

<b>poniedziałek (2024-04-08)</b>	<b>wtorek (2024-04-09)</b>	<b>środa (2024-04-10)</b>	<b>czwartek (2024-04-11)</b>	<b>piątek (2024-04-12)</b>	<b>sobota (2024-04-13)</b>	<b>niedziela (2024-04-14)</b>
<b>Śniadanie</b>	<b>Śniadanie</b>	<b>Śniadanie</b>	<b>Śniadanie</b>	<b>Śniadanie</b>	<b>Śniadanie</b>	<b>Śniadanie</b>
<p>Polejdwica z indyka 20g. (SOJ,SEL)</p> <p>Ser topiony w trójkątach 1 szt. (17,5g)(MLE)</p> <p>Pieczony mieszane 130g(GLU)</p> <p>Masło 15g. (MLE)</p> <p>Rzodkiewka 30g.</p> <p>Herbata z cukrem i cytryną 250ml.</p>	<p>Zupa mleczna z ryżem 300ml. (MLE)</p> <p>Flecek ziocisty 20g. (MLE,SOJ)</p> <p>Dżem truskawkowy 25g.</p> <p>Pieczony mieszane 130g(GLU)</p> <p>Masło 15g. (MLE)</p> <p>Papryka siołka 50g.</p> <p>Herbata z cukrem i cytryną 250ml.</p>	<p>Szynka z indyka 20g. (SOJ,SEL)</p> <p>Ser topiony w trójkątach 1 szt. (17,5g)(MLE)</p> <p>Pieczony mieszane 130g(GLU)</p> <p>Masło 15g. (MLE)</p> <p>Salata 30g.</p> <p>Herbata z cukrem i cytryną 250ml.</p>	<p>Zupa mleczna z płatkami 300ml. (MLE)</p> <p>Polejdwiczanka z warzywami 35g. (SOJ, MLE)</p> <p>Pieczony mieszane 130g(GLU)</p> <p>Masło 15g. (MLE)</p> <p>Ogórek zielony 50g.</p> <p>Herbata z cukrem i cytryną 250ml.</p>	<p>Pasztetowa drobiowa 50g. (SOJ, GLU, MLE, GOR)</p> <p>Pieczony mieszane 130g(GLU)</p> <p>Masło 15g. (MLE)</p> <p>Ogórek kiszony 50g.</p> <p>Herbata z cukrem i cytryną 250ml.</p>	<p>Parówka na ciepło 1szt.(50g) (SOJ)</p> <p>Pieczony mieszane 130g(GLU)</p> <p>Masło 15g. (MLE)</p> <p>Ketchup 20g.</p> <p>Rzodkiewka 30g.</p> <p>Rukola 1g.</p> <p>Herbata z cukrem i cytryną 250ml.</p>	<p>Twarożek ze szczyptkiem 80g. (MLE)</p> <p>Pieczony mieszane 130g(GLU)</p> <p>Masło 15g. (MLE)</p> <p>Salata 30g.</p> <p>Herbata z cukrem i cytryną 250ml.</p>
<b>II Śniadanie</b>	<b>II Śniadanie</b>	<b>II Śniadanie</b>	<b>II Śniadanie</b>	<b>II Śniadanie</b>	<b>II Śniadanie</b>	<b>II Śniadanie</b>
<p>Manna na gęsto z sokiem 200ml. (MLE, GLU)</p>	<p>Jabłko 1 szt. (250g)</p> <p>Herbatniki zbożowe 2szt. (20g.)(GLU, MLE, SOJ, JAJ, SEZ, ORZ)</p>	<p>Jogurt naturalny 1op. (150g) (MLE)</p> <p>Sucharki delikatkowe 2szt.(16g)(GLU,JAJ,SOJ)</p>	<p>Kisiel owocowy 250ml.</p> <p>Paluszki słone 15g.</p>	<p>Koktajl truskawkowy 200ml. (MLE)</p>	<p>Galaretką owocową 250ml.</p> <p>Biszkopty 5szt. (13g) (GLU,JAJ)</p>	<p>Soczek 1 szt. (200ml.)</p> <p>Herbatniki owiane z żurawiną 2szt.(15g)(GLU, MLE, JAJ, SOJ, SEZ, ORZ)</p>
<b>Obiad</b>	<b>Obiad</b>	<b>Obiad</b>	<b>Obiad</b>	<b>Obiad</b>	<b>Obiad</b>	<b>Obiad</b>
<p>Zalewka z ziemniakami 350(MLE, GLU, SEL)</p> <p>Spaghetti z mięsem i warzywami 400g. (SEL, GLU, JAJ)</p> <p>Kompot z owoców sezonowych 250ml.</p>	<p>Zupa ryżowa z zieleciną 350ML. (SEL)</p> <p>Wąrobka drobiowa gotowana 50/30g.</p> <p>Ziemniaki 300g.</p> <p>Surówka z ogórka kiszzonego, marchwi i cebuli 150g.</p> <p>Kompot z owoców sezonowych 250ml.</p>	<p>Zupa ogórkowa z ryżem 350ml. (SEL, GLU)</p> <p>Stek z cebulą 80/50g. (GLU)</p> <p>Ziemniaki 300g.</p> <p>Surówka z marchwi i jabłka 150g.</p> <p>Kompot z owoców sezonowych 250ml.</p>	<p>Krupnik z kaszy, pieczak z zieleciną 350ml.</p> <p>Gorąbki z mięsem, ryżem i białą kapusią 1szt. (250g) (JAJ)</p> <p>Ziemniaki 300g.</p> <p>Kompot z owoców sezonowych 250ml.</p>	<p>Barszcz ukraiński 350ml. (GLU, SEL)</p> <p>Placuszki z jabłkami na siodko 250g. (GLU, JAJ, MLE)</p> <p>Kompot z owoców sezonowych 250ml.</p>	<p>Zupa pomidorowa z makaronem i zieleciną 350ml. (GLU, SEL, JAJ)</p> <p>Pieczeń ryżowa z sosem 90/100g. (JAJ, GLU)</p> <p>Ryż naturalny 250g.</p> <p>Kapusta biała gotowana 200g(GLU)</p> <p>Kompot z owoców sezonowych 250ml.</p>	<p>Bulion z płatkami i jeżyniennymi i zieleciną 350ml. (GLU, SEL)</p> <p>Pierś drobiowa w cieście 100g. (JAJ, GLU)</p> <p>Ziemniaki 300g.</p> <p>Mizerna z kefirem 120/50g. (MLE)</p> <p>Kompot z owoców sezonowych 250ml.</p>
<b>Podwieczorek</b>	<b>Podwieczorek</b>	<b>Podwieczorek</b>	<b>Podwieczorek</b>	<b>Podwieczorek</b>	<b>Podwieczorek</b>	<b>Podwieczorek</b>
<p>Jabłko 1 szt. (250g)</p>	<p>Giasto drożdżowe 50g(JAJ,MLE,GLU)</p>	<p>Jabłko 1szt.(250g)</p>	<p>Jabłko 1szt.(250g)</p> <p>Biszkopty 30g. (GLU, JAJ, MLE)</p>	<p>Krakersy Latkonik 2szt(10g) (GLU,JAJ,SEZ,MLE)</p> <p>Jabłko 1szt.(250g)</p>	<p>Mandarynki 2szt(130g)</p>	<p>Jogurt owocowy 150ml. (MLE)</p> <p>Jabłko 1szt. (250g)</p>
<b>Kolacja</b>	<b>Kolacja</b>	<b>Kolacja</b>	<b>Kolacja</b>	<b>Kolacja</b>	<b>Kolacja</b>	<b>Kolacja</b>
<p>Jajko gotowane 1 szt. (60g) (JAJ)</p> <p>Pieczony mieszane 130g(GLU)</p> <p>Masło 15g. (MLE)</p> <p>Pomidor 50g.</p> <p>Szczyptorek 1g.</p> <p>Herbata z cukrem i cytryną 250ml.</p>	<p>Polejdwica Ani 38g. (SOJ)</p> <p>Pieczony mieszane 130g(GLU)</p> <p>Masło 15g. (MLE)</p> <p>Ogórek zielony 50g.</p> <p>Herbata z cukrem i cytryną 250ml.</p>	<p>Twarożek ze szczyptkiem 80g. (MLE)</p> <p>Pieczony mieszane 130g(GLU)</p> <p>Masło 15g. (MLE)</p> <p>Kiełki warzyw. mieszanka 3g.</p> <p>Kakao na mleku 250ml. (MLE)</p>	<p>Jajko gotowane 1/2szt. (JAJ)</p> <p>Szynka biała 25g. (SOJ)</p> <p>Pieczony mieszane 130g(GLU)</p> <p>Masło 15g. (MLE)</p> <p>Pomidor 50g.</p> <p>Herbata z cukrem i cytryną 250ml.</p>	<p>Filet królewski z indyka 25g. (SOJ)</p> <p>Powidła siliwkowe 20g.</p> <p>Pieczony mieszane 130g(GLU)</p> <p>Masło 15g. (MLE)</p> <p>Salata 30g.</p> <p>Herbata z cukrem i cytryną 250ml.</p>	<p>Ser żółty Gouda 40g. (MLE)</p> <p>Pieczony mieszane 130g(GLU)</p> <p>Masło 15g. (MLE)</p> <p>Pomidor 50g.</p> <p>Czekolada na mleku 250ml. (MLE)</p>	<p>Szynka biała 25g. (SOJ)</p> <p>Ser topiony w trójkątach 1 szt. (17,5g)(MLE)</p> <p>Pieczony mieszane 130g(GLU)</p> <p>Masło 15g. (MLE)</p> <p>Ogórek zielony 50g.</p> <p>Herbata z cukrem i cytryną 250ml.</p>

**Energia:**

Kcal **2378** = **9992 kJ**  
 Kcal z tłuszczu **27,73** %  
 Kcal z białka **12,49** %  
 Kcal z węglowodanów **62,26** %

**Energia:**

Kcal **2666** = **11204 kJ**  
 Kcal z tłuszczu **25,34** %  
 Kcal z białka **12,13** %  
 Kcal z węglowodanów **64,15** %

**Energia:**

Kcal **2434** = **10219 kJ**  
 Kcal z tłuszczu **27,15** %  
 Kcal z białka **13,18** %  
 Kcal z węglowodanów **61,83** %

**Energia:**

Kcal **2639** = **11106 kJ**  
 Kcal z tłuszczu **24,51** %  
 Kcal z białka **11,47** %  
 Kcal z węglowodanów **66,01** %

**Energia:**

Kcal **2389** = **9499 kJ**  
 Kcal z tłuszczu **27,32** %  
 Kcal z białka **9,46** %  
 Kcal z węglowodanów **67,48** %

**Energia:**

Kcal **2617** = **10972 kJ**  
 Kcal z tłuszczu **32,24** %  
 Kcal z białka **12,62** %  
 Kcal z węglowodanów **57,63** %

**Energia:**

Kcal **2317** = **9732 kJ**  
 Kcal z tłuszczu **22,09** %  
 Kcal z białka **14,69** %  
 Kcal z węglowodanów **64,79** %

Jadłospis dla Ośrodka Pediatrycznego im. M. Konopnickiej w Łodzi

	Dieta cukrzycowa	Dieta lekkostrawna	Dieta do II roku życia
<b>I śniadanie</b>	Polędwica z indyka 20g Ser topiony w trójkątach 1 szt. (17,5g) pieczywo graham 100g masło 15g Rzodkiewka 30g herbata z cytryną 250ml	Polędwica z indyka 35g pieczywo jasne 130g masło roślinne 15g herbata z cytryną 250ml	Zupa mleczna 250ml Polędwica z indyka 25g pieczywo jasne 100g masło 10g herbata z cytryną 250ml
<b>II śniadanie</b>	Manna na gęsto z sokiem 200ml Wafle ryżowe 2szt	Manna na gęsto z sokiem 200ml	Manna na gęsto z sokiem 200ml
<b>Obiad</b>	Zalewajka z ziemniakami 350ml Spaghetti z mięsem i warzywami 400g kompot z owoców sezonowych 200ml	Ziemniaczanka 350ml Pulpet w sosie własnym 90/100g Ziemniaki 300g Szpinak gotowany 200g kompot z owoców sezonowych 200ml	Ziemniaczanka 350ml Pulpet w sosie własnym 90/100g Ziemniaki 200g Szpinak gotowany 150g kompot z owoców sezonowych 200ml
<b>Podwieczorek</b>	Jabłko 1szt Krakersy 3szt	Jabłko pieczone 1szt	Jabłko pieczone 1szt
<b>Kolacja</b>	Jajko gotowane 1szt pieczywo graham 100g masło 15g Pomidor 50g Szczypiorek 1g herbata z cytryną 250ml	Jajko gotowane 0,5szt pieczywo jasne 130g masło roślinne 15g herbata z cytryną 250ml	Zupa mleczna 250ml Jajko gotowane 0,5szt pieczywo jasne 100g masło 10g herbata z cytryną 250ml
<b>II Kolacja</b>	Kanapki z serem żółtym		



Jadłospis dla Ośrodka Pediatrycznego im. M. Konopnickiej w Łodzi

	Dieta cukrzycowa	Dieta lekkostrawna	Dieta do II roku życia
<b>I śniadanie</b>	Filecik złocisty 50g pieczywo graham 100g masło 15g papryka słodka 50g herbata z cytryną 250ml	Filecik złocisty 20g Dżem truskawkowy 25g pieczywo jasne 130g masło roślinne 15g herbata z cytryną 250ml	Zupa mleczna 250ml Filecik złocisty 15g Dżem 25g pieczywo jasne 100g masło 10g herbata z cytryną 250ml
<b>II śniadanie</b>	Jabłko Herbatniki zbożowe 2szt	Jabłko pieczone 1szt	Jabłko pieczone 1szt
<b>Obiad</b>	Zupa ryżowa z zielenią 350ml Wątróbka drobiowa gotowana 50/30g Surowka z kiszanej kapusty 150g kompot z owoców sezonowych 200ml	Zupa ryżowa z zielenią 350ml Wątróbka drobiowa gotowana 50/30g Warzywa gotowane 200g kompot z owoców sezonowych 200ml	Zupa ryżowa z zielenią 250ml Wątróbka drobiowa gotowana 50/30g Warzywa gotowane 150g kompot z owoców sezonowych 200ml
<b>Podwieczorek</b>	Ciasto drożdżowe 50g	Chrupki kukurydziane 30g	Chrupki kukurydziane 30g
<b>Kolacja</b>	Polędwica Ani 38g pieczywo graham 100 masło 15g Ogórek zielony 50g herbata z cytryną 250ml	Polędwica Ani 38g pieczywo jasne 130g masło roślinne 15g herbata z cytryną 250ml	Zupa mleczna 250ml Polędwica Ani 28g pieczywo jasne 100g masło 10g herbata z cytryną 250ml
<b>II Kolacja</b>	Kanapki z wędliną		

Jadłospis dla Ośrodka Pediatrycznego im. M. Konopnickiej w Łodzi

	Dieta cukrzycowa	Dieta lekkostrawna	Dieta do II roku życia
<b>I śniadanie</b>	Szynka z indyka 20g Ser topiony w trójkątach 1 szt. (17,5g) pieczywo graham 100g masło 15g sałata 30g herbata z cytryną 250ml	Szynka z indyka 35g pieczywo jasne 130g masło roślinne 15g herbata z cytryną 250ml	Zupa mleczna 250ml Szynka z indyka 25g pieczywo jasne 100g masło 10g herbata z cytryną 250ml
<b>II śniadanie</b>	Jogurt naturalny 1op Sucharki delikatesowe 2szt	Jogurt naturalny 1op Sucharki delikatesowe 2szt	Jogurt naturalny 1op Sucharki delikatesowe 2szt
<b>Obiad</b>	Zupa ogórkowa z ryżem 350ml Stek z cebulą 80/50g Ziemiaki 300g Surówka z marchwi i jabłka 150g. kompot z owoców sezonowych 200ml	Koperkowa z ryżem 350ml Schab gotowany 90g Ziemiaki 300g Marchew gotowana 200g kompot z owoców sezonowych 200ml	Koperkowa z ryżem 250ml Schab gotowany 90g Ziemiaki 200g Marchew gotowana 150g kompot z owoców sezonowych 200ml
<b>Podwieczorek</b>	Jabłko 1szt	Jabłko pieczone 1szt	Jabłko pieczone 1szt
<b>Kolacja</b>	Twarożek ze szczypiorkiem 200g pieczywo graham 100 masło 15g Kiełki warzyw mieszanka 3g herbata z cytryną 250ml	Twarożek ze szczypiorkiem 80g pieczywo jasne 130g masło roślinne 15g herbata z cytryną 250ml	Zupa mleczna 250ml Twarożek ze szczypiorkiem 60g pieczywo jasne 100g masło 10g herbata z cytryną 250ml
<b>II Kolacja</b>	Kanapki z wędliną		

Jadłospis dla Ośrodka Pediatrycznego im. M. Konopnickiej w Łodzi

	Dieta cukrzycowa	Dieta lekkostrawna	Dieta do II roku życia
<b>I śniadanie</b>	Polędwiczanka z warzywami 50g pieczywo graham 100g masło 15g Ogórek zielony 50g herbata z cytryną 250ml	Chuda wędlina 35g pieczywo jasne 130g masło roślinne 15g herbata z cytryną 250ml	Zupa mleczna 250ml Chuda wędlina 25g pieczywo jasne 100g masło 10g herbata z cytryną 250ml
<b>II śniadanie</b>	Kisiel owocowy 250ml Paluszki 15g	Kisiel owocowy 250ml	Kisiel owocowy 250ml
<b>Obiad</b>	Krupnik z kaszy pęczak z zieleniną 350ml Gołąbki z mięsem, ryżem i białą kapustą 1szt Ziemniaki 300g kompot z owoców sezonowych 200ml	Krupnik z kaszy pęczak z zieleniną 350ml Pulpet w sosie koperkowym 90/100g Ziemniaki 300g szpinak gotowany 200g kompot z owoców sezonowych 200ml	Krupnik z kaszy pęczak z zieleniną 350ml Pulpet w sosie koperkowym 90/100g Ziemniaki 200g szpinak gotowany 150g kompot z owoców sezonowych 200ml
<b>Podwieczorek</b>	Jabłko 1szt Biszkopty 30g	Jabłko pieczone 1szt Biszkopty 30g.	Jabłko pieczone 1szt Biszkopty 30g.
<b>Kolacja</b>	Jajko gotowane 1 szt, szynka biała 25g. pieczywo graham 100g masło 15g Pomidor 50g Szcypiorek 1g herbata z cytryną 250ml	Jajko gotowane 1/2szt Szynka biała 25g. pieczywo jasne 130g masło roślinne 15g herbata z cytryną 250ml	Zupa mleczna 250ml Jajko gotowane 1/2szt Szynka biała 20g. pieczywo jasne 100g masło 10g herbata z cytryną 250ml

Jadłospis dla Ośrodka Pediatrycznego im. M. Konopnickiej w Łodzi

	Dieta cukrzycowa	Dieta lekkostrawna	Dieta do II roku życia
<b>I śniadanie</b>	Paszetkowa drobiowa 50g pieczywo graham 100 masło 15g Ogórek kiszony 50g herbata z cytryną 250ml	Polędwica miodowa 35 g pieczywo jasne 130g masło roślinne 15g herbata z cytryną 250ml	Zupa mleczna 250ml Polędwica miodowa 25 g pieczywo jasne 100g masło 10g herbata z cytryną 250ml
<b>II śniadanie</b>	Koktajl truskawkowy 200ml	Koktajl truskawkowy 200ml	Koktajl truskawkowy 200ml
<b>Obiad</b>	Barszcz ukraiński 350ml Placuszki z jabłkami na stodko 250g kompot z owoców sezonowych 200ml	Barszcz ukraiński 350ml Makaron z serem kompot z owoców sezonowych 200ml	Barszcz ukraiński 350ml Makaron z serem kompot z owoców sezonowych 200ml
<b>Podwieczorek</b>	Krakersy 3szt Jabłko 2szt	Jabłko pieczone 1szt Chrupki kukurydziane 30g.	Jabłko pieczone 1szt Chrupki kukurydziane 30g.
<b>Kolacja</b>	Filet królewski z indyka 55g pieczywo graham 100g masło 15g sałata 30g herbata z cytryną 250ml	Filet królewski z indyka 25g Dżem truskawkowy 20g pieczywo jasne 130g masło roślinne 15g herbata z cytryną 250ml	Zupa mleczna 250ml Filet królewski z indyka 28g Dżem truskawkowy 20g. pieczywo jasne 100g masło 10g herbata z cytryną 250ml
<b>II Kolacja</b>	Kanapki z serem żółtym		



Jadłospis dla Ośrodka Pediatrycznego im. M. Konopnickiej w Łodzi

	<b>Dieta cukrzycowa</b>	<b>Dieta lekkostrawna</b>	<b>Dieta do II roku życia</b>
<b>I śniadanie</b>	Parówka na ciepło 1,5zt pieczywo graham 100g masło 15g Rzodkiewka 30g. Rukola 1g. herbata z cytryną 250ml	Parówka na ciepło 1szt pieczywo jasne 130g masło roślinne 15g herbata z cytryną 250ml	Zupa mleczna 250ml Parówka na ciepło 1szt pieczywo jasne 100g masło 10g herbata z cytryną 250ml
<b>II śniadanie</b>	Galaretka owocowa 250ml Biskopity 30g	Galaretka owocowa 250ml	Galaretka owocowa 250ml
<b>Obiad</b>	Zupa pomidorowa z makaronem i zielenią 350ml Pieczeń rzymska z sosem 90/100g Ryż naturalny 250g Kapusta biała gotowana 200g kompot z owoców sezonowych 200ml	Zupa pomidorowa z makaronem i zielenią 350ml Schab gotowany Ryż naturalny 250g Warzywa gotowane 200g kompot z owoców sezonowych 200ml	Zupa pomidorowa z makaronem i zielenią 350ml Schab gotowany Ryż naturalny 200g Warzywa gotowane 150g kompot z owoców sezonowych 200ml
<b>Podwieczorek</b>	Mandarynki 2szt.	Jabłko pieczone 1szt	Jabłko pieczone 1szt
<b>Kolacja</b>	Ser żółty Gouda 40g pieczywo graham 100 masło 15g pomidor 50g. herbata z cytryną 250ml	Chuda wędlina 35g pieczywo jasne 130g masło roślinne 15g herbata z cytryną 250ml	Zupa mleczna 250ml Chuda wędlina 25g pieczywo jasne 100g masło 10g herbata z cytryną 250ml
<b>II Kolacja</b>	Kanapki z serem topionym 1pl		

Jadłospis dla Ośrodka Pediatrycznego im. M. Konopnickiej w Łodzi

	Dieta cukrzycowa	Dieta lekkostrawna	Dieta do II roku życia
<b>I śniadanie</b>	Twarożek ze szczypiorkiem 200g pieczywo graham 100g masło 15g sałata 30g herbata z cytryną 250ml	Twarożek ze szczypiorkiem 80g pieczywo jasne 130g masło roślinne 15g herbata z cytryną 250ml	Zupa mleczna 250ml Twarożek ze szczypiorkiem 60g pieczywo jasne 100g masło 10g herbata z cytryną 250ml
<b>II śniadanie</b>	Herbatniki owsiane z żurawiną 2szt Soczek 1szt	Soczek 1szt Chrupki kukurydziane 30g	Soczek 1szt Chrupki kukurydziane 30g
<b>Obiad</b>	Bulion z płatkami jęczmiennymi i zieleniną 350ml Pierś drobiowa w cieście 100g Ziemniaki 300g Mizeria 150g kompot z owoców sezonowych 200ml	Bulion z płatkami jęczmiennymi i zieleniną 350ml Pierś gotowana 80g Ziemniaki 300g Szpinak 150g kompot z owoców sezonowych 200ml	Bulion z płatkami jęczmiennymi i zieleniną 350ml Pierś gotowana 80g Ziemniaki 200g Szpinak 150g kompot z owoców sezonowych 200ml
<b>Podwieczorek</b>	Jogurt owocowy 150ml Jabłko 1szt	Jabłko pieczone 1szt	Jabłko pieczone 1szt
<b>Kolacja</b>	Szynka biała 25g Ser topiony w trójkątach 1 szt pieczywo graham 100g masło 15g ogórek zielony 50g herbata z cytryną 250ml	Szynka biała 38g pieczywo jasne 130g masło roślinne 15g herbata z cytryną 250ml	Zupa mleczna 250ml Szynka biała 28g pieczywo jasne 100g masło 10g herbata z cytryną 250ml