

Jadłospisy za okres od dnia 2025-03-31 do dnia 2025-04-13 KUCHNIA ŁÓDŹ

ŁÓDŹ-CSK UCP Podstawowa		ŁÓDŹ- CSK UCP Łatwo strawna		ŁÓDŹ- CSK UCP z ogr. łatwoprzyśwajalnych węglowodanów	
Platki jęczmienne na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU JECZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 12 g (<u>MLE</u>) Pasta z makreli wędzonej z warzywami + 40 g (<u>RYB, SEL.</u>) Schab Olca Grzegorza-wędlina wędziona parzona z dod. wody, białka wp. 30 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Ogórek kiszony 60 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną zlc 250 ml		Platki jęczmienne na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU JECZ.</u>) Bułka pszenna długa krojona 70 g (<u>GLU PSZ.</u>) Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 12 g (<u>MLE</u>) Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną zlc 250 ml Pasta z młynury gotowanej z warzywami + 40 g (<u>RYB, SEL.</u>) Schab Olca Grzegorza-wędlina wędziona parzona, z dod. wody, białka wp. 30 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u>)		Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 250 ml Chleb Graham 70g (<u>GLU PSZ.</u>) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 12 g (<u>MLE</u>) Ogórek kiszony 60 g Pasta z makreli wędzonej z warzywami + 40 g (<u>RYB, SEL.</u>) Schab Olca Grzegorza-wędlina wędziona parzona, z dod. wody, białka wp. 30 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u>)	
II ŚN		Sok pomarańczowy 0,2L-kartonik 1 szt		Jabłko 1 szt 1 szt Waflle ryżowe 15 g	
Obiad		Zupa brokułowa z ryżem + 400 g (<u>SOJ, MLE, SEL.</u>) Pierogi z serem - chłodzone 300 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>) Sos jogurtowo-tuskańkowy b/c + 100 g (<u>MLE</u>) Surówka z marchwi i jabłka b/c + 100 g Kompot owocowy* zlc 250 ml		Zupa brokułowa z ryżem + 400 g (<u>SOJ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Kotlet z jaj + 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Surówka z marchwi i jabłka b/c + 100 g Cukinia gotowana + 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	
PD		Banan 1szt. 1 szt		Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<u>MLE.</u>) Chrupki kukurydziane 15 g	
Kolacja		Herbata czarna ekspresowa z cytryną zlc 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 12 g (<u>MLE</u>) Szynka szkolna- wp. parzona 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u>) Pomidor 50 g Rukola 10 g		Szynka szkolna- wp. parzona 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u>) Herbata czarna ekspresowa z cytryną zlc 250 ml Chleb Graham 120 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 12 g (<u>MLE</u>) Szynka szkolna- wp. parzona 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u>) Pomidor 50 g Rukola 10 g	
PN				Chleb Graham 60g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Baton szynkowy z kurczak 20 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.</u>) Salata zielona 5 g	
Wartość energetyczna: 2617,79 kcal; Białko ogółem: 95,76 g; Tłuszcz: 65,25 g; Węglowodany ogółem: 414,75 g;		Wartość energetyczna: 2604,75 kcal; Białko ogółem: 99,14 g; Tłuszcz: 58,61 g; Węglowodany ogółem: 421,71 g;		Wartość energetyczna: 2237,05 kcal; Białko ogółem: 85,58 g; Tłuszcz: 76,22 g; Węglowodany ogółem: 319,66 g;	
2025-03-31 poniedziałek					

ŁÓDŹ-CSK UCP Podstawowa				ŁÓDŹ- CSK UCP łatwo strawna		ŁÓDŹ- CSK UCP Z ogr.łatwoprzyswajalnych węglowodanów	
Śniadanie				Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.) Masło extra 82% 12 g (MLE.) Pasztet wieprzowy z warzywami + 50 g (GLU PSZ, JAL SOL, MLE, SEL.) Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE.) Bułka pszenna długa krojona 70 g (GLU PSZ.) Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.) Masło extra 82% 12 g (MLE.) Filet zapiekany drobiowy 50 g (MLE.) Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 250 ml Chleb Graham 70g (GLU PSZ.) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.) Masło extra 82% 12 g (MLE.) Filet zapiekany drobiowy 50 g (MLE.) Sałata zielona 20 g	
II ŚN				Jabłko 1 szt 1 szt	Jabłko 1 szt 1 szt	Jabłko 1 szt 1 szt	Suchary b/c 15 g (GLU PSZ, SOL, MLE.)
Obiad				Zupa pieczarkowa z ziemniakami + 400 ml (SOL, MLE, SEL.) Kuski śląskie + 200 g (JAL.) Bitka wieprzowa z szynki pieczona + 100 g Sos pieczeniowy + 100 g (GLU PSZ, SOL, MLE.) Surówka z kapuśy pekińskiej z olejem + 100 g Dymia pieczona + 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Zupa ziemniaczana a la soferiño + 400 g (SOL, MLE, SEL.) Kluski śląskie + 200 g (JAL.) Bitka wieprzowa z szynki pieczona + 100 g Sos własny dieta + 100 g (SOL.) Dymia pieczona + 100 g Brokuł gotowany + 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Zupa pieczarkowa z ziemniakami + 400 ml (SOL, MLE, SEL.) Makaron pełnoziarnisty 200 g (GLU PSZ.) Bitka wieprzowa z szynki pieczona + 100 g Sos własny dieta + 100 g (SOL.) Surówka z kapuśy pekińskiej z olejem + 100 g Brokuł gotowany + 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE.) Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 15 g
PD				Jogurt truskawkowy 100 g 1 szt (MLE.)		Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE.) Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 15 g	
Kolacja				Herbata czarna ekspresowa z cytryną z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 12 g (MLE.) Szynka łoskowa-drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (może zawierać: MLE, GOR.) Pomidor 50 g Sałata lodowa 10 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 12 g (MLE.) Szynka łoskowa-drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (może zawierać: MLE, GOR.) Pomidor 50 g Sałata lodowa 10 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 250 ml Chleb Graham 120 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 12 g (MLE.) Szynka łoskowa-drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (może zawierać: MLE, GOR.) Pomidor 50 g Sałata lodowa 10 g	
PN						Chleb Graham 60 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Twardy pokłusty 20 g (MLE.) Sałata zielona 5 g	
				Wartość energetyczna: 2541,19 kcal; Białko ogółem: 99,79 g; Tłuszcz: 84,01 g; Węglowodany ogółem: 357,99 g;	Wartość energetyczna: 2443,79 kcal; Białko ogółem: 106,60 g; Tłuszcz: 64,38 g; Węglowodany ogółem: 365,34 g;	Wartość energetyczna: 2226,32 kcal; Białko ogółem: 110,92 g; Tłuszcz: 68,26 g; Węglowodany ogółem: 300,32 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2025-03-31 do dnia 2025-04-13 KUCHNIA ŁÓDŹ

2025-04-02 środa					
ŁÓDŹ-CSK UCP Podstawowa		ŁÓDŹ-CSK UCP Łatwo strawna		ŁÓDŹ-CSK UCP z ogr.lakoprzyswajalnych węglowodanów	
Śniadanie		II ŚN		II ŚN	
Płatki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Chleb mieszany pszenno-żyrni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 12 g (<u>MLE.</u>) Szyznka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOL, MLE, SEL, GOR.</u>) Roszpinka 10 g Ogórek kiszony 50 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>)		Przedel owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (<u>może zawierać: MLE.</u>)		Surowka z marchwi i jabłka b/c + 100 g Wafle ryżowe 15 g	
Obiad		Zupa z soczewicą i warzywami + 400 g (<u>GLU PSZ, SOL, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Pupiet z kurczaka + 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sałatka z buraków i jabłka (z olejem) b/c + 100 g Kalafor gotowany + 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml		Zupa z soczewicą i warzywami + 400 g (<u>GLU PSZ, SOL, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Pupiet z kurczaka + 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos jarzynowy dieta + 100 g (<u>MLE.</u>) Buraki tarte na ciepło + 100 g Kalafor gotowany + 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	
PD		Pudding waniliaczekolada 125 g 1 szt (<u>MLE.</u>)		Kefir 1,5% # 150g 1 Por (<u>MLE.</u>) Chrupki kukurydziane 15 g	
Kolacja		Herbata czarna ekspresowa z cytryną z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żyrni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 12 g (<u>MLE.</u>) Ser żółty 50 g (<u>MLE.</u>) Dżem 25 g 1 szt Jabłko 1 szt 1 szt		Herbata czarna ekspresowa z cytryną z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 12 g (<u>MLE.</u>) Serek twarogowy homogenizowany + 80 g (<u>MLE.</u>) Dżem 25 g 1 szt Jabłko 1 szt 1 szt	
PN		Chleb Graham 60g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Szyznka szkolna- wp, parzona (<u>GLU PSZ, SOL, MLE.</u>) Pomidor 15 g		Chleb Graham 60g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Szyznka szkolna- wp, parzona 20 g (<u>GLU PSZ, SOL, MLE.</u>) Pomidor 15 g	
Wartość energetyczna: 2532,47 kcal; Białko ogółem: 97,43 g; Tłuszcz: 72,25 g; Węglowodany ogółem: 383,45 g.		Wartość energetyczna: 2497,95 kcal; Białko ogółem: 95,64 g; Tłuszcz: 67,39 g; Węglowodany ogółem: 388,05 g.		Wartość energetyczna: 2419,47 kcal; Białko ogółem: 101,21 g; Tłuszcz: 79,74 g; Węglowodany ogółem: 342,59 g.	

2025-04-03 czwartek									
		ŁÓDŹ-CSK UCP Podstawowa		ŁÓDŹ-CSK UCP Łatwo strawna		ŁÓDŹ-CSK UCP Z ogr./łatwoprzyswajalnych węglowodanów			
		Śniadanie		II ŚN		Obiad		PD	
PN		Kolacja		Banan 1szt. 1 szt		Zupa ziemniaczana + 400 g (SOJ, MLE, SEL)		Herbata czarna ekspresowa z cytryną z/c 250 ml	
Wartość energetyczna: 2928,21 kcal; Białko ogółem: 93,53 g; Tłuszcz: 103,72 g; Węglowodany ogółem: 409,40 g;		Wartość energetyczna: 2592,46 kcal; Białko ogółem: 85,79 g; Tłuszcz: 61,08 g; Węglowodany ogółem: 434,88 g;		Jabłko 1 szt 1 szt Paluszki z sezamem 15 g (GLU PSZ, SEZ)		Żurek z ziemniakami + 400 g (SOJ, MLE, GLU ŻYT, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR) Sos pomidorowy + 100 g Mięso wieprzowe z warzywami do kaszotto + 150 g (GLU PSZ, MLE, SEL) Kasza jęczmienna/spyko 200 g (GLU JECZ) Surowka wielowarzywna z olejem b/c + 100 g (SEL) Kompot owocowy* z/c 250 ml		Herbata czarna ekspresowa z cytryną z/c 250 ml Bulka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 12 g (MLE) Szyunka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR) Salatka jarzynowa + 90 g (JAJ, MLE, SEL, GOR) Salata zielona 10 g	
Wartość energetyczna: 2622,79 kcal; Białko ogółem: 101,29 g; Tłuszcz: 110,78 g; Węglowodany ogółem: 317,32 g;		Wartość energetyczna: 2622,79 kcal; Białko ogółem: 101,29 g; Tłuszcz: 110,78 g; Węglowodany ogółem: 317,32 g;		Herbata czarna ekspresowa z cytryną z/c 250 ml Chleb Graham 70 g (GLU PSZ) Bulka graham-pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ) Masło extra 82% 12 g (MLE) Pasta twarogowa z pieczoną papryką + 80 g (MLE, GOR, SOZ) Pomidor 60 g		Sok pomidorowy 0,3l 1 szt Biszkopki b/c 15 g (GLU PSZ, JAJ, SEL) Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 250 ml Chleb Graham 120 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 12 g (MLE) Szyunka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR) Salatka jarzynowa + 90 g (JAJ, MLE, SEL, GOR) Salata zielona 10 g		Herbata czarna ekspresowa z cytryną z/c 250 ml Bulka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 12 g (MLE) Szyunka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR) Salatka jarzynowa + 90 g (JAJ, MLE, SEL, GOR) Salata zielona 10 g	

Jadłospisy za okres od dnia 2025-03-31 do dnia 2025-04-13 KUCHNIA ŁÓDŹ

ŁÓDŹ-CSK UCP Podstawowa		ŁÓDŹ-CSK UCP Łatwo strawna		ŁÓDŹ-CSK UCP z ogr. łatwoprzyswajalnych węglowodanów	
Platki pszenne na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>)		Platki pszenne na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>)		Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 250 ml	
Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>)		Bułka pszenna długa krojona 70 g (<u>GLU PSZ</u>)		Chleb Graham 70 g (<u>GLU PSZ</u>)	
Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ</u>)		Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ</u>)		Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ</u>)	
Masło extra 82% 12 g (<u>MLE</u>)		Masło extra 82% 12 g (<u>MLE</u>)		Masło extra 82% 12 g (<u>MLE</u>)	
Twarożek brioszkiniowy (dieta) + 80 g (<u>MLE</u>)		Twarożek brioszkiniowy (dieta) + 80 g (<u>MLE</u>)		Twarożek + 80 g (<u>MLE</u>)	
Mandarynka 1 szt		Jabłko 1 szt 1 szt		Mandarynka 1 szt	
Rukola 10 g		Rukola 10 g		Rukola 10 g	
Kakao z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE</u>)		Kakao z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE</u>)			
II ŚN		Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 szt (<u>MLE</u>)		Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 szt (<u>MLE</u>)	
Zupa pomidorowa z makaronem + 400 g (<u>GLU PSZ, SOL, MLE, SEL</u>)		Zupa pomidorowa z makaronem + 400 g (<u>GLU PSZ, SOL, MLE, SEL</u>)		Zupa pomidorowa z makaronem + 400 g (<u>GLU PSZ, SOL, MLE, SEL</u>)	
Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g		Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g		Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g	
Młyna smażona 100g + 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB</u>)		Młyna pieczona w posypce ziłowej 100g + 100 g (<u>RYB</u>)		Młyna pieczona w posypce ziłowej 100g + 100 g (<u>RYB</u>)	
Surówka z czerwonej kapusty z natką pietruszki i słonecznikiem b/c + 100 g		Sos grecki + 100 g (<u>SEL</u>)		Sos grecki + 100 g (<u>SEL</u>)	
Szpinak gotowany z olejem + 100 g		Szpinak gotowany z olejem + 100 g		Surówka z czerwonej kapusty z natką pietruszki i słonecznikiem b/c + 100 g	
Kompot owocowy* z/c 250 ml		Kompot owocowy* z/c 250 ml		Szpinak gotowany z olejem + 100 g	
				Kompot owocowy* b/c 250 ml	
PD		Ciasto drożdżowe 60 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SOL</u>)		Sek wielozarzynny pasteryzowany 0,33l 1 szt	
				Suchary b/c 15 g (<u>GLU PSZ, SOL, MLE</u>)	
Herbata czarna ekspresowa z cytryną z/c 250 ml		Herbata czarna ekspresowa z cytryną z/c 250 ml		Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 250 ml	
Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>)		Bułka pszenna długa krojona 120 g (<u>GLU PSZ</u>)		Chleb Graham 120 g (<u>GLU PSZ</u>)	
Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ</u>)		Masło extra 82% 12 g (<u>MLE</u>)		Masło extra 82% 12 g (<u>MLE</u>)	
Masło extra 82% 12 g (<u>MLE</u>)		Masło extra 82% 12 g (<u>MLE</u>)		Masło extra 82% 12 g (<u>MLE</u>)	
Pasta z jaj z natką pietruszki + 80 g (<u>JAJ, MLE</u>)		Pasta z jaj z natką pietruszki + 80 g (<u>JAJ, MLE</u>)		Pasta z jaj z natką pietruszki + 80 g (<u>JAJ, MLE</u>)	
Pomidor 60 g		Pomidor 60 g		Pomidor 60 g	
PN				Chleb Graham 60 g (<u>GLU PSZ</u>)	
				Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>)	
				Szynka wieńcowa- wieprzowa, wędz. parz. z dod. wody i białka wp. 20 g (<u>SOL</u>)	
				Salata zielona 5 g	
Wartość energetyczna: 2841,53 kcal; Białko ogółem: 113,32 g; Tłuszcz: 94,10 g; Węglowodany ogółem: 394,70 g;		Wartość energetyczna: 2822,86 kcal; Białko ogółem: 119,44 g; Tłuszcz: 89,00 g; Węglowodany ogółem: 396,06 g;		Wartość energetyczna: 2440,97 kcal; Białko ogółem: 114,01 g; Tłuszcz: 82,92 g; Węglowodany ogółem: 324,05 g;	

ŁÓDŹ-CSK UCP Podstawowa		ŁÓDŹ-CSK UCP Łatwo strawna		ŁÓDŹ-CSK UCP z ogr.łatwoprzyswajalnych węglowodanów	
Ryż na mleku 300 ml (MLE.) 70 g Chleb mieszany pszenno-żytni (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.) Bułka pszenna 50g 12 g (MLE.) Masło extra 82% 12 g (MLE.) Baton szynkowy z kurcząt 50 g (może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.) Pomidor 50 g Mix sałat 10 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)		Ryż na mleku 300 ml (MLE.) Bułka pszenna długa krojona 70 g (GLU PSZ.) Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.) Masło extra 82% 12 g (MLE.) Baton szynkowy z kurcząt 50 g (może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.) Pomidor 50 g Mix sałat 10 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)		Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 250 ml Chleb Graham 70 g (GLU PSZ.) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.) Masło extra 82% 12 g (MLE.) Baton szynkowy z kurcząt 50 g (może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.) Pomidor 50 g Mix sałat 10 g	
II ŚN		Pomarańcza 1/2 szt. 1 Por		Pomarańcza 1/2 szt. 1 Por Podpomyki b/c 15 g (GLU PSZ, MLE.)	
Zupa grochowa z ziemniakami + 400 g (GLU PSZ, SOJ, SEL, GOR.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JECZ.) Gulasz wieprzowy z warzywami + 150 g (GLU PSZ, SEL.) Ogórek kiszony z cebulką + 100 g Buraki gotowane súpki + 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml		Zupa selerowa z ziemniakami + 400 ml (SOJ, MLE, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JECZ.) Gulasz wieprzowy z warzywami + 150 g (GLU PSZ, SEL.) Buraki gotowane súpki + 100 g Cukinia gotowana + 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml		Zupa grochowa z ziemniakami + 400 g (GLU PSZ, SOJ, SEL, GOR.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JECZ.) Gulasz wieprzowy z warzywami + 150 g (GLU PSZ, SEL.) Ogórek kiszony z cebulką + 100 g Buraki gotowane súpki + 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	
PD		Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE.)		Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE.) Wałki ryżowe 15 g	
Kolacja		Herbata czarna ekspresowa z cytryną z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 12 g (MLE.) Parówki chlezyński- węd. wp. homog. wędz. parz 80 g (SOJ, SEL.) Musztarda 20 g (GOR.) Salata zielona 20 g		Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 12 g (MLE.) Szynka zielonogórska- wp. parzona 50 g (SOJ.) Salata zielona 20 g	
PN		Chleb Graham 60 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Ser żółty 20 g (MLE.) Salata zielona 5 g		Wartość energetyczna: 2272,83 kcal; Białko ogółem: 97,31 g; Tłuszcz: 76,60 g; Węglowodany ogółem: 318,27 g;	
Wartość energetyczna: 2545,48 kcal; Białko ogółem: 96,94 g; Tłuszcz: 93,66 g; Węglowodany ogółem: 341,99 g;		Wartość energetyczna: 2338,02 kcal; Białko ogółem: 87,14 g; Tłuszcz: 63,25 g; Węglowodany ogółem: 366,74 g;			

Jadłospisy za okres od dnia 2025-03-31 do dnia 2025-04-13 KUCHNIA ŁÓDŹ

ŁÓDŹ-CSK UCP Podstawowa		ŁÓDŹ-CSK UCP Łatwa strawna		ŁÓDŹ-CSK UCP Z ogr.latwoprzyswajalnych węglowodanów
Śniadanie Kakao z mlekiem z/c 250 ml (MLE) Chleb mieszany pszemno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ) Masło extra 82% 12 g (MLE) Twarożek ze słonecznikiem + 80 g (MLE) Pomidor 50 g Sałata lodowa 10 g		Kakao z mlekiem z/c 250 ml (MLE) Bułka pszenna długa krojona 70 g (GLU PSZ) Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ) Masło extra 82% 12 g (MLE) Pasta z twarogu z koperkiem + 80 g (MLE) Pomidor 50 g Sałata lodowa 10 g		Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 250 ml Chleb Graham 70 g (GLU PSZ) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ) Masło extra 82% 12 g (MLE) Twarożek ze słonecznikiem + 80 g (MLE) Pomidor 50 g Sałata lodowa 10 g
II ŚN Jabłko 1 szt 1 szt		Rosół + 320 ml (SOJ, SEL) Makaron nitka 80 g (GLU PSZ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Udko z kurczaka pieczone + 150 g (SOJ) Surowka Coleslaw + 100 g (JAJ, MLE, GOR, SO2) Bukiet jarzyn gotowany + 100 g (SEL) Kompot owocowy* z/c 250 ml		Jabłko 1 szt 1 szt Paluszki z sezamem 15 g (GLU PSZ, SEL) Rosół + 320 ml (SOJ, SEL) Makaron nitka 80 g (GLU PSZ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Udko z kurczaka pieczone + 150 g (SOJ) Surowka z białej kapusty z marchwią + 100 g Bukiet jarzyn gotowany + 100 g (SEL) Kompot owocowy* b/c 250 ml
PD Kefir 1,5% t 150g 1 Por (MLE)		Herbata czarna ekspresowa z cytryną z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 12 g (MLE) Szyńska szkolna- wp. parzona 50 g (GLU PSZ, SOJ, MLE) Sałata zielona 20 g		Kefir 1,5% t 150g 1 Por (MLE) Chrupki kukurydziane 15 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 250 ml Chleb Graham 120 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 12 g (MLE) Szyńska szkolna- wp. parzona 50 g (GLU PSZ, SOJ, MLE) Ogórek kiszony 60 g
Kolacja Herbata czarna ekspresowa z cytryną z/c 250 ml Chleb mieszany pszemno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 12 g (MLE) Szyńska szkolna- wp. parzona 50 g (GLU PSZ, SOJ, MLE) Ogórek kiszony 60 g		Chleb Graham 60 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 5 g (MLE) Szyńska tostowa-drobiowa, średnio rozdrob. 20 g (może zawierać: MLE, GOR) Sałata zielona 5 g		
PN		Wartość energetyczna: 2305,03 kcal; Białko ogółem: 112,20 g; Tłuszcz: 73,36 g; Węglowodany ogółem: 311,32 g;		Wartość energetyczna: 2275,22 kcal; Białko ogółem: 116,92 g; Tłuszcz: 66,44 g; Węglowodany ogółem: 313,62 g;
		Wartość energetyczna: 2382,90 kcal; Białko ogółem: 123,09 g; Tłuszcz: 77,78 g; Węglowodany ogółem: 317,17 g;		

ŁÓDŹ-CSK UCP Podstawowa		ŁÓDŹ-CSK UCP Łatwo strawna		ŁÓDŹ-CSK UCP Z ogr./łatwoprzyzwajalnych węglowodanów	
Śniadanie	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (<u>MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>GLU ŻYT</u>) Bulka pszenna 50g 1 szt (<u>GLUPSZ.</u>) Masło extra 82% 12 g (<u>MLE</u>) Pasztet wołowo-drobiowy + 50 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>JAJ</u> , <u>SEL</u>) Szyunka krucha z pieca wieprzowa, parzona 20 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać</u> : <u>JAJ</u> , <u>GOR</u> , <u>SOZ</u> .) Pomidor 50 g Rukola 10 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE</u> , <u>GLU ŻYT</u> , <u>GLU JECZ</u> .)	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (<u>MLE</u>) Bulka pszenna długa krojona 70 g (<u>GLU PSZ.</u>) Bulka pszenna 50g 1 szt (<u>GLUPSZ.</u>) Masło extra 82% 12 g (<u>MLE</u>) Pasta z kurczaka i warzyw + 40 g (<u>SEL</u>) Szyunka krucha z pieca wieprzowa, parzona 20 g (<u>GLUPSZ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać</u> : <u>JAJ</u> , <u>GOR</u> , <u>SOZ</u> .) Pomidor 50 g Rukola 10 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE</u> , <u>GLU ŻYT</u> , <u>GLU JECZ</u> .)	Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 250 ml Chleb Graham 70g (<u>GLU PSZ.</u>) Bulka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 12 g (<u>MLE</u>) Pasztet wołowo-drobiowy + 50 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>JAJ</u> , <u>SEL</u>) Szyunka krucha z pieca wieprzowa, parzona 20 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać</u> : <u>JAJ</u> , <u>GOR</u> , <u>SOZ</u> .) Pomidor 50 g Rukola 10 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 250 ml Chleb Graham 70g (<u>GLU PSZ.</u>) Bulka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 12 g (<u>MLE</u>) Pasztet wołowo-drobiowy + 50 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>JAJ</u> , <u>SEL</u>) Szyunka krucha z pieca wieprzowa, parzona 20 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać</u> : <u>JAJ</u> , <u>GOR</u> , <u>SOZ</u> .) Pomidor 50 g Rukola 10 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 250 ml Chleb Graham 120g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 12 g (<u>MLE</u>) Szyunka z pierśi kurczaka-produkt drobiowy,grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadanej. 50 g (<u>może zawierać</u> : <u>GLU PSZ</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> .) Sałata zielona 20 g
II ŚN	Batón zbożowy Bal 5 orzechów 40g 1 szt (<u>MLE</u> , <u>ORZ</u> , <u>GLU OW</u> , <u>może zawierać</u> : <u>SOJ</u> , <u>SEZ</u> .)	Serek homa naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>)	Serek homa naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>)	Barszcz czerwony z ziemniakami + 400 g (<u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> .) Ryż na sypko (brązowy) 200 g Kokosowy dhał z czerwoną soczewicą + 150 g (<u>MLE</u> , <u>GOR</u> .) Surowka wielowarzynna z olejem b/c + 100 g (<u>SEL</u> .) Fasolka szparagowa żółta + 100 g	Sok z buraków 0,3 L produkt pasteryzowany 1 szt (<u>SEL</u> .) Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 15 g
Obiad	Barszcz czerwony z ziemniakami + 400 g (<u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> .) Kokosowy dhał z czerwoną soczewicą + 150 g (<u>MLE</u> , <u>GOR</u> .) Ryż na sypko 200 g Surowka wielowarzynna z olejem b/c + 100 g (<u>SEL</u> .) Fasolka szparagowa żółta + 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami + 400 g (<u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> .) Sos z tofi i warzywami do risotto diety + 150 g (<u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> .) Ryż na sypko 200 g Brokuł gotowany + 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami + 400 g (<u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> .) Ryż na sypko (brązowy) 200 g Kokosowy dhał z czerwoną soczewicą + 150 g (<u>MLE</u> , <u>GOR</u> .) Surowka wielowarzynna z olejem b/c + 100 g (<u>SEL</u> .) Fasolka szparagowa żółta + 100 g	Sok z buraków 0,3 L produkt pasteryzowany 1 szt (<u>SEL</u> .) Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 15 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 250 ml Chleb Graham 120g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 12 g (<u>MLE</u>) Szyunka z pierśi kurczaka-produkt drobiowy,grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadanej. 50 g (<u>może zawierać</u> : <u>GLU PSZ</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> .) Sałata zielona 20 g
PD	Herbata czarna ekspresowa z cytryną z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>GLU ŻYT</u>) Chleb Graham 50g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 12 g (<u>MLE</u>) Szyunka z pierśi kurczaka-produkt drobiowy,grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadanej. 50 g (<u>może zawierać</u> : <u>GLU PSZ</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> .) Sałata zielona 20 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną z/c 250 ml Bulka pszenna długa krojona 120 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 12 g (<u>MLE</u>) Szyunka z pierśi kurczaka-produkt drobiowy,grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadanej. 50 g (<u>może zawierać</u> : <u>GLU PSZ</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> .) Sałata zielona 20 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 250 ml Chleb Graham 120g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 12 g (<u>MLE</u>) Szyunka z pierśi kurczaka-produkt drobiowy,grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadanej. 50 g (<u>może zawierać</u> : <u>GLU PSZ</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> .) Sałata zielona 20 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 250 ml Chleb Graham 120g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 12 g (<u>MLE</u>) Szyunka z pierśi kurczaka-produkt drobiowy,grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadanej. 50 g (<u>może zawierać</u> : <u>GLU PSZ</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> .) Sałata zielona 20 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 250 ml Chleb Graham 120g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 12 g (<u>MLE</u>) Szyunka z pierśi kurczaka-produkt drobiowy,grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadanej. 50 g (<u>może zawierać</u> : <u>GLU PSZ</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> .) Sałata zielona 20 g
PN	Wartość energetyczna: 2636,47 kcal. Białko ogółem: 84,44 g; Tłuszcz: 77,61 g; Węglowodany ogółem: 407,94 g;	Wartość energetyczna: 2384,96 kcal. Białko ogółem: 94,65 g; Tłuszcz: 63,07 g; Węglowodany ogółem: 374,04 g;	Wartość energetyczna: 2358,38 kcal. Białko ogółem: 102,08 g; Tłuszcz: 73,59 g; Węglowodany ogółem: 336,48 g;	Chleb Graham 60g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 5g (<u>MLE</u>) Twaróg półtłusty 20g (<u>MLE</u>) Sałata zielona 5g	Chleb Graham 60g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 5g (<u>MLE</u>) Twaróg półtłusty 20g (<u>MLE</u>) Sałata zielona 5g

2025-04-08 wtorek				
ŁÓDŹ-CSK UCP Podstawowa		ŁÓDŹ-CSK UCP Łatwo strawna		ŁÓDŹ-CSK UCP Z
Śniadanie				ogr./latwoprzyśwajalnych węglowodanów
Plaki ięczmienne na mleku 300 ml (<i>MLE, GLU JECZ.</i>) Chleb mieszany pszemno-żytni 70 g (<i>GLU PSZ, GLU ŻYT.</i>) Bulka pszenna 50g 1 szt (<i>GLU PSZ.</i>) Masło extra 82% 12 g (<i>MLE</i>) Jajko gotowane ki M 1 szt (<i>JAJ.</i>) Szynekowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 30 g Ogórek kiszony 60 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<i>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</i>)		Plaki ięczmienne na mleku 300 ml (<i>MLE, GLU JECZ.</i>) Bulka pszenna długa krojona 70 g (<i>GLU PSZ.</i>) Bulka pszenna 50g 1 szt (<i>GLU PSZ.</i>) Masło extra 82% 12 g (<i>MLE</i>) Jajko gotowane ki M 1 szt (<i>JAJ.</i>) Szynekowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 30 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<i>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</i>)		Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 250 ml Chleb Graham 70 g (<i>GLU PSZ.</i>) Bulka graham-pszenna 50g 1 szt (<i>GLU PSZ.</i>) Masło extra 82% 12 g (<i>MLE</i>) Jajko gotowane ki M 1 szt (<i>JAJ.</i>) Szynekowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 30 g Ogórek kiszony 60 g
II ŚN		Jogurt truskawkowy 100 g 1 szt (<i>MLE</i>)		Jogurt naturalny 100g 1 szt (<i>MLE</i>) Suchary b/c 15 g (<i>GLU PSZ, SOL, MLE</i>)
Obiad		Zupa jarzynowa z zacierką + 400 g (<i>GLU PSZ, SOL, MLE, SEL.</i>) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Klopsik wieprzowy pieczony + 100 g (<i>GLU PSZ, JAJ.</i>) Sos cygański + 100 g Surowka z kapuśy białej i czerwonej + 100 g (<i>JAJ, GOR.</i>) Buraki tarte na ciepło + 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Zupa jarzynowa z zacierką + 400 g (<i>GLU PSZ, SOL, MLE, SEL.</i>) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Klopsik wieprzowy pieczony + 100 g (<i>GLU PSZ, JAJ.</i>) Sos pietruszkowy + 100 g (<i>SOL, MLE</i>) Szpinak gotowany z olejem + 100 g Buraki tarte na ciepło + 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Zupa jarzynowa z zacierką + 400 g (<i>GLU PSZ, SOL, MLE, SEL.</i>) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Klopsik wieprzowy pieczony + 100 g (<i>GLU PSZ, JAJ.</i>) Sos cygański + 100 g Surowka z kapuśy białej i czerwonej + 100 g (<i>JAJ, GOR.</i>) Szpinak gotowany z olejem + 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml
PD		Jabłko 1 szt 1 szt		Jabłko 1 szt 1 szt Wałże ryżowe 15 g
Kolacja		Herbata czarna ekspresowa z cytryną z/c 250 ml Chleb mieszany pszemno-żytni 70 g (<i>GLU PSZ, GLU ŻYT.</i>) Chleb Graham 50 g (<i>GLU PSZ.</i>) Masło extra 82% 12 g (<i>MLE</i>) Piers gotowana premium-dr.produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadanej, 50 g (<i>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOL, MLE, SEL, GOR.</i>) Pomidor 50 g Mix sałat 10 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną z/c 250 ml Bulka pszenna długa krojona 120 g (<i>GLU PSZ.</i>) Masło extra 82% 12 g (<i>MLE</i>) Piers gotowana premium-dr.produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadanej, 50 g (<i>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOL, MLE, SEL, GOR.</i>) Pomidor 50 g Mix sałat 10 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 250 ml Chleb Graham 120 g (<i>GLU PSZ.</i>) Masło extra 82% 12 g (<i>MLE</i>) Piers gotowana premium-dr.produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadanej, 50 g (<i>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOL, MLE, SEL, GOR.</i>) Pomidor 50 g Mix sałat 10 g
PN				Chleb Graham 60 g (<i>GLU PSZ.</i>) Masło extra 82% 5 g (<i>MLE</i>) Kurczak gotowany produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony 20 g Sałata zielona 5 g
		Wartość energetyczna: 2527,71 kcal; Białko ogółem: 96,41 g; Tłuszcz: 87,20 g; Węglowodany ogółem: 353,16 g;		Wartość energetyczna: 2611,32 kcal; Białko ogółem: 101,65 g; Tłuszcz: 92,98 g; Węglowodany ogółem: 354,76 g;
		Wartość energetyczna: 2377,87 kcal; Białko ogółem: 101,87 g; Tłuszcz: 88,25 g; Węglowodany ogółem: 313,59 g;		

ŁÓDŹ-CSK UCP Podstawowa		ŁÓDŹ-CSK UCP Łatwo strawna		ŁÓDŹ-CSK UCP z ogr.latwoprzyswajalnych węglowodanów
Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) Chleb mieszany pszemno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.) Masło extra 82% 12 g (MLE.) Twarożek różany + 60 g (MLE.) Dżem 25 g 1 szt Jabłko 1 szt 1 szt Roszponka 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną z/c 250 ml	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) Bułka pszenna długa krojona 70 g (GLU PSZ.) Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.) Masło extra 82% 12 g (MLE.) Twarożek różany + 60 g (MLE.) Dżem 25 g 1 szt Jabłko 1 szt 1 szt Roszponka 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną z/c 250 ml	Jabłko 1 szt 1 szt Podpiomyki b/c 15 g (GLU PSZ, MLE.)	Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 250 ml Chleb Graham 70 g (GLU PSZ.) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.) Masło extra 82% 12 g (MLE.) Twarożek + 80 g (MLE.) Salatka z buraków i jabłka (z olejem) b/c + 50 g Roszponka 10 g
	II ŚN	Banan 1szt. 1 szt	Zupa ziemniaczana + 400 g (SOL, MLE, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JECH.) Udziec z kurczaka wolno gotowany z ziołami + 100 g Sos jarzynowy dła + 100 g (MLE.) Sos pieczarkowy + 100 g (MLE.) Surowka z marchwi z olejem b/c + 100 g Cukinia gotowana + 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Zupa ziemniaczana + 400 g (SOL, MLE, SEL.) Kasza pęczak/sypko 200 g (GLU PSZ.) Udziec z kurczaka wolno gotowany z ziołami + 100 g Sos pieczarkowy + 100 g (MLE.) Surowka z marchwi z olejem b/c + 100 g Cukinia gotowana + 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml
Obiad	Kapuśniak z kapuśy kiszonej + 400 g (GLU PSZ, SOL, SEL.) Kasza pęczak/sypko 200 g (GLU PSZ.) Udziec z kurczaka wolno gotowany z ziołami + 100 g Sos pieczarkowy + 100 g (MLE.) Surowka z marchwi z olejem b/c + 100 g Cukinia gotowana + 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Zupa ziemniaczana + 400 g (SOL, MLE, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JECH.) Udziec z kurczaka wolno gotowany z ziołami + 100 g Sos jarzynowy dła + 100 g (MLE.) Sos pieczarkowy + 100 g (MLE.) Surowka z marchwi z olejem b/c + 100 g Cukinia gotowana + 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Zupa ziemniaczana + 400 g (SOL, MLE, SEL.) Kasza pęczak/sypko 200 g (GLU PSZ.) Udziec z kurczaka wolno gotowany z ziołami + 100 g Sos jarzynowy dła + 100 g (MLE.) Sos pieczarkowy + 100 g (MLE.) Surowka z marchwi z olejem b/c + 100 g Cukinia gotowana + 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt Paluszki z sezamem 15 g (GLU PSZ, SEL.)
PD	Mini Crisper pieczywo chrupkie jaglane z nasionami chia 30 g 1 szt (GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JECH, może zawierać: ORZ, SEZ.)	Herbata czarna ekspresowa z cytryną z/c 250 ml Chleb mieszany pszemno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 12 g (MLE.) Domowy papykarz szczeciński + 40 g (RYB, SOL.) Szyńka zielonogórska- wp. parzona 30 g (SOL.) Salata zielona 20 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 12 g (MLE.) Papykarz z młyny z warzywami + 40 g (RYB, SOL, SEL.) Szyńka zielonogórska- wp. parzona 30 g (SOL.) Salata zielona 20 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 250 ml Chleb Graham 120 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 12 g (MLE.) Domowy papykarz szczeciński + 40 g (RYB, SOL.) Szyńka zielonogórska- wp. parzona 30 g (SOL.) Salata zielona 20 g
Kolacja	Herbata czarna ekspresowa z cytryną z/c 250 ml Chleb mieszany pszemno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 12 g (MLE.) Domowy papykarz szczeciński + 40 g (RYB, SOL.) Szyńka zielonogórska- wp. parzona 30 g (SOL.) Salata zielona 20 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 12 g (MLE.) Papykarz z młyny z warzywami + 40 g (RYB, SOL, SEL.) Szyńka zielonogórska- wp. parzona 30 g (SOL.) Salata zielona 20 g	Chleb Graham 60 g (GLU PSZ.) Szyńkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 20 g Masło extra 82% 5 g (MLE.) Pomidor 15 g	Chleb Graham 60 g (GLU PSZ.) Szyńkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 20 g Masło extra 82% 5 g (MLE.) Pomidor 15 g
PN	Wartość energetyczna: 2570,20 kcal; Białko ogółem: 90,00 g; Tłuszcz: 72,17 g; Węglowodany ogółem: 384,14 g;	Wartość energetyczna: 2647,04 kcal; Białko ogółem: 95,53 g; Tłuszcz: 71,96 g; Węglowodany ogółem: 408,54 g;	Wartość energetyczna: 2350,10 kcal; Białko ogółem: 100,52 g; Tłuszcz: 75,08 g; Węglowodany ogółem: 325,75 g;	Wartość energetyczna: 2350,10 kcal; Białko ogółem: 100,52 g; Tłuszcz: 75,08 g; Węglowodany ogółem: 325,75 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2025-03-31 do dnia 2025-04-13 KUCHNIA ŁÓDŹ

ŁÓDŹ-CSK UCP Podstawowa		ŁÓDŹ-CSK UCP Łatwo strawna		ŁÓDŹ-CSK UCP Z ogr.latwoprzyswajalnych węglowodanów
Śniadanie		Kasza manna na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE.) Chleb mieszany pszemno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.) Masło extra 82% 12 g (MLE.) Szynekowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Sąlatka z soczewicy, pomidora i ogórka kiszzonego+ 60 g (MLE.) Kawa zbiżowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)		Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 250 ml Chleb Graham 70 g (GLU PSZ.) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.) Masło extra 82% 12 g (MLE.) Szynekowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Sąlatka z soczewicy, pomidora i ogórka kiszzonego+ 60 g (MLE.)
II ŚN		Mleko Snakowe UHT 1,5% t 0,2l 1 szt (MLE.)		Kefir 1,5% t 150g 1 Por (MLE.) Chrupki kukurydziane 15 g
Obiad		Zupa szpinakowa z ziemniakami + 400 ml (SOJ, SEL.) Makaron pełnoziarnisty 200 g (GLU PSZ.) Sos boloński z wieprzowiną (dieta) + 150 g (SEL.) Bukiet warzyw gotowanych + 100 g Surówka z selera i jabłka b/c + 100 g (SEL.) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Zupa szpinakowa z ziemniakami + 400 ml (SOJ, SEL.) Makaron 200 g (GLU PSZ.) Sos boloński z wieprzowiną (dieta) + 150 g (SEL.) Bukiet warzyw gotowanych + 100 g Fasolka szparagowa żółta + 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Zupa szpinakowa z ziemniakami + 400 ml (SOJ, SEL.) Makaron pełnoziarnisty 200 g (GLU PSZ.) Sos boloński z wieprzowiną (dieta) + 150 g (SEL.) Bukiet warzyw gotowanych + 100 g Surówka z selera i jabłka b/c + 100 g (SEL.) Kompot owocowy* b/c 250 ml
PD		Mus- przecier owocowy jablko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt		Jabłko 1 szt 1 szt Biszkopty b/c 15 g (GLU PSZ, JAJ.)
Kolacja		Herbata czarna ekspresowa z cytryną z/c 250 ml Chleb mieszany pszemno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 12 g (MLE.) Baton szynkowy z kurcząt 50 g (może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.) Pomidor 50 g Sąlatka lodowa 10 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 12 g (MLE.) Baton szynkowy z kurcząt 50 g (może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.) Pomidor 50 g Sąlatka lodowa 10 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 250 ml Chleb Graham 120 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 12 g (MLE.) Baton szynkowy z kurcząt 50 g (może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.) Pomidor 50 g Sąlatka lodowa 10 g
PN				Chleb Graham 60g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Twarożek 20 g (MLE.) Sąlatka zielona 5 g
		Wartość energetyczna: 2361,98 kcal. Białko ogółem: 90,68 g; Tłuszcz: 70,82 g; Węglowodany ogółem: 348,43 g;		Wartość energetyczna: 2193,52 kcal. Białko ogółem: 90,88 g; Tłuszcz: 69,46 g; Węglowodany ogółem: 316,59 g;

2025-04-11 piątek				
ŁÓDŹ-CSK UCP Podstawowa		ŁÓDŹ-CSK UCP Łatwo strawna		ŁÓDŹ-CSK UCP z ogr.łatwoprzyswajalnych węglowodanów
Śniadanie				
Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ. MLE.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ. GLU ZYT.</u>) Rogal masłany 50g. 1 szt (<u>GLU PSZ. JAJ. MLE.</u>) Masło extra 82% 12 g (<u>MLE.</u>) Pasta z jaj z koperkiem dieta + 80 g (<u>JAJ. MLE.</u>) Rukola 10 g Kakao z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE.</u>)		Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ. MLE.</u>) Bułka pszenna długa krojona 70 g (<u>GLU PSZ.</u>) Rogal masłany 50g. 1 szt (<u>GLU PSZ. JAJ. MLE.</u>) Masło extra 82% 12 g (<u>MLE.</u>) Pasta z jaj z koperkiem dieta + 80 g (<u>JAJ. MLE.</u>) Rukola 10 g Kakao z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE.</u>)		Jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>MLE.</u>) Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 15 g
II ŚN		Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml		
Obiad				
Krupnik jęczmienny + 400 ml (<u>SOJ. SEL. GLU JECZ.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g 9 Kolekt z morszczuka 100g + 100 g (<u>GLU PSZ. JAJ. RYB. SOJ.</u>) Surowka z kapuśki kiszzonej z ogórkami i jabłkiem + 100 g Warzywa po grecku + 100 g (<u>SEL.</u>) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Krupnik jęczmienny + 400 ml (<u>SOJ. SEL. GLU JECZ.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g 9 Pulpet z morszczuka + 100 g (<u>GLU PSZ. JAJ. RYB.</u>) Warzywa po grecku + 100 g (<u>SEL.</u>) Brokuł gotowany + 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Krupnik jęczmienny + 400 ml (<u>SOJ. SEL. GLU JECZ.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g 9 Pulpet z morszczuka + 100 g (<u>GLU PSZ. JAJ. RYB.</u>) Surowka z kapuśki kiszzonej z ogórkami i jabłkiem + 100 g Warzywa po grecku + 100 g (<u>SEL.</u>) Kompot owocowy* b/c 250 ml	Sok wielowarzynny pasteryzowany 0,33l 1 szt Suchary b/c 15 g (<u>GLU PSZ. SOJ. MLE.</u>)	
Serek homogenizowany waniliowy 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)				
PD	Herbata czarna ekspresowa z cytryną z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ. GLU ZYT.</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 12 g (<u>MLE.</u>) Powidła śliwkowe 30g 1 szt Pomarańcza 1/2 szt. 1 Por Twarożek z cynamonem + 60 g (<u>MLE.</u>) Sałata zielona 20 g		Twarożek z cynamonem + 60 g (<u>MLE.</u>) Dżem 25 g 1 szt Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna ekspresowa z cytryną z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 12 g (<u>MLE.</u>) Sałata zielona 20 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 250 ml Chleb Graham 120 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 12 g (<u>MLE.</u>) Twarożek z cynamonem + 80 g (<u>MLE.</u>) Pomarańcza 1/2 szt. 1 Por Sałata zielona 20 g
Kolacja				
PN	Chleb Graham 60 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 20 g (<u>SOJ.</u>) Pomidor 15 g			
Wartość energetyczna: 2742,45 kcal; Białko ogółem: 108,44 g; Tłuszcz: 77,79 g; Węglowodany ogółem: 407,61 g;		Wartość energetyczna: 2716,89 kcal; Białko ogółem: 116,67 g; Tłuszcz: 70,56 g; Węglowodany ogółem: 409,19 g;		Wartość energetyczna: 2264,69 kcal; Białko ogółem: 99,88 g; Tłuszcz: 69,04 g; Węglowodany ogółem: 325,78 g;

2025-04-12 sobota

ŁÓDŹ-CSK UCP Podstawowa		ŁÓDŹ-CSK UCP Łatwo strawna		ŁÓDŹ-CSK UCP z ogr.latiwoprzyswajalnych węglowodanów	
Śniadanie		Śniadanie		Śniadanie	
Płatki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bulka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 12 g (<u>MLE.</u>) Sałatka makaronowa z warzywami i szynką + 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR.</u>) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną z/c 250 ml	Płatki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Bulka pszenna długa krojona 70 g (<u>GLU PSZ.</u>) Bulka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 12 g (<u>MLE.</u>) Sałatka makaronowa z warzywami i szynką dieta + 100 g (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną z/c 250 ml	Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 250 ml Chleb Graham 70 g (<u>GLU PSZ.</u>) Bulka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 12 g (<u>MLE.</u>) Szynka krucha z pieca wieprzowa 50 g (<u>SOL.</u>) Sałata zielona 20 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 250 ml Chleb Graham 120 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 12 g (<u>MLE.</u>) Szynka krucha z pieca wieprzowa 50 g (<u>GLU PSZ, SOL, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SOL.</u>) Pomidor 50 g Mix sałat 10 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 250 ml Chleb Graham 60 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Ser żółty 20 g (<u>MLE.</u>) Sałata zielona 5 g	Wartość energetyczna: 2680,55 kcal; Białko ogółem: 78,24 g; Tłuszcz: 94,60 g; Węglowodany ogółem: 380,96 g;
II ŚN		Banan 1szt. 1 szt		Keifr 1,5% t 150g 1 Por (<u>MLE.</u>) Wafle ryżowe 15 g	
Obiad		Zupa koperekowa z ziemniakami + 400 ml (<u>SOL, MLE, SEL.</u>) Ryż na sypko 200 g Potrawka z kurczaka + 150 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Buraki gotowane + 100 g Marchew gotowana plaster z olejem + 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml		Zupa ogórkowa z ziemniakami + 400 g (<u>GLU PSZ, SOL, MLE, SEL.</u>) Ryż na sypko (brązowy) 200 g Kociółek z kurczaka meksykański + 150 g (<u>MLE.</u>) Sałatka z buraków i jabłka (z olejem) b/c + 100 g Surowka z marchwi i jabłka b/c + 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	
PD		Jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>MLE.</u>)		Jabłko 1 szt 1 szt Paluszki z sezamem 15 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>)	
Kolacja		Herbata czarna ekspresowa z cytryną z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb Graham 50g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 12 g (<u>MLE.</u>) Parówki ciemnytki- węd. wp. homog. wędz. parz 80 g (<u>SOL, SEL.</u>) Ketchup 20 g (<u>SEL.</u>) Pomidor 50 g Mix sałat 10 g		Herbata czarna ekspresowa z cytryną z/c 250 ml Bulka pszenna długa krojona 120 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 12 g (<u>MLE.</u>) Szynka krucha z pieca wieprzowa 50 g (<u>GLU PSZ, SOL, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SOL.</u>) Pomidor 50 g Mix sałat 10 g	
PN					

ŁÓDŹ-CSK UCP Podstawowa		ŁÓDŹ-CSK UCP łatwo strawna		ŁÓDŹ-CSK UCP z ogr. łatwoprzyswajalnych węglowodanów	
Śniadanie		Kakao z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ.</u> <u>GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 12 g (<u>MLE.</u>) Serrek ała homogenizowany o smaku waniliowym + 60 g (<u>MLE.</u>) Miod (25g) 1 szt Jabko 1 szt 1 szt Sałata lodowa 10 g		Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 250 ml Chleb Graham 70 g (<u>GLU PSZ.</u>) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 12 g (<u>MLE.</u>) Serrek twarogowy homogenizowany + 80 g (<u>MLE.</u>) Miod (25g) 1 szt Jabko 1 szt 1 szt Sałata lodowa 10 g	
II ŚN		Sok pomidorowy 0,3l 1 szt		Sok pomidorowy 0,3l 1 szt Podpiomyki b/c 15 g (<u>GLU PSZ.</u> <u>MLE.</u>)	
Obiad		Zupa pieczarkowa z makaronem + 400 g (<u>GLU PSZ.</u> <u>SOJ.</u> <u>MLE.</u> <u>SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Kotlet schabowy panierowany + 100 g (<u>GLU PSZ.</u> <u>JAL.</u>) Surówka z kapuśy pekińskiej z olejem + 100 g Fasolka szparagowa zielona + 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml		Zupa marchewkowa z zacierką + 400 g (<u>GLU PSZ.</u> <u>JAL.</u> <u>SOJ.</u> <u>MLE.</u> <u>SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Schab gotowany + 100 g Sos własny dieta + 100 g (<u>SOJ.</u>) Fasolka szparagowa zielona + 100 g Bukiet jarzyn gotowany + 100 g (<u>SEL.</u>) Kompot owocowy* z/c 250 ml	
PD		Koktajl bananowy 200 ml (<u>MLE.</u>)		Jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>MLE.</u>) Chrupki kukurydziane 15 g	
Kolacja		Herbata czarna ekspresowa z cytryną z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ.</u> <u>GLU ŻYT.</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 12 g (<u>MLE.</u>) Szyunkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 60 g		Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 250 ml Chleb pszenna długa krojona 120 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 12 g (<u>MLE.</u>) Szyunkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 60 g	
PN				Chleb Graham 60 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) kurczak gotowany produkt drobiowy grubo rozdrobniony paizony 20 g Sałata zielona 5 g	
		Wartość energetyczna: 2257,98 kcal; Białko ogółem: 87,41 g; Tłuszcz: 57,94 g; Węglowodany ogółem: 359,38 g;		Wartość energetyczna: 2376,16 kcal; Białko ogółem: 103,91 g; Tłuszcz: 58,01 g; Węglowodany ogółem: 368,73 g;	
				Wartość energetyczna: 2282,32 kcal; Białko ogółem: 114,08 g; Tłuszcz: 66,43 g; Węglowodany ogółem: 323,01 g;	

Oznaczenia alergenów:

GLU PSZ - Zboża zawierające gluten pszenny,
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,
SO2 - Dwutlenek siarki / siarczyny,
ŁUB - Łubin i produkty pochodne,
MCK - Mięczaki i pochodne,
MLE b/LAK - Mleko i pochodne bez laktozy,
GLU ŻYT - Zboża zawierające gluten żytni,
GLU OW - Zboża zawierające gluten owsiany,
GLU JĘCZ - Zboża zawierające gluten jęczmienny,

Oznaczenia wskaźników odż.:

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

