

	ŁÓDŹ- ZW Podstawowa	ŁÓDŹ- ZW Łatwo strawna	ŁÓDŹ- ZW Dziecięca	ŁÓDŹ- ZW Bogatobiałkowa	ŁÓDŹ- ZW Cukrzycowa	ŁÓDŹ- ZW Oszczędzająca
2024-01-15 poniedziałek	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 ŻYT</u> ) Chleb Graham 50 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Pasta mięsno-warzywna, z mięsa drobiowego udziec ( ) 80 g ( <u>SEL</u> ) Pomidor 80 g Salata zielona 5 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> ) Pasta mięsno-warzywna, z mięsa drobiowego udziec ( ) 80 g ( <u>SEL</u> ) Pomidor 80 g Salata zielona 5 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> ) Pasta mięsno-warzywna, z mięsa drobiowego udziec ( ) 100 g ( <u>SEL</u> ) Pomidor 80 g Salata zielona 5 g	Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Chleb Graham 200 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Pasta mięsno-warzywna, z mięsa drobiowego udziec ( ) 80 g ( <u>SEL</u> ) Pomidor 80 g Salata zielona 5 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> ) Baton szynkowy z kurcząt 50 g ( <u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR</u> ) Salatka jarzynowa - dieta (bez mleka) ( ) 50 g ( <u>SEL</u> )
	II ŚN				Kisiel o smaku wiśniowym b/c 150 ml	
	Obiad	Barszcz ukraiński z ziemniakami ( ) 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ) Ryż z jabłkiem prażonym i cynamonem 300 g Sos jogurtowo-truskawkowy* 100 g ( <u>MLE</u> ) Kompot owocowy* z/c 300 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami ( ) 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ) Ryż z jabłkiem prażonym i cynamonem 300 g Sos jogurtowo-truskawkowy* 100 g ( <u>MLE</u> ) Kompot owocowy* z/c 300 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami ( ) 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ) Ryż z jabłkiem prażonym i cynamonem 400 g Sos jogurtowo-truskawkowy* 100 g ( <u>MLE</u> ) Kompot owocowy* z/c 300 ml	Barszcz ukraiński z ziemniakami ( ) 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ) Ryż (brązowy) z jabłkiem prażonym i cynamonem 300 g Sos jogurtowo-truskawkowy* b/c 100 g ( <u>MLE</u> ) Kompot owocowy* b/c 300 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami ( ) 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ) Ryż z jabłkiem prażonym i cynamonem 300 g Sos jogurtowo-truskawkowy* 100 g ( <u>MLE</u> ) Kompot owocowy* z/c 300 ml
	PD				Budyń o smaku śmietankowym z/c 150 ml ( <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> ) Paszтет Ciechanowski-Paszтет drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych pieczony 60 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE</u> ) Rzodkiew biała 80 g Salata zielona 5 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 Sopocka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody. 60 g ( <u>SOJ, MLE</u> ) Salata 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> ) Połędwica Sopocka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody. 80 g ( <u>SOJ, MLE</u> ) Salata 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> ) Połędwica Sopocka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody. 60 g ( <u>SOJ, MLE</u> ) Rzodkiew biała 80 g Salata zielona 5 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 Sopocka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody. 40 g ( <u>SOJ, MLE</u> ) Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml

	ŁÓDŹ- ZW Podstawowa	ŁÓDŹ- ZW Łatwo strawna	ŁÓDŹ- ZW Dziecięca	ŁÓDŹ- ZW Bogatobiałkowa	ŁÓDŹ- ZW Cukrzycowa	ŁÓDŹ- ZW Oszczędzająca
2024-01-15 poniedziałek	PN	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt			Masło extra 82% 5 g (MLE.) Sałata zielona 5 g Chleb Graham 30 g (GLU PSZ.) Twaróg półtłusty 20 g (MLE.)	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt
	E: 2458.39 kcal;	E: 2217.22 kcal;	E: 2368.27 kcal;	E: 2539.35 kcal;	E: 2297.05 kcal;	E: 2328.96 kcal;
2024-01-16 wtorek	Śniadanie	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (MLE, GLU JECZ.) Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 150 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 5 g	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (MLE, GLU JECZ.) Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Sałata zielona 10 g	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (MLE, GLU JECZ.) Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Połudwica Sopocka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody. 60 g (SOJ, MLE.) Sałata zielona 10 g	Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Chleb Graham 200 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 5 g	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (MLE, GLU JECZ.) Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Połudwica Sopocka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody. 60 g (SOJ, MLE.) Kisiel o smaku truskawkowym z/c 200 ml
	II ŚN				jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE.)	
	Obiad	Jarzynowa z zacierką (-) 350 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.) Ziemniaki () 250 g Mięso drobiowe pieczone z udźca kurczaka 80 g (GLU PSZ.) Sos pietruszkowy* 70 ml (GLU PSZ, MLE.) Marchew gotowana z olejem () 75 g Kompot owocowy* z/c 300 ml Buraczki gotowane () 75 g	Jarzynowa z zacierką dieta () 350 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.) Ziemniaki () 250 g (GLU PSZ.) Mięso drobiowe pieczone z udźca kurczaka 160 g (GLU PSZ.) Sos pietruszkowy* 70 ml (GLU PSZ, MLE.) Marchew gotowana z olejem () 75 g Kompot owocowy* z/c 300 ml Buraczki gotowane () 75 g	Jarzynowa z zacierką dieta () 350 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.) Ziemniaki () 250 g Mięso drobiowe pieczone z udźca kurczaka 160 g (GLU PSZ.) Sos pietruszkowy* 70 ml (GLU PSZ, MLE.) Marchew gotowana z olejem () 75 g Kompot owocowy* z/c 300 ml Buraczki gotowane () 75 g	Jarzynowa z zacierką (-) 350 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.) Ziemniaki () 250 g Mięso drobiowe pieczone z udźca kurczaka 80 g (GLU PSZ.) Sos słodko-kwaśny* 70 ml (GLU PSZ, SEL.) Surówka wykwinтна z olejem b/c 75 g (JAJ, GOR.) Kompot owocowy* b/c 300 ml Kalafior gotowany* 75 g	Jarzynowa z zacierką dieta () 350 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.) Ziemniaki () 250 g Mięso drobiowe pieczone z udźca kurczaka 80 g (GLU PSZ.) Sos pietruszkowy* 70 ml (GLU PSZ, MLE.) Marchew gotowana z olejem () 75 g Kompot owocowy* z/c 300 ml Buraczki gotowane () 75 g
	PD		Biszkopty b/m 30 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ.)	Chleb Graham 30 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Ser żółty 20 g (MLE.)	Serek homo naturalny 150g 1 szt (MLE.)	

	ŁÓDŹ- ZW Podstawowa	ŁÓDŹ- ZW Łatwo strawna	ŁÓDŹ- ZW Dziecięca	ŁÓDŹ- ZW Bogatobiałkowa	ŁÓDŹ- ZW Cukrzycowa	ŁÓDŹ- ZW Oszczędzająca
2024-01-16 wtorek	Kolaćca	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> ) Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 60 g ( <u>SOJ. może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ.</u> ) Pomidor 80 g Salata zielona 5 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> ) Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 80 g ( <u>SOJ. może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ.</u> ) Pomidor 80 g Salata zielona 5 g	Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Chleb Graham 200 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> ) Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 60 g ( <u>SOJ. może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ.</u> ) Pomidor 80 g Salata zielona 5 g	Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Chleb Graham 200 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> ) Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 60 g ( <u>SOJ. może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ.</u> ) Pomidor 80 g Salata zielona 5 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> ) Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 60 g ( <u>SOJ. może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ.</u> ) Kalafor gotowany* 80 g
		Pomarańcza 250g 1 szt		Chleb Graham 30 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE.</u> ) Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 20 g ( <u>SOJ. może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ.</u> ) Salata zielona 5 g	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	
	E: 2618.82 kcal;	E: 2348.65 kcal;	E: 2465.65 kcal;	E: 2780.00 kcal;	E: 2359.54 kcal;	E: 2446.75 kcal;
2024-01-17 środa	Śniadanie	Płatki 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> ) Twaróg półtłusty 80 g ( <u>MLE.</u> ) Salatka z buraczków i jabłka z olejem () 80 g Salata zielona 5 g	Płatki 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> ) Twaróg półtłusty 100 g ( <u>MLE.</u> ) Salatka z buraczków i jabłka z olejem () 80 g Salata zielona 5 g	Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Chleb Graham 200 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> ) Twaróg półtłusty 80 g ( <u>MLE.</u> ) Salatka z buraczków i jabłka z olejem () 80 g Salata zielona 5 g	Płatki 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> ) Twaróg półtłusty 80 g ( <u>MLE.</u> ) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 80 g ( <u>SEL.</u> )	
			Jabłko 1 szt 1 szt			
III ŚN						

	ŁÓDŹ- ZW Podstawowa	ŁÓDŹ- ZW Łatwo strawna	ŁÓDŹ- ZW Dziecięca	ŁÓDŹ- ZW Bogatobiałkowa	ŁÓDŹ- ZW Cukrzycowa	ŁÓDŹ- ZW Oszczędzająca	
2024-01-17 środa	Obiad	Ziemniaczana () 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Kasza jęczmienna/sypko 200 g ( <u>GLU JEĆZ.</u> ) Kasza jęczmienna/sypko 200 g ( <u>GLU JEĆZ.</u> ) Pieczeń rzymska wieprzowa 80 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> ) Sos pomidorowy 70 ml ( <u>GLU PSZ.</u> ) Cukinia pieczona z olejem* 75 g Kompot owocowy* z/c 300 ml Szpinak gotowany z olejem* 75 g ( <u>GLU PSZ.</u> )	Ziemniaczana () 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Kasza jęczmienna/sypko 200 g ( <u>GLU JEĆZ.</u> ) Kasza jęczmienna/sypko 200 g ( <u>GLU JEĆZ.</u> ) Pieczeń rzymska wieprzowa 160 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> ) Sos pomidorowy 70 ml ( <u>GLU PSZ.</u> ) Cukinia pieczona z olejem* 75 g Kompot owocowy* z/c 300 ml Szpinak gotowany z olejem* 75 g ( <u>GLU PSZ.</u> )	Ziemniaczana () 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Kasza jęczmienna/sypko 200 g ( <u>GLU JEĆZ.</u> ) Kasza jęczmienna/sypko 200 g ( <u>GLU JEĆZ.</u> ) Pieczeń rzymska wieprzowa 80 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> ) Sos myśliwski 70 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, SEL. GOR.</u> ) Surówka z marchwi i chrzanu b/c () 75 g ( <u>MLE, SOJ.</u> ) Kompot owocowy* b/c 300 ml Cukinia pieczona z olejem* 75 g	Ziemniaczana () 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Kasza jęczmienna/sypko 200 g ( <u>GLU JEĆZ.</u> ) Kasza jęczmienna/sypko 200 g ( <u>GLU JEĆZ.</u> ) Pieczeń rzymska wieprzowa 80 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> ) Sos myśliwski 70 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, SEL. GOR.</u> ) Surówka z marchwi i chrzanu b/c () 75 g ( <u>MLE, SOJ.</u> ) Kompot owocowy* b/c 300 ml Cukinia pieczona z olejem* 75 g	Ziemniaczana () 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Kasza jęczmienna/sypko 200 g ( <u>GLU JEĆZ.</u> ) Kasza jęczmienna/sypko 200 g ( <u>GLU JEĆZ.</u> ) Pieczeń rzymska wieprzowa 80 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> ) Sos pomidorowy 70 ml ( <u>GLU PSZ.</u> ) Cukinia pieczona z olejem* 75 g Kompot owocowy* z/c 300 ml Szpinak gotowany z olejem* 75 g ( <u>GLU PSZ.</u> )	Ziemniaczana () 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Kasza jęczmienna/sypko 200 g ( <u>GLU JEĆZ.</u> ) Kasza jęczmienna/sypko 200 g ( <u>GLU JEĆZ.</u> ) Pieczeń rzymska wieprzowa 80 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> ) Sos pomidorowy 70 ml ( <u>GLU PSZ.</u> ) Cukinia pieczona z olejem* 75 g Kompot owocowy* z/c 300 ml Szpinak gotowany z olejem* 75 g ( <u>GLU PSZ.</u> )
	PD		Sok pomarańczowy 0,2L-kartonik 1 szt	Jogurt truskawkowy 100 g 1 szt ( <u>MLE.</u> )	Sok pomidorowy 0,3l 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> ) Paprykarz szczeciński 80 g ( <u>RYB, SOJ.</u> ) Salata 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> ) Paprykarz rybno (miruna)-warzywny() 80 g ( <u>RYB.</u> ) Salata 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> ) Paprykarz rybno (miruna)-warzywny() 100 g ( <u>RYB.</u> ) Salata 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> ) Paprykarz szczeciński 80 g ( <u>RYB, SOJ.</u> ) Salata 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 w siatce-wieprzowa, parzona, wędzona z poł. kaw. mięsa 60 g ( <u>GLU PSZ, SOJ.</u> ) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	
PN	Drożdżówka mini 50g 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> )			Szynka w siatce-wieprzowa, parzona, wędzona z poł. kaw. mięsa 20 g ( <u>GLU PSZ, SOJ.</u> ) Pomidor 15 g Chleb Graham 30 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE.</u> )	Drożdżówka mini 50g 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> )		
	E: 2968.02 kcal;	E: 2597.14 kcal;	E: 2687.14 kcal;	E: 2962.53 kcal;	E: 2522.28 kcal;	E: 2620.11 kcal;	

	ŁÓDŹ- ZW Podstawowa	ŁÓDŹ- ZW Łatwo strawna	ŁÓDŹ- ZW Dziecięca	ŁÓDŹ- ZW Bogatobiałkowa	ŁÓDŹ- ZW Cukrzycowa	ŁÓDŹ- ZW Oszczędzająca
2024-01-18 czwartek	Śniadanie	Kasza manna na mleku 300 ml ( <b>GLU PSZ, 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> ) Paszтет z soczewicy () 80 g ( <b>GLU PSZ, JAJ,</b> ) Papryka konserwowa 80 g Sałata zielona 5 g	Kasza manna na mleku 300 ml ( <b>GLU PSZ, 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> ) Połędwica Sopocka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody. 60 g ( <b>SOJ, MLE,</b> ) Sałata zielona 10 g	Kasza manna na mleku 300 ml ( <b>GLU PSZ, 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> ) Sałata zielona 10 g Połędwica Sopocka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody. 80 g ( <b>SOJ, MLE,</b> )	Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Chleb Graham 200 g ( <b>GLU PSZ,</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE,</b> ) Paszтет z soczewicy () 80 g ( <b>GLU PSZ, JAJ,</b> ) Papryka konserwowa 80 g Sałata zielona 5 g	Kasza manna na mleku 300 ml ( <b>GLU PSZ, 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> ) Połędwica Sopocka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody. 60 g ( <b>SOJ, MLE,</b> ) Mus z jabłek prażonych 150 g
		II ŚN			Kefir 1.5% tł 150g 1 Por ( <b>MLE,</b> )	
		Obiad	Żurek z ziemniakami () 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT,</b> ) Makaron z sosem bolognese, z łop wp () 300 g ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL,</b> ) Kompot owocowy* z/c 300 ml Bukiet warzyw gotowanych (march, kalafior, brokuł)* 75 g Surówka z selera i jabłka z olejem () 75 g ( <b>SEL,</b> )	Szpinakowa z ziemniakami () 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL,</b> ) Makaron z sosem bolognese, z łop wp - dieta () 300 g ( <b>GLU PSZ, SEL,</b> ) Kompot owocowy* z/c 300 ml Bukiet warzyw gotowanych (march, kalafior, brokuł)* 150 g	Szpinakowa z ziemniakami () 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL,</b> ) Makaron z sosem bolognese, z łop wp - dieta () 300 g ( <b>GLU PSZ, SEL,</b> ) Klopsik wieprzowy 80 g ( <b>GLU PSZ, JAJ,</b> ) Kompot owocowy* z/c 300 ml Bukiet warzyw gotowanych (march, kalafior, brokuł)* 150 g	Żurek z ziemniakami () 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT,</b> ) Makaron pełnoziarnisty z sosem bolognese, z łop wp () 300 g ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL,</b> ) Kompot owocowy* b/c 300 ml Bukiet warzyw gotowanych (march, kalafior, brokuł)* 75 g Surówka z selera i jabłka z olejem () b/c 75 g ( <b>SEL,</b> )
PD			Mus z jabłek () z/c 100 g	Chleb Graham 30 g ( <b>GLU PSZ,</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE,</b> ) Schab Krotoszyński wędzonka wieprzowa z dodatkiem wody wędzona parzona 20 g ( <b>SOJ, MLE,</b> )	Chleb Graham 30 g ( <b>GLU PSZ,</b> ) Schab Krotoszyński wędzonka wieprzowa z dodatkiem wody wędzona parzona 20 g ( <b>SOJ, MLE,</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE,</b> )	

	ŁÓDŹ- ZW Podstawowa	ŁÓDŹ- ZW Łatwo strawna	ŁÓDŹ- ZW Dziecięca	ŁÓDŹ- ZW Bogatobiałkowa	ŁÓDŹ- ZW Cukrzycowa	ŁÓDŹ- ZW Oszczędzająca
2024-01-18 czwartek	Kolacja	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 80 g ( <u>MLE.</u> ) Pomidor 80 g Salata zielona 5 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 100 g ( <u>MLE.</u> ) Pomidor 80 g Salata zielona 5 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 100 g ( <u>MLE.</u> ) Pomidor 80 g Salata zielona 5 g	Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Chleb Graham 200 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> ) Serek Fromage 80 g ( <u>GLU PSZ. MLE.</u> ) Pomidor 80 g Salata zielona 5 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 80 g ( <u>MLE.</u> ) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 80 g ( <u>SEL.</u> )
	PN	Sok jabłkowy 100 % 0,2l 1 szt			Chleb Graham 30 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE.</u> ) Baton szynkowy z kurczątką 20 g ( <u>może zawierać: GLU PSZ. MLE. GOR.</u> ) Salata zielona 5 g	Sok jabłkowy 100 % 0,2l 1 szt
	E: 3138.85 kcal;	E: 2382.29 kcal;	E: 2472.24 kcal;	E: 2791.36 kcal;	E: 2984.68 kcal;	E: 2569.12 kcal;
2024-01-19 piątek	Śniadanie	Zacierka na mleku 300 ml ( <u>GLU PSZ. JAJ. 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> ) Dżem 80 g Jabłko 1 szt 1 szt Salata zielona 5 g	Zacierka na mleku 300 ml ( <u>GLU PSZ. JAJ. 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> ) Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 80 g ( <u>SOJ. może zawierać: GLU PSZ. JAJ. OZI. MLE. SEL. GOR. SEZ.</u> ) Dżem 80 g Jabłko 1 szt 1 szt Salata zielona 5 g	Zacierka na mleku 300 ml ( <u>GLU PSZ. JAJ. 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> ) Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 80 g ( <u>SOJ. może zawierać: GLU PSZ. JAJ. OZI. MLE. SEL. GOR. SEZ.</u> ) Jabłko 1 szt 1 szt Salata zielona 5 g	Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Chleb Graham 200 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> ) Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 60 g ( <u>SOJ. może zawierać: GLU PSZ. JAJ. OZI. MLE. SEL. GOR. SEZ.</u> ) Jabłko 1 szt 1 szt Salata zielona 5 g	Zacierka na mleku 300 ml ( <u>GLU PSZ. JAJ. 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> ) Dżem 80 g Jabłko pieczone 1szt. 1 szt
	II ŚN				Kisiel o smaku truskawkowym b/c 150 ml	

	ŁÓDŹ- ZW Podstawowa	ŁÓDŹ- ZW Łatwo strawna	ŁÓDŹ- ZW Dziecięca	ŁÓDŹ- ZW Bogatobiałkowa	ŁÓDŹ- ZW Cukrzycowa	ŁÓDŹ- ZW Oszczędzająca
2024-01-19 piątek	Obiad	Krupnik jęczmienny () 350 ml ( <b>MLE, SEL, GLU JECZ.</b> ) Ziemniaki () 250 g Ryba pieczona w panierce (Miruna) 50 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, RYB.</b> ) Surówka z kapusty kiszonej z olejem () 75 g Kompot owocowy* z/c 300 ml Warzywa po grecku () 75 g ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> )	Krupnik jęczmienny () 350 ml ( <b>MLE, SEL, GLU JECZ.</b> ) Ziemniaki () 250 g Pulpet rybny (Miruna) 80 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, RYB.</b> ) Warzywa po grecku () 75 g ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Kompot owocowy* z/c 300 ml Brokuł gotowany* 75 g	Krupnik jęczmienny () 350 ml ( <b>MLE, SEL, GLU JECZ.</b> ) Ziemniaki () 250 g Pulpet rybny (Miruna) 160 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, RYB.</b> ) Warzywa po grecku () 75 g ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Kompot owocowy* z/c 300 ml Brokuł gotowany* 75 g	Krupnik jęczmienny () 350 ml ( <b>MLE, SEL, GLU JECZ.</b> ) Ziemniaki () 250 g Pulpet rybny (Miruna) 80 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, RYB.</b> ) Surówka z kapusty kiszonej z olejem b/c () 75 g Kompot owocowy* b/c 300 ml Warzywa po grecku () 75 g ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> )	Krupnik jęczmienny () 350 ml ( <b>MLE, SEL, GLU JECZ.</b> ) Ziemniaki () 250 g Pulpet rybny (Miruna) 80 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, RYB.</b> ) Warzywa po grecku () 75 g ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Kompot owocowy* z/c 300 ml Brokuł gotowany* 75 g
	PD		Jogurt truskawkowy 100 g 1 szt ( <b>MLE.</b> )	Chleb Graham 30 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE.</b> ) Połędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 20 g ( <b>SOJ.</b> )	Surówka Coleslaw b/c () 100 g ( <b>JAJ, MLE, GOR.</b> )	
	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> ) Pasta z jaj 80 g ( <b>JAJ, MLE.</b> ) Salata 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> ) Pasta z jaj 80 g ( <b>JAJ, MLE.</b> ) Salata zielona 10 g	Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Pasta z jaj 80 g ( <b>JAJ, MLE.</b> ) Salata 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> ) Pasta z jaj 100 g ( <b>JAJ, MLE.</b> ) Salata 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> ) Pasta z jaj 80 g ( <b>JAJ, MLE.</b> ) Salata zielona 10 g
PN	Babka piaskowa 60 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE.</b> )				Pomidor 15 g Szynka Konserwowa drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 20 g ( <b>SOJ.</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE.</b> ) Chleb Graham 30 g ( <b>GLU PSZ.</b> )	Babka piaskowa 60 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE.</b> )
	E: 2806.21 kcal;	E: 2646.96 kcal;	E: 2696.26 kcal;	E: 3031.97 kcal;	E: 2352.01 kcal;	E: 2633.69 kcal;

	ŁÓDŹ- ZW Podstawowa	ŁÓDŹ- ZW Łatwo strawna	ŁÓDŹ- ZW Dziecięca	ŁÓDŹ- ZW Bogatobiałkowa	ŁÓDŹ- ZW Cukrzycowa	ŁÓDŹ- ZW Oszczędzająca	
2024-01-20 sobota	Śniadanie	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> ) Połudwica Sopotka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody. 60 g ( <b>SOJ. MLE.</b> ) Salata 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> ) Połudwica Sopotka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody. 80 g ( <b>SOJ. MLE.</b> ) Salata zielona 10 g	Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Chleb Graham 200 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Połudwica Sopotka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody. 60 g ( <b>SOJ. MLE.</b> ) Ogórek kiszony 80 g Salata zielona 5 g	Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Chleb Graham 200 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Połudwica Sopotka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody. 60 g ( <b>SOJ. MLE.</b> ) Ogórek kiszony 80 g Salata 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> ) Połudwica Sopotka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody. 60 g ( <b>SOJ. MLE.</b> ) Cukinia pieczona z olejem * 80 g	
		II SN			Kefir 1,5% t 150g 1 Por ( <b>MLE.</b> )		
	Obiad	Koperkowa z ziemniakami () 350 ml ( <b>GLU PSZ. MLE. SEL.</b> ) Ryż na sypko 250 g Kociółek meksykański z kurczakiem i fasolą 150 g ( <b>SEL.</b> ) Salatka z buraczków i jabłka z olejem () 75 g Kompot owocowy* z/c 300 ml Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 75 g	Koperkowa z ziemniakami () 350 ml ( <b>GLU PSZ. MLE. SEL.</b> ) Ryż na sypko 250 g Potrawka drobiowa () 150 g ( <b>GLU PSZ. SEL.</b> ) Buraczki oprószone () 75 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Kompot owocowy* z/c 300 ml Marchew gotowana z olejem () 75 g	Koperkowa z ziemniakami () 350 ml ( <b>GLU PSZ. MLE. SEL.</b> ) Ryż na sypko 250 g Potrawka drobiowa () 150 g ( <b>GLU PSZ. SEL.</b> ) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 80 g Buraczki oprószone () 75 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Kompot owocowy* z/c 300 ml Marchew gotowana z olejem () 75 g	Koperkowa z ziemniakami () 350 ml ( <b>GLU PSZ. MLE. SEL.</b> ) Ryż na sypko (brązowy) 250 g Kociółek meksykański z kurczakiem i fasolą 150 g ( <b>SEL.</b> ) Salatka z buraczków i jabłka z olejem () 75 g Kompot owocowy* b/c 300 ml Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 75 g	Koperkowa z ziemniakami () 350 ml ( <b>GLU PSZ. MLE. SEL.</b> ) Ryż na sypko 250 g Potrawka drobiowa () 150 g ( <b>GLU PSZ. SEL.</b> ) Buraczki oprószone () 75 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Kompot owocowy* z/c 300 ml Marchew gotowana z olejem () 75 g	
		PD		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 80 g Salata zielona 5 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> ) Pomidor 80 g Salata zielona 5 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> ) Ketchup 20 g ( <b>SEL.</b> ) Pomidor 80 g Salata zielona 5 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 80 g Salata zielona 5 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 60 g ( <b>SOJ.</b> ) Ketchup 20 g ( <b>SEL.</b> ) Pomidor 80 g Salata zielona 5 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> ) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt



		ŁÓDŹ- ZW Podstawowa	ŁÓDŹ- ZW Łatwo strawna	ŁÓDŹ- ZW Dziecięca	ŁÓDŹ- ZW Bogatobiałkowa	ŁÓDŹ- ZW Cukrzycowa	ŁÓDŹ- ZW Oszczędzająca
2024-01-20 sobota	PN	Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt				Chleb Graham 30 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE.</b> ) Salata zielona 5 g Ser żółty 20 g ( <b>MLE.</b> )	Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt
		E: 2555.51 kcal;	E: 2156.50 kcal;	E: 2384.42 kcal;	E: 2611.79 kcal;	E: 2408.54 kcal;	E: 2265.44 kcal;
2024-01-21 niedziela	Śniadanie	Kawa zbożowa z mlekiem z/c 300 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 150 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Serek homo o smaku wanilinowym 80 g ( <b>MLE.</b> ) Jabłko 1 szt 1 szt Salata zielona 5 g	Kawa zbożowa z mlekiem z/c 300 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> ) Serek homo o smaku wanilinowym 80 g ( <b>MLE.</b> ) Jabłko 1 szt 1 szt Salata zielona 5 g	Kawa zbożowa z mlekiem z/c 300 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> ) Serek homo o smaku wanilinowym 100 g ( <b>MLE.</b> ) Jabłko 1 szt 1 szt Salata zielona 5 g	Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Chleb Graham 200 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Serek homo. naturalny 80 g ( <b>MLE.</b> ) Jabłko 1 szt 1 szt Salata zielona 5 g	Kawa zbożowa z mlekiem z/c 300 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> ) Serek homo o smaku wanilinowym 80 g ( <b>MLE.</b> ) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	
	II ŚN						Salatka szwedzka b/c () 100 g ( <b>GOR.</b> )
	Obiad	Marchewkowa z zacierką () 350 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</b> ) Ziemniaki () 250 g Kotlet schabowy 80 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> ) Surówka wielowarzywna z olejem () 75 g ( <b>SEL.</b> ) Kompot owocowy* z/c 300 ml Szpinak gotowany z olejem* 75 g ( <b>GLU PSZ.</b> )	Marchewkowa z zacierką () 350 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</b> ) Ziemniaki () 250 g Bitka schabowa 80 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Sos własny () 70 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Szpinak gotowany z olejem* 75 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Kompot owocowy* z/c 300 ml Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 75 g ( <b>SEL.</b> )	Marchewkowa z zacierką () 350 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</b> ) Ziemniaki () 250 g Bitka schabowa 160 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Sos własny () 70 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Szpinak gotowany z olejem* 75 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Kompot owocowy* z/c 300 ml Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 75 g ( <b>SEL.</b> )	Marchewkowa z zacierką () 350 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</b> ) Ziemniaki () 250 g Bitka schabowa 80 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Sos własny () 70 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Surówka wielowarzywna z olejem b/c () 75 g ( <b>SEL.</b> ) Kompot owocowy* b/c 300 ml Szpinak gotowany z olejem* 75 g ( <b>GLU PSZ.</b> )	Marchewkowa z zacierką () 350 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</b> ) Ziemniaki () 250 g Bitka schabowa 80 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Sos własny () 70 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Szpinak gotowany z olejem* 75 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Kompot owocowy* z/c 300 ml Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 75 g ( <b>SEL.</b> )	
	PD		Chrupki kukurydziane 25 g	Jogurt truskawkowy 100 g 1 szt ( <b>MLE.</b> )	jogurt naturalny 100g 1 szt ( <b>MLE.</b> )		

		ŁÓDŹ- ZW Podstawowa	ŁÓDŹ- ZW Łatwo strawna	ŁÓDŹ- ZW Dziecięca	ŁÓDŹ- ZW Bogatobiałkowa	ŁÓDŹ- ZW Cukrzycowa	ŁÓDŹ- ZW Oszczędzająca	
2024-01-21 niedziela	Kolaża	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> ) Kielbasa Żywiecka wieprzowa grubo rozdrobniona wędzona parzona z dodatkiem białka wieprzowego 60 g ( <u>SOJ, MLE.</u> ) Pomidor 80 g Salata zielona 5 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> ) Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 60 g ( <u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ.</u> ) Pomidor 80 g Salata zielona 5 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> ) Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 80 g ( <u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ.</u> ) Pomidor 80 g Salata zielona 5 g	Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Chleb Graham 200 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> ) Kielbasa Żywiecka wieprzowa grubo rozdrobniona wędzona parzona z dodatkiem białka wieprzowego 60 g ( <u>SOJ, MLE.</u> ) Pomidor 80 g Salata zielona 5 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> ) Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 60 g ( <u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ.</u> ) Pasta warzywna () 80 g ( <u>SEL.</u> )		
	PN	Sok pomarańczowy 0,2L-kartonik 1 szt				Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 20 g ( <u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ.</u> ) Salata zielona 5 g Chleb Graham 30 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE.</u> )	Sok pomarańczowy 0,2L-kartonik 1 szt	
		E: 2599.05 kcal;	E: 2408.00 kcal;	E: 2498.75 kcal;	E: 2776.32 kcal;	E: 2351.93 kcal;	E: 2472.12 kcal;	

<nazwa jednostki>

<ulica>, <kod>

### **Oznaczenia wskaźników odż.:**

*E - Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal],*

*B - Białko ogółem wg rozp. 1169/2011,*

*T - Tłuszcz,*

*W - Węglowodany ogółem,*

*Sól - Sól,*

*K - Potas,*

*Kw. tł. nasy. - Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem,*

*Bł. - Błonnik pokarmowy,*

*Ener. z B - % energii z białka,*

*Ener. z T - % energii z tłuszczu,*

*Ener. z W - % energii z węglowodanów,*

*Ener. z Bł. - % energii z błonnika,*

*W tym cukry - w tym cukry,*

*WW - WW,*