

poniedziałek (2024-04-01)	wtorek (2024-04-02)	środa (2024-04-03)	czwartek (2024-04-04)	piątek (2024-04-05)	sobota (2024-04-06)	niedziela (2024-04-07)
Śniadanie	Śniadanie	Śniadanie	Śniadanie	Śniadanie	Śniadanie	Śniadanie
Filet królewski z indyka 20g. (SOJ) Powidła sliwkowe 20g. Pieczywo mieszane 130g(GLU) Masło 15g. (MLE) Herbata z cukrem i cytryną 250ml.	Zupa mleczna z płatkami 300ml.(MLE) Polędwica z indyka 20g. (SOJ,SEL) Dżem owocowy 25g. Pieczywo mieszane 130g(GLU) Masło 15g. (MLE) Herbata z cukrem i cytryną 250ml.	Szynka z indyka 20g. (SOJ,SEL) Ser topiony w trójkątach 1 szt. (175g)(MLE) Pieczywo mieszane 130g(GLU) Masło 15g. (MLE) Rzodkiewka 30g. Herbata z cukrem i cytryną 250ml.	Zupa mleczna z zacierką 300ml.(MLE, GLU, JAJ) Fleciak ziościsty 20g. (MLE,SOJ) Miód pszczoeli 25g. Pieczywo mieszane 130g(GLU) Masło 15g. (MLE) Pomidór 50g. Herbata z cukrem i cytryną 250ml.	Pasta z jaja i wędliny 30g. (JAJ) Polędwica miodowa 20 g. (SOJ, MLE, SEL) Pieczywo mieszane 130g(GLU) Masło 15g. (MLE) Ogórek zielony 50g. Herbata z cukrem i cytryną 250ml.	Pasztetowa drobiowa 40g. (GLU, SOJ, MLE) Pieczywo mieszane 130g(GLU) Masło 15g. (MLE) Rzodkiewka 30g. Herbata z cukrem i cytryną 250ml.	Twarożek ze szczypiorkiem 80g. (MLE) Pieczywo mieszane 130g(GLU) Masło 15g. (MLE) Rukola 1g. Kawa mleczna 250ml.(MLE)
II Śniadanie	II Śniadanie	II Śniadanie	II Śniadanie	II Śniadanie	II Śniadanie	II Śniadanie
Budyń śmietankowy 250ml. (GLU, MLE) Polewa czekoladowa 10ml. (MLE,GLU)	Koktajl truskawkowy 200ml. (MLE)	Jogurt naturalny 10p. (150g) (MLE) Sucharki delikatesowe 2szt(16g)(GLU, JAJ, SOJ)	Biszkopty 30g. (GLU, JAJ, MLE) Herbatniki Stokłoski 2szt(20g)(GLU, JAJ, MLE, SEZ, SOJ, ORZE)	Kisiel owocowy 250ml. Paluszki sione 15g.	Galaretka owocowa 250ml. Krakersy Łajkonik 2szt(10g) (GLU, JAJ, SEZ, MLE)	Herbatniki Petit 1/2op. (50g) (JAJ, MLE, GLU) Soczek 1 szt. (200ml.)
Obiad	Obiad	Obiad	Obiad	Obiad	Obiad	Obiad
Kapusznik z ziemniakami 350ml. (GLU, SEL) Kociętek mięsny z warzywami 150g. (GLU) Kasza pęczak 250g. (GLU) Kompot z owoców sezonowych 250ml.	Zupa koperkowa z ryżem 350ml. (SEL) Klops w sosie własnym 90/100g. (GLU, JAJ) Ziemniaki 300g. Surowka z buraka, cebuli i jabłka 150g. Kompot z owoców sezonowych 250ml.	Zupa grysikowa z zieleciną 350ml. (GLU, SEL) Potrawka z kurczaka z zieleciną 130g. (GLU) Ryz naturalny 250g. Surowka z warzyw mieszanych 150g. (SEL) Kompot z owoców sezonowych 250ml.	Zupa marchwiowa z zacierką 350ml. (SEL, GLU, JAJ) Kluski śląskie z mięsem 250g(2szt.)(GLU, JAJ) Kapuś Kiszona gotowana 200g. (GLU) Kompot z owoców sezonowych 250ml.	Zupa jarzynowa z ziemniakami 350ml. (GLU, SEL) Naleśniki z serem białym, owocami i polewą truskawkową 2szt. (350g) (GLU, MLE, JAJ) Kompot z owoców sezonowych 250ml.	Barszcz czerwony z makaronem 350ml. (GLU, SEL, JAJ) Pulpet mielony w sosie owocowym 90/100g.(GLU, JAJ) Ziemniaki 300g. Surowka z kapusty białej z zieleciną 150g. Kompot z owoców sezonowych 250ml.	Bulion z płatkami jęczmiennymi i zieleciną 350ml. (GLU, SEL) Pierś drobiowa w cieście 100g. (JAJ, GLU) Ziemniaki 300g. Marchew gotowana 200g. (GLU) Kompot z owoców sezonowych 250ml.
Podwieczorek	Podwieczorek	Podwieczorek	Podwieczorek	Podwieczorek	Podwieczorek	Podwieczorek
Wafelki nadziewane 1 szt. (25g) (GLU, JAJ, MLE, SEZ) Jabłko 1szt. (250g)	Ciasto drożdżowe 50g(JAJ, MLE, GLU)	Jabłko 1 szt. (250g)	Jabłko 1 szt. (250g)	Wafle ryżowe naturalne 2szt. (10g.) Jabłko 1szt. (250g)	Jabłko 1szt. (250g)	Jogurt owocowy 150ml. (MLE) Jabłko 1szt. (250g)
Energia: Kcal 2501 = 10503 kJ Kcal z tłuszczu 27,16 % Kcal z białka 11,40 % Kcal z węglowodanów 64,71 %	Energia: Kcal 2740 = 11521 kJ Kcal z tłuszczu 29,36 % Kcal z białka 11,61 % Kcal z węglowodanów 60,82 %	Energia: Kcal 2413 = 10117 kJ Kcal z tłuszczu 29,37 % Kcal z białka 13,32 % Kcal z węglowodanów 60,08 %	Energia: Kcal 2767 = 11641 kJ Kcal z tłuszczu 20,62 % Kcal z białka 10,44 % Kcal z węglowodanów 71,18 %	Energia: Kcal 2493 = 10508 kJ Kcal z tłuszczu 21,98 % Kcal z białka 10,99 % Kcal z węglowodanów 69,69 %	Energia: Kcal 2508 = 10090 kJ Kcal z tłuszczu 31,35 % Kcal z białka 11,88 % Kcal z węglowodanów 58,91 %	Energia: Kcal 2502 = 10518 kJ Kcal z tłuszczu 21,75 % Kcal z białka 13,35 % Kcal z węglowodanów 66,76 %

Jadłospis dla Ośrodka Pediatrycznego im. M. Konopnickiej w Łodzi

	Dieta cukrzykowa	Dieta lekkostrawna	Dieta do II roku życia
I śniadanie	Filet królewski z indyka 35g pieczywo graham 100 masło 15g Papryka słodka 50g herbata z cytryną 250ml	Filet królewski z indyka 35g pieczywo jasne 130g masło roślinne 15g herbata z cytryną 250ml	Zupa mleczna 250ml Filet królewski z indyka 25g pieczywo jasne 100g masło 10g herbata z cytryną 250ml
II śniadanie	Budyń śmietankowy 250ml Krakersy łajkonik 2szt	Budyń śmietankowy 250ml	Budyń śmietankowy 250ml
Obiad	Kapuśniak z ziemniakami 350ml Kociołek mięsny z warzywami 150g Kasza pęczak 250g kompot z owoców sezonowych 200ml	Ziemniaczanka 350ml Schab gotowany 80g Kasza pęczak 250g kompot z owoców sezonowych 200ml	Ziemniaczanka 350ml Schab gotowany 80g Kasza pęczak 200g kompot z owoców sezonowych 200ml
Podwieczorek	Wafelki nadziewane b/c Jabłko 1szt	Jabłko pieczone 1szt	Jabłko pieczone 1szt
Kolacja	Jajko gotowane 1szt pieczywo graham 100 masło 15g Pomidor 50g Szcypiorek 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

Jadłospis dla Ośrodka Pediatrycznego im. M. Konopnickiej w Łodzi

	Dieta cukrzycowa	Dieta lekkostrawna	Dieta do II roku życia
I śniadanie	<p>Poledwica z indyka 50g pieczywo graham 100 masło 15g Sałata 30g herbata z cytryną 250ml</p>	<p>Poledwica z indyka 20g Dżem owocowy 20g pieczywo jasne 130g masło roślinne 15g herbata z cytryną 250ml</p>	<p>Zupa mleczna 250ml Poledwica z indyka 20g Dżem owocowy 20g pieczywo jasne 100g masło 10g herbata z cytryną 250ml</p>
II śniadanie	<p>Koktajl truskawkowy 200ml Biskopty 30g</p>	<p>Koktajl truskawkowy 200ml</p>	<p>Koktajl truskawkowy 200ml</p>
Obiad	<p>Zupa koperkowa z ryżem 350ml Klops w sosie własnym 90/100g Ziemniaki 300g Surówka z buraka, cebuli i jabłka 150g kompot z owoców sezonowych 200ml</p>	<p>Zupa koperkowa z ryżem 350ml Klops w sosie własnym 90/100g Ziemniaki 300g Marchew gotowana 200g kompot z owoców sezonowych 200ml</p>	<p>Zupa koperkowa z ryżem 350ml Klops w sosie własnym 80/100g Ziemniaki 200g Marchew gotowana 150g kompot z owoców sezonowych 200ml</p>
Podwieczorek	<p>Ciasto drożdżowe 50g</p>	<p>Jabłko pieczone 1szt</p>	<p>Jabłko pieczone 1szt</p>
Kolacja	<p>Poledwiczanka z warzywami 55g pieczywo graham 100 masło 15g Ogórek kiszony 50g herbata z cytryną 250ml</p>	<p>Chuda wędlina 38g pieczywo jasne 130g masło roślinne 15g herbata z cytryną 250ml</p>	<p>Zupa mleczna 250ml Chuda wędlina 38g pieczywo jasne 100g masło 10g herbata z cytryną 250ml</p>

Jadłospis dla Ośrodka Pediatrycznego im. M. Konopnickiej w Łodzi

	Dieta cukrzycowa	Dieta lekkostrawna	Dieta do II roku życia
I śniadanie	Szynka z indyka 20g Ser topiony w trójkątach 1 szt. (17,5g) pieczywo graham 100 masło 15g Rzodkiewka 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
II śniadanie	Jogurt naturalny 1op Sucharki delikatesowe 2szt(16g)	Jogurt naturalny 1op Sucharki delikatesowe 2szt(16g)	Jogurt naturalny 1op Chrupki kukurydziane 30g
Obiad	Zupa grysikowa z zielenią 350ml Potrawka z kurczaka z zielenią 130g Ryz naturalny 250g Surówka z warzyw mieszanych 150g kompot z owoców sezonowych 200ml	Zupa grysikowa z zielenią 350ml Potrawka z kurczaka z zielenią 130g Ryz naturalny 250g Warzywa gotowane 200g kompot z owoców sezonowych 200ml	Zupa grysikowa z zielenią 250ml Potrawka z kurczaka z zielenią 130g Ryz naturalny 200g Warzywa gotowane 150g kompot z owoców sezonowych 200ml
Podwieczorek	Jabłko 1szt Wafle nadziewane b/c	Jabłko pieczone 1szt	Jabłko pieczone 1szt
Kolacja	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

Jadłospis dla Ośrodka Pediatrycznego im. M. Konopnickiej w Łodzi

	Dieta cukrzycowa	Dieta lekkostrawna	Dieta do II roku życia
I śniadanie	Filecik złocisty 50g pieczywo graham 100 masło 15g Pomidor 50g herbata z cytryną 250ml	Filecik złocisty 20g Miód pszczeli 20g 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	Herbatniki Stokotłoki 2szt Biszkopty 30g	Biszkopty 30g	Biszkopty 30g
Obiad	Zupa marchwiowa z zacierką 350ml Kluski śląskie z mięsem 250g Kapusta kiszona gotowana 200g kompot z owoców sezonowych 200ml	Zupa marchwiowa z zacierką 350ml Schab duszony 80g Ziemniaki 300g Buraki gotowane 200g kompot z owoców sezonowych 200ml	Zupa marchwiowa z zacierką 250ml Sztuka mięsa duszona w warzywach Ziemniaki 200g Buraki gotowane 150g kompot z owoców sezonowych 200ml
Podwieczorek	Jabłko 1szt	Jabłko pieczone 1szt	Jabłko pieczone 1szt
Kolacja	Szynka konserwowa 55g pieczywo graham 100 masło 15g Cwikła własnego wyrobu 50g herbata z cytryną 250ml	Szynka konserwowa 38g pieczywo jasne 130g masło roślinne 15g herbata z cytryną 250ml	Zupa mleczna 250ml Szynka konserwowa 28g 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
I śniadanie	Pasta z jaja i wędliny 40g Połudwica miodowa 20 g pieczywo graham 100 masło 15g Ogórek zielony 50g herbata z cytryną 250ml	Pasta z jaja i wędliny 30g Połudwica miodowa 20 g pieczywo jasne 130g masło roślinne 15 herbata z cytryną 250ml	Zupa mleczna 250ml Pasta z jaja i wędliny 30g Połudwica miodowa 20 g pieczywo jasne 100g masło 10g herbata z cytryną 250ml
II śniadanie	Kisiel owocowy 250ml Paluszki słone 15g	Kisiel owocowy 250ml	Kisiel owocowy 250ml
Obiad	Zupa jarzynowa z ziemniakami 350ml Naleśniki z serem 2szt kompot z owoców sezonowych 200ml	Zupa jarzynowa z ziemniakami 350ml Makaron z serem 350g kompot z owoców sezonowych 200ml	Zupa jarzynowa z ziemniakami 250ml Makaron z serem 250g kompot z owoców sezonowych 200ml
Podwieczorek	Wafle ryżowe naturalne 2szt Jabłko 1szt	Jabłko pieczone 1szt	Jabłko pieczone 1szt
Kolacja	Filecik złocisty 25g Ser topiony 30g(1/3 op) pieczywo graham 100 masło 15g Pomidor 50g Szczypiorek 1g herbata z cytryną 250ml	Filecik złocisty 38g pieczywo jasne 130g masło roślinne 15g herbata z cytryną 250ml	Zupa mleczna 250ml Filecik złocisty 28g pieczywo jasne 100g masło 10g herbata z cytryną 250ml
II Kolacja	Kanapki z twarogiem		

Jadłospis dla Ośrodka Pediatricznego im. M. Konopnickiej w Łodzi

	Dieta cukrzycowa	Dieta lekkostrawna	Dieta do II roku życia
I śniadanie	Pasztetowa drobiowa 70g pieczywo graham 100 masło 15g Rzodkiewka 30g 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	Galaretka owocowa 250ml Krakersy Lajkonik 2szt(10g)	Galaretka owocowa 250ml	Galaretka owocowa 250ml
Obiad	Barszcz czerwony z makaronem 350ml Pulpet mielony w sosie koperkowym 90/100g Ziemniaki 300g Surówka z kapusty białej z zieloną 150g kompot z owoców sezonowych 200ml	Barszcz czerwony z makaronem 350ml Pulpet mielony w sosie koperkowym 90/100g Ziemniaki 300g Szpinak gotowany 200g kompot z owoców sezonowych 200ml	Barszcz czerwony z makaronem 250ml Pulpet mielony w sosie koperkowym 90/100g Ziemniaki 200g Szpinak gotowany 150g kompot z owoców sezonowych 200ml
Podwieczorek	Jabłko 1szt	Jabłko pieczone 1szt	Jabłko pieczone 1szt
Kolacja	Ser zółty Gouda 40g pieczywo graham 100 masło 15g Papryka słodka 50g herbata z cytryną 250ml	Wędlina 38g pieczywo jasne 130g masło roślinne 15g herbata z cytryną 250ml	Zupa mleczna 250ml Wędlina 28g pieczywo jasne 100g masło 10g herbata z cytryną 250ml
II Kolacja	Kanapki z wędliną		

Jadłospis dla Ośrodka Pediatricznego 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 Rukola 1g 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	Herbatniki Petit 1/2op Soczek 150ml	Soczek 1 szt Chrupki kukurydziane 30g	Soczek 1 szt Chrupki kukurydziane 30g
Obiad	Bulion z płatkami jęczmiennymi i zielenią 350ml Kotlet schabowy panierowany 90g Ziemniaki 300g Sałata z kefirem 50/40 kompot z owoców sezonowych 200ml	Bulion z płatkami jęczmiennymi i zielenią 350ml Sztuka mięsa gotowana 80g Ziemniaki 300g Warzywa gotowane 200g kompot z owoców sezonowych 200ml	Bulion z płatkami jęczmiennymi i zielenią 250ml Sztuka mięsa gotowana 80g Ziemniaki 300g Warzywa gotowane 150g kompot z owoców sezonowych 200ml
Podwieczorek	Jogurt owocowy 1szt Jabłko 1szt	Jabłko pieczone 1szt	Jabłko pieczone 1szt
Kolacja	Polędwica Ani 38g pieczywo graham 100g 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
II Kolacja	Kanapki z serkiem topionym 2pl		