

piątek (2024-03-15)		sobota (2024-03-16)		niedziela (2024-03-17)		poniedziałek (2024-03-18)		wtorek (2024-03-19)		środa (2024-03-20)		czwartek (2024-03-21)	
Śniadanie		Śniadanie		Śniadanie		Śniadanie		Śniadanie		Śniadanie		Śniadanie	
<p>Polędwica miodowa 25 g. (SOJ, MLE, SEL) Ser topiony 1pl.(17g)(MLE) Pieczywo mieszane 130g(GLU) Masło 15g.(MLE) Salata 30g. Kiełki warzyw mieszanka 3g. Herbata z cukrem i cytryną 250ml.</p>		<p>Parówka na ciepło 1szt.(50g) (SOJ) Polędwica Ani 20g.(SOJ) Pieczywo mieszane 130g(GLU) Masło 15g.(MLE) Ketchup 20g. Ogórek kiszony 50g. Herbata z cukrem i cytryną 250ml.</p>		<p>Twarożek ze szczyptokiem 80g.(MLE) Pieczywo mieszane 130g(GLU) Masło 15g.(MLE) Kawa mleczna 250ml.(MLE)</p>		<p>Filecik złościsty 20g. (MLE,SOJ) Ser topiony w trójkątach 1 szt. (17,5g)(MLE) Pieczywo mieszane 130g(GLU) Masło 15g.(MLE) Salata 30g. Herbata z cukrem i cytryną 250ml.</p>		<p>Zupa mleczna z zacierką 300ml.(MLE, GLU, JAJ) Filet królewski z indyk.20g.(SOJ) Dżem owocowy 25g. Pieczywo mieszane 130g(GLU) Masło 15g.(MLE) Herbata z cukrem i cytryną 250ml. Pomidor 50g.</p>		<p>Polędwiczanka z warzywami 35g (SOJ, MLE) Pieczywo mieszane 130g(GLU) Masło 15g.(MLE) Herbata z cukrem i cytryną 250ml. Ogórek zielony 50g.</p>		<p>Zupa mleczna z płatkami 300ml.(MLE) Polędwica z indyka 20g.(SOJ,SEL) Miód pszczoeli 25g. Pieczywo mieszane 130g(GLU) Masło 15g.(MLE) Salata 30g. Herbata z cukrem i cytryną 250ml.</p>	
II Śniadanie		II Śniadanie		II Śniadanie		II Śniadanie		II Śniadanie		II Śniadanie		II Śniadanie	
<p>Mieszanka bakaliowa 30g.(ORZ) Biszkopty 5szt (13g) (GLU,JAJ)</p>		<p>Galareta owocowa 250ml. Krakersy 3szt(18g)(GLU, SEZ, MLE, JAJ)</p>		<p>Herbatniki Petit 1/2op.(50g) (JAJ,MLE,GLU) Soczek 1 szt.(200ml.)</p>		<p>Budyn śmietankowy 250ml.(GLU, MLE) Paluszek słone 15g.</p>		<p>Jabłko 1szt.(250g) (GLU, JAJ) Herbatniki Stokloski 2szt(20g)(GLU, JAJ, MLE, SEZ, SOJ, ORZE)</p>		<p>Jogurt naturalny 1op.(150g) (MLE) Sucharki delikatesowe 2szt(16g)(GLU,JAJ,SOJ)</p>		<p>Jabłko 1szt.(250g)</p>	
Obiad		Obiad		Obiad		Obiad		Obiad		Obiad		Obiad	
<p>Zupa marchwiowa z zacierką 350ml. (SEL, GLU, JAJ) Kotlet z jaja 90g.(JAJ, GLU) Ziemniaki 300g. Surówka z kapusty czerwonej, jabłka i cebuli 150g. Kompot z owoców sezonowych 250ml.</p>		<p>Zupa pomidorowa z makaronem i zieleciną 350ml.(GLU, SEL, JAJ) Pieczeń trzmyska z sosem 90/100g.(JAJ, GLU) Ziemniaki 300g. Salata z kefirem 50/40ml.(MLE) Kompot z owoców sezonowych 250ml.</p>		<p>Zupa szczawiowa z jajkiem 350ml.(GLU, JAJ, SEL) Filet drobiowy panierowany 100g.(JAJ,GLU) Ziemniaki 300g. Marchew gotowana 200g. (GLU) Kompot z owoców sezonowych 250ml.</p>		<p>Zalewajka z ziemniakami 350(MLE, GLU, SEL) Kociłek mięsny z warzywami 150g.(GLU) Kasza jęczmieńna na sypko 250g.(GLU) Kompot z owoców sezonowych 250ml.</p>		<p>Zupa gryskowa z zieleciną 350ml.(GLU, SEL) Wątróbka drobiowa gotowana 50/30g. Ziemniaki 300g. Surówka z ogórka kiszzonego, marchwi i cebuli 150g. Kompot z owoców sezonowych 250ml.</p>		<p>Zupa ziemniaczana z zieleciną 350ml.(GLU, SEL) Bitka wieprzowa w sosie 50/80g.(GLU) Pampuchy na parze 100g(2 szt),(GLU, JAJ) Kapusta biała gotowana z koncentratem pomidorowym 200g.(GLU) Kompot z owoców sezonowych 250ml.</p>		<p>Zupa koperkowa z ryżem 350ml.(SEL) Kotlet mielony wieprzowy 90g.(GLU, JAJ) Ziemniaki 300g. Surówka z buraka, cebuli i jabłka 150g. Kompot z owoców sezonowych 250ml.</p>	
Podwieczorek		Podwieczorek		Podwieczorek		Podwieczorek		Podwieczorek		Podwieczorek		Podwieczorek	
<p>Mandarynki 2szt(130g)</p>		<p>Gruszka 1szt.(150g)</p>		<p>Jogurt owocowy 150ml.(MLE) Jabłko 1 szt.(250g)</p>		<p>Jabłko 1szt.(250g)</p>		<p>Ciasto drożdżowe 50g(JAJ,MLE,GLU)</p>		<p>Jabłko 1szt.(250g) Herbatniki owsiane z żurawiną 2szt(15g)(GLU, MLE, JAJ, SOJ, SEZ, ORZ)</p>		<p>Biszkopty 5szt.(13g) (GLU, JAJ) Soczek 1 szt.(200ml.)</p>	
Energia:		Energia:		Energia:		Energia:		Energia:		Energia:		Energia:	
<p>Kcal 2298 = 9654 KJ Kcal z tłuszczu 29,32 % Kcal z białka 10,60 % Kcal z węglowodanów 63,17 %</p>		<p>Kcal 2566 = 10764 KJ Kcal z tłuszczu 30,57 % Kcal z białka 12,94 % Kcal z węglowodanów 58,05 %</p>		<p>Kcal 2657 = 11173 KJ Kcal z tłuszczu 23,86 % Kcal z białka 13,76 % Kcal z węglowodanów 64,21 %</p>		<p>Kcal 2339 = 9827 KJ Kcal z tłuszczu 25,43 % Kcal z białka 11,78 % Kcal z węglowodanów 65,06 %</p>		<p>Kcal 2663 = 11186 KJ Kcal z tłuszczu 27,85 % Kcal z białka 13,16 % Kcal z węglowodanów 62,10 %</p>		<p>Kcal 2596 = 10896 KJ Kcal z tłuszczu 30,29 % Kcal z białka 12,79 % Kcal z węglowodanów 58,67 %</p>		<p>Kcal 2606 = 10947 KJ Kcal z tłuszczu 27,30 % Kcal z białka 10,84 % Kcal z węglowodanów 63,63 %</p>	

piątek (2024-03-15)	sobota (2024-03-16)	niedziela (2024-03-17)	poniedziałek (2024-03-18)	wtorek (2024-03-19)	środa (2024-03-20)	czwartek (2024-03-21)
Kolacja Szynka z indyka 25g. (SOJ,SEL) Dżem owocowy 25g. Masło 15g. (MLE) Pieczywo mieszane 130g(GLU) Ogórek zielony 50g. Herbata z cukrem i cytryną 250ml.	Kolacja Ser żółty Gouda 40g. (MLE) Pieczywo mieszane 130g(GLU) Masło 15g. (MLE) Rzodkiewka 30g. Czekolada na mleku 250ml. (MLE)	Kolacja Poledwica z indyka 25g. (SOJ,SEL) Ser topiony 1pl. (17g) (MLE) Pieczywo mieszane 130g(GLU) Masło 15g. (MLE) Pomidor 50g. Herbata z cukrem i cytryną 250ml.	Kolacja Jajko gotowane 1/2szt. (JAJ) Szynka konserwowa 25g. (SOJ,SEL) Pieczywo mieszane 130g(GLU) Masło 15g. (MLE) Cwikla własnego wyrobu 50g. Herbata z cukrem i cytryną 250ml.	Kolacja Szynka biała 25g. (SOJ) Ser żółty 15g. 1 pl. (MLE) Pieczywo mieszane 130g(GLU) Masło 15g. (MLE) Rzodkiewka 30g. Herbata z cukrem i cytryną 250ml.	Kolacja Twarożek ze szczyptorkiem 80g. (MLE) Pieczywo mieszane 130g(GLU) Masło 15g. (MLE) Kiełki warzyw mieszanka 3g. Kakao na mleku 250ml. (MLE)	Kolacja Poledwica Ani 25g. (SOJ) Ser topiony w trójkątach 1 szt. (17,5g) (MLE) Pieczywo mieszane 130g(GLU) Masło 15g. (MLE) Ogórek kiszony 50g. Herbata z cukrem i cytryną 250ml.
Energia: Kcal 2298 = 9654 KJ Kcal z tłuszczu 29,32 % Kcal z białka 10,60 % Kcal z węglowodanów 63,17 %	Energia: Kcal 2566 = 10764 KJ Kcal z tłuszczu 30,57 % Kcal z białka 12,94 % Kcal z węglowodanów 58,05 %	Energia: Kcal 2657 = 11173 KJ Kcal z tłuszczu 23,86 % Kcal z białka 13,76 % Kcal z węglowodanów 64,21 %	Energia: Kcal 2339 = 9827 KJ Kcal z tłuszczu 25,43 % Kcal z białka 11,78 % Kcal z węglowodanów 65,06 %	Energia: Kcal 2663 = 11186 KJ Kcal z tłuszczu 27,85 % Kcal z białka 13,16 % Kcal z węglowodanów 62,10 %	Energia: Kcal 2596 = 10896 KJ Kcal z tłuszczu 30,29 % Kcal z białka 12,79 % Kcal z węglowodanów 58,67 %	Energia: Kcal 2606 = 10947 KJ Kcal z tłuszczu 27,30 % Kcal z białka 10,84 % Kcal z węglowodanów 63,63 %

Jadłospis dla Ośrodka Pediatrycznego im. M. Konopnickiej w Łodzi

	Dieta cukrzycowa	Dieta lekkostrawna	Dieta do II roku życia
I śniadanie	Pasta z jajka i wędliny 40g Połudwica miodowa 20g pieczywo graham 100g masło 15g Sałata 30g herbata z cytryną 250ml	Pasta z jajka i wędliny 30g Połudwica miodowa 20 g. pieczywo jasne 130g masło roślinne 15g herbata z cytryną 250ml	Zupa mleczna 250ml Pasta z jajka i wędliny 30g Połudwica miodowa 20 g. pieczywo jasne 100g masło 10g herbata z cytryną 250ml
II śniadanie	Manna na gęsto 250ml	Manna na gęsto 250ml	Manna na gęsto 250ml
Obiad	Zupa marchwiowa z zacierką 350ml Kotlet z jajka 90g Ziemniaki 300g Surówka z czerwonej kapusty 150g kompot z owoców sezonowych 200ml	Zupa marchwiowa z zacierką 350ml Jajko gotowane 1szt Ziemniaki 300g Buraki gotowane 200g kompot z owoców sezonowych 200ml	Zupa marchwiowa z zacierką 350ml Jajko gotowane 1szt Ziemniaki 200g Buraki gotowane 150g z owoców sezonowych 200ml
Podwieczorek	Jabłko 1szt. Mieszanka bakaliowa 30g	Jabłko pieczone 1szt	Jabłko pieczone 1szt
Kolacja	Szynka z indyka 55g pieczywo graham 100 masło 15g Ćwikła własnego wyrobu 50g herbata z cytryną 250ml	Szynka z indyka 38g pieczywo jasne 130g masło roślinne 15g herbata z cytryną 250ml	Zupa mleczna 250ml Szynka z indyka 28g pieczywo jasne 100g masło 10g herbata z cytryną 250ml
II Kolacja	Kanapki z twarogiem		

Jadłospis dla Ośrodka Pediatrycznego im. M. Konopnickiej w Łodzi

	Dieta cukrzycowa	Dieta lekkostrawna	Dieta do II roku życia
I śniadanie	Parówka na ciepło 1,5szt Połudwica Ani 20g pieczywo graham 100g masło 15g ogórek kiszony 50g herbata z cytryną 250ml	Parówka na ciepło 1szt Połudwica Ani 20g pieczywo jasne 130g masło roślinne 15g herbata z cytryną 250ml	Zupa mleczna 250ml Parówka na ciepło 1szt Połudwica Ani 20g pieczywo jasne 100g masło 10g herbata z cytryną 250ml
II śniadanie	Galaretka owocowa 250ml Krackersy 3szt	Galaretka owocowa 250ml	Galaretka owocowa 250ml
Obiad	Zupa pomidorowa z makaronem i zielenią 350ml Pieczeń rzymska z sosem 90/100g Ziemniaki 300g Sałata z kefirem 50/40ml kompot z owoców sezonowych 200ml	Zupa pomidorowa z makaronem i zielenią 350ml Pulpet w sosie koperkowym Ziemniaki 300g Szpinak gotowany 200g kompot z owoców sezonowych 200ml	Zupa pomidorowa z makaronem i zielenią 350ml Pulpet w sosie koperkowym Ziemniaki 200g Szpinak gotowany 150g kompot z owoców sezonowych 200ml
Podwieczorek	Jabłko Wafle nadziewane b/c	Jabłko pieczone 1szt	Jabłko pieczone 1szt
Kolacja	Ser żółty Gouda 40g pieczywo graham 100 masło 15g Rzodkiewka 30g herbata z cytryną 250ml	Wędlina chuda 38g pieczywo jasne 130g masło roślinne 15g herbata z cytryną 250ml	Zupa mleczna 250ml Wędlina chuda 28g pieczywo jasne 100g masło 10g herbata z cytryną 250ml
II Kolacja	Kanapki z wędliną		

Jadłospis dla Ośrodka Pediatrycznego im. M. Konopnickiej w Łodzi

	Dieta cukrzycowa	Dieta lekkostrawna	Dieta do II roku życia
I śniadanie	Twarożek ze szczypiorkiem 200g pieczywo graham 100 masło 15g 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
II śniadanie	Wafle nadziewane b/c 15g Soczek 150ml	Wafle ryżowe 2 szt Soczek 1 szt	Wafle ryżowe 2 szt Soczek 1 szt
Obiad	Zupa szczawiowa z jajkiem 350ml Filet drobiowy panierowany 100g Ziemniaki 300g Marchew gotowana 200g kompot z owoców sezonowych 200ml	Bulion z płatkami jęczmiennymi 350ml Pulpet w sosie koperkowym 80/100g Ziemniaki 300g Marchew gotowana 200g Kompot z owoców sezonowych 200ml	Bulion z płatkami jęczmiennymi 250ml Pulpet w sosie koperkowym 80/100g Ziemniaki 200g Marchew gotowana 150g kompot z owoców sezonowych 200ml
Podwieczorek	Jogurt owocowy 1szt Jabłko 1szt	Jabłko pieczone 1szt	Jabłko pieczone 1szt
Kolacja	Polędwica z indyka 25g Ser topiony 1pl (17g) pieczywo graham 100 masło 15g Pomidor 50g herbata z cytryną 250ml	Polędwica z indyka 38g pieczywo jasne 130g masło roślinne 15g herbata z cytryną 250ml	Zupa mleczna 250ml Polędwica z indyka 28g pieczywo jasne 100g masło 10g herbata z cytryną 250ml
II Kolacja	Kanapki z serem żółtym		

Jadłospis dla Ośrodka Pediatrycznego im. M. Konopnickiej w Łodzi

	Dieta cukrzycowa	Dieta lekkostrawna	Dieta do II roku życia
I śniadanie	Filecik złocisty 20g Ser topiony w trójkątach 1 szt. (17,5g) pieczywo graham 100 masło 15g Sałata 30g herbata z cytryną 250ml	Filecik złocisty 35g pieczywo jasne 130g masło roślinne 15g herbata z cytryną 250ml	Zupa mleczna 250ml Filecik złocisty 25g pieczywo jasne 100g masło 10g herbata z cytryną 250ml
II śniadanie	Budyń śmietankowy 250ml Paluszki słone 15g	Budyń śmietankowy 250ml	Budyń śmietankowy 250ml
Obiad	Zalewajka z ziemniakami 350ml Kociółek mięsny z warzywami 150g Kasza jęczmienna na sypko 200g kompot z owoców sezonowych 200ml	Ziemniaczanka 350ml Schab duszony 80g Kasza jęczmienna na sypko 200g Buraki 200g kompot z owoców sezonowych 200ml	Ziemniaczanka 250ml Schab duszony 80g Kasza jęczmienna na sypko 200g Buraki 150g kompot z owoców sezonowych 200ml
Podwieczorek	Jabłko 1 szt Herbatniki zbożowe 15g	Jabłko pieczone 1szt	Jabłko pieczone 1szt
Kolacja	Jajko gotowane 1 szt pieczywo graham 100 masło 15g Ćwikła własnego wyrobu 50g herbata z cytryną 250ml	Jajko gotowane 1/2szt pieczywo jasne 130g masło roślinne 15g herbata z cytryną 250ml	Zupa mleczna 250ml Jajko gotowane 1/2szt pieczywo jasne 100g masło 10g herbata z cytryną 250ml
II Kolacja	Kanapki z wędliną		

Jadłospis dla Ośrodka Pediatrycznego im. M. Konopnickiej w Łodzi

	Dieta cukrzycowa	Dieta lekkostrawna	Dieta do II roku życia
I śniadanie	Filet królewski z indyka 50g pieczywo graham 100g masło 15g Ogórek zielony 50g herbata z cytryną 250ml	Filet królewski z indyka 20g pieczywo jasne 130g masło roślinne 15g Dżem owocowy 20g herbata z cytryną 250ml	Zupa mleczna 250ml Filet królewski z indyka 20g pieczywo jasne 100g masło 10g Dżem owocowy 20g herbata z cytryną 250ml
II śniadanie	Jabłko 1szt Wafle nadziewane b/c	Jabłko pieczone 1szt	Jabłko pieczone 1szt
Obiad	Zupa grysikowa z zielenią 350ml Wątróbka drobiowa gotowana 50/30g Ziemniaki 300g Surówka z ogórka kiszzonego, marchwi i cebuli 150g kompot z owoców sezonowych 200ml	Zupa grysikowa z zielenią 350ml Wątróbka drobiowa gotowana 50/30g Ziemniaki 300g Szpinak gotowany 200g Kompot z owoców sezonowych 200ml	Zupa grysikowa z zielenią 250ml Wątróbka drobiowa gotowana 50/30g Ziemniaki 200g Szpinak gotowany 150g kompot z owoców sezonowych 200ml
Podwieczorek	Ciasto drożdżowe 50g	Chrupki kukurydziane 30g	Chrupki kukurydziane 30g
Kolacja	Szynka biała 55g pieczywo graham 100 masło 15g Rzodkiewka 30g 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
II Kolacja	Kanapki z serem żółtym		

Jadłospis dla Ośrodka Pediatrycznego im. M. Konopnickiej w Łodzi

	Dieta cukrzycowa	Dieta lekkostrawna	Dieta do II roku życia
I śniadanie	Polędwiczanka z warzywami 50g 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
II śniadanie	Jogurt naturalny 10p Sucharki delikatesowe 2szt(16g)	Jogurt naturalny 10p Sucharki delikatesowe 2szt(16g)	Jogurt naturalny 10p Chrupki kukurydziane 30g
Obiad	Zupa ziemniaczana z zieleńią 350ml Bitka wieprzowa w sosie 50/80g Pampuchy na parze 100g Kapusta biała gotowana 200g kompot z owoców sezonowych 200ml	Zupa ziemniaczana z zieleńią 350ml Schab gotowany w warzywach 90g Ziemniaki 300g kompot z owoców sezonowych 200ml	Zupa ziemniaczana z zieleńią 250ml Schab gotowany w warzywach 90g Ziemniaki 200g kompot z owoców sezonowych 200ml
Podwieczorek	Jabłko 1szt Herbatniki b/c	Jabłko pieczone 1szt	Jabłko pieczone 1szt
Kolacja	Twarożek ze szczyptorkiem 200g pieczywo graham 100g masło 15g Kiełki warzyw mieszanka 3g herbata z cytryną 250ml	Twarożek ze szczyptorkiem 80g pieczywo jasne 130g masło roślinne 15g herbata z cytryną 250ml	Zupa mleczna 250ml Twarożek ze szczyptorkiem 60g pieczywo jasne 100g masło 10g herbata z cytryną 250ml
II Kolacja	Kanapki z wędliną		

Jadłospis dla Ośrodka Pediatrycznego im. M. Konopnickiej w Łodzi

	Dieta cukrzycowa	Dieta lekkostrawna	Dieta do II roku życia
I śniadanie	<p>Polędwica z indyka 50g pieczywo graham 100 masło 15g Sałata 30g herbata z cytryną 250ml</p>	<p>Polędwica z indyka 20g pieczywo jasne 130g masło roślinne 15g Miód pszczelej herbata z cytryną 250ml</p>	<p>Zupa mleczna 250ml Polędwica z indyka 20g pieczywo jasne 100g masło 10g herbata z cytryną 250ml</p>
II śniadanie	<p>Jabłko 1szt Wafle nadziewane b/c</p>	<p>Jabłko pieczone 1szt</p>	<p>Jabłko pieczone 1szt</p>
Obiad	<p>Zupa koperkowa z ryżem 350ml Kotlet mielony wieprzowy 90g Ziemniaki 300g Surówka z buraka, cebuli i jabłka 150g kompot z owoców sezonowych 200ml</p>	<p>Zupa koperkowa z ryżem 350ml pulpet w sosie 80g Ziemniaki 300g Buraki gotowane 200g kompot z owoców sezonowych 200ml</p>	<p>Zupa koperkowa z ryżem 250ml pulpet w sosie 80g Ziemniaki 200g Buraki gotowane 150g kompot z owoców sezonowych 200ml</p>
Podwieczorek	<p>Biszkopty 30g Soczek 150ml</p>	<p>Biszkopty 30g Soczek 1szt</p>	<p>Biszkopty 30g Soczek 1szt</p>
Kolacja	<p>Polędwica Ani 25g pieczywo graham 100 masło 15g Ser topiony w trójkątach 1 szt. (17,5g) Ogórek kiszony 50g herbata z cytryną 250ml</p>	<p>Polędwica Ani 38g pieczywo jasne 130g masło roślinne 15g herbata z cytryną 250ml</p>	<p>Zupa mleczna 250ml Polędwica Ani 28g pieczywo jasne 100g masło 10g herbata z cytryną 250ml</p>
II Kolacja	<p>Kanapki z twarożkiem</p>		