38.56 g; Węglowodany ogółem: 396.10 g; W tym cukry: 56.35 g; Błonnik pok.: 46.46 g; Sól: 13.14 g;	Wartość energetyczna: 2791.40 kcal; Białko ogółem: 94.64 g; Tłuszcz: 79.10 g; Kw. tł. nasy.: 30.33 g; Węglowodany ogółem: 444.08 g; W tym cukry: 116.34 g; Błonnik pok.: 40.24 g; Sól: 10.18 g;	Wartość energetyczna: 3333.20 kcal; Białko ogółem: 119.40 g; Tłuszcz: 122.04 g; Kw. tł. nasy.: 47.49 g; Węglowodany ogółem: 457.91 g; W tym cukry: 83.82 g; Błonnik pok.: 36.26 g; Sól: 10.89 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-09-16 do dnia 2024-09-29 KUCHNIA ŁÓDŹ

	ŁÓDŹ- WWC0IT Podstawowa	ŁÓDŹ- WWC0IT Łatwo strawna	ŁÓDŹ- WWC0IT Z ogr. łatwo przysw. węglowodanów	ŁÓDŹ- WWC0IT Łatwo str. z ogr. tłuszczu	ŁÓDŹ- WWC0IT Bogatobiałkowa	ŁÓDŹ- WWC0IT Z ogr. łatwo przysw. węgl. bogatobiał	ŁÓDŹ- WWC0IT O kontrolowanej zawartości kw. tł.	ŁÓDŹ- WWC0IT Bogatobiałkowa (OPS)	
2024-09-17 wtorek	Śniadanie	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml ( <b>MLE</b> ) Chleb Graham 100 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE</b> ) Pasztecik Ciechanowski-Pasztecik drobiowy z dodatkami surowców wiewprzowych pieczony 50 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE</b> ) Jabłko 1 szt 1 szt Kawa zbożowa z młkiem z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JEZC</b> ) Miód (25g) 1 szt Bułka pszenna 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ</b> )	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml ( <b>MLE</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE</b> ) Filet zapiekany drobiowy 50 g ( <b>MLE</b> ) Jabłko 1 szt 1 szt Kawa zbożowa z młkiem z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JEZC</b> ) Miód (25g) 1 szt Bułka pszenna 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ</b> )	Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym ( ) 300 ml ( <b>SEL</b> ) Chleb Graham 100 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE</b> ) Filet zapiekany drobiowy 50 g ( <b>MLE</b> ) Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml Bułka graham-pszenna 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ</b> )	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml ( <b>MLE</b> ) Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE</b> ) Filet zapiekany drobiowy 50 g ( <b>MLE</b> ) Jabłko pieczone 1 szt. 1 szt Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Miód (25g) 1 szt Bułka pszenna 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ</b> )	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml ( <b>MLE</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE</b> ) Pasztecik Ciechanowski-Pasztecik drobiowy z dodatkami surowców wiewprzowych pieczony 50 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE</b> ) Serek Fromage 100 g ( <b>GLU PSZ, MLE</b> ) Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml Bułka graham-pszenna 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ</b> ) Miód (25g) 1 szt Bułka pszenna 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ</b> )	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml ( <b>MLE</b> ) Chleb Graham 100 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE</b> ) Filet zapiekany drobiowy 50 g ( <b>MLE</b> ) Serek Fromage 100 g ( <b>GLU PSZ, MLE</b> ) Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml Bułka graham-pszenna 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ</b> )	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml ( <b>MLE</b> ) Chleb Graham 100 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE</b> ) Filet zapiekany drobiowy 50 g ( <b>MLE</b> ) Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Miód (25g) 1 szt Bułka pszenna 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ</b> )	Bułka pszenna długa krojona 150 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE</b> ) Pasztecik drobiowy (50g) 1 szt ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE</b> ) Serek śmietankowy naturalny termizowany-twój smak 1 szt ( <b>MLE</b> ) Kalaiflor gotowany* 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml Miód (25g) 1 szt
		II SN		Sok z buraków 0,3 L produkt pasteryzowany 1 szt ( <b>SEL</b> )			Sok z buraków 0,3 L produkt pasteryzowany 1 szt ( <b>SEL</b> )		Sok z buraków 0,3 L produkt pasteryzowany 1 szt ( <b>SEL</b> )
	Obiad	Pieczarkowa z ziemniakami ( ) 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL</b> ) Kluski śląskie* 200 g ( <b>JAJ</b> ) Bitka wiewprzowa z szynki duszona 100 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Sos własny ( ) 80 ml ( <b>GLU PSZ, SEL</b> ) Kapusta zasmażana ( ) 200 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Solferino ( ) 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL</b> ) Kluski śląskie* 200 g ( <b>JAJ</b> ) Bitka wiewprzowa z szynki duszona 100 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Sos własny ( ) 80 ml ( <b>GLU PSZ, SEL</b> ) Brokuł gotowany* 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Pieczarkowa z ziemniakami ( ) 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL</b> ) Makaron pełnoziarnisty 200 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Bitka wiewprzowa z szynki duszona 100 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Sos własny ( ) 80 ml ( <b>GLU PSZ, SEL</b> ) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem ( ) 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Solferino ( ) 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL</b> ) Makaron drobny 200 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Bitka wiewprzowa z szynki duszona 100 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Sos własny ( ) 80 ml ( <b>GLU PSZ, SEL</b> ) Dyńka duszona z olejem* 200 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Solferino ( ) 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL</b> ) Kluski śląskie* 200 g ( <b>JAJ</b> ) Bitka wiewprzowa z szynki duszona 100 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Klopsik wiewprzowy 120 g ( <b>GLU PSZ, JAJ</b> ) Sos własny ( ) 80 ml ( <b>GLU PSZ, SEL</b> ) Brokuł gotowany* 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Pieczarkowa z ziemniakami ( ) 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL</b> ) Makaron pełnoziarnisty 200 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Bitka wiewprzowa z szynki duszona 100 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Sos własny ( ) 80 ml ( <b>GLU PSZ, SEL</b> ) Klopsik wiewprzowy 120 g ( <b>GLU PSZ, JAJ</b> ) Sos własny ( ) 80 ml ( <b>GLU PSZ, SEL</b> ) Brokuł gotowany* 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Solferino ( ) 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL</b> ) Kluski śląskie* 200 g ( <b>JAJ</b> ) Bitka wiewprzowa z szynki duszona 100 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Klopsik wiewprzowy 120 g ( <b>GLU PSZ, JAJ</b> ) Sos własny ( ) 80 ml ( <b>GLU PSZ, SEL</b> ) Brokuł gotowany* 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	
		PD		Jogurt naturalny 100g 1 szt ( <b>MLE</b> )			Jogurt naturalny 100g 1 szt ( <b>MLE</b> )		Przecier owocowy jabłko-morela 120g 1 szt ( <b>może zawierać: MLE</b> )
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Chleb Graham 60 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE</b> ) Galaretkę drobiową z udźca kurczaka ( ) 100 g ( <b>SEL</b> ) Papryka świeża 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Jogurt naturalny 100g 1 szt ( <b>MLE</b> )	Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Bułka pszenna długa krojona 60 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE</b> ) Kurczak gotowany produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony 50 g Papryka świeża 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	Chleb Graham 150 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE</b> ) Galaretkę drobiową z udźca kurczaka ( ) 100 g ( <b>SEL</b> ) Papryka świeża 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 150 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE</b> ) 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 ( <b>MLE</b> )	Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Bułka pszenna długa krojona 60 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE</b> ) Kurczak gotowany produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony 50 g Jajko gotowane kl L 1 szt ( <b>JAJ</b> ) Papryka świeża 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Jogurt naturalny 100g 1 szt ( <b>MLE</b> )	Chleb Graham 150 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE</b> ) Kurczak gotowany produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony 50 g Jajko gotowane kl L 1 szt ( <b>JAJ</b> ) Papryka świeża 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 150 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE</b> ) Kurczak gotowany produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony 50 g Ser topiony 25g 1 szt ( <b>MLE</b> ) Marchew gotowana z olejem ( ) 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	
		PN	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE</b> ) Sałata zielona 5 g Twaróg półtłusty 20 g ( <b>MLE</b> )	Chleb Graham 30 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE</b> ) Sałata zielona 5 g Twaróg półtłusty 20 g ( <b>MLE</b> )	Bułka pszenna długa krojona 30 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE</b> ) Twaróg półtłusty 20 g ( <b>MLE</b> )	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE</b> ) Sałata zielona 5 g Twaróg półtłusty 20 g ( <b>MLE</b> )	Chleb Graham 30 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE</b> ) Sałata zielona 5 g Twaróg półtłusty 20 g ( <b>MLE</b> )	Chleb Graham 30 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE</b> ) Sałata zielona 5 g Twaróg półtłusty 20 g ( <b>MLE</b> )	Bułka pszenna długa krojona 30 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE</b> ) Szynka zielonogórska-wp. parzona 20 g ( <b>SOJ</b> )
	Wartość energetyczna: 2956.58 kcal; Białko ogółem: 114.66 g; Tłuszcz: 92.57 g; Kw. tł. nasy.: 39.13 g; Węglowodany ogółem: 432.61 g; W tym cukry: 88.65 g; Błonnik pok.: 36.08 g; Sól: 7.60 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: 2498.03 kcal; Białko ogółem: 116.45 g; Tłuszcz: 73.28 g; Kw. tł. nasy.: 28.15 g; Węglowodany ogółem: 359.29 g; W tym cukry: 61.30 g; Błonnik pok.: 46.66 g; Sól: 8.66 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: 3715.80 kcal; Białko ogółem: 160.99 g; Tłuszcz: 141.74 g; Kw. tł. nasy.: 70.54 g; Węglowodany ogółem: 458.62 g; W tym cukry: 87.41 g; Błonnik pok.: 29.32 g; Sól: 9.92 g;	Wartość energetyczna: 3397.46 kcal; Białko ogółem: 172.63 g; Tłuszcz: 133.34 g; Kw. tł. nasy.: 62.94 g; Węglowodany ogółem: 389.85 g; W tym cukry: 73.99 g; Błonnik pok.: 45.36 g; Sól: 10.67 g;	Wartość energetyczna: 2649.40 kcal; Białko ogółem: 122.54 g; Tłuszcz: 71.80 g; Kw. tł. nasy.: 30.38 g; Węglowodany ogółem: 396.16 g; W tym cukry: 75.27 g; Błonnik pok.: 37.08 g; Sól: 7.15 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 2024-09-16 do dnia 2024-09-29 KUCHNIA ŁÓDŹ

	ŁÓDŹ- WWC0IT Podstawowa	ŁÓDŹ- WWC0IT Łatwo strawna	ŁÓDŹ- WWC0IT Z ogr. łatwo przysw. węglowodanów	ŁÓDŹ- WWC0IT Łatwo str. z ogr. tłuszczu	ŁÓDŹ- WWC0IT Bogatobiałkowa	ŁÓDŹ- WWC0IT Z ogr. łatwo przysw. węgl. bogatobiał	ŁÓDŹ- WWC0IT O kontrolowanej zawartości kw. tł.	ŁÓDŹ- WWC0IT Bogatobiałkowa (OPS)	
2024-09-18 środa	Sniadanie	Platki owsiane na mleku 300 ml ( <b>MLE, GLU OW.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Sałatka z soczewicy, pomidora i ogórka kiszzonego 100 g ( <b>SEL.</b> ) Szynka wieśniowa- wieprzowa, wędz. parz. z dod. wody i białka wp. 50 g ( <b>SOJ.</b> ) Marchew pieczona w słupki () 100 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JEJCZ.</b> ) Miód (25g) 1 szt Bułka graham-pszenna 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ.</b> )	Platki owsiane na mleku 300 ml ( <b>MLE, GLU OW.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Szynka wieśniowa- wieprzowa, wędz. parz. z dod. wody i białka wp. 50 g ( <b>SOJ.</b> ) Marchew pieczona w słupki () 100 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JEJCZ.</b> ) Miód (25g) 1 szt Bułka pszenna 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ.</b> )	Platki owsiane na wywarze jarzynowym () 300 ml ( <b>SEL, GLU OW.</b> ) Chleb Graham 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Sałatka z soczewicy, pomidora i ogórka kiszzonego 100 g ( <b>SEL.</b> ) Szynka wieśniowa- wieprzowa, wędz. parz. z dod. wody i białka wp. 50 g ( <b>SOJ.</b> ) Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml Bułka graham-pszenna 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ.</b> )	Platki owsiane na mleku 300 ml ( <b>MLE, GLU OW.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Szynka wieśniowa- wieprzowa, wędz. parz. z dod. wody i białka wp. 50 g ( <b>SOJ.</b> ) Marchew pieczona w słupki () 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml Miód (25g) 1 szt Bułka pszenna 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ.</b> )	Platki owsiane na mleku 300 ml ( <b>MLE, GLU OW.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Szynka wieśniowa- wieprzowa, wędz. parz. z dod. wody i białka wp. 50 g ( <b>SOJ.</b> ) Sałatka z soczewicy, pomidora i ogórka kiszzonego 100 g ( <b>SEL.</b> ) Marchew pieczona w słupki () 100 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JEJCZ.</b> ) Miód (25g) 1 szt Bułka pszenna 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ.</b> )	Platki owsiane na mleku 300 ml ( <b>MLE, GLU OW.</b> ) Chleb Graham 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Szynka wieśniowa- wieprzowa, wędz. parz. z dod. wody i białka wp. 50 g ( <b>SOJ.</b> ) Sałatka z soczewicy, pomidora i ogórka kiszzonego 100 g ( <b>SEL.</b> ) Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml Bułka graham-pszenna 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ.</b> )	Platki owsiane na mleku 300 ml ( <b>MLE, GLU OW.</b> ) Chleb Graham 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Sałatka z soczewicy, pomidora i ogórka kiszzonego 100 g ( <b>SEL.</b> ) Szynka wieśniowa- wieprzowa, wędz. parz. z dod. wody i białka wp. 50 g ( <b>SOJ.</b> ) Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml Miód (25g) 1 szt Bułka pszenna 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ.</b> )	Bułka pszenna długa krojona 150 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Szynka wieśniowa- wieprzowa, wędz. parz. z dod. wody i białka wp. 50 g ( <b>SOJ.</b> ) Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Marchew pieczona w słupki () 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml Miód (25g) 1 szt
		II SN		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
2024-09-18 środa	Obiad	Grycikowa () 400 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Mięso drobiowe pieczone z udźca kurczaka 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Sos jarzynowy () 80 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Cwikła z jabłkiem () 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Grycikowa () 400 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g Sos jarzynowy () 80 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Buraczki oprószone () 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Grycikowa () 400 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g Sos jarzynowy () 80 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Cwikła z jabłkiem b/c () 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Grycikowa () 400 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g Mięso drobiowe pieczone z udźca kurczaka 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Sos jarzynowy () 80 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Buraczki oprószone () 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Grycikowa () 400 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g Mięso drobiowe pieczone z udźca kurczaka 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Sos jarzynowy () 80 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Cwikła z jabłkiem b/c () 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Grycikowa () 400 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g Sos jarzynowy () 80 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Cwikła z jabłkiem () 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Grycikowa () 400 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g Mięso drobiowe pieczone z udźca kurczaka 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Sos jarzynowy () 80 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Buraczki oprószone () 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	
		PD		Kefir 1,5% tł 150g 1 Por ( <b>MLE.</b> )			Kefir 1,5% tł 150g 1 Por ( <b>MLE.</b> )		Chrupki kukurydziane 25 g
2024-09-18 środa	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Chleb Graham 60 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Ser żółty 50 g ( <b>MLE.</b> ) Arbuz 150 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Kefir 1,5% tł 150g 1 Por ( <b>MLE.</b> )	Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 60 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Serek homo. naturalny 100 g ( <b>MLE.</b> ) Arbuz 150 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Kefir 1,5% tł 150g 1 Por ( <b>MLE.</b> )	Chleb Graham 150 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Serek homo. naturalny 100 g ( <b>MLE.</b> ) Arbuz 150 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 150 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Serek homo. naturalny 100 g ( <b>MLE.</b> ) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Kefir 1,5% tł 150g 1 Por ( <b>MLE.</b> )	Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 60 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Serek homo. naturalny 100 g ( <b>MLE.</b> ) Arbuz 150 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Kefir 1,5% tł 150g 1 Por ( <b>MLE.</b> )	Chleb Graham 150 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Serek homo. naturalny 100 g ( <b>MLE.</b> ) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Arbuz 150 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	Chleb Graham 150 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Serek homo. naturalny 100 g ( <b>MLE.</b> ) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Arbuz 150 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Kefir 1,5% tł 150g 1 Por ( <b>MLE.</b> )	Bułka pszenna długa krojona 150 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Serek homo. naturalny 100 g ( <b>MLE.</b> ) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Naleśnik z pastą warzywno-mięsna z udźca() 200 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</b> ) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml
		PN	Herbatniki 20 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE.</b> ) Sok pomarańczowy 0,2L-kartonik 1 szt	Sok pomarańczowy 0,2L-kartonik 1 szt Herbatniki 20 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE.</b> )	Chleb Graham 30 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE.</b> ) Sałata zielona 5 g Szynka szkolna- wp. parzona 20 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE.</b> )	Sok pomarańczowy 0,2L-kartonik 1 szt Herbatniki 20 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE.</b> )	Herbatniki 20 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE.</b> ) Sok pomarańczowy 0,2L-kartonik 1 szt	Herbatniki 20 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE.</b> ) Sok pomarańczowy 0,2L-kartonik 1 szt	Herbatniki 20 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE.</b> ) Sok pomarańczowy 0,2L-kartonik 1 szt
	Wartość energetyczna: 2898.05 kcal; Białko ogółem: 110.24 g; Tłuszcz: 80.12 g; Kw. tł. nasy.: 38.42 g; Węglowodany ogółem: 448.63 g; W tym cukry: 125.73 g; Błonnik pok.: 31.39 g; Sól: 11.11 g;	Wartość energetyczna: 2762.16 kcal; Białko ogółem: 107.43 g; Tłuszcz: 62.28 g; Kw. tł. nasy.: 27.64 g; Węglowodany ogółem: 455.13 g; W tym cukry: 129.06 g; Błonnik pok.: 28.96 g; Sól: 8.69 g;	Wartość energetyczna: 2326.22 kcal; Białko ogółem: 106.29 g; Tłuszcz: 63.60 g; Kw. tł. nasy.: 26.66 g; Węglowodany ogółem: 353.48 g; W tym cukry: 58.70 g; Błonnik pok.: 42.48 g; Sól: 10.06 g;	Wartość energetyczna: 2682.26 kcal; Białko ogółem: 106.53 g; Tłuszcz: 60.01 g; Kw. tł. nasy.: 25.86 g; Węglowodany ogółem: 441.66 g; W tym cukry: 116.21 g; Błonnik pok.: 28.51 g; Sól: 7.29 g;	Wartość energetyczna: 3113.54 kcal; Białko ogółem: 145.61 g; Tłuszcz: 79.75 g; Kw. tł. nasy.: 30.92 g; Węglowodany ogółem: 465.68 g; W tym cukry: 130.90 g; Błonnik pok.: 29.88 g; Sól: 11.41 g;	Wartość energetyczna: 2721.21 kcal; Białko ogółem: 150.13 g; Tłuszcz: 80.78 g; Kw. tł. nasy.: 32.30 g; Węglowodany ogółem: 369.70 g; W tym cukry: 70.88 g; Błonnik pok.: 42.25 g; Sól: 12.02 g;	Wartość energetyczna: 2598.09 kcal; Białko ogółem: 107.95 g; Tłuszcz: 62.66 g; Kw. tł. nasy.: 26.37 g; Węglowodany ogółem: 415.02 g; W tym cukry: 118.05 g; Błonnik pok.: 32.77 g; Sól: 8.62 g;	Wartość energetyczna: 3208.72 kcal; Białko ogółem: 137.39 g; Tłuszcz: 82.25 g; Kw. tł. nasy.: 30.66 g; Węglowodany ogółem: 495.57 g; W tym cukry: 102.51 g; Błonnik pok.: 32.78 g; Sól: 9.58 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-09-16 do dnia 2024-09-29 KUCHNIA ŁÓDŹ

	ŁÓDŹ- WWC0IT Podstawowa	ŁÓDŹ- WWC0IT Łatwo strawna	ŁÓDŹ- WWC0IT Z ogr. łatwo przysw. węglowodanów	ŁÓDŹ- WWC0IT Łatwo str. z ogr. tłuszczu	ŁÓDŹ- WWC0IT Bogatobiałkowa	ŁÓDŹ- WWC0IT Z ogr. łatwo przysw. węgl. bogatobiał	ŁÓDŹ- WWC0IT O kontrolowanej zawartości kw. tł.	ŁÓDŹ- WWC0IT Bogatobiałkowa (OPS)	
2024-09-19 czwartek	Śniadanie	Zacierka na mleku 300 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Chleb Graham 100 g (GLU PSZ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE) Twaróg półtłusty 100 g (MLE) Śliwka szt 2 szt Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ) Miód (25g) 1 szt Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ)	Zacierka na mleku 300 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE) Twaróg półtłusty 100 g (MLE) Banan 1 szt 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ) Miód (25g) 1 szt Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ)	Zacierka na wywarze jarzynowym ( ) 300 ml (GLU PSZ, JAJ, SEL.) Chleb Graham 100 g (GLU PSZ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE) Twaróg półtłusty 100 g (MLE) Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ)	Zacierka na mleku 300 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Bułka pszenna długa krojona 100 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.) Mus z jabłek ( ) 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Miód (25g) 1 szt Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ)	Zacierka na mleku 300 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE) Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b. sojowego i wody 50 g (SOJ.) Twaróg półtłusty 100 g (MLE) Banan 1 szt 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ) Miód (25g) 1 szt Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ)	Zacierka na mleku 300 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Chleb Graham 100 g (GLU PSZ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE) Twaróg półtłusty 100 g (MLE) Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b. sojowego i wody 50 g (SOJ.) 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 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.) Pasta jajeczna 80g 1 szt Mus z brzoskwiń 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml Miód (25g) 1 szt	
				Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE)			Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE)		Biszkopty b/m 30 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ.)
	Obiad	Barszcz biały z ziemniakami ( ) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT) Ryż na sypko 200 g Leczo z drobiem-dieta ( ) 150 g Surówka z marchwi i selera z olejem ( ) 200 g (SEL) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Ziemniaczana ( ) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Ryż na sypko 200 g Leczo z drobiem-dieta ( ) 150 g Surówka z marchwi i selera z olejem ( ) 200 g (SEL) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Barszcz biały z ziemniakami ( ) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT) Ryż na sypko (brązowy) 200 g Leczo z drobiem-dieta ( ) 150 g Surówka z marchwi i selera z olejem b/c ( ) 200 g (SEL) Kompot owocowy* b/c 250 ml	Ziemniaczana ( ) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Ryż na sypko 200 g Pulpet drobiowy 120 g (GLU PSZ, JAJ) Sos pietruszkowy* 80 ml (GLU PSZ, MLE) Marchew gotowana z olejem ( ) 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Barszcz biały z ziemniakami ( ) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT) Ryż na sypko 200 g Leczo z drobiem-dieta ( ) 150 g Pulpet drobiowy 120 g (GLU PSZ, JAJ) Surówka z marchwi i selera z olejem b/c ( ) 200 g (SEL) Kompot owocowy* b/c 250 ml	Barszcz biały z ziemniakami ( ) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT) Ryż na sypko (brązowy) 200 g Leczo z drobiem-dieta ( ) 150 g Pulpet drobiowy 120 g (GLU PSZ, JAJ) Surówka z marchwi i selera z olejem b/c ( ) 200 g (SEL) Kompot owocowy* b/c 250 ml	Ziemniaczana ( ) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Ryż na sypko 200 g Leczo z drobiem-dieta ( ) 150 g Surówka z marchwi i selera z olejem ( ) 200 g (SEL) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Barszcz biały z ziemniakami ( ) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT) Ryż na sypko 200 g Leczo z drobiem-dieta ( ) 150 g Pulpet drobiowy 120 g (GLU PSZ, JAJ) Marchew gotowana z olejem ( ) 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml
	PD		Surówka wielowarzynna z olejem b/c ( ) 100 g (SEL)			Surówka wielowarzynna z olejem b/c ( ) 100 g (SEL)		Sok przecierowy warzywno-owocowy 0,33 l 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) Pierogi z kapustą i grzybami* 200 g (GLU PSZ) Sałatka jarzynowa ( ) 100 g (JAJ, MLE, SEL, GOR.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE)	Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE) Pyzy z mięsem* 200 g (GLU PSZ, SOJ.) Sałatka jarzynowa ( ) 100 g (JAJ, MLE, SEL, GOR.) Sałatka jarzynowa - dieta ( ) 100 g (MLE, SEL) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE)	Chleb Graham 150 g (GLU PSZ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (może zawierać: MLE, GOR.) Bukiet jarzyn gotowany z olejem ( ) 100 g (SEL) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 150 g (GLU PSZ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (może zawierać: MLE, GOR.) Bukiet jarzyn gotowany z olejem ( ) 100 g (SEL) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE)	Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Chleb Graham 60 g (GLU PSZ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE) Pyzy z mięsem* 200 g (GLU PSZ, SOJ.) Ser mozzarella 50 g (MLE) Sałatka jarzynowa - dieta ( ) 100 g (MLE, SEL) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml	Chleb Graham 150 g (GLU PSZ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (może zawierać: MLE, GOR.) Ser mozzarella 50 g (MLE) Sałatka jarzynowa ( ) 100 g (JAJ, MLE, SEL, GOR.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml	Chleb Graham 150 g (GLU PSZ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE) Pierogi z kapustą i grzybami* 200 g (GLU PSZ) Sałatka jarzynowa ( ) 100 g (JAJ, MLE, SEL, GOR.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE)	Bułka pszenna długa krojona 150 g (GLU PSZ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE) Pyzy z mięsem* 200 g (GLU PSZ, SOJ.) Ser żółty 50 g (MLE) Bukiet jarzyn gotowany z olejem ( ) 100 g (SEL) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml
	PN	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Sałata lodowa 5 g Masło extra 82% 5 g (MLE) Jajko gotowane kl L 1 szt (JAJ)	Chleb Graham 30 g (GLU PSZ) Sałata lodowa 5 g Masło extra 82% 5 g (MLE) Jajko gotowane kl L 1 szt (JAJ)	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) Sałata lodowa 5 g Masło extra 82% 5 g (MLE) Jajko gotowane kl L 1 szt (JAJ)	Chleb Graham 30 g (GLU PSZ) Sałata lodowa 5 g Masło extra 82% 5 g (MLE) Jajko gotowane kl L 1 szt (JAJ)	Chleb Graham 30 g (GLU PSZ) Sałata lodowa 5 g Masło extra 82% 5 g (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 20 g	Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE) Jajko gotowane kl L 1 szt (JAJ)	
		Wartość energetyczna: 3336.50 kcal; Białko ogółem: 105.70 g; Tłuszcz: 100.04 g; Kw. tł. nasy.: 37.77 g; Węglowodany ogółem: 518.02 g; W tym cukry: 93.44 g; Błonnik pok.: 45.25 g; Sól: 9.14 g;	Wartość energetyczna: 3326.55 kcal; Białko ogółem: 107.75 g; Tłuszcz: 82.93 g; Kw. tł. nasy.: 37.01 g; Węglowodany ogółem: 551.36 g; W tym cukry: 120.97 g; Błonnik pok.: 36.81 g; Sól: 7.40 g;	Wartość energetyczna: 2556.50 kcal; Białko ogółem: 101.01 g; Tłuszcz: 80.97 g; Kw. tł. nasy.: 30.41 g; Węglowodany ogółem: 378.39 g; W tym cukry: 53.44 g; Błonnik pok.: 56.86 g; Sól: 8.22 g;	Wartość energetyczna: 2929.91 kcal; Białko ogółem: 108.12 g; Tłuszcz: 77.70 g; Kw. tł. nasy.: 28.80 g; Węglowodany ogółem: 465.56 g; W tym cukry: 78.01 g; Błonnik pok.: 32.82 g; Sól: 8.63 g;	Wartość energetyczna: 3741.96 kcal; Białko ogółem: 154.48 g; Tłuszcz: 107.46 g; Kw. tł. nasy.: 40.25 g; Węglowodany ogółem: 554.93 g; W tym cukry: 121.43 g; Błonnik pok.: 39.99 g; Sól: 9.51 g;	Wartość energetyczna: 3154.46 kcal; Białko ogółem: 156.69 g; Tłuszcz: 110.52 g; Kw. tł. nasy.: 35.89 g; Węglowodany ogółem: 502.47 g; W tym cukry: 65.89 g; Błonnik pok.: 56.84 g; Sól: 10.44 g;	Wartość energetyczna: 3096.88 kcal; Białko ogółem: 105.10 g; Tłuszcz: 81.98 g; Kw. tł. nasy.: 31.26 g; Węglowodany ogółem: 502.47 g; W tym cukry: 86.38 g; Błonnik pok.: 48.37 g; Sól: 8.23 g;	Wartość energetyczna: 3452.13 kcal; Białko ogółem: 124.50 g; Tłuszcz: 110.26 g; Kw. tł. nasy.: 46.64 g; Węglowodany ogółem: 503.97 g; W tym cukry: 76.73 g; Błonnik pok.: 33.24 g; Sól: 9.28 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-09-16 do dnia 2024-09-29 KUCHNIA ŁÓDŹ

	ŁÓDŹ- WWC0IT Podstawowa	ŁÓDŹ- WWC0IT Łatwo strawna	ŁÓDŹ- WWC0IT Z ogr. łatwo przysw. węglowodanów	ŁÓDŹ- WWC0IT Łatwo str. z ogr. tłuszczu	ŁÓDŹ- WWC0IT Bogatobiałkowa	ŁÓDŹ- WWC0IT Z ogr. łatwo przysw. węgl. bogatobiał	ŁÓDŹ- WWC0IT O kontrolowanej zawartości kw. tł.	ŁÓDŹ- WWC0IT Bogatobiałkowa (OPS)
2024-09-20 piątek	Śniadanie	Platki pszenne na mleku 300 ml ( <b>GLUPSZ, MLE,</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 40 g ( <b>GLUPSZ, GLU ZYT,</b> ) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt ( <b>GLUPSZ,</b> ) Ciasto drożdżowe 60 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, SO2,</b> ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE,</b> ) Szynka wiśniowa-wieprzowa, wędz. parz. z dod. wody i białka wp. 50 g ( <b>SOJ,</b> ) Powidła śliwkowe 30g 1 szt Jabłko 1 szt 1 szt Kakao z mlekiem 250 ml ( <b>MLE,</b> ) Miód (25g) 1 szt	Platki pszenne na mleku 300 ml ( <b>GLUPSZ, MLE,</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 40 g ( <b>GLUPSZ, GLU ZYT,</b> ) Bułka pszenna 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ,</b> ) Ciasto drożdżowe 60 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, SO2,</b> ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE,</b> ) Szynka wiśniowa-wieprzowa, wędz. parz. z dod. wody i białka wp. 50 g ( <b>SOJ,</b> ) Dżem 25g 1 szt Jabłko 1 szt 1 szt Kakao z mlekiem 250 ml ( <b>MLE,</b> ) Miód (25g) 1 szt	Platki pszenne na wywarze jarzynowym () 300 ml ( <b>GLU PSZ, SEL,</b> ) Chleb Graham 100 g ( <b>GLU PSZ,</b> ) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ,</b> ) Ciasto drożdżowe 60 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, SO2,</b> ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE,</b> ) Szynka wiśniowa-wieprzowa, wędz. parz. z dod. wody i białka wp. 50 g ( <b>SOJ,</b> ) Śliwka szt 2 szt Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	Platki pszenne na mleku 300 ml ( <b>GLUPSZ, MLE,</b> ) Bułka pszenna długa krojona 40 g ( <b>GLUPSZ,</b> ) Bułka pszenna 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ,</b> ) Ciasto drożdżowe 60 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, SO2,</b> ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE,</b> ) Twaróg półtłusty 100 g ( <b>MLE,</b> ) Szynka wiśniowa-wieprzowa, wędz. parz. z dod. wody i białka wp. 50 g ( <b>SOJ,</b> ) Powidła śliwkowe 30g 1 szt Jabłko 1 szt 1 szt Kakao z mlekiem 250 ml ( <b>MLE,</b> ) Miód (25g) 1 szt	Platki pszenne na mleku 300 ml ( <b>GLUPSZ, MLE,</b> ) Chleb Graham 100 g ( <b>GLU PSZ,</b> ) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ,</b> ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE,</b> ) Twaróg półtłusty 100 g ( <b>MLE,</b> ) Szynka wiśniowa-wieprzowa, wędz. parz. z dod. wody i białka wp. 50 g ( <b>SOJ,</b> ) Śliwka szt 2 szt Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	Platki pszenne na mleku 300 ml ( <b>GLUPSZ, MLE,</b> ) Chleb Graham 40 g ( <b>GLU PSZ,</b> ) Bułka pszenna 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ,</b> ) Ciasto drożdżowe 60 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, SO2,</b> ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE,</b> ) Twaróg półtłusty 100 g ( <b>MLE,</b> ) Szynka wiśniowa-wieprzowa, wędz. parz. z dod. wody i białka wp. 50 g ( <b>SOJ,</b> ) Powidła śliwkowe 30g 1 szt Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Miód (25g) 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 90 g ( <b>GLU PSZ,</b> ) Ciasto drożdżowe 60 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, SO2,</b> ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE,</b> ) Galaretka z indyka 180g 1 szt ( <b>SOJ, SEL,</b> ) Serek z zieleni do chleba mizowany 100g 1 szt ( <b>MLE,</b> ) Jabłko pieczone 1 szt. 1 szt Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml Miód (25g) 1 szt
		II SN		Kefir 1,5% tł 150g 1 Por ( <b>MLE,</b> )			Kefir 1,5% tł 150g 1 Por ( <b>MLE,</b> )	
2024-09-20 piątek	Obiad	Pomidorowa z makaronem () 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL,</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Dorsz panierowany 120 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, RYB,</b> ) Surówka z kapusty czerwonej z olejem 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem () 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL,</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Ryba pieczona (Dorsz) 120 g ( <b>RYB,</b> ) Szos jarzynowy () 80 ml ( <b>GLU PSZ, SEL,</b> ) Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem () 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL,</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Ryba pieczona (Dorsz) 120 g ( <b>RYB,</b> ) Szos jarzynowy () 80 ml ( <b>GLU PSZ, SEL,</b> ) Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem () 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL,</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Dorsz panierowany 120 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, RYB,</b> ) Ryba pieczona (Dorsz) 120 g ( <b>RYB,</b> ) Ryba pieczona (Dorsz) 120 g ( <b>RYB,</b> ) Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem () 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL,</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Dorsz panierowany 120 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, RYB,</b> ) Ryba pieczona (Dorsz) 120 g ( <b>RYB,</b> ) Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem () 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL,</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Ryba pieczona (Dorsz) 120 g ( <b>RYB,</b> ) Szos jarzynowy () 80 ml ( <b>GLU PSZ, SEL,</b> ) Surówka z kapusty czerwonej z olejem 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem () 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL,</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Dorsz panierowany 120 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, RYB,</b> ) Ryba pieczona (Dorsz) 120 g ( <b>RYB,</b> ) Szos jarzynowy () 80 ml ( <b>GLU PSZ, SEL,</b> ) Szos jarzynowy () 80 ml ( <b>GLU PSZ, SEL,</b> ) Szos jarzynowy z olejem* 200 g ( <b>GLU PSZ,</b> ) Kompot owocowy* b/c 250 ml
		PD		Sok wielowarzynny pasteryzowany 0,33l 1 szt			Sok wielowarzynny pasteryzowany 0,33l 1 szt	
2024-09-20 piątek	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT,</b> ) Chleb Graham 60 g ( <b>GLU PSZ,</b> ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE,</b> ) Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 100 g ( <b>JAJ, MLE,</b> ) Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Kefir 1,5% tł 150g 1 Por ( <b>MLE,</b> )	Chleb Graham 150 g ( <b>GLU PSZ,</b> ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE,</b> ) Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 100 g ( <b>JAJ, MLE,</b> ) Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Kefir 1,5% tł 150g 1 Por ( <b>MLE,</b> )	Bułka pszenna długa krojona 150 g ( <b>GLU PSZ,</b> ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE,</b> ) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Buraczki gotowane plastry () 50 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Kefir 1,5% tł 150g 1 Por ( <b>MLE,</b> )	Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT,</b> ) Bułka pszenna długa krojona 60 g ( <b>GLU PSZ,</b> ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE,</b> ) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 100 g ( <b>JAJ, MLE,</b> ) Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Kefir 1,5% tł 150g 1 Por ( <b>MLE,</b> )	Chleb Graham 150 g ( <b>GLU PSZ,</b> ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE,</b> ) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 100 g ( <b>JAJ, MLE,</b> ) Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb Graham 150 g ( <b>GLU PSZ,</b> ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE,</b> ) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 50 g Buraczki gotowane plastry () 50 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Kefir 1,5% tł 150g 1 Por ( <b>MLE,</b> )	Bułka pszenna długa krojona 150 g ( <b>GLU PSZ,</b> ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE,</b> ) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Ser topiony plastry 16,25g 3 szt ( <b>MLE,</b> ) Buraczki gotowane plastry () 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml
		PN	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por ( <b>MLE,</b> ) Chrupki kukurydziane 20 g	Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE,</b> ) Chleb Graham 30 g ( <b>GLU PSZ,</b> ) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 20 g Sałata zielona 5 g	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por ( <b>MLE,</b> ) Chrupki kukurydziane 20 g	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por ( <b>MLE,</b> ) Chrupki kukurydziane 20 g	Sałata zielona 5 g Chleb Graham 30 g ( <b>GLU PSZ,</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE,</b> ) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 20 g	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por ( <b>MLE,</b> ) Chrupki kukurydziane 20 g
	Wartość energetyczna: 3225.65 kcal; Białko ogółem: 119.66 g; Tłuszcz: 102.76 g; Kw. tł. nasy.: 37.98 g; Węglowodany ogółem: 470.66 g; W tym cukry: 120.38 g; Błonnik pok.: 38.55 g; Sól: 9.67 g;	Wartość energetyczna: 2978.78 kcal; Białko ogółem: 121.87 g; Tłuszcz: 85.97 g; Kw. tł. nasy.: 36.29 g; Węglowodany ogółem: 442.31 g; W tym cukry: 105.74 g; Błonnik pok.: 31.05 g; Sól: 8.91 g;	Wartość energetyczna: 2342.63 kcal; Białko ogółem: 110.44 g; Tłuszcz: 66.78 g; Kw. tł. nasy.: 27.88 g; Węglowodany ogółem: 346.07 g; W tym cukry: 43.88 g; Błonnik pok.: 46.77 g; Sól: 9.35 g;	Wartość energetyczna: 2805.85 kcal; Białko ogółem: 114.89 g; Tłuszcz: 72.82 g; Kw. tł. nasy.: 30.52 g; Węglowodany ogółem: 436.50 g; W tym cukry: 101.86 g; Błonnik pok.: 30.17 g; Sól: 8.62 g;	Wartość energetyczna: 3565.79 kcal; Białko ogółem: 174.98 g; Tłuszcz: 113.36 g; Kw. tł. nasy.: 41.23 g; Węglowodany ogółem: 472.93 g; W tym cukry: 114.11 g; Błonnik pok.: 33.69 g; Sól: 11.00 g;	Wartość energetyczna: 3003.08 kcal; Białko ogółem: 170.72 g; Tłuszcz: 99.16 g; Kw. tł. nasy.: 35.79 g; Węglowodany ogółem: 376.86 g; W tym cukry: 59.61 g; Błonnik pok.: 47.82 g; Sól: 11.57 g;	Wartość energetyczna: 2793.12 kcal; Białko ogółem: 113.21 g; Tłuszcz: 74.56 g; Kw. tł. nasy.: 30.83 g; Węglowodany ogółem: 434.74 g; W tym cukry: 112.46 g; Błonnik pok.: 39.12 g; Sól: 8.99 g;	Wartość energetyczna: 3384.66 kcal; Białko ogółem: 146.97 g; Tłuszcz: 120.62 g; Kw. tł. nasy.: 44.22 g; Węglowodany ogółem: 442.26 g; W tym cukry: 74.62 g; Błonnik pok.: 32.15 g; Sól: 10.51 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 2024-09-16 do dnia 2024-09-29 KUCHNIA ŁÓDŹ

	ŁÓDŹ- WWC0IT Podstawowa	ŁÓDŹ- WWC0IT Łatwo strawna	ŁÓDŹ- WWC0IT Z ogr. łatwo przysw. węglowodanów	ŁÓDŹ- WWC0IT Łatwo str. z ogr. tłuszczu	ŁÓDŹ- WWC0IT Bogatobiałkowa	ŁÓDŹ- WWC0IT Z ogr. łatwo przysw. węgl. bogatobiał	ŁÓDŹ- WWC0IT O kontrolowanej zawartości kw. tł.	ŁÓDŹ- WWC0IT Bogatobiałkowa (OPS)	
2024-09-21 sobota	Śniadanie	Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE</b> ) Baton szynkowy z kurcząt 50 g ( <b>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR</b> ) Papryka świeża 100 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</b> ) Miód (25g) 1 szt Bułka pszenna 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ</b> ) Chleb Graham 100 g ( <b>GLU PSZ</b> )	Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE</b> ) Baton szynkowy z kurcząt 50 g ( <b>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR</b> ) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 100 g ( <b>SEL</b> ) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</b> ) Miód (25g) 1 szt Bułka pszenna 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> )	Chleb Graham 100 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE</b> ) Baton szynkowy z kurcząt 50 g ( <b>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR</b> ) Papryka świeża 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Bułka graham-pszenna 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ</b> )	Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE</b> ) Baton szynkowy z kurcząt 50 g ( <b>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR</b> ) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 100 g ( <b>SEL</b> ) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Miód (25g) 1 szt Bułka pszenna 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ</b> )	Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE</b> ) Baton szynkowy z kurcząt 50 g ( <b>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR</b> ) Serek homo. naturalny 100 g ( <b>MLE</b> ) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 100 g ( <b>SEL</b> ) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</b> ) Miód (25g) 1 szt Bułka pszenna 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> )	Chleb Graham 100 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE</b> ) Baton szynkowy z kurcząt 50 g ( <b>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR</b> ) Hummus z ciecierzycy 100 g ( <b>MLE</b> ) Papryka świeża 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml Bułka graham-pszenna 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ</b> )	Chleb Graham 100 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE</b> ) Baton szynkowy z kurcząt 50 g ( <b>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR</b> ) Papryka świeża 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Bułka pszenna 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ</b> ) Jajko gotowane kl L 1 szt ( <b>JAJ</b> ) Miód (25g) 1 szt Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 100 g ( <b>SEL</b> )	Bułka pszenna długa krojona 150 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE</b> ) Baton szynkowy z kurcząt 50 g ( <b>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR</b> ) Jajko gotowane kl L 1 szt ( <b>JAJ</b> ) Miód (25g) 1 szt Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 100 g ( <b>SEL</b> )
		II SN		Surówka z selera i marchwi z olejem () b/c 100 g ( <b>SEL</b> )			Surówka z selera i marchwi z olejem () b/c 100 g ( <b>SEL</b> )		Biszkopty b/m 30 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, SOJ</b> )
2024-09-21 sobota	Obiad	Zupa z soczewicy i ziemniakami () 400 ml ( <b>GLU PSZ, SEL</b> ) Kasza gryczana 200 g Gulasz wołowy - dieta 150 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Salatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami () 400 ml ( <b>MLE, SEL</b> ) Kasza jęczmienna/sypko 200 g ( <b>GLU JECZ</b> ) Gulasz wołowy - dieta 150 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Buraczki gotowane drobno tarte () 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Zupa z soczewicy i ziemniakami () 400 ml ( <b>GLU PSZ, SEL</b> ) Kasza gryczana 200 g ( <b>GLU JECZ</b> ) Gulasz wołowy - dieta 150 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Mięso z szynki wieprzowej 100 g Sos koperkowy * 80 ml ( <b>GLU PSZ, MLE</b> ) Buraczki gotowane drobno tarte () 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami () 400 ml ( <b>MLE, SEL</b> ) Kasza jęczmienna/sypko 200 g ( <b>GLU JECZ</b> ) Gulasz wołowy - dieta 150 g ( <b>GLU PSZ</b> ) 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 ( <b>GLU PSZ, SEL</b> ) Kasza gryczana 200 g Gulasz wołowy - dieta 150 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Mięso z szynki wieprzowej 100 g Salatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Zupa z soczewicy i ziemniakami () 400 ml ( <b>GLU PSZ, SEL</b> ) Kasza gryczana 200 g Gulasz wołowy - dieta 150 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Mięso z szynki wieprzowej 100 g Salatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami () 400 ml ( <b>MLE, SEL</b> ) Kasza jęczmienna/sypko 200 g ( <b>GLU JECZ</b> ) Gulasz wołowy - dieta 150 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Mięso z szynki wieprzowej 100 g Sos koperkowy * 80 ml ( <b>GLU PSZ, MLE</b> ) Buraczki gotowane drobno tarte () 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	
		PD		Jogurt naturalny 100g 1 szt ( <b>MLE</b> )			Jogurt naturalny 100g 1 szt ( <b>MLE</b> )		Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt
2024-09-21 sobota	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Chleb Graham 60 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE</b> ) Kielbasa Śląska wieprzowa z cebulką 100 g ( <b>GOR</b> ) Banan 1szt. 1 szt Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Jogurt naturalny 100g 1 szt ( <b>MLE</b> )	Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Bułka pszenna długa krojona 60 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE</b> ) Szynka zielonogórska- wp. parzona 50 g ( <b>SOJ</b> ) Banan 1szt. 1 szt Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Jogurt naturalny 100g 1 szt ( <b>MLE</b> )	Chleb Graham 150 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE</b> ) Szynka zielonogórska- wp. parzona 50 g ( <b>SOJ</b> ) Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 150 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE</b> ) Szynka zielonogórska- wp. parzona 50 g ( <b>SOJ</b> ) Mus z jabłek prażonych 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Jogurt naturalny 100g 1 szt ( <b>MLE</b> )	Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Bułka pszenna długa krojona 60 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE</b> ) Szynka zielonogórska- wp. parzona 50 g ( <b>SOJ</b> ) Serek homo. naturalny 100 g ( <b>MLE</b> ) Musztarda 20 g ( <b>GOR</b> ) Banan 1szt. 1 szt Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Jogurt naturalny 100g 1 szt ( <b>MLE</b> )	Chleb Graham 150 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE</b> ) Szynka zielonogórska- wp. parzona 50 g ( <b>SOJ</b> ) Banan 1szt. 1 szt Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Jogurt naturalny 100g 1 szt ( <b>MLE</b> )	Bułka pszenna długa krojona 150 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE</b> ) Szynka zielonogórska- wp. parzona 50 g ( <b>SOJ</b> ) Banan 1szt. 1 szt Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Jogurt naturalny 100g 1 szt ( <b>MLE</b> ) Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt ( <b>MLE</b> ) Pasztet drobiowy (50g) 1 szt ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE</b> ) Brzoskwinie w syropie 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	
		PN	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE</b> ) Sałata zielona 5 g Twaróg półtłusty 20 g ( <b>MLE</b> )	Chleb Graham 30 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE</b> ) Sałata zielona 5 g Twaróg półtłusty 20 g ( <b>MLE</b> )	Bułka pszenna długa krojona 30 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE</b> ) Kurczak gotowany produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony 20 g	Bułka pszenna długa krojona 30 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE</b> ) Kurczak gotowany produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE</b> ) Sałata zielona 5 g Ser żółty 20 g ( <b>MLE</b> )	Chleb Graham 30 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE</b> ) Sałata zielona 5 g Kurczak gotowany produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony 20 g	Chleb Graham 30 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE</b> ) Sałata zielona 5 g Twaróg półtłusty 20 g ( <b>MLE</b> )
	Wartość energetyczna: 3226.74 kcal; Białko ogółem: 114.41 g; Tłuszcz: 117.61 g; Kw. tł. nasy.: 41.35 g; Węglowodany ogółem: 445.90 g; W tym cukry: 104.98 g; Błonnik pok.: 39.05 g; Sól: 9.85 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: 2553.24 kcal; Białko ogółem: 111.46 g; Tłuszcz: 84.06 g; Kw. tł. nasy.: 27.80 g; Węglowodany ogółem: 362.84 g; W tym cukry: 51.64 g; Błonnik pok.: 50.81 g; Sól: 8.40 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: 3004.16 kcal; Białko ogółem: 163.37 g; Tłuszcz: 101.56 g; Kw. tł. nasy.: 32.63 g; Węglowodany ogółem: 381.01 g; W tym cukry: 53.15 g; Błonnik pok.: 51.28 g; Sól: 9.84 g;	Wartość energetyczna: 2740.10 kcal; Białko ogółem: 108.65 g; Tłuszcz: 78.33 g; Kw. tł. nasy.: 27.41 g; Węglowodany ogółem: 420.24 g; W tym cukry: 95.08 g; Błonnik pok.: 41.47 g; Sól: 7.44 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 2024-09-16 do dnia 2024-09-29 KUCHNIA ŁÓDŹ

	ŁÓDŹ- WWC0IT Podstawowa	ŁÓDŹ- WWC0IT Łatwo strawna	ŁÓDŹ- WWC0IT Z ogr. łatwo przysw. węglowodanów	ŁÓDŹ- WWC0IT Łatwo str. z ogr. tłuszczu	ŁÓDŹ- WWC0IT Bogatobiałkowa	ŁÓDŹ- WWC0IT Z ogr. łatwo przysw. węgl. bogatobiał	ŁÓDŹ- WWC0IT O kontrolowanej zawartości kw. tł.	ŁÓDŹ- WWC0IT Bogatobiałkowa (OPS)	
2024-09-22 niedziela	Sniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Pasta z twarogu i cebuli 100 g ( <b>MLE.</b> ) Jabłko 1 szt 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</b> ) Miód (25g) 1 szt Bułka graham-pszenna 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ.</b> )	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Twarożek 100 g ( <b>MLE.</b> ) Jabłko 1 szt 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</b> ) Miód (25g) 1 szt Bułka pszenna 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ.</b> )	Chleb Graham 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Pasta z twarogu i cebuli 100 g ( <b>MLE.</b> ) Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml Bułka graham-pszenna 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ.</b> )	Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Szynkowa debowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Herbata czarna 1szt. 1 szt Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Miód (25g) 1 szt Bułka pszenna 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ.</b> )	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Twarożek 100 g ( <b>MLE.</b> ) Szynkowa debowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Jabłko 1 szt 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</b> ) Miód (25g) 1 szt Bułka pszenna 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ.</b> )	Chleb Graham 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Pasta z twarogu i cebuli 100 g ( <b>MLE.</b> ) Jabłko 1 szt 1 szt Szynkowa debowa drobiowa 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 ( <b>GLU PSZ.</b> )	Chleb Graham 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Pasta z twarogu i cebuli 100 g ( <b>MLE.</b> ) Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Miód (25g) 1 szt Bułka pszenna 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ.</b> )	Bułka pszenna długa krojona 150 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Serek twarogowy śmietankowy 16,67g (kiri,haga) 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Szynkowa debowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml Miód (25g) 1 szt
		II SN		Kefir 1,5% tł 150g 1 Por ( <b>MLE.</b> )			Kefir 1,5% tł 150g 1 Por ( <b>MLE.</b> )		Sok pomarańczowy 0,2L-kartonik 1 szt
2024-09-22 niedziela	Obiad	Rosół z makaronem () 400 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Udko pieczone 1 szt. 210 g Surówka Coleslaw () 200 g ( <b>JAJ, MLE, GOR.</b> ) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Rosół z makaronem () 400 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Ziemniaki 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 ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Udko gotowane 1szt. 210 g Surówka z kapusty białej z olejem b/c () 200 g 200 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Bulion warzywny z makaronem () 400 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Udko gotowane 1szt. 210 g Sznajkarz gotowany z olejem* 200 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Rosół z makaronem () 400 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Udko pieczone 1 szt. 210 g Udko gotowane 1szt. 210 g Surówka z kapusty białej z olejem b/c () 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Rosół z makaronem () 400 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Udko pieczone 1 szt. 210 g Udko gotowane 1szt. 210 g Surówka Coleslaw () 200 g ( <b>JAJ, MLE, GOR.</b> ) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Rosół z makaronem () 400 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Ziemniaki 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
2024-09-22 niedziela	Kolejca	Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Chleb Graham 60 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Szynka szkolna- wp. parzona 50 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE.</b> ) Ogórek kiszony 100 g Herbata miętowa ekspresowa z/c 250 ml Kefir 1,5% tł 150g 1 Por ( <b>MLE.</b> )	Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 60 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Szynka szkolna- wp. parzona 50 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE.</b> ) Ogórek kiszony 100 g Herbata miętowa ekspresowa z/c 250 ml Kefir 1,5% tł 150g 1 Por ( <b>MLE.</b> )	Chleb Graham 150 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Szynka szkolna- wp. parzona 50 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE.</b> ) Ogórek kiszony 100 g Herbata miętowa ekspresowa b/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 150 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Szynka szkolna- wp. parzona 50 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE.</b> ) Dymna duszona z olejem* 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Herbata miętowa ekspresowa z/c 250 ml Kefir 1,5% tł 150g 1 Por ( <b>MLE.</b> )	Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 60 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Szynka szkolna- wp. parzona 50 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE.</b> ) Ser żółty 50 g ( <b>MLE.</b> ) Ogórek kiszony 100 g Herbata miętowa ekspresowa z/c 250 ml Kefir 1,5% tł 150g 1 Por ( <b>MLE.</b> )	Chleb Graham 150 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Szynka szkolna- wp. parzona 50 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE.</b> ) Jajko gotowane kl L 1 szt ( <b>JAJ.</b> ) Ogórek kiszony 100 g Herbata miętowa ekspresowa b/c 250 ml	Chleb Graham 150 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Szynka szkolna- wp. parzona 50 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE.</b> ) Ogórek kiszony 90 g Salata lodowa 10 g Herbata miętowa ekspresowa z/c 250 ml Kefir 1,5% tł 150g 1 Por ( <b>MLE.</b> )	Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 150 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Szynka szkolna- wp. parzona 50 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE.</b> ) Ser żółty 50 g ( <b>MLE.</b> ) Dymna duszona z olejem* 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Herbata miętowa ekspresowa b/c 250 ml
		PN	Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt ( <b>może zawierać: MLE.</b> ) Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 15 g	Salata zielona 5 g Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 20 g ( <b>może zawierać: MLE, GOR.</b> ) Chleb Graham 30 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE.</b> )	Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt ( <b>może zawierać: MLE.</b> ) Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 15 g	Salata zielona 5 g Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 20 g ( <b>może zawierać: MLE, GOR.</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE.</b> ) Chleb Graham 30 g ( <b>GLU PSZ.</b> )	Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt ( <b>może zawierać: MLE.</b> ) Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 15 g	Salata zielona 5 g Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 20 g ( <b>może zawierać: MLE, GOR.</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE.</b> ) Chleb Graham 30 g ( <b>GLU PSZ.</b> )	Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt ( <b>może zawierać: MLE.</b> ) Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 15 g
	Wartość energetyczna: 2880.28 kcal; Białko ogółem: 132.21 g; Tłuszcz: 92.74 g; Kw. tł. nasy.: 36.05 g; Węglowodany ogółem: 391.44 g; W tym cukry: 90.95 g; Błonnik pok.: 31.72 g; Sól: 10.73 g;	Wartość energetyczna: 2761.77 kcal; Białko ogółem: 132.32 g; Tłuszcz: 82.85 g; Kw. tł. nasy.: 35.22 g; Węglowodany ogółem: 380.12 g; W tym cukry: 80.79 g; Błonnik pok.: 25.40 g; Sól: 8.19 g;	Wartość energetyczna: 2561.42 kcal; Białko ogółem: 139.10 g; Tłuszcz: 93.16 g; Kw. tł. nasy.: 36.98 g; Węglowodany ogółem: 310.84 g; W tym cukry: 40.05 g; Błonnik pok.: 38.41 g; Sól: 12.43 g;	Wartość energetyczna: 2692.58 kcal; Białko ogółem: 121.49 g; Tłuszcz: 80.17 g; Kw. tł. nasy.: 30.56 g; Węglowodany ogółem: 378.60 g; W tym cukry: 72.79 g; Błonnik pok.: 24.21 g; Sól: 7.52 g;	Wartość energetyczna: 3642.62 kcal; Białko ogółem: 207.73 g; Tłuszcz: 141.79 g; Kw. tł. nasy.: 55.61 g; Węglowodany ogółem: 393.94 g; W tym cukry: 90.02 g; Błonnik pok.: 25.68 g; Sól: 12.90 g;	Wartość energetyczna: 3240.13 kcal; Białko ogółem: 210.56 g; Tłuszcz: 136.38 g; Kw. tł. nasy.: 48.70 g; Węglowodany ogółem: 311.93 g; W tym cukry: 40.47 g; Błonnik pok.: 38.41 g; Sól: 14.68 g;	Wartość energetyczna: 2719.88 kcal; Białko ogółem: 130.13 g; Tłuszcz: 90.03 g; Kw. tł. nasy.: 34.10 g; Węglowodany ogółem: 360.84 g; W tym cukry: 83.44 g; Błonnik pok.: 33.39 g; Sól: 9.03 g;	Wartość energetyczna: 3769.95 kcal; Białko ogółem: 203.53 g; Tłuszcz: 135.14 g; Kw. tł. nasy.: 54.15 g; Węglowodany ogółem: 445.19 g; W tym cukry: 66.40 g; Błonnik pok.: 29.87 g; Sól: 11.87 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-09-16 do dnia 2024-09-29 KUCHNIA ŁÓDŹ

	ŁÓDŹ- WWC0IT Podstawowa	ŁÓDŹ- WWC0IT Łatwo strawna	ŁÓDŹ- WWC0IT Z ogr. łatwo przysw. węglowodanów	ŁÓDŹ- WWC0IT Łatwo str. z ogr. tłuszczu	ŁÓDŹ- WWC0IT Bogatobiałkowa	ŁÓDŹ- WWC0IT Z ogr. łatwo przysw. węgl. bogatobiał	ŁÓDŹ- WWC0IT O kontrolowanej zawartości kw. tł.	ŁÓDŹ- WWC0IT Bogatobiałkowa (OPS)
Śniadanie	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE) Chleb Graham 100 g (GLU PSZ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE) Pasta mięsno-warzywna z mięsa drobiowego udziec ( ) 100 g (SEL) 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) Pasta mięsno-warzywna z mięsa drobiowego udziec ( ) 100 g (SEL) 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) Pasta mięsno-warzywna z mięsa drobiowego udziec ( ) 100 g (SEL) 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) Pasta mięsno-warzywna z mięsa drobiowego udziec ( ) 100 g (SEL) 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) Pasta mięsno-warzywna z mięsa drobiowego udziec ( ) 100 g (SEL) 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) Pasta mięsno-warzywna z mięsa drobiowego udziec ( ) 100 g (SEL) Banan 1szt. 1 szt Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Miód (25g) 1 szt Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ)	Bułka pszenna długa krojona 150 g (GLU PSZ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE) Baton szynkowy z kurcząt 50 g (może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.) Serek smietankowy 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 SN		Jabłko 1 szt 1 szt			Jabłko 1 szt 1 szt		Ciastka różne 40 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE)
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 pieczone z udźca kurczaka 100 g (GLU PSZ) Sos koperkowy * 80 ml (GLU PSZ, MLE) Bukiet jarzyn gotowany z olejem ( ) 200 g (SEL) Kompot owocowy* b/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami ( ) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Ryż na sypko 200 g Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g Sos koperkowy * 80 ml (GLU PSZ, MLE) Bukiet jarzyn gotowany z olejem ( ) 200 g (SEL) Kompot owocowy* z/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 ukraiński z ziemniakami ( ) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Ryż na sypko (brązowy) 200 g Mięso drobiowe pieczone z udźca kurczaka 100 g (GLU PSZ) Kłopsik drobiowy z udźca 120 g (GLU PSZ, JAJ) Sos koperkowy * 80 ml (GLU PSZ, MLE) Surówka wielowarzywna 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
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) Pomidor 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) Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Marchew pieczona w słupki ( ) 90 g	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) Pomidor 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) Marchew pieczona w słupki ( ) 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 Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (SOJ) Ser żółty 50 g (MLE) 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) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (SOJ) Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/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) 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) 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) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 20 g	Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 5 g (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 20 g	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 porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 20 g
	Wartość energetyczna: 2630.07 kcal; Białko ogółem: 87.41 g; Tłuszcz: 58.56 g; Kw. tł. nasy.: 28.30 g; Węglowodany ogółem: 457.39 g; W tym cukry: 138.01 g; Błonnik pok.: 32.61 g; Sól: 7.30 g;	Wartość energetyczna: 2751.32 kcal; Białko ogółem: 84.05 g; Tłuszcz: 60.21 g; Kw. tł. nasy.: 28.39 g; Węglowodany ogółem: 485.93 g; W tym cukry: 140.78 g; Błonnik pok.: 30.39 g; Sól: 7.85 g;	Wartość energetyczna: 2449.50 kcal; Białko ogółem: 109.35 g; Tłuszcz: 73.90 g; Kw. tł. nasy.: 27.19 g; Węglowodany ogółem: 358.79 g; W tym cukry: 52.97 g; Błonnik pok.: 51.46 g; Sól: 8.63 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: 3702.42 kcal; Białko ogółem: 147.25 g; Tłuszcz: 89.02 g; Kw. tł. nasy.: 41.91 g; Węglowodany ogółem: 591.68 g; W tym cukry: 140.78 g; Błonnik pok.: 37.23 g; Sól: 9.10 g;	Wartość energetyczna: 3157.19 kcal; Białko ogółem: 169.60 g; Tłuszcz: 112.38 g; Kw. tł. nasy.: 42.76 g; Węglowodany ogółem: 389.58 g; W tym cukry: 64.09 g; Błonnik pok.: 50.71 g; Sól: 10.54 g;	Wartość energetyczna: 2511.57 kcal; Białko ogółem: 85.63 g; Tłuszcz: 55.97 g; Kw. tł. nasy.: 26.52 g; Węglowodany ogółem: 437.75 g; W tym cukry: 131.49 g; Błonnik pok.: 35.79 g; Sól: 6.65 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 2024-09-16 do dnia 2024-09-29 KUCHNIA ŁÓDŹ

	ŁÓDŹ- WWC0IT Podstawowa	ŁÓDŹ- WWC0IT Łatwo strawna	ŁÓDŹ- WWC0IT Z ogr. łatwo przysw. węglowodanów	ŁÓDŹ- WWC0IT Łatwo str. z ogr. tłuszczu	ŁÓDŹ- WWC0IT Bogatobiałkowa	ŁÓDŹ- WWC0IT Z ogr. łatwo przysw. węgl. bogatobiał	ŁÓDŹ- WWC0IT O kontrolowanej zawartości kw. tł.	ŁÓDŹ- WWC0IT Bogatobiałkowa (OPS)						
2024-09-24 wtorek	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> ) Majonez 20 g ( <u>JAJ, GOR.</u> ) Ogórek kiszony 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 (l) 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> ) Filet zapiekany drobiowy 50 g ( <u>MLE.</u> ) Bukiet jarzyn gotowany z olejem (l) 100 g ( <u>SEL.</u> ) Ogórek kiszony 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml 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 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 kiszony 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml 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 Graham 100 g ( <u>GLU, PSZ.</u> ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE.</u> ) Filet zapiekany drobiowy 50 g ( <u>MLE.</u> ) Ogórek kiszony 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 b/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> )		Jabłko pieczone 1szt. 1 szt					
	Obiad	Jarzynowa z zacierką (-)podstawa 400 ml ( <u>GLU, PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane (l) 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 (l) 400 ml ( <u>GLU, PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane (l) 200 g Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g Sos pietruszkowy* 80 ml ( <u>GLU, PSZ, MLE.</u> ) Marchew gotowana z olejem (l) 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Jarzynowa z zacierką (-)podstawa 400 ml ( <u>GLU, PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane (l) 200 g Mięso drobiowe pieczone z udźca kurczaka 100 g Sos pietruszkowy* 80 ml ( <u>GLU, PSZ, MLE.</u> ) Sos pietruszkowy* 100 ml ( <u>GLU, PSZ, MLE.</u> ) Marchew gotowana z olejem (l) 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Jarzynowa z makaronem dieta (l) b/kalaiflora) 400 ml ( <u>GLU, PSZ, MLE, SEL.</u> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane (l) 200 g Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g Sos pietruszkowy* 80 ml ( <u>GLU, PSZ, MLE.</u> ) Marchew gotowana z olejem (l) 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Jarzynowa z zacierką (-)podstawa 400 ml ( <u>GLU, PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane (l) 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 (l) 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Jarzynowa z zacierką (-)podstawa 400 ml ( <u>GLU, PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane (l) 200 g Mięso drobiowe pieczone z udźca kurczaka 100 g Sos pietruszkowy* 100 ml ( <u>GLU, PSZ, MLE.</u> ) Surówka wykwinna z olejem b/c 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Jarzynowa z zacierką dieta (l) 400 ml ( <u>GLU, PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane (l) 200 g Mięso drobiowe pieczone z udźca kurczaka 100 g Sos pietruszkowy* 80 ml ( <u>GLU, PSZ, MLE.</u> ) Marchew gotowana z olejem (l) 200 g Zapiekanka z warzyw i sera żółtego*(l) 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 wiśniowa-wieprzowa, wędz. parz. z dod. wody i białka wp. 50 g ( <u>SOJ.</u> ) Gruszka 1szt. 150 g 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 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> ) Gruszka 1szt. 150 g 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 wiśniowa-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 (l) 100 g ( <u>GLU, PSZ, JAJ.</u> ) Szynka wiśniowa-wieprzowa, wędz. parz. z dod. wody i białka wp. 50 g ( <u>SOJ.</u> ) Jabłko 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 (l) 100 g ( <u>GLU, PSZ, JAJ.</u> ) Szynka wiśniowa-wieprzowa, wędz. parz. z dod. wody i białka wp. 50 g ( <u>SOJ.</u> ) Gruszka 1szt. 150 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb Graham 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> ) Gruszka 1szt. 150 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> ) Galaretki z kurczaka 180g 1 szt ( <u>SOJ, SEL.</u> ) Pasztet drobiowy (50g) 1 szt ( <u>GLU, PSZ, SOJ, MLE.</u> ) Sałatka jarzynowa gar. 150 g ( <u>SEL.</u> ) Herbata czarna granulowana z cytryną z/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 Sałata 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> ) Sałata 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> )	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por ( <u>MLE.</u> ) Biszkopty b/m 15 g ( <u>GLU, PSZ, JAJ, SOJ.</u> )	Wartość energetyczna: 2919.73 kcal; Białko ogółem: 106.66 g; Tłuszcz: 92.99 g; Kw. tł. nasy.: 34.33 g; Węglowodany ogółem: 430.54 g; W tym cukry: 89.53 g; Błonnik pok.: 37.82 g; Sól: 11.53 g;	Wartość energetyczna: 2709.90 kcal; Białko ogółem: 105.04 g; Tłuszcz: 75.91 g; Kw. tł. nasy.: 33.91 g; Węglowodany ogółem: 417.39 g; W tym cukry: 96.21 g; Błonnik pok.: 33.83 g; Sól: 9.49 g;	Wartość energetyczna: 2490.52 kcal; Białko ogółem: 114.08 g; Tłuszcz: 88.22 g; Kw. tł. nasy.: 29.25 g; Węglowodany ogółem: 331.15 g; W tym cukry: 37.14 g; Błonnik pok.: 40.65 g; Sól: 10.70 g;	Wartość energetyczna: 2682.30 kcal; Białko ogółem: 108.48 g; Tłuszcz: 73.26 g; Kw. tł. nasy.: 30.88 g; Węglowodany ogółem: 414.50 g; W tym cukry: 95.92 g; Błonnik pok.: 34.41 g; Sól: 8.89 g;	Wartość energetyczna: 3489.14 kcal; Białko ogółem: 158.67 g; Tłuszcz: 112.48 g; Kw. tł. nasy.: 37.73 g; Węglowodany ogółem: 478.13 g; W tym cukry: 99.09 g; Błonnik pok.: 41.84 g; Sól: 11.07 g;	Wartość energetyczna: 3236.03 kcal; Białko ogółem: 177.01 g; Tłuszcz: 120.88 g; Kw. tł. nasy.: 36.56 g; Węglowodany ogółem: 383.10 g; W tym cukry: 51.66 g; Błonnik pok.: 46.55 g; Sól: 12.60 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-09-16 do dnia 2024-09-29 KUCHNIA ŁÓDŹ

	ŁÓDŹ- WWC0IT Podstawowa	ŁÓDŹ- WWC0IT Łatwo strawna	ŁÓDŹ- WWC0IT Z ogr. łatwo przysw. węglowodanów	ŁÓDŹ- WWC0IT Łatwo str. z ogr. tłuszczu	ŁÓDŹ- WWC0IT Bogatobiałkowa	ŁÓDŹ- WWC0IT Z ogr. łatwo przysw. węgl. bogatobiał	ŁÓDŹ- WWC0IT O kontrolowanej zawartości kw. tł.	ŁÓDŹ- WWC0IT Bogatobiałkowa (OPS)	
2024-09-25 środa	II SN	Platki owsiane na mleku 300 ml ( <b>MLE, GLU OW.</b> ) Chleb Graham 100 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE</b> ) Ser topiony 50 g ( <b>MLE</b> ) Śliwka szt. 2 szt Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</b> ) Miód (25g) 1 szt Bułka pszenna 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ</b> )	Platki owsiane na mleku 300 ml ( <b>MLE, GLU OW.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE</b> ) Twaróg półtłusty 100 g ( <b>MLE</b> ) Banan 1 szt. 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</b> ) Miód (25g) 1 szt Bułka pszenna 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ</b> )	Platki owsiane na wywarze jarzynowym ( ) 300 ml ( <b>SEL, GLU OW.</b> ) Chleb Graham 100 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE</b> ) Twaróg półtłusty 100 g ( <b>MLE</b> ) Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml Bułka graham-pszenna 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ</b> )	Platki owsiane na mleku 300 ml ( <b>MLE, GLU OW.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE</b> ) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b. sojowego i wody 50 g ( <b>SOJ.</b> ) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Miód (25g) 1 szt Bułka pszenna 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ</b> )	Platki owsiane na mleku 300 ml ( <b>MLE, GLU OW.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE</b> ) Ser topiony 50 g ( <b>MLE</b> ) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b. sojowego i wody 50 g ( <b>SOJ.</b> ) Banana 1 szt. 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</b> ) Miód (25g) 1 szt Bułka pszenna 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ</b> )	Platki owsiane na mleku 300 ml ( <b>MLE, GLU OW.</b> ) Chleb Graham 100 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE</b> ) Twaróg półtłusty 100 g ( <b>MLE</b> ) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b. sojowego i wody 50 g ( <b>SOJ.</b> ) Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml Bułka graham-pszenna 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ</b> )	Bułka pszenna długa krojona 150 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE</b> ) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b. sojowego i wody 50 g ( <b>SOJ.</b> ) Ser topiony 25g 2 szt ( <b>MLE</b> ) Mus z jabłek ( ) z/c 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml Miód (25g) 1 szt	
				Jogurt naturalny 100g 1 szt ( <b>MLE</b> )			Jogurt naturalny 100g 1 szt ( <b>MLE</b> )		Kisiel o smaku cytrynowym z/c 150 ml
2024-09-25 środa	Obiad	Ziemniaczana ( ) 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) kasza pečzak/sypko 200 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Bitka wołowa 100 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Sos własny ( ) 80 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Cwikła z chrzanem ( ) 200 g ( <b>MLE, SO2.</b> ) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Ziemniaczana ( ) 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) kasza pečzak/sypko 200 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Bitka wołowa 100 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Sos własny ( ) 80 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Buraczki gotowane drobno tarte ( ) 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Ziemniaczana ( ) 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) kasza pečzak/sypko 200 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Bitka wołowa 100 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Sos własny ( ) 80 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Buraczki gotowane drobno tarte ( ) 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Ziemniaczana ( ) 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) kasza pečzak/sypko 200 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Bitka wołowa 100 g ( <b>GLU PSZ, JA.</b> ) Sos własny ( ) 80 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Buraczki gotowane drobno tarte ( ) 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Ziemniaczana ( ) 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) kasza pečzak/sypko 200 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Pulpet wołowy 120 g ( <b>GLU PSZ, JA.</b> ) Bitka wołowa 100 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Sos własny ( ) 80 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Cwikła z chrzanem ( ) 200 g ( <b>MLE, SO2.</b> ) Kompot owocowy* b/c 250 ml	Ziemniaczana ( ) 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) kasza pečzak/sypko 200 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Bitka wołowa 100 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Sos własny ( ) 80 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Cwikła z chrzanem ( ) 200 g ( <b>MLE, SO2.</b> ) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Ziemniaczana ( ) 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) kasza pečzak/sypko 200 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Pulpet wołowy 120 g ( <b>GLU PSZ, JA.</b> ) Bitka wołowa 100 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Sos własny ( ) 80 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Buraczki gotowane drobno tarte ( ) 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	
				Sok pomidorowy 0,3l 1 szt			Sok pomidorowy 0,3l 1 szt		Herbatniki 30 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE</b> )
2024-09-25 środa	Kolejka	Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Chleb Graham 60 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE</b> ) Śledź z cebulką w oleju 70 g ( <b>RYB.</b> ) Salata lodowa 10 g Papryka świeża 90 g Herbata miętowa ekspresowa z/c 250 ml Jogurt naturalny 100g 1 szt ( <b>MLE</b> )	Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 60 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE</b> ) Paprykarz rybno (miruna)-warzywny( ) 100 g ( <b>RYB.</b> ) Salata lodowa 10 g Herbata miętowa ekspresowa z/c 250 ml Pomidor 90 g Jogurt naturalny 100g 1 szt ( <b>MLE</b> )	Chleb Graham 150 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE</b> ) Śledź z cebulką w oleju 70 g ( <b>RYB.</b> ) Salata lodowa 10 g Papryka świeża 90 g Herbata miętowa ekspresowa b/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 150 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE</b> ) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g ( <b>może zawierać: MLE, GOR.</b> ) Bukiet jarzyn gotowany z olejem ( ) 100 g ( <b>SEL.</b> ) Herbata miętowa ekspresowa z/c 250 ml Jogurt naturalny 100g 1 szt ( <b>MLE</b> )	Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 60 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE</b> ) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g ( <b>może zawierać: MLE, GOR.</b> ) Paprykarz szczeciński 100 g ( <b>RYB, SOJ.</b> ) Salata lodowa 10 g Papryka świeża 90 g Herbata miętowa ekspresowa b/c 250 ml	Chleb Graham 150 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE</b> ) Śledź z cebulką w oleju 70 g ( <b>RYB.</b> ) Salata lodowa 10 g Papryka świeża 90 g Herbata miętowa ekspresowa z/c 250 ml Jogurt naturalny 100g 1 szt ( <b>MLE</b> )	Bułka pszenna długa krojona 150 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE</b> ) Śledź z cebulką w oleju 70 g ( <b>RYB.</b> ) Salata lodowa 10 g Papryka świeża 90 g Herbata miętowa ekspresowa z/c 250 ml Jogurt naturalny 100g 1 szt ( <b>MLE</b> ) Brokuł gotowany* 100 g Herbata miętowa ekspresowa b/c 250 ml	
				Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE</b> ) Salata zielona 5 g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 20 g	Chleb Graham 30 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE</b> ) Salata zielona 5 g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 20 g	Bułka pszenna długa krojona 30 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE</b> ) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE</b> ) Salata zielona 5 g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 20 g	Chleb Graham 30 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE</b> ) Salata zielona 5 g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 20 g	Bułka pszenna długa krojona 30 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE</b> ) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 20 g
		Wartość energetyczna: 3009.58 kcal; Białko ogółem: 112.44 g; Tłuszcz: 98.08 g; Kw. tł. nasy.: 40.57 g; Węglowodany ogółem: 427.32 g; W tym cukry: 95.31 g; Błonnik pok.: 43.32 g; Sól: 9.73 g;	Wartość energetyczna: 3071.13 kcal; Białko ogółem: 124.53 g; Tłuszcz: 72.10 g; Kw. tł. nasy.: 33.32 g; Węglowodany ogółem: 496.58 g; W tym cukry: 124.14 g; Błonnik pok.: 34.71 g; Sól: 7.75 g;	Wartość energetyczna: 2642.31 kcal; Białko ogółem: 118.77 g; Tłuszcz: 83.61 g; Kw. tł. nasy.: 31.03 g; Węglowodany ogółem: 367.24 g; W tym cukry: 54.89 g; Błonnik pok.: 51.42 g; Sól: 10.31 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: 3519.19 kcal; Białko ogółem: 159.35 g; Tłuszcz: 107.47 g; Kw. tł. nasy.: 42.26 g; Węglowodany ogółem: 493.59 g; W tym cukry: 120.13 g; Błonnik pok.: 33.72 g; Sól: 12.81 g;	Wartość energetyczna: 3123.32 kcal; Białko ogółem: 175.34 g; Tłuszcz: 98.96 g; Kw. tł. nasy.: 35.64 g; Węglowodany ogółem: 395.92 g; W tym cukry: 65.56 g; Błonnik pok.: 51.72 g; Sól: 13.49 g;	Wartość energetyczna: 2870.58 kcal; Białko ogółem: 122.36 g; Tłuszcz: 86.49 g; Kw. tł. nasy.: 33.51 g; Węglowodany ogółem: 410.78 g; W tym cukry: 91.49 g; Błonnik pok.: 46.50 g; Sól: 8.07 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 2024-09-16 do dnia 2024-09-29 KUCHNIA ŁÓDŹ

	ŁÓDŹ- WWC0IT Podstawowa	ŁÓDŹ- WWC0IT Łatwo strawna	ŁÓDŹ- WWC0IT Z ogr. łatwo przysw. węglowodanów	ŁÓDŹ- WWC0IT Łatwo str. z ogr. tłuszczu	ŁÓDŹ- WWC0IT Bogatobiałkowa	ŁÓDŹ- WWC0IT Z ogr. łatwo przysw. węgl. bogatobiał	ŁÓDŹ- WWC0IT O kontrolowanej zawartości kw. tł.	ŁÓDŹ- WWC0IT Bogatobiałkowa (OPS)
Śniadanie	Kasza manna na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka zielonogórska- wp. parzona 50 g (SOJ.) Salatka z ciecierzycy, pomidora i ogórka kiszzonego 100 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Miód (25g) 1 szt Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.)	Kasza manna na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka zielonogórska- wp. parzona 50 g (SOJ.) Pomidor 100 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Miód (25g) 1 szt Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.)	Kasza manna na wywarze jarzynowym ( ) 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Chleb Graham 100 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka zielonogórska- wp. parzona 50 g (SOJ.) Salatka z ciecierzycy, pomidora i ogórka kiszzonego 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.)	Kasza manna na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka zielonogórska- wp. parzona 50 g (SOJ.) Marchew gotowana z olejem ( ) 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Miód (25g) 1 szt Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.)	Kasza manna na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka zielonogórska- wp. parzona 50 g (SOJ.) Salatka z ciecierzycy, pomidora i ogórka kiszzonego 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.)	Kasza manna na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE.) Chleb Graham 100 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka zielonogórska- wp. parzona 50 g (SOJ.) Salatka z ciecierzycy, pomidora i ogórka kiszzonego 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Miód (25g) 1 szt Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.)	Kasza manna na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE.) Chleb Graham 100 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka zielonogórska- wp. parzona 50 g (SOJ.) Salatka z ciecierzycy, pomidora i ogórka kiszzonego 100 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.) Pasta jajeczna 80g 1 szt Szynka zielonogórska- wp. parzona 50 g (SOJ.) Marchew gotowana z olejem ( ) 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Miód (25g) 1 szt
	II SN			Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE.)			Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE.)	
Obiad	Żurek z ziemniakami ( ) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT.) Makaron pełnoziarnisty 200 g (GLU PSZ.) Mięso z szynki wieprzowej 100 g Sos pomidorowy 80 ml (GLU PSZ.) Bukiet warzyw gotowanych (march, kalafior, brokuł)* 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Szpinakowa z ziemniakami ( ) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT.) Makaron 200 g (GLU PSZ.) Mięso z szynki wieprzowej 100 g Sos pomidorowy 80 ml (GLU PSZ.) Bukiet warzyw gotowanych (march, kalafior, brokuł)* 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Żurek z ziemniakami ( ) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT.) Makaron pełnoziarnisty 200 g (GLU PSZ.) Mięso z szynki wieprzowej 100 g Sos pomidorowy 80 ml (GLU PSZ.) Dynia duszona z olejem* 200 g (GLU PSZ.) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Szpinakowa z ziemniakami ( ) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT.) Makaron 200 g (GLU PSZ.) Mięso z szynki wieprzowej 100 g Sos pomidorowy 80 ml (GLU PSZ.) Dynia duszona z olejem* 200 g (GLU PSZ.) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Żurek z ziemniakami ( ) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT.) Makaron 200 g (GLU PSZ.) Mięso z szynki wieprzowej 100 g Klopsik wieprzowy 120 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos pomidorowy 80 ml (GLU PSZ.) Bukiet warzyw gotowanych (march, kalafior, brokuł)* 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Żurek z ziemniakami ( ) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT.) Makaron pełnoziarnisty 200 g (GLU PSZ.) Mięso z szynki wieprzowej 100 g Klopsik wieprzowy 120 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos pomidorowy 80 ml (GLU PSZ.) Bukiet warzyw gotowanych (march, kalafior, brokuł)* 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Żurek z ziemniakami ( ) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT.) Makaron pełnoziarnisty 200 g (GLU PSZ.) Mięso z szynki wieprzowej 100 g Sos pomidorowy 80 ml (GLU PSZ.) Bukiet warzyw gotowanych (march, kalafior, brokuł)* 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Szpinakowa z ziemniakami ( ) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT.) Makaron 200 g (GLU PSZ.) Mięso z szynki wieprzowej 100 g Klopsik wieprzowy 120 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos pomidorowy 80 ml (GLU PSZ.) Bukiet warzyw gotowanych (march, kalafior, brokuł)* 200 g Kompot owocowy* z/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
Kolejacja	Pierogi z serem* 200 g (GLU PSZ, MLE.) Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Mus z jabłek prażonych 100 g	Chleb Graham 150 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Serek Fromage 100 g (GLU PSZ, MLE.) Jabłko 1 szt 1 szt Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 150 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Twarożek 100 g (MLE.) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa 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.) Twarożek 100 g (MLE.) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Baton szynkowy z kurcząt 50 g (może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.) Pierogi z serem* 200 g (GLU PSZ, MLE.) Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Mus z jabłek prażonych 100 g	Chleb Graham 150 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Baton szynkowy z kurcząt 50 g (może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.) Serek Fromage 100 g (GLU PSZ, MLE.) Jabłko 1 szt 1 szt Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml	Pierogi z serem* 200 g (GLU PSZ, MLE.) Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Mus z jabłek prażonych 100 g	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.) Pierogi z serem* 200 g (GLU PSZ, MLE.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Mus z jabłek prażonych 100 g
	PN	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Baton szynkowy z kurcząt 20 g (może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.) Salata zielona 5 g	Masło extra 82% 5 g (MLE.) Chleb Graham 30 g (GLU PSZ.) Baton szynkowy z kurcząt 20 g (może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.) Salata zielona 5 g	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt Biszkopty b/m 15 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ.)	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt Wafle ryżowe 20 g	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt Chleb Graham 30 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Baton szynkowy z kurcząt 20 g (może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.) Salata zielona 5 g	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt Chleb Graham 30 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Baton szynkowy z kurcząt 20 g (może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.) Salata zielona 5 g	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt Biszkopty b/m 15 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ.)
	Wartość energetyczna: 2738.30 kcal; Białko ogółem: 125.48 g; Tłuszcz: 61.24 g; Kw. tł. nasy.: 24.72 g; Węglowodany ogółem: 425.62 g; W tym cukry: 96.87 g; Błonnik pok.: 37.48 g; Sól: 8.11 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: 2722.81 kcal; Białko ogółem: 116.51 g; Tłuszcz: 93.52 g; Kw. tł. nasy.: 51.30 g; Węglowodany ogółem: 363.22 g; W tym cukry: 43.40 g; Błonnik pok.: 51.33 g; Sól: 9.29 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: 3659.51 kcal; Białko ogółem: 168.93 g; Tłuszcz: 93.65 g; Kw. tł. nasy.: 35.32 g; Węglowodany ogółem: 541.00 g; W tym cukry: 95.03 g; Błonnik pok.: 37.57 g; Sól: 10.10 g;	Wartość energetyczna: 3280.24 kcal; Białko ogółem: 160.20 g; Tłuszcz: 123.49 g; Kw. tł. nasy.: 59.20 g; Węglowodany ogółem: 390.92 g; W tym cukry: 54.53 g; Błonnik pok.: 50.58 g; Sól: 11.12 g;	Wartość energetyczna: 2593.50 kcal; Białko ogółem: 121.67 g; Tłuszcz: 58.33 g; Kw. tł. nasy.: 22.76 g; Węglowodany ogółem: 400.05 g; W tym cukry: 89.03 g; Błonnik pok.: 37.55 g; Sól: 6.83 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 2024-09-16 do dnia 2024-09-29 KUCHNIA ŁÓDŹ

	ŁÓDŹ- WWC0IT Podstawowa	ŁÓDŹ- WWC0IT Łatwo strawna	ŁÓDŹ- WWC0IT Z ogr. łatwo przysw. węglowodanów	ŁÓDŹ- WWC0IT Łatwo str. z ogr. tłuszczu	ŁÓDŹ- WWC0IT Bogatobiałkowa	ŁÓDŹ- WWC0IT Z ogr. łatwo przysw. węgl. bogatobiał	ŁÓDŹ- WWC0IT O kontrolowanej zawartości kw. tł.	ŁÓDŹ- WWC0IT Bogatobiałkowa (OPS)		
2024-09-27 piątek	Śniadanie	Zacierka na mleku 300 ml (GLU PSZ JAJ MLE.) Chleb Graham 40 g (GLU PSZ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Chalka 60 g (GLU PSZ JAJ.) Povidła śliwkowe 30g 1 szt Twaróg półtłusty 50 g (MLE.) Jabłko 1 szt 1 szt Kakao z mlekiem 250 ml (MLE.) Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ) Miód (25g) 1 szt	Zacierka na mleku 300 ml (GLU PSZ JAJ MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Chalka 60 g (GLU PSZ JAJ.) Dżem 25 g 1 szt Twaróg półtłusty 50 g (MLE.) Jabłko 1 szt 1 szt Kakao z mlekiem 250 ml (MLE.) Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ) Miód (25g) 1 szt	Zacierka na mleku 300 ml (GLU PSZ JAJ MLE.) Chleb Graham 100 g (GLU PSZ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szyzka wiśniowa-wieprzowa, wędz. parz. z dod. wody i białka wp. 50 g (SOJ.) Śliwka szt 2 szt Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ)	Zacierka na mleku 300 ml (GLU PSZ JAJ MLE.) Bułka pszenna długa krojona 40 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Dżem 25 g 1 szt Twaróg półtłusty 50 g (MLE.) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ) Miód (25g) 1 szt	Zacierka na mleku 300 ml (GLU PSZ JAJ MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Chalka 60 g (GLU PSZ JAJ.) Szyzka wiśniowa-wieprzowa, wędz. parz. z dod. wody i białka wp. 50 g (SOJ.) Twaróg półtłusty 50 g (MLE.) Povidła śliwkowe 30g 1 szt Jabłko 1 szt 1 szt Kakao z mlekiem 250 ml (MLE.) Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ) Miód (25g) 1 szt	Zacierka na mleku 300 ml (GLU PSZ JAJ MLE.) Chleb Graham 100 g (GLU PSZ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Twaróg półtłusty 100 g (MLE.) Szyzka wiśniowa-wieprzowa, wędz. parz. z dod. wody i białka wp. 50 g (SOJ.) Śliwka szt 2 szt Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ)	Zacierka na mleku 300 ml (GLU PSZ JAJ MLE.) Chleb Graham 40 g (GLU PSZ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Chalka 60 g (GLU PSZ JAJ.) Twaróg półtłusty 50 g (MLE.) Povidła śliwkowe 30g 1 szt Jabłko 1 szt 1 szt Kakao z mlekiem 250 ml (MLE.) Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ) Miód (25g) 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 150 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szyzka wiśniowa-wieprzowa, wędz. parz. z dod. wody i białka wp. 50 g (SOJ.) Serek smietankowy naturalny termizowany-twój smak 1 szt (MLE.) Mus z brzoskwiń 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml Miód (25g) 1 szt	
		II SN		Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE.)			Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE.)		Chalka 60 g (GLU PSZ JAJ.)	
		Obiad	Krupnik jęczmienny () 400 ml (MLE, SEL, GLU JECCZ.) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Miruna panierowana 120 g (GLU PSZ JAJ, RYB.) Surówka z kapusty kiszzonej z olejem () 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Krupnik jęczmienny () 400 ml (MLE, SEL, GLU JECCZ.) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Ryba pieczona (Miruna) 120 g (RYB.) Warzywa po grecku () 200 g (GLU PSZ SEL.) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Krupnik jęczmienny () 400 ml (MLE, SEL, GLU JECCZ.) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Ryba pieczona (Miruna) 120 g (RYB.) Surówka z kapusty kiszzonej z olejem b/c () 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Krupnik jęczmienny () 400 ml (MLE, SEL, GLU JECCZ.) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Ryba pieczona (Miruna) 120 g (RYB.) Warzywa po grecku () 200 g (GLU PSZ SEL.) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Krupnik jęczmienny () 400 ml (MLE, SEL, GLU JECCZ.) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Miruna panierowana 120 g (GLU PSZ JAJ, RYB.) Ryba pieczona (Miruna) 120 g (RYB.) Warzywa po grecku () 200 g (GLU PSZ SEL.) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Krupnik jęczmienny () 400 ml (MLE, SEL, GLU JECCZ.) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Miruna panierowana 120 g (GLU PSZ JAJ, RYB.) Ryba pieczona (Miruna) 120 g (RYB.) Surówka z kapusty kiszzonej z olejem b/c () 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Krupnik jęczmienny () 400 ml (MLE, SEL, GLU JECCZ.) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Ryba pieczona (Miruna) 120 g (RYB.) Surówka z kapusty kiszzonej z olejem b/c () 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Krupnik jęczmienny () 400 ml (MLE, SEL, GLU JECCZ.) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Miruna panierowana 120 g (GLU PSZ JAJ, RYB.) Ryba pieczona (Miruna) 120 g (RYB.) Warzywa po grecku () 200 g (GLU PSZ SEL.) 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 (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 60 g (GLU PSZ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 100 g (JAJ, MLE.) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE.) Pomidor 100 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 100 g (JAJ, MLE.) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE.) Brokuł gotowany* 100 g	Chleb Graham 150 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 100 g (JAJ, MLE.) Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml Pomidor 100 g	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 Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 100 g (SEL.) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE.) Brokuł gotowany* 100 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 100 g (JAJ, MLE.) Kurczak gotowany produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony 50 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE.) Brokuł gotowany* 100 g	Chleb Graham 150 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 100 g (JAJ, MLE.) Kurczak gotowany produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony 50 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml Pomidor 100 g	Chleb Graham 150 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Kurczak gotowany produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony 50 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE.) Brokuł gotowany* 50 g Pomidor 50 g	Bułka pszenna długa krojona 150 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Pasztet drobiowy (50g) 1 szt (GLU PSZ JAJ, RYB.) Galaretką z indyka 180g 1 szt (SOJ, SEL.) Brokuł gotowany* 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.) Szyzka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 20 g (SOJ.) Sałata zielona 5 g	Chleb Graham 30 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Szyzka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 20 g (SOJ.) Sałata zielona 5 g	Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Szyzka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 20 g (SOJ.) Sałata zielona 5 g	Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Szyzka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 20 g (SOJ.) Sałata zielona 5 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Szyzka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 20 g (SOJ.) Sałata zielona 5 g	Chleb Graham 30 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Szyzka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 20 g (SOJ.) Sałata zielona 5 g	Chleb Graham 30 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Szyzka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 20 g (SOJ.) Sałata zielona 5 g	Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szyzka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 20 g (SOJ.)
	Wartość energetyczna: 3069.07 kcal; Białko ogółem: 113.28 g; Tłuszcz: 101.54 g; Kw. tł. nasy.: 35.45 g; Węglowodany ogółem: 437.48 g; W tym cukry: 98.64 g; Błonnik pok.: 30.20 g; Sól: 8.23 g;	Wartość energetyczna: 2909.34 kcal; Białko ogółem: 118.79 g; Tłuszcz: 81.12 g; Kw. tł. nasy.: 33.79 g; Węglowodany ogółem: 440.22 g; W tym cukry: 102.11 g; Błonnik pok.: 30.51 g; Sól: 7.61 g;	Wartość energetyczna: 2452.31 kcal; Białko ogółem: 114.32 g; Tłuszcz: 81.03 g; Kw. tł. nasy.: 31.08 g; Węglowodany ogółem: 337.46 g; W tym cukry: 46.77 g; Błonnik pok.: 42.09 g; Sól: 10.68 g;	Wartość energetyczna: 2781.22 kcal; Białko ogółem: 111.14 g; Tłuszcz: 72.33 g; Kw. tł. nasy.: 28.65 g; Węglowodany ogółem: 438.04 g; W tym cukry: 96.28 g; Błonnik pok.: 31.32 g; Sól: 7.18 g;	Wartość energetyczna: 3402.27 kcal; Białko ogółem: 162.28 g; Tłuszcz: 104.90 g; Kw. tł. nasy.: 36.60 g; Węglowodany ogółem: 464.79 g; W tym cukry: 105.61 g; Błonnik pok.: 31.85 g; Sól: 11.53 g;	Wartość energetyczna: 3003.62 kcal; Białko ogółem: 168.35 g; Tłuszcz: 107.98 g; Kw. tł. nasy.: 36.21 g; Węglowodany ogółem: 359.72 g; W tym cukry: 50.02 g; Błonnik pok.: 43.43 g; Sól: 12.85 g;	Wartość energetyczna: 2732.02 kcal; Białko ogółem: 116.14 g; Tłuszcz: 77.24 g; Kw. tł. nasy.: 31.48 g; Węglowodany ogółem: 408.05 g; W tym cukry: 97.50 g; Błonnik pok.: 32.29 g; Sól: 8.32 g;	Wartość energetyczna: 3457.80 kcal; Białko ogółem: 144.47 g; Tłuszcz: 128.67 g; Kw. tł. nasy.: 51.98 g; Węglowodany ogółem: 438.95 g; W tym cukry: 40.33 g; Błonnik pok.: 30.62 g; Sól: 10.98 g;		

Jadłospisy za okres od dnia 2024-09-16 do dnia 2024-09-29 KUCHNIA ŁÓDŹ

	ŁÓDŹ- WWC0IT Podstawowa	ŁÓDŹ- WWC0IT Łatwo strawna	ŁÓDŹ- WWC0IT Z ogr. łatwo przysw. węglowodanów	ŁÓDŹ- WWC0IT Łatwo str. z ogr. tłuszczu	ŁÓDŹ- WWC0IT Bogatobiałkowa	ŁÓDŹ- WWC0IT Z ogr. łatwo przysw. węgl. bogatobiał	ŁÓDŹ- WWC0IT O kontrolowanej zawartości kw. tł.	ŁÓDŹ- WWC0IT Bogatobiałkowa (OPS)	
2024-09-28 sobota	Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Salatka z makaronu z wędliną 100 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, GOR.</b> ) Ogórek kiszony 100 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</b> ) Miód (25g) 1 szt Bułka graham-pszenna 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ.</b> )	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Szynka zielonogórska-wp. parzona 50 g ( <b>SOJ.</b> ) Cukinia pieczona z olejem * 100 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</b> ) Miód (25g) 1 szt Bułka pszenna 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ.</b> )	Chleb Graham 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Szynka zielonogórska-wp. parzona 50 g ( <b>SOJ.</b> ) Ogórek kiszony 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml Bułka graham-pszenna 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ.</b> )	Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Szynka zielonogórska-wp. parzona 50 g ( <b>SOJ.</b> ) Cukinia pieczona z olejem * 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Miód (25g) 1 szt Bułka pszenna 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ.</b> )	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Pasztet z soczewicy () 100 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> ) Szynka zielonogórska-wp. parzona 50 g ( <b>SOJ.</b> ) Ogórek kiszony 100 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</b> ) Miód (25g) 1 szt Bułka pszenna 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ.</b> )	Chleb Graham 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Pasztet z soczewicy () 100 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> ) Szynka zielonogórska-wp. parzona 50 g ( <b>SOJ.</b> ) Ogórek kiszony 90 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Miód (25g) 1 szt Bułka graham-pszenna 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ.</b> )	Chleb Graham 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Szynka zielonogórska-wp. parzona 50 g ( <b>SOJ.</b> ) Ogórek kiszony 90 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Miód (25g) 1 szt Bułka pszenna 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ.</b> )	Bułka pszenna długa krojona 150 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Szynka zielonogórska-wp. parzona 50 g ( <b>SOJ.</b> ) Serek twarogowy śmietankowy 16,67g (kiri,haga) 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Salatka jarzynowa gar. 100 g ( <b>SEL.</b> ) Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml Miód (25g) 1 szt
		II SN		Kefir 1,5% tł 150g 1 Por ( <b>MLE.</b> )			Kefir 1,5% tł 150g 1 Por ( <b>MLE.</b> )		Sok pomarańczowy 0,2L-kartonik 1 szt
	Obiad	Koperkowa z ziemniakami () 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Ryż na sypko (brązowy) 200 g Kociółek meksykański z kurczakiem i fasolą 150 g ( <b>SEL.</b> ) Salatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Koperkowa z ziemniakami () 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Ryż na sypko 200 g Potrawka drobiowa () 150 g ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Buraczki oprószone () 200 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Koperkowa z ziemniakami () 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Ryż na sypko 200 g Kociółek meksykański z kurczakiem i fasolą 150 g ( <b>SEL.</b> ) Salatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Koperkowa z ziemniakami () 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Ryż na sypko 200 g Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g Sos jarzynowy () 80 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Buraczki oprószone () 200 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Koperkowa z ziemniakami () 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Ryż na sypko 200 g Potrawka drobiowa () 150 g ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g Buraczki oprószone () 200 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Koperkowa z ziemniakami () 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Ryż na sypko (brązowy) 200 g Kociółek meksykański z kurczakiem i fasolą 150 g ( <b>SEL.</b> ) 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 ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Ryż na sypko 200 g Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g Sos jarzynowy () 80 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Buraczki oprószone () 200 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Kompot owocowy* b/c 250 ml	
		PD		Jabłko 1 szt 1 szt			Jabłko 1 szt 1 szt		Jabłko pieczone 1 szt. 1 szt
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Chleb Graham 60 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Parówki Delikatne-proukt drobiowo wierzprowy homogenizowany wędzony parzony w osłonce niejadalnej - "na ciepło" 120 g ( <b>SOJ.</b> ) Ketchup 20 g ( <b>SEL.</b> ) Banan 1szt. 1 szt Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Kefir 1,5% tł 150g 1 Por ( <b>MLE.</b> )	Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 60 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Banan 1szt. 1 szt Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Kefir 1,5% tł 150g 1 Por ( <b>MLE.</b> )	Chleb Graham 150 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 150 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Jabłko pieczone 1 szt. 1 szt Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Kefir 1,5% tł 150g 1 Por ( <b>MLE.</b> )	Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 60 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Twaróg półtłusty 100 g ( <b>MLE.</b> ) Banan 1szt. 1 szt Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Kefir 1,5% tł 150g 1 Por ( <b>MLE.</b> )	Chleb Graham 150 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Twaróg półtłusty 100 g ( <b>MLE.</b> ) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Kefir 1,5% tł 150g 1 Por ( <b>MLE.</b> )	Bułka pszenna długa krojona 150 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Serek śmietankowy do chleba termizowany 100g 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Parówki Delikatne-proukt drobiowo wierzprowy homogenizowany wędzony parzony w osłonce niejadalnej - "na ciepło" 120 g ( <b>SOJ.</b> ) Ketchup 20 g ( <b>SEL.</b> ) Marchew gotowana z olejem () 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	
		BN	Przecier owocowy jabłko-truskawka 120g 1 szt ( <b>może zawierać: MLE.</b> ) Herbatniki 20 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE.</b> )	Herbatniki 20 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE.</b> ) Przecier owocowy jabłko-truskawka 120g 1 szt ( <b>może zawierać: MLE.</b> )	Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE.</b> ) Chleb Graham 30 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Twaróg półtłusty 20 g ( <b>MLE.</b> ) Salata zielona 5 g	Przecier owocowy jabłko-truskawka 120g 1 szt ( <b>może zawierać: MLE.</b> ) Herbatniki 20 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE.</b> )	Chleb Graham 30 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE.</b> ) Ser żółty 20 g ( <b>MLE.</b> ) Salata zielona 5 g	Przecier owocowy jabłko-truskawka 120g 1 szt ( <b>może zawierać: MLE.</b> ) Herbatniki 20 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE.</b> )	Herbatniki 20 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE.</b> ) Przecier owocowy jabłko-truskawka 120g 1 szt ( <b>może zawierać: MLE.</b> )
		Wartość energetyczna: 3040.32 kcal; Białko ogółem: 77.38 g; Tłuszcz: 97.36 g; Kw. tł. nasy.: 36.05 g; Węglowodany ogółem: 474.40 g; W tym cukry: 122.19 g; Błonnik pok.: 39.98 g; Sól: 12.12 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: 2163.34 kcal; Białko ogółem: 79.46 g; Tłuszcz: 62.79 g; Kw. tł. nasy.: 25.61 g; Węglowodany ogółem: 337.43 g; W tym cukry: 46.90 g; Błonnik pok.: 45.07 g; Sól: 9.72 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: 3285.99 kcal; Białko ogółem: 145.49 g; Tłuszcz: 82.90 g; Kw. tł. nasy.: 30.58 g; Węglowodany ogółem: 503.02 g; W tym cukry: 125.60 g; Błonnik pok.: 33.50 g; Sól: 10.56 g;	Wartość energetyczna: 2902.01 kcal; Białko ogółem: 141.32 g; Tłuszcz: 98.87 g; Kw. tł. nasy.: 35.77 g; Węglowodany ogółem: 381.62 g; W tym cukry: 52.23 g; Błonnik pok.: 51.33 g; Sól: 11.03 g;	Wartość energetyczna: 2502.74 kcal; Białko ogółem: 84.31 g; Tłuszcz: 60.85 g; Kw. tł. nasy.: 23.19 g; Węglowodany ogółem: 419.07 g; W tym cukry: 109.99 g; Błonnik pok.: 40.14 g; Sól: 8.64 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;



Jadłospisy za okres od dnia 2024-09-16 do dnia 2024-09-29 KUCHNIA ŁÓDŹ

	ŁÓDŹ- WWC0IT Podstawowa	ŁÓDŹ- WWC0IT Łatwo strawna	ŁÓDŹ- WWC0IT Z ogr. łatwo przysw. węglowodanów	ŁÓDŹ- WWC0IT Łatwo str. z ogr. tłuszczu	ŁÓDŹ- WWC0IT Bogatobiałkowa	ŁÓDŹ- WWC0IT Z ogr. łatwo przysw. węgl. bogatobiał	ŁÓDŹ- WWC0IT O kontrolowanej zawartości kw. tł.	ŁÓDŹ- WWC0IT Bogatobiałkowa (OPS)
Śniadanie	Chleb Graham 100 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE</b> ) Serek homo o smaku waniliowym 100 g ( <b>MLE</b> ) Jabko 1 szt 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</b> ) Miód (25g) 1 szt Bułka pszenna 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ</b> )	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE</b> ) Serek homo o smaku waniliowym 100 g ( <b>MLE</b> ) Jabko 1 szt 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</b> ) Miód (25g) 1 szt Bułka pszenna 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ</b> )	Chleb Graham 100 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE</b> ) Serek homo. naturalny 100 g ( <b>MLE</b> ) Jabko 1 szt 1 szt Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Bułka graham-pszenna 50g 1 szt ( <b>GLUPSZ</b> )	Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE</b> ) Serek homo o smaku waniliowym 100 g ( <b>MLE</b> ) Jabko pieczone 1szt. 1 szt Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Miód (25g) 1 szt Bułka pszenna 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ</b> )	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE</b> ) Serek homo o smaku waniliowym 100 g ( <b>MLE</b> ) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g ( <b>może zawierać: MLE, GOR.</b> ) Jabko 1 szt 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</b> ) Miód (25g) 1 szt Bułka pszenna 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ</b> )	Chleb Graham 100 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE</b> ) Serek homo. naturalny 100 g ( <b>MLE</b> ) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g ( <b>może zawierać: MLE, GOR.</b> ) Jabko 1 szt 1 szt Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml Bułka graham-pszenna 50g 1 szt ( <b>GLUPSZ</b> )	Chleb Graham 100 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE</b> ) Serek homo o smaku waniliowym 100 g ( <b>MLE</b> ) Jabko 1 szt 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</b> ) Miód (25g) 1 szt Bułka pszenna 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ</b> )	Bułka pszenna długa krojona 150 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE</b> ) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g ( <b>może zawierać: MLE, GOR.</b> ) Serek z ziołami do chleba termizowany 100g 1 szt ( <b>MLE</b> ) Brzoskwinie w syropie 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml Miód (25g) 1 szt
	II SN		Salatka szwedzka b/c () 100 g ( <b>GOR.</b> )			Salatka szwedzka b/c () 100 g ( <b>GOR.</b> )		Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml
Obiad	Marchewkowa z zacierką () 400 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Kotlet schabowy 100 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> ) Surówka z kapusty pekińskiej z papryką, kukurydzą i olejem 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Marchewkowa z zacierką () 400 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Bitka schabowa 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Sos własny () 80 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Fasolka szparagowa z wody* 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Marchewkowa z zacierką () 400 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Bitka schabowa 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g ( <b>SEL.</b> ) Kompot owocowy* z/c 250 ml Sos własny () 80 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> )	Marchewkowa z zacierką () 400 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Kotlet schabowy 100 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> ) Bitka schabowa (bez glutenu) 100 g Sos własny () 80 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Fasolka szparagowa z wody* 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Marchewkowa z zacierką () 400 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Kotlet schabowy 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Zrazik wieprzowy gotowany mielony 120 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> ) Sos własny () 80 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Fasolka szparagowa z wody* 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Marchewkowa z zacierką () 400 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Bitka schabowa 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Sos własny () 80 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Fasolka szparagowa z wody* 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Marchewkowa z zacierką () 400 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Bitka schabowa 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Sos własny () 80 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Surówka z kapusty pekińskiej z papryką, kukurydzą i olejem 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Marchewkowa z zacierką () 400 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Kotlet schabowy 100 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> ) Bitka schabowa 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Sos własny () 80 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Fasolka szparagowa z wody* 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml
	PD		Jogurt naturalny 100g 1 szt ( <b>MLE.</b> )			Jogurt naturalny 100g 1 szt ( <b>MLE.</b> )		Ciastka różne 40 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE.</b> )
Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Chleb Graham 60 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Kielbasa Rawska- produkt wieprzowy 50 g ( <b>GLU PSZ, SOJ.</b> ) Pomidor 100 g Herbata miętowa ekspresowa z/c 250 ml Jogurt naturalny 100g 1 szt ( <b>MLE.</b> )	Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 60 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Szynka szkolna- wp. parzona 50 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE.</b> ) Pomidor 100 g Herbata miętowa ekspresowa z/c 250 ml Jogurt naturalny 100g 1 szt ( <b>MLE.</b> )	Chleb Graham 150 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Kielbasa Rawska- produkt wieprzowy 50 g ( <b>GLU PSZ, SOJ.</b> ) Pomidor 100 g Herbata miętowa ekspresowa b/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 150 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Szynka szkolna- wp. parzona 50 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE.</b> ) Pasta warzywna () 100 g ( <b>SEL.</b> ) Herbata miętowa ekspresowa z/c 250 ml Jogurt naturalny 100g 1 szt ( <b>MLE.</b> )	Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 60 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Kielbasa Rawska- produkt wieprzowy 50 g ( <b>GLU PSZ, SOJ.</b> ) Jajko gotowane kl L 1 szt ( <b>JAJ.</b> ) Pomidor 100 g Herbata miętowa ekspresowa z/c 250 ml Jogurt naturalny 100g 1 szt ( <b>MLE.</b> )	Chleb Graham 150 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Kielbasa Rawska- produkt wieprzowy 50 g ( <b>GLU PSZ, SOJ.</b> ) Jajko gotowane kl L 1 szt ( <b>JAJ.</b> ) Pomidor 100 g Herbata miętowa ekspresowa b/c 250 ml	Chleb Graham 150 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Szynka szkolna- wp. parzona 50 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE.</b> ) Salatka z pomidorów z cebulką i olejem 100 g Herbata miętowa ekspresowa z/c 250 ml Jogurt naturalny 100g 1 szt ( <b>MLE.</b> )	Bułka pszenna długa krojona 150 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Szynka szkolna- wp. parzona 50 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE.</b> ) Jajko gotowane kl L 1 szt ( <b>JAJ.</b> ) Pasta warzywna () 100 g ( <b>SEL.</b> ) Herbata miętowa ekspresowa b/c 250 ml
	PN	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE.</b> ) Kurczak gotowany produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony 20 g Salata zielona 5 g	Chleb Graham 30 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE.</b> ) Kurczak gotowany produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony 20 g Salata zielona 5 g	Bułka pszenna długa krojona 30 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE.</b> ) Kurczak gotowany produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE.</b> ) Kurczak gotowany produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony 20 g Salata zielona 5 g	Chleb Graham 30 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE.</b> ) Kurczak gotowany produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony 20 g Salata zielona 5 g	Chleb Graham 30 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE.</b> ) Kurczak gotowany produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony 20 g Salata zielona 5 g	Bułka pszenna długa krojona 30 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Kurczak gotowany produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony 20 g
	Wartość energetyczna: 2628.15 kcal; Białko ogółem: 100.66 g; Tłuszcz: 81.41 g; Kw. tł. nasy.: 30.60 g; Węglowodany ogółem: 388.84 g; W tym cukry: 74.51 g; Błonnik pok.: 35.31 g; Sól: 6.38 g;	Wartość energetyczna: 2560.95 kcal; Białko ogółem: 108.32 g; Tłuszcz: 66.82 g; Kw. tł. nasy.: 28.61 g; Węglowodany ogółem: 395.36 g; W tym cukry: 74.51 g; Błonnik pok.: 29.44 g; Sól: 8.54 g;	Wartość energetyczna: 2314.27 kcal; Białko ogółem: 111.18 g; Tłuszcz: 75.78 g; Kw. tł. nasy.: 29.36 g; Węglowodany ogółem: 318.53 g; W tym cukry: 40.77 g; Błonnik pok.: 42.44 g; Sól: 8.01 g;	Wartość energetyczna: 2719.42 kcal; Białko ogółem: 110.22 g; Tłuszcz: 79.95 g; Kw. tł. nasy.: 27.75 g; Węglowodany ogółem: 408.83 g; W tym cukry: 82.86 g; Błonnik pok.: 37.73 g; Sól: 7.97 g;	Wartość energetyczna: 3082.87 kcal; Białko ogółem: 149.00 g; Tłuszcz: 99.70 g; Kw. tł. nasy.: 35.05 g; Węglowodany ogółem: 409.66 g; W tym cukry: 74.55 g; Błonnik pok.: 30.65 g; Sól: 8.64 g;	Wartość energetyczna: 2722.13 kcal; Białko ogółem: 156.82 g; Tłuszcz: 94.64 g; Kw. tł. nasy.: 35.41 g; Węglowodany ogółem: 331.71 g; W tym cukry: 40.67 g; Błonnik pok.: 42.70 g; Sól: 9.89 g;	Wartość energetyczna: 2550.34 kcal; Białko ogółem: 112.75 g; Tłuszcz: 77.74 g; Kw. tł. nasy.: 29.34 g; Węglowodany ogółem: 368.10 g; W tym cukry: 74.96 g; Błonnik pok.: 37.12 g; Sól: 7.73 g;	Wartość energetyczna: 3495.60 kcal; Białko ogółem: 144.36 g; Tłuszcz: 136.21 g; Kw. tł. nasy.: 58.94 g; Węglowodany ogółem: 437.11 g; W tym cukry: 62.90 g; Błonnik pok.: 31.81 g; Sól: 10.41 g;

**Oznaczenia alergenów:**

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

**Oznaczenia wskaźników odż:**

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