

Jadłospisy za okres od dnia 2026-06-08 do dnia 2026-06-21 KUCHNIA ŁÓDŹ

	ŁÓDŹ- ZW D01 Podstawowa	ŁÓDŹ- ZW D02 Łatwo strawna	ŁÓDŹ- ZW P02 Łatwo strawna dziecięca	ŁÓDŹ- ZW D07 Bogatobiałkowa	ŁÓDŹ- ZW D03 Z ogr. łatwo przysw. węglowodanów	ŁÓDŹ- ZW Oszczędzająca					
2026-06-08 poniedziałek	Śniadanie	Płatki pszenne na mleku 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> ) Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> ) Pomidor 50 g		Płatki pszenne na mleku 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> ) Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> ) Poledwica Sopocka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody i białka sojowego 20 g ( <u>SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR.</u> ) Pomidor 50 g		Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Chleb Graham 200 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> ) Pomidor 50 g		Płatki pszenne na mleku 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> ) Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> ) Poledwica Sopocka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody i białka sojowego 40 g ( <u>SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR.</u> ) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt			
		II ŚN				Jogurt naturalny 100g 1 szt ( <u>MLE.</u> )					
	Obiad	Szczeniawa z ziemniakami * 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Makaron 200 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Gulasz warzywny z ciecierzycą * 150 g ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Surówka z selera i jabłka b/c 75 g ( <u>MLE, SEL.</u> ) Kompot owocowy* z/c 300 ml		Brokułowa z ziemniakami* 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Makaron z serem b/c 300 g ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> ) Jabłka prażone b/c 100 g Kompot owocowy* z/c 300 ml		Brokułowa z ziemniakami* 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Makaron z serem b/c 400 g ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> ) Jabłka prażone b/c 100 g Kompot owocowy* z/c 300 ml		Szczeniawa z ziemniakami * 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Makaron pełnoziarnisty 200 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Gulasz warzywny z ciecierzycą * 150 g ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Surówka z selera i jabłka b/c 75 g ( <u>MLE, SEL.</u> ) Kompot owocowy* b/c 300 ml		Ziemniaczana * 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Makaron z serem b/c 300 g ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> ) Jabłka prażone b/c 100 g Kompot owocowy* z/c 300 ml	
		PD	Banan 1szt. 1 szt		Jabłko 1 szt 1 szt						
	Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 150 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Chleb Graham 50 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> ) Paszтет drobiowo- wieprzowy z wątróbką 50 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, SEL, może zawierać: JAJ, MLE, GOR, GLU OW.</u> ) Ogórek świeży 50 g		Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> ) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy parzony w osłonce niejadalnej 40 g ( <u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.</u> ) Sałata zielona 10 g		Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> ) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy parzony w osłonce niejadalnej 60 g ( <u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.</u> ) Sałata zielona 10 g		Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Chleb Graham 200 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> ) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy parzony w osłonce niejadalnej 40 g ( <u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.</u> ) Ogórek świeży 50 g		Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> ) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy parzony w osłonce niejadalnej 40 g ( <u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.</u> ) Pasta warzywna* 50 g ( <u>SEL.</u> )	
		PN	Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt ( <u>może zawierać: MLE.</u> )			Chleb Graham 30 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE.</u> ) Twaróg półtusty 20 g ( <u>MLE.</u> ) Sałata zielona 5 g		Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt ( <u>może zawierać: MLE.</u> )			
	Wartość energetyczna: 2480.98 kcal; Białko ogółem: 73.61 g; Tłuszcz: 60.45 g; Kw. tł. nasy.: 25.20 g; Węglowodany ogółem: 439.53 g; W tym cukry: 70.22 g; Błonnik pok.: 32.60 g; Sód: 3907.24 mg;	Wartość energetyczna: 2236.36 kcal; Białko ogółem: 81.84 g; Tłuszcz: 51.77 g; Kw. tł. nasy.: 25.08 g; Węglowodany ogółem: 376.38 g; W tym cukry: 69.47 g; Błonnik pok.: 17.92 g; Sód: 2139.75 mg;	Wartość energetyczna: 2430.36 kcal; Białko ogółem: 83.84 g; Tłuszcz: 52.37 g; Kw. tł. nasy.: 25.32 g; Węglowodany ogółem: 423.38 g; W tym cukry: 107.87 g; Błonnik pok.: 21.32 g; Sód: 2141.75 mg;	Wartość energetyczna: 2514.30 kcal; Białko ogółem: 97.25 g; Tłuszcz: 58.40 g; Kw. tł. nasy.: 27.48 g; Węglowodany ogółem: 416.94 g; W tym cukry: 85.22 g; Błonnik pok.: 21.56 g; Sód: 2541.21 mg;	Wartość energetyczna: 2197.13 kcal; Białko ogółem: 78.86 g; Tłuszcz: 61.34 g; Kw. tł. nasy.: 25.13 g; Węglowodany ogółem: 379.54 g; W tym cukry: 34.84 g; Błonnik pok.: 45.37 g; Sód: 3477.13 mg;	Wartość energetyczna: 2325.82 kcal; Białko ogółem: 82.80 g; Tłuszcz: 50.92 g; Kw. tł. nasy.: 24.42 g; Węglowodany ogółem: 401.13 g; W tym cukry: 83.98 g; Błonnik pok.: 21.79 g; Sód: 2502.99 mg;					

Jadłospisy za okres od dnia 2026-06-08 do dnia 2026-06-21 KUCHNIA ŁÓDŹ

		ŁÓDŹ- ZW D01 Podstawowa	ŁÓDŹ- ZW D02 Łatwo strawna	ŁÓDŹ- ZW P02 Łatwo strawna dziecięca	ŁÓDŹ- ZW D07 Bogatobiałkowa	ŁÓDŹ- ZW D03 Z ogr. łatwo przysw. węglowodanów	ŁÓDŹ- ZW Oszczędzająca
2026-06-09 wtorek	Śniadanie	Zacierka na mleku 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE,</u> ) Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 150 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ) Chleb Graham 50 g ( <u>GLU PSZ,</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE,</u> ) Serek Fromage 60 g ( <u>GLU PSZ, MLE,</u> ) Jabłko 1 szt 1 szt	Zacierka na mleku 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE,</u> ) Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g ( <u>GLU PSZ,</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE,</u> ) Twarożek 60 g ( <u>MLE,</u> ) Jabłko 1 szt 1 szt	Zacierka na mleku 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE,</u> ) Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g ( <u>GLU PSZ,</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE,</u> ) Twarożek 80 g ( <u>MLE,</u> ) Jabłko 1 szt 1 szt	Zacierka na mleku 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE,</u> ) Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g ( <u>GLU PSZ,</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE,</u> ) Twarożek 80 g ( <u>MLE,</u> ) Jabłko 1 szt 1 szt	Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Chleb Graham 200 g ( <u>GLU PSZ,</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE,</u> ) Serek Fromage 60 g ( <u>GLU PSZ, MLE,</u> ) Jabłko 1 szt 1 szt	Zacierka na mleku 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE,</u> ) Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g ( <u>GLU PSZ,</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE,</u> ) Twarożek 60 g ( <u>MLE,</u> ) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt
	II ŚN					Chrupki kukurydziane 25 g	
	Obiad	Fasolowa z ziemniakami * 350 ml ( <u>GLU PSZ, SEL,</u> ) Ryż na sypko 200 g Pulpet wieprzowy 70 g ( <u>GLU PSZ, JAJ,</u> ) Sos cygański 70 g ( <u>GLU PSZ, SEL,</u> ) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem 75 g Surówka z kapusty białej z olejem b/c 75 g Kompot owocowy* z/c 300 ml	Zupa wiosenna z cukinią i ziemniakami* 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u> ) Ryż na sypko 200 g Pulpet wieprzowy 70 g ( <u>GLU PSZ, JAJ,</u> ) Sos koperkowy * 70 ml ( <u>GLU PSZ, MLE,</u> ) Buraczki gotowane drobno tarte 75 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 75 g ( <u>SEL,</u> ) Kompot owocowy* z/c 300 ml	Fasolowa z ziemniakami * 350 ml ( <u>GLU PSZ, SEL,</u> ) Ryż na sypko 200 g Pulpet wieprzowy 70 g ( <u>GLU PSZ, JAJ,</u> ) Pulpet wieprzowy 70 g ( <u>GLU PSZ, JAJ,</u> ) Sos koperkowy * 70 ml ( <u>GLU PSZ, MLE,</u> ) Buraczki gotowane drobno tarte 75 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 75 g ( <u>SEL,</u> ) Kompot owocowy* z/c 300 ml	Fasolowa z ziemniakami * 350 ml ( <u>GLU PSZ, SEL,</u> ) Ryż na sypko (brązowy) 200 g Pulpet wieprzowy 70 g ( <u>GLU PSZ, JAJ,</u> ) Sos cygański 70 g ( <u>GLU PSZ, SEL,</u> ) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem 75 g Surówka z kapusty białej z olejem b/c 75 g Kompot owocowy* b/c 300 ml	Fasolowa z ziemniakami * 350 ml ( <u>GLU PSZ, SEL,</u> ) Ryż na sypko 200 g Pulpet wieprzowy 70 g ( <u>GLU PSZ, JAJ,</u> ) Sos koperkowy * 70 ml ( <u>GLU PSZ, MLE,</u> ) Buraczki gotowane drobno tarte 75 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 75 g ( <u>SEL,</u> ) Kompot owocowy* z/c 300 ml	Zupa wiosenna z cukinią i ziemniakami* 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u> ) Ryż na sypko 200 g Pulpet wieprzowy 70 g ( <u>GLU PSZ, JAJ,</u> ) Sos koperkowy * 70 ml ( <u>GLU PSZ, MLE,</u> ) Buraczki gotowane drobno tarte 75 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 75 g ( <u>SEL,</u> ) Kompot owocowy* z/c 300 ml
	PD			Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml ( <u>może zawierać: GLU PSZ, SEL, GOR,</u> )		Kisiel o smaku truskawkowym b/c 150 ml ( <u>może zawierać: GLU PSZ, SEL, GOR,</u> )	
	Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 150 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ) Chleb Graham 50 g ( <u>GLU PSZ,</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE,</u> ) Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalanej 40 g ( <u>SOJ, SEL, może zawierać: MLE, GOR,</u> ) Rzodkiewka 50 g	Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g ( <u>GLU PSZ,</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE,</u> ) Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalanej 40 g ( <u>SOJ, SEL, może zawierać: MLE, GOR,</u> ) Pomidor 50 g	Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g ( <u>GLU PSZ,</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE,</u> ) Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalanej 60 g ( <u>SOJ, SEL, może zawierać: MLE, GOR,</u> ) Pomidor 50 g	Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Chleb Graham 200 g ( <u>GLU PSZ,</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE,</u> ) Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalanej 40 g ( <u>SOJ, SEL, może zawierać: MLE, GOR,</u> ) Rzodkiewka 50 g	Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g ( <u>GLU PSZ,</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE,</u> ) Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalanej 40 g ( <u>SOJ, SEL, może zawierać: MLE, GOR,</u> ) Miód (25g) 1 szt	
	PN		Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 szt ( <u>MLE,</u> )			Chleb Graham 30 g ( <u>GLU PSZ,</u> ) Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE,</u> ) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy parzony w osłonce niejadalnej 20 g ( <u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR,</u> ) Sałata zielona 5 g	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 szt ( <u>MLE,</u> )
		Wartość energetyczna: 2932.97 kcal; Białko ogółem: 94.09 g; Tłuszcz: 88.36 g; Kw. tł. nasy.: 42.43 g; Węglowodany ogółem: 471.60 g; W tym cukry: 83.16 g; Błonnik pok.: 36.49 g; Sód: 3811.33 mg;	Wartość energetyczna: 2415.80 kcal; Białko ogółem: 90.03 g; Tłuszcz: 59.69 g; Kw. tł. nasy.: 27.71 g; Węglowodany ogółem: 394.50 g; W tym cukry: 86.95 g; Błonnik pok.: 19.40 g; Sód: 2228.79 mg;	Wartość energetyczna: 2529.90 kcal; Białko ogółem: 90.07 g; Tłuszcz: 59.69 g; Kw. tł. nasy.: 27.71 g; Węglowodany ogółem: 423.02 g; W tym cukry: 109.67 g; Błonnik pok.: 19.42 g; Sód: 2244.89 mg;	Wartość energetyczna: 2882.04 kcal; Białko ogółem: 119.32 g; Tłuszcz: 74.82 g; Kw. tł. nasy.: 31.60 g; Węglowodany ogółem: 450.52 g; W tym cukry: 110.99 g; Błonnik pok.: 24.78 g; Sód: 2549.28 mg;	Wartość energetyczna: 2677.27 kcal; Białko ogółem: 91.54 g; Tłuszcz: 86.48 g; Kw. tł. nasy.: 39.12 g; Węglowodany ogółem: 428.90 g; W tym cukry: 44.21 g; Błonnik pok.: 52.45 g; Sód: 3501.91 mg;	Wartość energetyczna: 2485.24 kcal; Białko ogółem: 89.63 g; Tłuszcz: 59.58 g; Kw. tł. nasy.: 27.68 g; Węglowodany ogółem: 412.15 g; W tym cukry: 104.68 g; Błonnik pok.: 18.75 g; Sód: 2226.19 mg;

Jadłospisy za okres od dnia 2026-06-08 do dnia 2026-06-21 KUCHNIA ŁÓDŹ

	ŁÓDŹ- ZW D01 Podstawowa	ŁÓDŹ- ZW D02 Łatwo strawna	ŁÓDŹ- ZW P02 Łatwo strawna dziecięca	ŁÓDŹ- ZW D07 Bogatobiałkowa	ŁÓDŹ- ZW D03 Z ogr. łatwo przysw. węglowodanów	ŁÓDŹ- ZW Oszczędzająca	
2026-06-10 środa	Śniadanie	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml ( <b>MLE</b> ) Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 150 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Chleb Graham 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Paprykarz szczeciński 60 g ( <b>RYB, SOJ.</b> ) Sałata zielona 10 g	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml ( <b>MLE</b> ) Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Paszтет rybny z warzywami (Morszczuk) ** 60 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, RYB, SEL.</b> ) Sałata zielona 10 g	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml ( <b>MLE</b> ) Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Paprykarz szczeciński 80 g ( <b>RYB, SOJ.</b> ) Sałata zielona 10 g	Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Chleb Graham 200 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Paprykarz szczeciński 60 g ( <b>RYB, SOJ.</b> ) Ogórek świeży 50 g	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml ( <b>MLE</b> ) Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Szynka z pierśią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w ostrońce niejadalanej 60 g ( <b>SOJ, SEL. może zawierać: MLE, GOR.</b> ) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	
		II ŚN			Budyń o smaku waniliowym b/c 150 ml ( <b>MLE</b> )		
2026-06-10 środa	Obiad	Pieczarkowa z makaronem * 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL, SO2.</b> ) Ziemniaki gotowane 250 g Kotlet drobiowy panierowany z udźca 70 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> ) Surówka z marchwi i jabłka b/c 75 g ( <b>MLE</b> ) Fasolka szparagowa z wody* 75 g Kompot owocowy* z/c 300 ml	Jarzynowa z makaronem* dieta 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Ziemniaki gotowane 250 g Filet z kurczaka gotowany 70 g Sos pietruszkowy* 70 ml ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> ) Marchew gotowana z olejem 75 g Fasolka szparagowa z wody* 75 g Kompot owocowy* z/c 300 ml		Pieczarkowa z makaronem * 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL, SO2.</b> ) Ziemniaki gotowane 250 g Filet z kurczaka gotowany 70 g Sos pietruszkowy* 70 ml ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> ) Surówka z marchwi i jabłka b/c 75 g ( <b>MLE</b> ) Fasolka szparagowa z wody* 75 g Kompot owocowy* b/c 300 ml	Ryżowa* 350 ml ( <b>MLE, SEL.</b> ) Ziemniaki gotowane 250 g Filet z kurczaka gotowany 70 g Sos pietruszkowy* 70 ml ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> ) Marchew gotowana z olejem 150 g Kompot owocowy* z/c 300 ml	
		PD		Arbuz 150 g			
2026-06-10 środa	Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 150 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Chleb Graham 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 12 g ( <b>MLE</b> ) Połędwica z Majerankiem, wyrób drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa, parzony 40 g ( <b>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Pomidor 50 g	Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE</b> ) Połędwica z Majerankiem, wyrób drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa, parzony 40 g ( <b>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Pomidor 50 g	Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE</b> ) Połędwica z Majerankiem, wyrób drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa, parzony 60 g ( <b>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Pomidor 50 g	Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Chleb Graham 200 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE</b> ) Połędwica z Majerankiem, wyrób drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa, parzony 40 g ( <b>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Pomidor 50 g	Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Połędwica z Majerankiem, wyrób drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa, parzony 40 g ( <b>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE</b> ) Buraczki gotowane 50 g	
		PN	Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt		Chleb Graham 30 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE</b> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ.</b> ) Sałata zielona 5 g	Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt	
	Wartość energetyczna: 2418.63 kcal; Białko ogółem: 75.84 g; Tłuszcz: 59.42 g; Kw. tł. nasy.: 22.68 g; Węglowodany ogółem: 426.53 g; W tym cukry: 69.21 g; Błonnik pok.: 29.93 g; Sód: 3874.64 mg;	Wartość energetyczna: 2168.19 kcal; Białko ogółem: 92.97 g; Tłuszcz: 39.97 g; Kw. tł. nasy.: 19.31 g; Węglowodany ogółem: 376.93 g; W tym cukry: 73.47 g; Błonnik pok.: 21.28 g; Sód: 2577.88 mg;	Wartość energetyczna: 2276.19 kcal; Białko ogółem: 94.77 g; Tłuszcz: 40.27 g; Kw. tł. nasy.: 19.31 g; Węglowodany ogółem: 402.13 g; W tym cukry: 96.27 g; Błonnik pok.: 22.18 g; Sód: 2580.88 mg;	Wartość energetyczna: 2280.24 kcal; Białko ogółem: 89.60 g; Tłuszcz: 47.77 g; Kw. tł. nasy.: 19.54 g; Węglowodany ogółem: 390.79 g; W tym cukry: 96.34 g; Błonnik pok.: 20.84 g; Sód: 3078.34 mg;	Wartość energetyczna: 2226.68 kcal; Białko ogółem: 97.45 g; Tłuszcz: 52.79 g; Kw. tł. nasy.: 23.05 g; Węglowodany ogółem: 385.18 g; W tym cukry: 50.19 g; Błonnik pok.: 38.19 g; Sód: 3524.92 mg;	Wartość energetyczna: 2169.23 kcal; Białko ogółem: 82.68 g; Tłuszcz: 41.36 g; Kw. tł. nasy.: 19.46 g; Węglowodany ogółem: 385.07 g; W tym cukry: 90.69 g; Błonnik pok.: 22.88 g; Sód: 2852.49 mg;	

Jadłospisy za okres od dnia 2026-06-08 do dnia 2026-06-21 KUCHNIA ŁÓDŹ

		ŁÓDŹ- ZW D01 Podstawowa	ŁÓDŹ- ZW D02 Łatwo strawna	ŁÓDŹ- ZW P02 Łatwo strawna dziecięca	ŁÓDŹ- ZW D07 Bogatobiałkowa	ŁÓDŹ- ZW D03 Z ogr. łatwo przysw. węglowodanów	ŁÓDŹ- ZW Oszczędzająca
2026-06-11 czwartek	Śniadanie	Platki owsiane na mleku 300 ml ( <u>MLE, GLU OW.</u> ) Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 150 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Chleb Graham 50 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> ) Ser topiony 60 g ( <u>MLE.</u> ) Pomidor 50 g	Platki owsiane na mleku 300 ml ( <u>MLE, GLU OW.</u> ) Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> ) Serek twarogowy homogenizowany 60 g ( <u>MLE.</u> ) Sałata zielona 10 g	Platki owsiane na mleku 300 ml ( <u>MLE, GLU OW.</u> ) Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> ) Serek twarogowy homogenizowany 80 g ( <u>MLE.</u> ) Sałata zielona 10 g	Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Chleb Graham 200 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> ) Serek twarogowy homogenizowany 60 g ( <u>MLE.</u> ) Pomidor 50 g	Platki owsiane na mleku 300 ml ( <u>MLE, GLU OW.</u> ) Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> ) Serek twarogowy homogenizowany 60 g ( <u>MLE.</u> ) Mus z jabłek prażonych 100 g	
	II ŚN				Jabłko 1 szt 1 szt		
	Obiad	Barszcz biały z ziemniakami * 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT.</u> ) Fasolka po bretońsku 300 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u> ) Ziemniaki gotowane 250 g Kompot owocowy* z/c 300 ml Sałatka szwedzka z olejem b/c 75 g ( <u>GOR.</u> )	Ziemniaczana * 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami* 300 g ( <u>SEL, GLU JECZ.</u> ) Sos pomidorowy 70 ml ( <u>GLU PSZ.</u> ) Kompot owocowy* z/c 300 ml Cukinia pieczona z olejem * 75 g	Ziemniaczana * 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami* 300 g ( <u>SEL, GLU JECZ.</u> ) Zrazik wieprzowy pieczony mielony 70 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> ) Sos pomidorowy 70 ml ( <u>GLU PSZ.</u> ) Kompot owocowy* z/c 300 ml Cukinia pieczona z olejem * 75 g	Barszcz biały z ziemniakami * 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT.</u> ) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami* 300 g ( <u>SEL, GLU JECZ.</u> ) Sos pomidorowy 70 ml ( <u>GLU PSZ.</u> ) Kompot owocowy* b/c 300 ml Sałatka szwedzka z olejem b/c 75 g ( <u>GOR.</u> )	Ziemniaczana * 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami* 300 g ( <u>SEL, GLU JECZ.</u> ) Sos pomidorowy 70 ml ( <u>GLU PSZ.</u> ) Kompot owocowy* z/c 300 ml Cukinia pieczona z olejem * 75 g	
	PD		Kisiel o smaku wiśniowym z/c 150 ml ( <u>może zawierać: GLU PSZ, SEL, GOR.</u> )	Jogurt naturalny 100g 1 szt ( <u>MLE.</u> )			
	Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 150 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Chleb Graham 50 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> ) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy parzony w osłonce niejadalnej 40 g ( <u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.</u> ) Sałatka jarzynowa z olejem 100 g ( <u>SEL.</u> )	Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> ) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy parzony w osłonce niejadalnej 40 g ( <u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.</u> ) Sałatka jarzynowa z olejem 100 g ( <u>SEL.</u> )	Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> ) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy parzony w osłonce niejadalnej 40 g ( <u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.</u> ) Sałatka jarzynowa z olejem 100 g ( <u>SEL.</u> )	Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Chleb Graham 200 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> ) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy parzony w osłonce niejadalnej 40 g ( <u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.</u> ) Sałatka jarzynowa z olejem 100 g ( <u>SEL.</u> )	Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> ) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy parzony w osłonce niejadalnej 40 g ( <u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.</u> ) Kisiel o smaku wiśniowym z/c 150 ml ( <u>może zawierać: GLU PSZ, SEL, GOR.</u> )	
	PN		Chałka 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u> )	Chleb Graham 30 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE.</u> ) Poledwica z Majerankiem, wyrób drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa, parzony 20 g ( <u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Sałata zielona 5 g	Chałka 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u> )		
		Wartość energetyczna: 2879.32 kcal; Białko ogółem: 85.23 g; Tłuszcz: 84.74 g; Kw. tł. nasy.: 37.42 g; Węglowodany ogółem: 478.69 g; W tym cukry: 62.88 g; Błonnik pok.: 40.39 g; Sód: 5201.74 mg;	Wartość energetyczna: 2413.58 kcal; Białko ogółem: 85.98 g; Tłuszcz: 68.43 g; Kw. tł. nasy.: 27.25 g; Węglowodany ogółem: 379.99 g; W tym cukry: 66.23 g; Błonnik pok.: 22.07 g; Sód: 2415.93 mg;	Wartość energetyczna: 2527.68 kcal; Białko ogółem: 86.02 g; Tłuszcz: 68.43 g; Kw. tł. nasy.: 27.25 g; Węglowodany ogółem: 408.51 g; W tym cukry: 88.95 g; Błonnik pok.: 22.09 g; Sód: 2432.03 mg;	Wartość energetyczna: 2713.26 kcal; Białko ogółem: 111.42 g; Tłuszcz: 84.68 g; Kw. tł. nasy.: 32.67 g; Węglowodany ogółem: 393.04 g; W tym cukry: 71.21 g; Błonnik pok.: 22.27 g; Sód: 2798.08 mg;	Wartość energetyczna: 2276.06 kcal; Białko ogółem: 88.68 g; Tłuszcz: 70.46 g; Kw. tł. nasy.: 27.44 g; Węglowodany ogółem: 368.15 g; W tym cukry: 35.51 g; Błonnik pok.: 43.70 g; Sód: 3671.51 mg;	Wartość energetyczna: 2530.75 kcal; Białko ogółem: 84.55 g; Tłuszcz: 63.28 g; Kw. tł. nasy.: 26.85 g; Węglowodany ogółem: 419.68 g; W tym cukry: 97.84 g; Błonnik pok.: 20.93 g; Sód: 2369.64 mg;

Jadłospisy za okres od dnia 2026-06-08 do dnia 2026-06-21 KUCHNIA ŁÓDŹ

		ŁÓDŹ- ZW D01 Podstawowa	ŁÓDŹ- ZW D02 Łatwo strawna	ŁÓDŹ- ZW P02 Łatwo strawna dziecięca	ŁÓDŹ- ZW D07 Bogatobiałkowa	ŁÓDŹ- ZW D03 Z ogr. łatwo przysw. węglowodanów	ŁÓDŹ- ZW Oszczędzająca	
2026-06-12 piątek	Śniadanie	Kasza manna na mleku 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> ) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 150 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Chleb Graham 50 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> ) Sałata zielona 10 g	Kasza manna na mleku 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> ) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> ) Sałata zielona 10 g			Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Chleb Graham 200 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> ) Sałata zielona 10 g	Kasza manna na mleku 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> ) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> ) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 40 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL. może zawierać: JAJ, GOR, SÓZ.</u> ) Marchew gotowana z olejem 50 g	
	II ŚN						Jabłko 1 szt 1 szt	
	Obiad	Szpinakowa z zacierką * 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Ziemniaki gotowane 250 g Pulpet rybny (Morszczuk) 70 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u> ) Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 75 g Kompot owocowy* z/c 300 ml Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 75 g ( <u>SEL.</u> )	Szpinakowa z zacierką * 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Ziemniaki gotowane 250 g Ryba pieczona (Morszczuk) 70 g ( <u>RYB.</u> ) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 75 g ( <u>SEL.</u> ) Brokuł gotowany* 75 g Kompot owocowy* z/c 300 ml	Szpinakowa z zacierką * 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Ziemniaki gotowane 250 g Ryba pieczona (Morszczuk) 70 g ( <u>RYB.</u> ) Sos ziołowy* 70 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 75 g ( <u>SEL.</u> ) Brokuł gotowany* 75 g Kompot owocowy* z/c 300 ml	Szpinakowa z zacierką * 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Ziemniaki gotowane 250 g Ryba pieczona (Morszczuk) 2 [Por] x 70 g ( <u>RYB.</u> ) Sos ziołowy* 70 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 75 g ( <u>SEL.</u> ) Brokuł gotowany* 75 g Kompot owocowy* z/c 300 ml	Szpinakowa z zacierką * 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Ziemniaki gotowane 250 g Ryba pieczona (Morszczuk) 70 g ( <u>RYB.</u> ) Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 75 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 75 g ( <u>SEL.</u> ) Kompot owocowy* b/c 300 ml	Szpinakowa z zacierką * 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Ziemniaki gotowane 250 g Ryba pieczona (Morszczuk) 70 g ( <u>RYB.</u> ) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 75 g ( <u>SEL.</u> ) Brokuł gotowany* 75 g Kompot owocowy* z/c 300 ml	
	PD				Ciasto drożdżowe 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u> )	Jogurt naturalny 100g 1 szt ( <u>MLE.</u> )	Surówka z selera i marchwi z olejem () b/c 100 g ( <u>SEL.</u> )	
	Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 150 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Chleb Graham 50 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> ) Twarożek na słodko 40 g ( <u>MLE.</u> ) Jabłko 1 szt 1 szt Dżem 20 g	Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> ) Twarożek na słodko 40 g ( <u>MLE.</u> ) Dżem 20 g Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> ) Twarożek na słodko 40 g ( <u>MLE.</u> ) Dżem 20 g Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> ) Twarożek na słodko 80 g ( <u>MLE.</u> ) Jabłko 1 szt 1 szt	Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Chleb Graham 200 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> ) Twarożek 60 g ( <u>MLE.</u> ) Jabłko 1 szt 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> ) Twarożek 40 g ( <u>MLE.</u> ) Dżem 20 g Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	
	PN	Sok jabłkowy 100 % 0,2l w kartoniku 1 szt					Chleb Graham 30g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE.</u> ) Serek twarogowy śmietankowy 16,67g (kiri,haga) 1 szt ( <u>MLE.</u> ) Sałata zielona 5 g	Sok jabłkowy 100 % 0,2l w kartoniku 1 szt
		Wartość energetyczna: 2427.05 kcal; Białko ogółem: 82.54 g; Tłuszcz: 50.37 g; Kw. tł. nasy.: 22.11 g; Węglowodany ogółem: 439.13 g; W tym cukry: 93.68 g; Błonnik pok.: 29.56 g; Sód: 3370.14 mg;	Wartość energetyczna: 2240.40 kcal; Białko ogółem: 86.98 g; Tłuszcz: 48.74 g; Kw. tł. nasy.: 21.59 g; Węglowodany ogółem: 377.78 g; W tym cukry: 98.26 g; Błonnik pok.: 20.68 g; Sód: 2138.23 mg;	Wartość energetyczna: 2475.36 kcal; Białko ogółem: 92.04 g; Tłuszcz: 50.56 g; Kw. tł. nasy.: 22.20 g; Węglowodany ogółem: 400.61 g; W tym cukry: 93.93 g; Błonnik pok.: 21.76 g; Sód: 2287.82 mg;	Wartość energetyczna: 2494.74 kcal; Białko ogółem: 121.14 g; Tłuszcz: 59.92 g; Kw. tł. nasy.: 24.78 g; Węglowodany ogółem: 381.87 g; W tym cukry: 97.77 g; Błonnik pok.: 20.90 g; Sód: 2378.83 mg;	Wartość energetyczna: 2220.30 kcal; Białko ogółem: 92.87 g; Tłuszcz: 62.29 g; Kw. tł. nasy.: 26.85 g; Węglowodany ogółem: 369.69 g; W tym cukry: 45.94 g; Błonnik pok.: 46.90 g; Sód: 3096.39 mg;	Wartość energetyczna: 2234.40 kcal; Białko ogółem: 88.65 g; Tłuszcz: 48.58 g; Kw. tł. nasy.: 21.22 g; Węglowodany ogółem: 380.44 g; W tym cukry: 99.62 g; Błonnik pok.: 22.29 g; Sód: 2406.00 mg;	

Jadłospisy za okres od dnia 2026-06-08 do dnia 2026-06-21 KUCHNIA ŁÓDŹ

	ŁÓDŹ- ZW D01 Podstawowa	ŁÓDŹ- ZW D02 Łatwo strawna	ŁÓDŹ- ZW P02 Łatwo strawna dziecięca	ŁÓDŹ- ZW D07 Bogatobiałkowa	ŁÓDŹ- ZW D03 Z ogr. łatwo przysw. węglowodanów	ŁÓDŹ- ZW Oszczędzająca	
2026-06-13 sobota	Śniadanie	Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 150 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Chleb Graham 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Paszтет z soczewicy * 50 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> ) Sałata zielona 5 g	Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Połędwica Sopotcka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody i białka sojowego 40 g ( <b>SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR.</b> ) Sałata zielona 10 g	Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Połędwica Sopotcka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody i białka sojowego 60 g ( <b>SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR.</b> ) Sałata zielona 10 g	Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Chleb Graham 200 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Paszтет z soczewicy * 50 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> ) Sałata zielona 5 g	Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Połędwica Sopotcka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody i białka sojowego 40 g ( <b>SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR.</b> ) Buraczki gotowane 50 g	
		II ŚN			Budyń o smaku śmietankowym b/c 150 ml ( <b>MLE.</b> )		
	Obiad	Koperkowa z ziemniakami * 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Ryż na sypko 250 g Gulasz wieprzowy z warzywami* 150 g ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Surówka z marchwi i pomarańczy z olejem 75 g Kompot owocowy* z/c 300 ml Kalańior gotowany* 75 g	Koperkowa z ziemniakami * 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Ryż na sypko 250 g Gulasz wieprzowy z warzywami* 150 g ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Warzywa po grecku 75 g ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Kompot owocowy* z/c 300 ml Kalańior gotowany* 75 g	Koperkowa z ziemniakami * 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Ryż na sypko 250 g Gulasz wieprzowy z warzywami* 200 g ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Warzywa po grecku 75 g ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Kompot owocowy* z/c 300 ml Kalańior gotowany* 75 g	Koperkowa z ziemniakami * 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Ryż na sypko (brązowy) 250 g Gulasz wieprzowy z warzywami* 150 g ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Surówka z marchwi i pomarańczy z olejem 75 g Kompot owocowy* b/c 300 ml Kalańior gotowany* 75 g	Koperkowa z ziemniakami * 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Ryż na sypko 250 g Gulasz wieprzowy z warzywami* 150 g ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Warzywa po grecku 75 g ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Kompot owocowy* z/c 300 ml Kalańior gotowany* 75 g	
		PD		Wafelki 30 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE.</b> )	Jogurt naturalny 100g 1 szt ( <b>MLE.</b> )	Jabłko 1 szt 1 szt	
	Kolacja	Musztarda 20 g ( <b>GOR.</b> ) Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 150 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Chleb Graham 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Parówki drobiowe (kieł drobno rozdr. wędz. parz w osłonce niejadalnej) 80 g ( <b>SOJ.</b> ) Sałatka wiosenna 50 g	Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa, parzony 40 g ( <b>SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR.</b> ) Sałatka wiosenna - diety 50 g	Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Parówki drobiowe (kieł drobno rozdr. wędz. parz w osłonce niejadalnej) 80 g ( <b>SOJ.</b> ) Sałatka wiosenna - diety 50 g	Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Parówki drobiowe (kieł drobno rozdr. wędz. parz w osłonce niejadalnej) 120 g ( <b>SOJ.</b> ) Sałatka wiosenna 50 g	Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Chleb Graham 200 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa, parzony 40 g ( <b>SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR.</b> ) Musztarda 20 g ( <b>GOR.</b> ) Sałatka wiosenna 50 g	Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa, parzony 40 g ( <b>SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR.</b> ) Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml ( <b>może zawierać: GLU PSZ, SEL, GOR.</b> )
		PN		Jabłko 1 szt 1 szt	Chleb Graham 30 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE.</b> ) Ser topiony 20 g ( <b>MLE.</b> ) Sałata zielona 5 g	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	
	Wartość energetyczna: 2629.46 kcal; Białko ogółem: 80.95 g; Tłuszcz: 73.99 g; Kw. tł. nasy.: 24.83 g; Węglowodany ogółem: 441.14 g; W tym cukry: 61.81 g; Błonnik pok.: 34.71 g; Sód: 3836.51 mg;	Wartość energetyczna: 2178.97 kcal; Białko ogółem: 73.94 g; Tłuszcz: 52.62 g; Kw. tł. nasy.: 19.77 g; Węglowodany ogółem: 368.57 g; W tym cukry: 61.93 g; Błonnik pok.: 20.90 g; Sód: 2433.49 mg;	Wartość energetyczna: 2495.52 kcal; Białko ogółem: 80.22 g; Tłuszcz: 76.61 g; Kw. tł. nasy.: 30.06 g; Węglowodany ogółem: 386.85 g; W tym cukry: 62.01 g; Błonnik pok.: 20.98 g; Sód: 2799.89 mg;	Wartość energetyczna: 2555.25 kcal; Białko ogółem: 97.45 g; Tłuszcz: 79.58 g; Kw. tł. nasy.: 29.11 g; Węglowodany ogółem: 377.69 g; W tym cukry: 65.20 g; Błonnik pok.: 21.60 g; Sód: 3391.59 mg;	Wartość energetyczna: 2570.98 kcal; Białko ogółem: 94.93 g; Tłuszcz: 74.74 g; Kw. tł. nasy.: 28.43 g; Węglowodany ogółem: 423.59 g; W tym cukry: 46.85 g; Błonnik pok.: 49.97 g; Sód: 3430.71 mg;	Wartość energetyczna: 2257.25 kcal; Białko ogółem: 74.06 g; Tłuszcz: 48.38 g; Kw. tł. nasy.: 19.47 g; Węglowodany ogółem: 397.68 g; W tym cukry: 85.10 g; Błonnik pok.: 21.10 g; Sód: 2445.64 mg;	

Jadłospisy za okres od dnia 2026-06-08 do dnia 2026-06-21 KUCHNIA ŁÓDŹ

		ŁÓDŹ- ZW D01 Podstawowa	ŁÓDŹ- ZW D02 Łatwo strawna	ŁÓDŹ- ZW P02 Łatwo strawna dziecięca	ŁÓDŹ- ZW D07 Bogatobiałkowa	ŁÓDŹ- ZW D03 Z ogr. łatwo przysw. węglowodanów	ŁÓDŹ- ZW Oszczędzająca
2026-06-14 niedziela	Śniadanie	Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 150 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Chleb Graham 50 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> ) Ser żółty 50 g ( <u>MLE.</u> ) Jabłko 1 szt 1 szt	Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> ) Bułka pszenna długa krojona 150 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> ) Pasta z twarogu waniliowa 60 g ( <u>MLE.</u> ) Jabłko 1 szt 1 szt	Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> ) Bułka pszenna długa krojona 150 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> ) Pasta z twarogu waniliowa 80 g ( <u>MLE.</u> ) Jabłko 1 szt 1 szt	Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> ) Chleb Graham 200 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> ) Ser żółty 50 g ( <u>MLE.</u> ) Jabłko 1 szt 1 szt	Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Chleb Graham 200 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> ) Ser żółty 50 g ( <u>MLE.</u> ) Jabłko 1 szt 1 szt	Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> ) Bułka pszenna długa krojona 150 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> ) Pasta z twarogu waniliowa 60 g ( <u>MLE.</u> ) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt
	II ŚN					Jogurt naturalny 100g 1 szt ( <u>MLE.</u> )	
	Obiad	Rosół z makaronem * 350 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Ziemniaki gotowane 250 g Udziec z kurczaka gotowany b/k b/s 70 g Sos jarzynowy * 80 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 75 g Brokuł gotowany* 75 g Kompot owocowy* z/c 300 ml	Rosół z makaronem * 350 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Ziemniaki gotowane 250 g Udziec z kurczaka gotowany b/k b/s 70 g Sos jarzynowy * 80 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Brokuł gotowany* 75 g Fasolka szparagowa z wody* 75 g Kompot owocowy* z/c 300 ml	Rosół z makaronem * 350 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Ziemniaki gotowane 250 g Udziec z kurczaka gotowany b/k b/s 70 g Sos jarzynowy * 80 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 75 g Brokuł gotowany* 75 g Kompot owocowy* b/c 300 ml	Rosół z makaronem * 350 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Ziemniaki gotowane 250 g Udziec z kurczaka gotowany b/k b/s 70 g Sos jarzynowy * 80 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 75 g Brokuł gotowany* 75 g Kompot owocowy* b/c 300 ml	Rosół z makaronem * 350 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Ziemniaki gotowane 250 g Udziec z kurczaka gotowany b/k b/s 70 g Sos jarzynowy * 80 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Brokuł gotowany* 75 g Dynia duszona z olejem* 75 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Kompot owocowy* z/c 300 ml	Rosół z makaronem * 350 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Ziemniaki gotowane 250 g Udziec z kurczaka gotowany b/k b/s 70 g Sos jarzynowy * 80 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Brokuł gotowany* 75 g Dynia duszona z olejem* 75 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Kompot owocowy* z/c 300 ml
	PD		Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml ( <u>może zawierać: GLU PSZ, SEL, GOR.</u> )		Jogurt naturalny 100g 1 szt ( <u>MLE.</u> )	Kisiel o smaku truskawkowym b/c 150 ml ( <u>może zawierać: GLU PSZ, SEL, GOR.</u> )	
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 150 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Chleb Graham 50 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> ) Baleron z indyka kielbasa drobiowa grubo rozdrobniona parzona z dodatkiem białka wieprzowego w osłonce niejadanej 40 g ( <u>GLU PSZ, SOJ.</u> ) Pomidor 50 g Herbata czarna granulowana z/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 150 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> ) Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona,w osłonce niejadanej 40 g ( <u>SOJ, SEL, może zawierać: MLE, GOR.</u> ) Pomidor 50 g Herbata czarna granulowana z/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 150 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> ) Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona,w osłonce niejadanej 60 g ( <u>SOJ, SEL, może zawierać: MLE, GOR.</u> ) Pomidor 50 g Herbata czarna granulowana z/c 300 ml	Chleb Graham 200 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> ) Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona,w osłonce niejadanej 40 g ( <u>SOJ, SEL, może zawierać: MLE, GOR.</u> ) Pomidor 50 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 150 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> ) Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona,w osłonce niejadanej 40 g ( <u>SOJ, SEL, może zawierać: MLE, GOR.</u> ) Marchew gotowana z olejem 50 g Herbata czarna granulowana z/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 150 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> ) Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona,w osłonce niejadanej 40 g ( <u>SOJ, SEL, może zawierać: MLE, GOR.</u> ) Marchew gotowana z olejem 50 g Herbata czarna granulowana z/c 300 ml
	PN		Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 20 g			Chleb Graham 30 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE.</u> ) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa, parzony 20 g ( <u>SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR.</u> ) Salata zielona 5 g	Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 20 g
		Wartość energetyczna: 2422.67 kcal; Białko ogółem: 84.92 g; Tłuszcz: 62.03 g; Kw. tł. nasy.: 31.19 g; Węglowodany ogółem: 407.78 g; W tym cukry: 59.26 g; Błonnik pok.: 30.46 g; Sód: 4112.73 mg;	Wartość energetyczna: 2103.81 kcal; Białko ogółem: 85.93 g; Tłuszcz: 43.60 g; Kw. tł. nasy.: 21.13 g; Węglowodany ogółem: 357.11 g; W tym cukry: 66.06 g; Błonnik pok.: 20.25 g; Sód: 2412.84 mg;	Wartość energetyczna: 2217.91 kcal; Białko ogółem: 85.97 g; Tłuszcz: 43.60 g; Kw. tł. nasy.: 21.13 g; Węglowodany ogółem: 385.63 g; W tym cukry: 88.78 g; Błonnik pok.: 20.27 g; Sód: 2428.94 mg;	Wartość energetyczna: 2210.90 kcal; Białko ogółem: 95.22 g; Tłuszcz: 47.97 g; Kw. tł. nasy.: 23.03 g; Węglowodany ogółem: 364.64 g; W tym cukry: 71.37 g; Błonnik pok.: 20.25 g; Sód: 2658.25 mg;	Wartość energetyczna: 2299.78 kcal; Białko ogółem: 99.82 g; Tłuszcz: 65.05 g; Kw. tł. nasy.: 32.30 g; Węglowodany ogółem: 374.97 g; W tym cukry: 41.11 g; Błonnik pok.: 39.49 g; Sód: 3898.77 mg;	Wartość energetyczna: 2151.36 kcal; Białko ogółem: 85.82 g; Tłuszcz: 46.46 g; Kw. tł. nasy.: 21.37 g; Węglowodany ogółem: 361.61 g; W tym cukry: 68.79 g; Błonnik pok.: 21.40 g; Sód: 2427.80 mg;

Jadłospisy za okres od dnia 2026-06-08 do dnia 2026-06-21 KUCHNIA ŁÓDŹ

	ŁÓDŹ- ZW D01 Podstawowa	ŁÓDŹ- ZW D02 Łatwo strawna	ŁÓDŹ- ZW P02 Łatwo strawna dziecięca	ŁÓDŹ- ZW D07 Bogatobiałkowa	ŁÓDŹ- ZW D03 Z ogr. łatwo przysw. węglowodanów	ŁÓDŹ- ZW Oszczędzająca	
2026-06-15 poniedziałek	Śniadanie	Platki owsiane na mleku 300 ml ( <b>MLE, GLU OW.</b> ) Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 150 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Chleb Graham 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Pasta z twarogu i rzodkiewki 60 g ( <b>MLE.</b> ) Rzodkiewka 50 g	Platki owsiane na mleku 300 ml ( <b>MLE, GLU OW.</b> ) Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Pasta z twarogu z koperkiem 60 g ( <b>MLE.</b> ) Sałata zielona 10 g	Platki owsiane na mleku 300 ml ( <b>MLE, GLU OW.</b> ) Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Pasta z twarogu z koperkiem 80 g ( <b>MLE.</b> ) Sałata zielona 10 g	Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Chleb Graham 200 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Pasta z twarogu i rzodkiewki 60 g ( <b>MLE.</b> ) Rzodkiewka 50 g	Platki owsiane na mleku 300 ml ( <b>MLE, GLU OW.</b> ) Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 40 g Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	
	II ŚN				Budyń o smaku czekoladowym b/c 150 ml ( <b>MLE.</b> )		
	Obiad	Kapuśniak z kapusty białej * 350 ml ( <b>GLU PSZ, SEL, GOR.</b> ) Ryż na sypko 200 g Mus z jabłek () z/c 100 g Sos jogurtowo truskawkowy*b/c 100 g ( <b>MLE.</b> ) Kompot owocowy* z/c 300 ml	Wielowarzywna z ziemniakami * 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Ryż na sypko 200 g Mus z jabłek () z/c 100 g Sos jogurtowo truskawkowy*b/c 100 g ( <b>MLE.</b> ) Kompot owocowy* z/c 300 ml		Wielowarzywna z ziemniakami * 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Ryż na sypko (brązowy) 200 g Pulpet wieprzowy 70 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> ) Sos dyniowy * 70 ml ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> ) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 150 g ( <b>SEL.</b> ) Kompot owocowy* b/c 300 ml	Wielowarzywna z ziemniakami * 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Ryż na sypko 200 g Pulpet wieprzowy 70 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> ) Sos dyniowy * 70 ml ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> ) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 150 g ( <b>SEL.</b> ) Kompot owocowy* z/c 300 ml	
	PD		Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml ( <b>może zawierać: GLU PSZ, SEL, GOR.</b> )	Jogurt owoce leśne 100g 1 szt ( <b>MLE.</b> )	Jabłko 1 szt 1 szt		
	Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 150 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Chleb Graham 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 12 g ( <b>MLE.</b> ) Poledwica z Majerankiem, wyrób drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa, parzony 40 g ( <b>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Pomidor 50 g	Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Poledwica z Majerankiem, wyrób drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa, parzony 40 g ( <b>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Pomidor 50 g	Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Poledwica z Majerankiem, wyrób drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa, parzony 60 g ( <b>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Pomidor 50 g	Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Chleb Graham 200 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Poledwica z Majerankiem, wyrób drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa, parzony 40 g ( <b>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Pomidor 50 g	Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Poledwica z Majerankiem, wyrób drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa, parzony 40 g ( <b>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Buraczki gotowane 50 g	
	PN	Sok jabłkowy 100 % 0,2l w kartoniku 1 szt			Chleb Graham 30 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE.</b> ) Twaróg półtusty 20 g ( <b>MLE.</b> ) Sałata zielona 5 g	Sok jabłkowy 100 % 0,2l w kartoniku 1 szt	
	Wartość energetyczna: 2407.00 kcal; Białko ogółem: 68.26 g; Tłuszcz: 51.73 g; Kw. tł. nasy.: 24.53 g; Węglowodany ogółem: 449.05 g; W tym cukry: 84.39 g; Błonnik pok.: 30.59 g; Sód: 3375.82 mg;	Wartość energetyczna: 2146.13 kcal; Białko ogółem: 67.44 g; Tłuszcz: 42.23 g; Kw. tł. nasy.: 21.62 g; Węglowodany ogółem: 390.09 g; W tym cukry: 83.71 g; Błonnik pok.: 17.08 g; Sód: 1990.68 mg;	Wartość energetyczna: 2260.23 kcal; Białko ogółem: 67.48 g; Tłuszcz: 42.23 g; Kw. tł. nasy.: 21.62 g; Węglowodany ogółem: 418.61 g; W tym cukry: 106.43 g; Błonnik pok.: 17.10 g; Sód: 2006.78 mg;	Wartość energetyczna: 2278.05 kcal; Białko ogółem: 77.00 g; Tłuszcz: 45.91 g; Kw. tł. nasy.: 23.21 g; Węglowodany ogółem: 405.90 g; W tym cukry: 89.97 g; Błonnik pok.: 17.49 g; Sód: 2241.87 mg;	Wartość energetyczna: 2300.66 kcal; Białko ogółem: 92.90 g; Tłuszcz: 64.28 g; Kw. tł. nasy.: 26.28 g; Węglowodany ogółem: 381.75 g; W tym cukry: 41.24 g; Błonnik pok.: 48.04 g; Sód: 3133.50 mg;	Wartość energetyczna: 2382.82 kcal; Białko ogółem: 82.01 g; Tłuszcz: 57.70 g; Kw. tł. nasy.: 22.60 g; Węglowodany ogółem: 400.21 g; W tym cukry: 96.73 g; Błonnik pok.: 23.31 g; Sód: 2620.05 mg;	

Jadłospisy za okres od dnia 2026-06-08 do dnia 2026-06-21 KUCHNIA ŁÓDŹ

	ŁÓDŹ- ZW D01 Podstawowa	ŁÓDŹ- ZW D02 Łatwo strawna	ŁÓDŹ- ZW P02 Łatwo strawna dziecięca	ŁÓDŹ- ZW D07 Bogatobiałkowa	ŁÓDŹ- ZW D03 Z ogr. łatwo przysw. węglowodanów	ŁÓDŹ- ZW Oszczędzająca
2026-06-16 wtorek	Śniadanie	Makaron na mleku 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE,</u> ) Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 150 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ) Chleb Graham 50 g ( <u>GLU PSZ,</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE,</u> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ,</u> ) Ogórek świeży 50 g	Makaron na mleku 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE,</u> ) Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g ( <u>GLU PSZ,</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE,</u> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ,</u> ) Sałata zielona 10 g		Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Chleb Graham 200 g ( <u>GLU PSZ,</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE,</u> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ,</u> ) Ogórek świeży 50 g	Makaron na mleku 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE,</u> ) Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g ( <u>GLU PSZ,</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE,</u> ) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 40 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SO2,</u> ) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 50 g ( <u>SEL,</u> )
	II ŚN				Jogurt naturalny 100g 1 szt ( <u>MLE,</u> )	
	Obiad	Grochowa z ziemniakami * 350 ml ( <u>GLU PSZ, SEL,</u> ) Kasza jęczmienna/sypko 200 g ( <u>GLU JECZ,</u> ) Szynka wieprzowa pieczona 70 g Sos własny () 70 ml ( <u>GLU PSZ, SEL,</u> ) Surówka z kapusty białej z olejem b/c 75 g Kompot owocowy* z/c 300 ml Buraczki gotowane 75 g	Solferino * 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u> ) Kasza jęczmienna/sypko 200 g ( <u>GLU JECZ,</u> ) Szynka wieprzowa pieczona 70 g Sos własny () 70 ml ( <u>GLU PSZ, SEL,</u> ) Marchew gotowana z olejem 75 g Kompot owocowy* z/c 300 ml Buraczki gotowane 75 g	Solferino * 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u> ) Kasza jęczmienna/sypko 200 g ( <u>GLU JECZ,</u> ) Szynka wieprzowa pieczona 70 g Zrazik wieprzowy pieczony mielony 70 g ( <u>GLU PSZ, JAJ,</u> ) Sos własny () 70 ml ( <u>GLU PSZ, SEL,</u> ) Marchew gotowana z olejem 75 g Kompot owocowy* z/c 300 ml Buraczki gotowane 75 g	Grochowa z ziemniakami * 350 ml ( <u>GLU PSZ, SEL,</u> ) Kasza jęczmienna/sypko 200 g ( <u>GLU JECZ,</u> ) Szynka wieprzowa pieczona 70 g Sos własny () 70 ml ( <u>GLU PSZ, SEL,</u> ) Surówka z kapusty białej z olejem b/c 75 g Kompot owocowy* b/c 300 ml Sałatka z buraczków i jabłka z olejem 75 g	Solferino * 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u> ) Kasza jęczmienna/sypko 200 g ( <u>GLU JECZ,</u> ) Szynka wieprzowa pieczona 70 g Sos własny () 70 ml ( <u>GLU PSZ, SEL,</u> ) Marchew gotowana z olejem 75 g Kompot owocowy* z/c 300 ml Buraczki gotowane 75 g
	PD		Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml ( <u>może zawierać: GLU PSZ, SEL, GOR,</u> )	Jogurt naturalny 100g 1 szt ( <u>MLE,</u> )	Kisiel o smaku truskawkowym b/c 150 ml ( <u>może zawierać: GLU PSZ, SEL, GOR,</u> )	
	Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 150 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ) Chleb Graham 50 g ( <u>GLU PSZ,</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE,</u> ) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa, parzony 40 g ( <u>SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR,</u> ) Kalańfort gotowany* 50 g	Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g ( <u>GLU PSZ,</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE,</u> ) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa, parzony 40 g ( <u>SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR,</u> ) Kalańfort gotowany* 50 g	Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g ( <u>GLU PSZ,</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE,</u> ) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa, parzony 60 g ( <u>SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR,</u> ) Kalańfort gotowany* 50 g	Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Chleb Graham 200 g ( <u>GLU PSZ,</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE,</u> ) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa, parzony 40 g ( <u>SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR,</u> ) Kalańfort gotowany* 50 g	Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g ( <u>GLU PSZ,</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE,</u> ) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa, parzony 40 g ( <u>SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR,</u> ) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt
	PN		Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt		Chleb Graham 30 g ( <u>GLU PSZ,</u> ) Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE,</u> ) Połędwica z Majerankiem, wyrób drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa, parzony 20 g ( <u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, MLE, SEL,</u> ) Sałata zielona 5 g	Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt
	Wartość energetyczna: 2468.46 kcal; Białko ogółem: 92.16 g; Tłuszcz: 53.15 g; Kw. tł. nasy.: 22.69 g; Węglowodany ogółem: 439.62 g; W tym cukry: 72.77 g; Błonnik pok.: 35.45 g; Sód: 3635.81 mg;	Wartość energetyczna: 2180.04 kcal; Białko ogółem: 84.42 g; Tłuszcz: 48.04 g; Kw. tł. nasy.: 22.03 g; Węglowodany ogółem: 370.46 g; W tym cukry: 77.66 g; Błonnik pok.: 20.92 g; Sód: 2423.03 mg;	Wartość energetyczna: 2294.14 kcal; Białko ogółem: 84.46 g; Tłuszcz: 48.04 g; Kw. tł. nasy.: 22.03 g; Węglowodany ogółem: 398.98 g; W tym cukry: 100.38 g; Błonnik pok.: 20.94 g; Sód: 2439.13 mg;	Wartość energetyczna: 2437.62 kcal; Białko ogółem: 106.71 g; Tłuszcz: 60.97 g; Kw. tł. nasy.: 25.97 g; Węglowodany ogółem: 383.68 g; W tym cukry: 81.96 g; Błonnik pok.: 21.13 g; Sód: 2812.79 mg;	Wartość energetyczna: 2277.66 kcal; Białko ogółem: 98.02 g; Tłuszcz: 59.91 g; Kw. tł. nasy.: 24.04 g; Węglowodany ogółem: 383.59 g; W tym cukry: 31.54 g; Błonnik pok.: 43.45 g; Sód: 3417.96 mg;	Wartość energetyczna: 2244.40 kcal; Białko ogółem: 85.76 g; Tłuszcz: 48.77 g; Kw. tł. nasy.: 21.73 g; Węglowodany ogółem: 389.72 g; W tym cukry: 93.08 g; Błonnik pok.: 24.43 g; Sód: 2667.33 mg;

Jadłospisy za okres od dnia 2026-06-08 do dnia 2026-06-21 KUCHNIA ŁÓDŹ

	ŁÓDŹ- ZW D01 Podstawowa	ŁÓDŹ- ZW D02 Łatwo strawna	ŁÓDŹ- ZW P02 Łatwo strawna dziecięca	ŁÓDŹ- ZW D07 Bogatobiałkowa	ŁÓDŹ- ZW D03 Z ogr. łatwo przysw. węglowodanów	ŁÓDŹ- ZW Oszczędzająca	
Śniadanie	Ryż na mleku 300 ml ( <u>MLE</u> ) Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 150 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Chleb Graham 50 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Serek a la homogenizowany o smaku wanilinowym 60 g ( <u>MLE</u> ) Jabłko 1 szt 1 szt	Ryż na mleku 300 ml ( <u>MLE</u> ) Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Serek a la homogenizowany o smaku wanilinowym 60 g ( <u>MLE</u> ) Jabłko 1 szt 1 szt	Ryż na mleku 300 ml ( <u>MLE</u> ) Bułka pszenna długa krojona 150 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Serek a la homogenizowany o smaku wanilinowym 60 g ( <u>MLE</u> ) Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Jabłko 1 szt 1 szt	Ryż na mleku 300 ml ( <u>MLE</u> ) Bułka pszenna długa krojona 150 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Serek a la homogenizowany o smaku wanilinowym 80 g ( <u>MLE</u> ) Jabłko 1 szt 1 szt	Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Chleb Graham 200 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Serek twarogowy homogenizowany 60 g ( <u>MLE</u> ) Jabłko 1 szt 1 szt	Ryż na mleku 300 ml ( <u>MLE</u> ) Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Serek a la homogenizowany o smaku wanilinowym 60 g ( <u>MLE</u> ) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	
	II ŚN				Jogurt naturalny 100g 1 szt ( <u>MLE</u> )		
Obiad	Grysikowa * 350 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Ziemniaki gotowane 250 g Zrazik drobiowy z udźca pieczony mielony 70 g ( <u>GLU PSZ, JAJ</u> ) Sos ziołowy* 70 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Surówka z marchwi i jabłka b/c 75 g ( <u>MLE</u> ) Kompot owocowy* z/c 300 ml Cukinia pieczona z olejem * 75 g	Grysikowa * 350 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Ziemniaki gotowane 250 g Zrazik drobiowy z udźca pieczony mielony 70 g ( <u>GLU PSZ, JAJ</u> ) Sos ziołowy* 70 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Cukinia pieczona z olejem * 75 g Kompot owocowy* z/c 300 ml Bukiet warzyw gotowanych królewski* 75 g	Grysikowa * 350 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Ziemniaki gotowane 250 g Zrazik drobiowy z udźca pieczony mielony 70 g ( <u>GLU PSZ, JAJ</u> ) Sos ziołowy* 70 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Cukinia pieczona z olejem * 75 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 75 g Kompot owocowy* z/c 300 ml	Grysikowa * 350 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Ziemniaki gotowane 250 g Zrazik drobiowy z udźca pieczony mielony 2 [Por] x 70 g ( <u>GLU PSZ, JAJ</u> ) Sos ziołowy* 70 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 75 g Cukinia pieczona z olejem * 75 g Kompot owocowy* z/c 300 ml	Grysikowa * 350 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Ziemniaki gotowane 250 g Zrazik drobiowy z udźca pieczony mielony 70 g ( <u>GLU PSZ, JAJ</u> ) Sos ziołowy* 70 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Surówka z marchwi i jabłka b/c 75 g ( <u>MLE</u> ) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 75 g Kompot owocowy* b/c 300 ml	Grysikowa * 350 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Ziemniaki gotowane 250 g Zrazik drobiowy z udźca pieczony mielony 70 g ( <u>GLU PSZ, JAJ</u> ) Sos ziołowy* 70 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Cukinia pieczona z olejem * 75 g Kompot owocowy* z/c 300 ml Bukiet warzyw gotowanych królewski* 75 g	
	PD		Jogurt naturalny 100g 1 szt ( <u>MLE</u> )	Chleb Graham 30 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE</u> ) Ser żółty 20 g ( <u>MLE</u> )	Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 100 g		
Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 150 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Chleb Graham 50 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> ) Szprot w sosie pomidorowym 60 g ( <u>RYB, SEL</u> ) Rzodkiewka 50 g	Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> ) Paszтет rybny z warzywami (Morszczuk) ** 60 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, RYB, SEL</u> ) Pomidor 50 g	Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> ) Paszтет rybny z warzywami (Morszczuk) ** 80 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, RYB, SEL</u> ) Pomidor 50 g	Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Chleb Graham 200 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> ) Szprot w sosie pomidorowym 60 g ( <u>RYB, SEL</u> ) Rzodkiewka 50 g	Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> ) Połędwica z Majerankiem, wyrób drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa, parzony 40 g ( <u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, MLE, SEL</u> ) Dżem 50 g		
	PN	Banan 1szt. 1 szt			Chleb Graham 30 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE</u> ) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa, parzony 20 g ( <u>SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR</u> ) Sałata zielona 5 g	Banan 1szt. 1 szt	
	Wartość energetyczna: 2627.04 kcal; Białko ogółem: 82.61 g; Tłuszcz: 58.22 g; Kw. tł. nasy.: 24.75 g; Węglowodany ogółem: 476.33 g; W tym cukry: 111.40 g; Błonnik pok.: 35.46 g; Sód: 3281.74 mg;	Wartość energetyczna: 2521.05 kcal; Białko ogółem: 91.67 g; Tłuszcz: 54.06 g; Kw. tł. nasy.: 22.29 g; Węglowodany ogółem: 433.43 g; W tym cukry: 112.02 g; Błonnik pok.: 23.35 g; Sód: 2164.20 mg;	Wartość energetyczna: 2585.05 kcal; Białko ogółem: 95.57 g; Tłuszcz: 57.06 g; Kw. tł. nasy.: 23.48 g; Węglowodany ogółem: 438.73 g; W tym cukry: 116.22 g; Błonnik pok.: 23.35 g; Sód: 2227.20 mg;	Wartość energetyczna: 2988.18 kcal; Białko ogółem: 122.28 g; Tłuszcz: 79.99 g; Kw. tł. nasy.: 31.64 g; Węglowodany ogółem: 464.88 g; W tym cukry: 114.12 g; Błonnik pok.: 25.89 g; Sód: 2676.20 mg;	Wartość energetyczna: 2209.95 kcal; Białko ogółem: 88.81 g; Tłuszcz: 61.76 g; Kw. tł. nasy.: 25.70 g; Węglowodany ogółem: 368.99 g; W tym cukry: 30.41 g; Błonnik pok.: 39.78 g; Sód: 3095.83 mg;	Wartość energetyczna: 2464.45 kcal; Białko ogółem: 80.79 g; Tłuszcz: 52.35 g; Kw. tł. nasy.: 21.97 g; Węglowodany ogółem: 432.92 g; W tym cukry: 128.85 g; Błonnik pok.: 21.20 g; Sód: 2368.38 mg;	

Jadłospisy za okres od dnia 2026-06-08 do dnia 2026-06-21 KUCHNIA ŁÓDŹ

		ŁÓDŹ- ZW D01 Podstawowa	ŁÓDŹ- ZW D02 Łatwo strawna	ŁÓDŹ- ZW P02 Łatwo strawna dziecięca	ŁÓDŹ- ZW D07 Bogatobiałkowa	ŁÓDŹ- ZW D03 Z ogr. łatwo przysw. węglowodanów	ŁÓDŹ- ZW Oszczędzająca	
2026-06-18 czwartek	Śniadanie	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml ( <u>MLE</u> ) Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 150 g ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT</u> ) Chleb Graham 50 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy parzony w osłonce niejadalnej 40 g ( <u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR</u> ) Paszтет z ciecierzycy* 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ</u> )	Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy parzony w osłonce niejadalnej 40 g ( <u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR</u> ) Pomidor 50 g Kasza kukurydziana na mleku 300 ml ( <u>MLE</u> )	Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy parzony w osłonce niejadalnej 60 g ( <u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR</u> ) Pomidor 50 g Kasza kukurydziana na mleku 300 ml ( <u>MLE</u> )	Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Chleb Graham 200 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy parzony w osłonce niejadalnej 40 g ( <u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR</u> ) Paszтет z ciecierzycy* 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ</u> )	Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy parzony w osłonce niejadalnej 40 g ( <u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR</u> ) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 50 g ( <u>SEL</u> ) Kasza kukurydziana na mleku 300 ml ( <u>MLE</u> )		
	II ŚN					Jogurt naturalny 100g 1 szt ( <u>MLE</u> )		
	Obiad	Barszcz ukraiński z ziemniakami* 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ) Sos boloński z mięsa wp (-)dieta 150 g ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Makaron 200 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Surówka wielowarzynowa z olejem b/c 75 g ( <u>SEL</u> ) Kompot owocowy* z/c 300 ml Brokuł gotowany* 75 g	Barszcz czerwony z ziemniakami * 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ) Sos boloński z mięsa wp (-)dieta 150 g ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Makaron 200 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Brokuł gotowany* 75 g Kompot owocowy* z/c 300 ml Marchew gotowana z olejem 75 g	Barszcz czerwony z ziemniakami * 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ) Makaron 200 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Sos boloński z mięsa wp (-)dieta 150 g ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Pulpet wieprzowy 70 g ( <u>GLU PSZ, JAJ</u> ) Brokuł gotowany* 75 g Kompot owocowy* z/c 300 ml Marchew gotowana z olejem 75 g	Barszcz ukraiński z ziemniakami* 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ) Makaron pełnoziarnisty 200 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Sos boloński z mięsa wp (-)dieta 150 g ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Surówka wielowarzynowa z olejem b/c 75 g ( <u>SEL</u> ) Brokuł gotowany* 75 g Kompot owocowy* b/c 300 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami * 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ) Makaron 200 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Sos boloński z mięsa wp (-)dieta 150 g ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Brokuł gotowany* 75 g Kompot owocowy* z/c 300 ml Marchew gotowana z olejem 75 g		
	PD		Arbuz 150 g	Jogurt naturalny 100g 1 szt ( <u>MLE</u> )	Arbuz 150 g			
	Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 150 g ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT</u> ) Chleb Graham 50 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> ) Szynka z indykami drobiowa z dodatkami surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa parzona 40 g ( <u>SOJ</u> ) Sałata zielona 10 g	Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> ) Szynka z indykami drobiowa z dodatkami surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa parzona 40 g ( <u>SOJ</u> ) Sałata zielona 10 g	Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> ) Szynka z indykami drobiowa z dodatkami surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa parzona 60 g ( <u>SOJ</u> ) Sałata zielona 10 g	Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Chleb Graham 200 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> ) Szynka z indykami drobiowa z dodatkami surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa parzona 40 g ( <u>SOJ</u> ) Sałata zielona 10 g	Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> ) Szynka z indykami drobiowa z dodatkami surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa parzona 40 g ( <u>SOJ</u> ) Mus z jabłek () z/c 50 g		
	PN		Kisiel o smaku cytrynowym z/c 150 ml ( <u>może zawierać: GLU PSZ, SEL, GOR</u> )			Chleb Graham 30 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE</u> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ</u> ) Sałata zielona 5 g	Kisiel o smaku cytrynowym z/c 150 ml ( <u>może zawierać: GLU PSZ, SEL, GOR</u> )	
		Wartość energetyczna: 2668.77 kcal; Białko ogółem: 86.92 g; Tłuszcz: 66.52 g; Kw. tł. nasy.: 24.49 g; Węglowodany ogółem: 462.68 g; W tym cukry: 83.53 g; Błonnik pok.: 34.22 g; Sód: 4039.52 mg;	Wartość energetyczna: 2339.83 kcal; Białko ogółem: 78.99 g; Tłuszcz: 55.33 g; Kw. tł. nasy.: 23.23 g; Węglowodany ogółem: 397.59 g; W tym cukry: 87.53 g; Błonnik pok.: 20.21 g; Sód: 2668.94 mg;	Wartość energetyczna: 2447.83 kcal; Białko ogółem: 80.79 g; Tłuszcz: 55.63 g; Kw. tł. nasy.: 23.23 g; Węglowodany ogółem: 422.79 g; W tym cukry: 110.33 g; Błonnik pok.: 21.11 g; Sód: 2671.94 mg;	Wartość energetyczna: 2641.55 kcal; Białko ogółem: 104.29 g; Tłuszcz: 71.79 g; Kw. tł. nasy.: 28.51 g; Węglowodany ogółem: 411.02 g; W tym cukry: 91.84 g; Błonnik pok.: 20.42 g; Sód: 3246.81 mg;	Wartość energetyczna: 2478.58 kcal; Białko ogółem: 99.82 g; Tłuszcz: 75.35 g; Kw. tł. nasy.: 27.05 g; Węglowodany ogółem: 399.45 g; W tym cukry: 47.78 g; Błonnik pok.: 47.21 g; Sód: 3759.98 mg;	Wartość energetyczna: 2403.49 kcal; Białko ogółem: 79.34 g; Tłuszcz: 57.13 g; Kw. tł. nasy.: 23.60 g; Węglowodany ogółem: 411.56 g; W tym cukry: 90.51 g; Błonnik pok.: 22.65 g; Sód: 2717.33 mg;	

Jadłospisy za okres od dnia 2026-06-08 do dnia 2026-06-21 KUCHNIA ŁÓDŹ

		ŁÓDŹ- ZW D01 Podstawowa	ŁÓDŹ- ZW D02 Łatwo strawna	ŁÓDŹ- ZW P02 Łatwo strawna dziecięca	ŁÓDŹ- ZW D07 Bogatobiałkowa	ŁÓDŹ- ZW D03 Z ogr. łatwo przysw. węglowodanów	ŁÓDŹ- ZW Oszczędzająca
2026-06-19 piątek	Śniadanie	Zacierka na mleku 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE,</u> ) Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 150 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ) Chleb Graham 50 g ( <u>GLU PSZ,</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE,</u> ) Serek twarogowy homogenizowany 40 g ( <u>MLE,</u> ) Powidła śliwkowe 20 g Jabłko 1 szt 1 szt	Zacierka na mleku 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE,</u> ) Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g ( <u>GLU PSZ,</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE,</u> ) Serek twarogowy homogenizowany 40 g ( <u>MLE,</u> ) Dżem 20 g Jabłko 1 szt 1 szt	Zacierka na mleku 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE,</u> ) Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g ( <u>GLU PSZ,</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE,</u> ) Serek twarogowy homogenizowany 80 g ( <u>MLE,</u> ) Jabłko 1 szt 1 szt	Zacierka na mleku 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE,</u> ) Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE,</u> ) Serek twarogowy homogenizowany 80 g ( <u>MLE,</u> ) Jabłko 1 szt 1 szt	Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Chleb Graham 200 g ( <u>GLU PSZ,</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE,</u> ) Serek twarogowy homogenizowany 60 g ( <u>MLE,</u> ) Jabłko 1 szt 1 szt	Zacierka na mleku 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE,</u> ) Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g ( <u>GLU PSZ,</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE,</u> ) Serek twarogowy homogenizowany 40 g ( <u>MLE,</u> ) Dżem 20 g Jabłko pieczone 1szt. 1 szt
	II ŚN					Jogurt naturalny 100g 1 szt ( <u>MLE,</u> )	
	Obiad	Kalafiorkowa z ryżem * 350 ml ( <u>MLE, SEL,</u> ) Ziemniaki gotowane 250 g Ryba smażona (Morszczuk) 70 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, RYB,</u> ) Surówka z kapusty młodej z olejem 75 g Warzywa po grecku 75 g ( <u>GLU PSZ, SEL,</u> ) Kompot owocowy* z/c 300 ml	Ryżowa* 350 ml ( <u>MLE, SEL,</u> ) Ziemniaki gotowane 250 g Pulpet rybny (Morszczuk) 70 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, RYB,</u> ) Warzywa po grecku 75 g ( <u>GLU PSZ, SEL,</u> ) Cukinia pieczona z olejem * 75 g Kompot owocowy* z/c 300 ml	Ryżowa* 350 ml ( <u>MLE, SEL,</u> ) Ziemniaki gotowane 250 g Pulpet rybny (Morszczuk) 140 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, RYB,</u> ) Warzywa po grecku 75 g ( <u>GLU PSZ, SEL,</u> ) Cukinia pieczona z olejem * 75 g Kompot owocowy* z/c 300 ml	Ryżowa* 350 ml ( <u>MLE, SEL,</u> ) Ziemniaki gotowane 250 g Pulpet rybny (Morszczuk) 70 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, RYB,</u> ) Warzywa po grecku 75 g ( <u>GLU PSZ, SEL,</u> ) Kompot owocowy* z/c 300 ml	Kalafiorkowa z ryżem * 350 ml ( <u>MLE, SEL,</u> ) Ziemniaki gotowane 250 g Pulpet rybny (Morszczuk) 70 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, RYB,</u> ) Surówka z kapusty młodej z olejem 75 g Warzywa po grecku 75 g ( <u>GLU PSZ, SEL,</u> ) Kompot owocowy* b/c 300 ml	Ryżowa* 350 ml ( <u>MLE, SEL,</u> ) Ziemniaki gotowane 250 g Pulpet rybny (Morszczuk) 70 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, RYB,</u> ) Warzywa po grecku 75 g ( <u>GLU PSZ, SEL,</u> ) Cukinia pieczona z olejem * 75 g Kompot owocowy* z/c 300 ml
	PD			Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml ( <u>może zawierać: GLU PSZ, SEL, GOR,</u> )	Chleb Graham 30 g ( <u>GLU PSZ,</u> ) Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE,</u> ) Szynka wiśniowa- wieprzowa, wędz. parz. z dod. wody i białka wp. 20 g ( <u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,</u> )	Surówka z selera i jabłka b/c 100 g ( <u>MLE, SEL,</u> )	
	Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 150 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ) Chleb Graham 50 g ( <u>GLU PSZ,</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE,</u> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ,</u> ) Ogórek świeży 50 g	Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g ( <u>GLU PSZ,</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE,</u> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ,</u> ) Sałata zielona 10 g	Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g ( <u>GLU PSZ,</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE,</u> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ,</u> ) Sałata zielona 10 g	Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g ( <u>GLU PSZ,</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE,</u> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ,</u> ) Sałata zielona 10 g	Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Chleb Graham 200 g ( <u>GLU PSZ,</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE,</u> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ,</u> ) Ogórek świeży 50 g	Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g ( <u>GLU PSZ,</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE,</u> ) Szynka konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa, parzony 40 g ( <u>SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR,</u> ) Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml ( <u>może zawierać: GLU PSZ, SEL, GOR,</u> )
	PN			Ciasto drożdżowe 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u> )		Chleb Graham 30 g ( <u>GLU PSZ,</u> ) Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE,</u> ) Ser żółty 20 g ( <u>MLE,</u> ) Sałata zielona 5 g	Ciasto drożdżowe 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u> )
		Wartość energetyczna: 2773.68 kcal; Białko ogółem: 91.19 g; Tłuszcz: 61.53 g; Kw. tł. nasy.: 23.37 g; Węglowodany ogółem: 466.90 g; W tym cukry: 85.74 g; Błonnik pok.: 32.49 g; Sód: 3495.59 mg;	Wartość energetyczna: 2492.80 kcal; Białko ogółem: 87.69 g; Tłuszcz: 51.00 g; Kw. tł. nasy.: 22.30 g; Węglowodany ogółem: 408.58 g; W tym cukry: 86.30 g; Błonnik pok.: 19.82 g; Sód: 2164.07 mg;	Wartość energetyczna: 2566.20 kcal; Białko ogółem: 87.73 g; Tłuszcz: 51.00 g; Kw. tł. nasy.: 22.30 g; Węglowodany ogółem: 426.93 g; W tym cukry: 98.85 g; Błonnik pok.: 19.84 g; Sód: 2180.06 mg;	Wartość energetyczna: 2808.40 kcal; Białko ogółem: 120.22 g; Tłuszcz: 63.66 g; Kw. tł. nasy.: 27.32 g; Węglowodany ogółem: 429.25 g; W tym cukry: 80.60 g; Błonnik pok.: 21.68 g; Sód: 2820.91 mg;	Wartość energetyczna: 2267.96 kcal; Białko ogółem: 97.45 g; Tłuszcz: 64.00 g; Kw. tł. nasy.: 28.88 g; Węglowodany ogółem: 373.58 g; W tym cukry: 37.25 g; Błonnik pok.: 43.82 g; Sód: 3271.67 mg;	Wartość energetyczna: 2570.43 kcal; Białko ogółem: 85.59 g; Tłuszcz: 47.03 g; Kw. tł. nasy.: 20.79 g; Węglowodany ogółem: 439.08 g; W tym cukry: 108.89 g; Błonnik pok.: 19.65 g; Sód: 2521.93 mg;

Jadłospisy za okres od dnia 2026-06-08 do dnia 2026-06-21 KUCHNIA ŁÓDŹ

		ŁÓDŹ- ZW D01 Podstawowa	ŁÓDŹ- ZW D02 Łatwo strawna	ŁÓDŹ- ZW P02 Łatwo strawna dziecięca	ŁÓDŹ- ZW D07 Bogatobiałkowa	ŁÓDŹ- ZW D03 Z ogr. łatwo przysw. węglowodanów	ŁÓDŹ- ZW Oszczędzająca	
2026-06-20 sobota	Śniadanie	Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 150 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Chleb Graham 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Sałatka z ryżu, brokułów i wędliny drobiu 100 g ( <b>SOJ, MLE, SEL.</b> )	Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Sałatka z ryżu, brokułów i wędliny drobiu 100 g ( <b>SOJ, MLE, SEL.</b> )			Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Chleb Graham 200 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Południca Sopotka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody i białka sojowego 40 g ( <b>SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR.</b> ) Sałata zielona 10 g	Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Południca Sopotka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody i białka sojowego 40 g ( <b>SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR.</b> ) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 50 g ( <b>SEL.</b> )	
	II ŚN					Budyń o smaku śmietankowym b/c 150 ml ( <b>MLE.</b> )		
	Obiad	Selerowa z ziemniakami * 350 ml ( <b>MLE, SEL.</b> ) Kasza jęczmienna/sypko 200 g ( <b>GLU JECZ.</b> ) Potrawka drobiowa z warzywami * 150 g ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem 75 g Kompot owocowy* z/c 300 ml Surówka z kapusty białej z olejem 75 g	Selerowa z ziemniakami * 350 ml ( <b>MLE, SEL.</b> ) Kasza jęczmienna/sypko 200 g ( <b>GLU JECZ.</b> ) Potrawka drobiowa z warzywami * 150 g ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Buraczki gotowane drobno tarte 75 g Kompot owocowy* z/c 300 ml Kalańfort gotowany* 75 g	Selerowa z ziemniakami * 350 ml ( <b>MLE, SEL.</b> ) Kasza jęczmienna/sypko 200 g ( <b>GLU JECZ.</b> ) Potrawka drobiowa z warzywami * 150 g ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Udziec z kurczaka gotowany b/k b/s 70 g Buraczki gotowane drobno tarte 75 g Kompot owocowy* z/c 300 ml Kalańfort gotowany* 75 g	Selerowa z ziemniakami * 350 ml ( <b>MLE, SEL.</b> ) Kasza jęczmienna/sypko 200 g ( <b>GLU JECZ.</b> ) Potrawka drobiowa z warzywami * 150 g ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem 75 g Kompot owocowy* b/c 300 ml Surówka z kapusty białej z olejem 75 g	Selerowa z ziemniakami * 350 ml ( <b>MLE, SEL.</b> ) Kasza jęczmienna/sypko 200 g ( <b>GLU JECZ.</b> ) Potrawka drobiowa z warzywami * 150 g ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Buraczki gotowane drobno tarte 150 g Kompot owocowy* z/c 300 ml		
	PD		Jabłko 1 szt 1 szt	Jabłko 1 szt 1 szt	Jogurt naturalny 100g 1 szt ( <b>MLE.</b> )	Jabłko 1 szt 1 szt		
	Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 150 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Chleb Graham 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Parówki drobiowe (kieł drobno rozdr. wędz. parz w osłonce niejadalnej) 80 g ( <b>SOJ.</b> ) Ketchup 20 g ( <b>SEL.</b> ) Pomidor 50 g	Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalnej 40 g ( <b>SOJ, SEL, może zawierać: MLE, GOR.</b> ) Pomidor 50 g	Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Parówki drobiowe (kieł drobno rozdr. wędz. parz w osłonce niejadalnej) 80 g ( <b>SOJ.</b> ) Pomidor 50 g	Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Parówki drobiowe (kieł drobno rozdr. wędz. parz w osłonce niejadalnej) 120 g ( <b>SOJ.</b> ) Pomidor 50 g	Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Chleb Graham 200 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalnej 40 g ( <b>SOJ, SEL, może zawierać: MLE, GOR.</b> ) Pomidor 50 g	Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalnej 40 g ( <b>SOJ, SEL, może zawierać: MLE, GOR.</b> ) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	
	PN		Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 szt ( <b>MLE.</b> )			Chleb Graham 30 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE.</b> ) Serek twarogowy śmietankowy 16,67g (kiri, hąga) 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Sałata zielona 5 g	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 szt ( <b>MLE.</b> )	
		Wartość energetyczna: 2407.07 kcal; Białko ogółem: 75.05 g; Tłuszcz: 65.11 g; Kw. tł. nasy.: 26.63 g; Węglowodany ogółem: 410.22 g; W tym cukry: 61.26 g; Błonnik pok.: 34.52 g; Sód: 4110.43 mg;	Wartość energetyczna: 1994.88 kcal; Białko ogółem: 70.66 g; Tłuszcz: 43.57 g; Kw. tł. nasy.: 21.53 g; Węglowodany ogółem: 347.74 g; W tym cukry: 59.96 g; Błonnik pok.: 22.99 g; Sód: 2288.31 mg;	Wartość energetyczna: 2222.81 kcal; Białko ogółem: 75.62 g; Tłuszcz: 58.61 g; Kw. tł. nasy.: 25.75 g; Węglowodany ogółem: 366.77 g; W tym cukry: 74.59 g; Błonnik pok.: 26.07 g; Sód: 2656.75 mg;	Wartość energetyczna: 2438.18 kcal; Białko ogółem: 102.12 g; Tłuszcz: 75.10 g; Kw. tł. nasy.: 30.74 g; Węglowodany ogółem: 355.39 g; W tym cukry: 64.28 g; Błonnik pok.: 23.11 g; Sód: 3207.10 mg;	Wartość energetyczna: 2208.89 kcal; Białko ogółem: 84.25 g; Tłuszcz: 57.21 g; Kw. tł. nasy.: 26.97 g; Węglowodany ogółem: 386.20 g; W tym cukry: 46.87 g; Błonnik pok.: 44.35 g; Sód: 3444.11 mg;	Wartość energetyczna: 2044.83 kcal; Białko ogółem: 73.16 g; Tłuszcz: 45.69 g; Kw. tł. nasy.: 21.94 g; Węglowodany ogółem: 353.67 g; W tym cukry: 76.54 g; Błonnik pok.: 25.31 g; Sód: 2511.98 mg;	

Jadłospisy za okres od dnia 2026-06-08 do dnia 2026-06-21 KUCHNIA ŁÓDŹ

		ŁÓDŹ- ZW D01 Podstawowa	ŁÓDŹ- ZW D02 Łatwo strawna	ŁÓDŹ- ZW P02 Łatwo strawna dziecięca	ŁÓDŹ- ZW D07 Bogatobiałkowa	ŁÓDŹ- ZW D03 Z ogr. łatwo przysw. węglowodanów	ŁÓDŹ- ZW Oszczędzająca
Śniadanie	II ŚN	Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 150 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Chleb Graham 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Twarożek z papryką 60 g ( <b>MLE.</b> ) Pomidor 50 g	Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 150 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Twarożek 60 g ( <b>MLE.</b> ) Pomidor 50 g	Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 150 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Twarożek 80 g ( <b>MLE.</b> ) Pomidor 50 g	Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 150 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Twarożek z papryką 60 g ( <b>MLE.</b> ) Pomidor 50 g	Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Chleb Graham 200 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Twarożek z papryką 60 g ( <b>MLE.</b> ) Pomidor 50 g	Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 150 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Filet zapiekany drobiowy 40 g ( <b>MLE.</b> ) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt
						Kisiel o smaku wiśniowym b/c 150 ml ( <b>może zawierać: GLU PSZ, SEL, GOR.</b> )	
Obiad	PD	Pomidorowa z makaronem * 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Ziemniaki gotowane 250 g Kotlet schabowy 70 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> ) Mizeria 75 g ( <b>MLE.</b> ) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 75 g Kompot owocowy* z/c 300 ml	Pomidorowa z makaronem * 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Ziemniaki gotowane 250 g Bitka schabowa duszona 70 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Sos własny () 70 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 75 g Kompot owocowy* z/c 300 ml Szpinak gotowany z olejem* 75 g ( <b>GLU PSZ.</b> )	Pomidorowa z makaronem * 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Ziemniaki gotowane 250 g Bitka schabowa duszona 70 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Pulpet wieprzowy 70 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> ) Sos własny () 70 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 75 g Kompot owocowy* z/c 300 ml Szpinak gotowany z olejem* 75 g ( <b>GLU PSZ.</b> )	Pomidorowa z makaronem * 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Ziemniaki gotowane 250 g Bitka schabowa duszona 70 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Sos własny () 70 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Mizeria 75 g ( <b>MLE.</b> ) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 75 g Kompot owocowy* b/c 300 ml	Pomidorowa z makaronem * 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Ziemniaki gotowane 250 g Bitka schabowa duszona 70 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Sos własny () 70 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 75 g Kompot owocowy* z/c 300 ml Szpinak gotowany z olejem* 75 g ( <b>GLU PSZ.</b> )	Pomidorowa z makaronem * 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Ziemniaki gotowane 250 g Bitka schabowa duszona 70 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Sos własny () 70 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 75 g Kompot owocowy* z/c 300 ml Szpinak gotowany z olejem* 75 g ( <b>GLU PSZ.</b> )
				Jogurt truskawkowy 100g 1 szt ( <b>MLE.</b> )	Jogurt naturalny 100g 1 szt ( <b>MLE.</b> )		
Kolacja	PN	Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 150 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Chleb Graham 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka z indykiem drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa parzona 40 g ( <b>SOJ.</b> ) Sałata zielona 10 g	Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka z indykiem drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa parzona 40 g ( <b>SOJ.</b> ) Sałata zielona 10 g	Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka z indykiem drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa parzona 60 g ( <b>SOJ.</b> ) Sałata zielona 10 g	Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Chleb Graham 200 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka z indykiem drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa parzona 40 g ( <b>SOJ.</b> ) Sałata zielona 10 g	Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka z indykiem drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa parzona 40 g ( <b>SOJ.</b> ) Kisiel o smaku wiśniowym z/c 150 ml ( <b>może zawierać: GLU PSZ, SEL, GOR.</b> )	Pieczyczo chrupkie kukurydziano ryżowe 20 g
					Chleb Graham 30 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE.</b> ) Połędwica Sopotcka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody i białka sojowego 20 g ( <b>SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR.</b> ) Sałata zielona 5 g	Pieczyczo chrupkie kukurydziano ryżowe 20 g	
		Wartość energetyczna: 2300.92 kcal; Białko ogółem: 80.22 g; Tłuszcz: 51.27 g; Kw. tł. nasy.: 21.84 g; Węglowodany ogółem: 405.98 g; W tym cukry: 48.59 g; Błonnik pok.: 25.59 g; Sód: 3586.42 mg;	Wartość energetyczna: 2121.92 kcal; Białko ogółem: 88.11 g; Tłuszcz: 48.46 g; Kw. tł. nasy.: 21.21 g; Węglowodany ogółem: 345.59 g; W tym cukry: 50.62 g; Błonnik pok.: 15.77 g; Sód: 2384.54 mg;	Wartość energetyczna: 2211.92 kcal; Białko ogółem: 90.91 g; Tłuszcz: 50.96 g; Kw. tł. nasy.: 22.09 g; Węglowodany ogółem: 359.59 g; W tym cukry: 56.12 g; Błonnik pok.: 16.07 g; Sód: 2431.54 mg;	Wartość energetyczna: 2437.38 kcal; Białko ogółem: 113.48 g; Tłuszcz: 62.31 g; Kw. tł. nasy.: 25.72 g; Węglowodany ogółem: 368.16 g; W tym cukry: 56.91 g; Błonnik pok.: 16.28 g; Sód: 2756.27 mg;	Wartość energetyczna: 2177.08 kcal; Białko ogółem: 97.92 g; Tłuszcz: 54.42 g; Kw. tł. nasy.: 24.57 g; Węglowodany ogółem: 365.12 g; W tym cukry: 30.48 g; Błonnik pok.: 33.90 g; Sód: 3490.67 mg;	Wartość energetyczna: 2275.97 kcal; Białko ogółem: 88.49 g; Tłuszcz: 47.33 g; Kw. tł. nasy.: 19.97 g; Węglowodany ogółem: 387.33 g; W tym cukry: 84.19 g; Błonnik pok.: 17.95 g; Sód: 2636.65 mg;

## **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,  
Sód - Sód,  
Sól - Sól,  
Potas - Potas,  
Kw. tł. nasy. - Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem,  
Błonnik pok. - Błonnik pokarmowy,  
Ener z B. - % energii z białka,  
Ener. z T. - % energii z tłuszczu,  
Ener z W. - % energii z węglowodanów,  
W tym cukry - w tym cukry,  
WW - WW,