		ŁÓDŹ- CSK UCP P01/3 Podstawowa 10-18 r.ż.	ŁÓDŹ- CSK UCP P02/3 Łatwostrawna 10-18 r.ż.	ŁÓDŹ- CSK UCP P03/3 Z ogr.latwoprzyswajalnych weglowodanów 10-18 r.ż.
2026-11-09 poniedziałek	Śniadanie	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (***MLE, GLU JĘCZ,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna 50g 1 szt (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 12 g (***MLE,***) Pasta z twarogu i makreli wędzonej** 40 g (***RYB, MLE,***) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 20 g (***SOJ,***) Ogórek świeży 50 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (***MLE, GLU JĘCZ,***) Bułka pszenna długa krojona 70 g (***GLU PSZ,***) Bułka pszenna 50g 1 szt (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 12 g (***MLE,***) Pasta z twarogu i ryby got. (mintaj) z koperkiem 40 g (***RYB, MLE,***) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 20 g (***SOJ,***) Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Herbata czarna granulowana 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,***) Ogórek świeży 50 g Pasta z twarogu i makreli wędzonej** 40 g (***RYB, MLE,***) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 20 g (***SOJ,***)
	II ŚN	Wafel Grzesiek 26g 1 szt (***GLU PSZ, OZI, SOJ, MLE, ORZ,***)	Sok pomarańczowy 0,2L-kartonik 1 szt	Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (***MLE,***) Wafle ryżowe 15 g
	Obiad	Brokułowa z ryżem * 400 ml (***MLE, SEL,***) Pierogi z serem - chłodzone 200 g (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Sos jogurtowo truskawkowy*b/c 100 g (***MLE,***) Mus z jabłek () z/c 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml		Brokułowa z ryżem * 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Kotlet z jaj 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Surówka z marchwi i jabłka b/c 100 g (***MLE,***) Cukinia pieczona z olejem * 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml
	PD	Chrupki kukurydziane 30 g		Śliwka szt 1 szt Chrupki kukurydziane 15 g
	Kolacja	Herbata czarna granulowana 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,***) Pasta z twarogu z natką pietruszki 40 g (***MLE,***) Szynka szkolna- wp. parzona 20 g (***SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR, S02,***) Pomidor 50 g	Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 12 g (***MLE,***) Pasta z twarogu z natką pietruszki 40 g (***MLE,***) Szynka szkolna- wp. parzona 20 g (***SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR, S02,***) Pomidor 50 g	Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml Chleb Graham 120 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 12 g (***MLE,***) Pasta z twarogu z natką pietruszki 40 g (***MLE,***) Szynka szkolna- wp. parzona 20 g (***SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR, S02,***) Pomidor 50 g
	PN			Chleb Graham 60 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 5 g (***MLE,***) Baton szynkowy z kurcząt 20 g (***może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR,***) Sałata zielona 5 g
		Wartość energetyczna: 2204.59 kcal; Białko ogółem: 84.26 g; Tłuszcz: 53.53 g; Węglowodany ogółem: 358.88 g;	Wartość energetyczna: 2197.79 kcal; Białko ogółem: 87.86 g; Tłuszcz: 44.80 g; Węglowodany ogółem: 366.59 g;	Wartość energetyczna: 2115.91 kcal; Białko ogółem: 86.68 g; Tłuszcz: 69.44 g; Węglowodany ogółem: 316.05 g;

		ŁÓDŹ- CSK UCP P01/3 Podstawowa 10-18 r.ż.	ŁÓDŹ- CSK UCP P02/3 Łatwostrawna 10-18 r.ż.	ŁÓDŹ- CSK UCP P03/3 Z ogr.latwoprzyswajalnych weglowodanów 10-18 r.ż.
2026-11-10 wtorek	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 drobiowo- wieprzowy z wątróbką 40 g (***GLU PSZ, SOJ, SEL, może zawierać: JAJ, MLE, GOR, GLU OW,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	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,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Filet zapiekany drobiowy 20 g (***MLE,***) Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Herbata czarna granulowana 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,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Filet zapiekany drobiowy 20 g (***MLE,***) Sałata zielona 20 g
	II ŚN	Gruszka 1szt. 150 g	Jabłko 1 szt 1 szt	Gruszka 1szt. 150 g Suchary b/c 15 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***)
	Obiad	Pieczarkowa z ziemniakami * 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL, S02,***) Kluski śląskie* 200 g (***JAJ,***) Bitka schabowa duszona 100 g (***GLU PSZ,***) Sos pieczeniowy 100 ml (***GLU PSZ,***) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem 100 g Kalafior gotowany* 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Solferino * 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Kluski śląskie* 200 g (***JAJ,***) Bitka schabowa duszona 100 g (***GLU PSZ,***) Sos własny () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Buraczki gotowane drobno tarte 100 g Kalafior gotowany* 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Solferino * 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Makaron pełnoziarnisty 200 g (***GLU PSZ,***) Bitka schabowa duszona 100 g (***GLU PSZ,***) Sos własny () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem 100 g Kalafior gotowany* 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml
	PD	Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml (***może zawierać: GLU PSZ, SEL, GOR,***)		Kisiel o smaku truskawkowym b/c 150 ml (***może zawierać: GLU PSZ, SEL, GOR,***) Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 15 g
	Kolacja	Herbata czarna granulowana 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,***) Rolada z łopatki wieprzowej pieczona 50 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Pasta z cukinii i marchewki 50 g Pomidor 50 g	Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 12 g (***MLE,***) Rolada z łopatki wieprzowej pieczona 50 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Pasta z cukinii i marchewki 50 g Pomidor 50 g	Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml Chleb Graham 120 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 12 g (***MLE,***) Rolada z łopatki wieprzowej pieczona 50 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Pasta z cukinii i marchewki 50 g Pomidor 50 g
	PN			Chleb Graham 60 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 5 g (***MLE,***) Twaróg półtłusty 20 g (***MLE,***) Sałata zielona 5 g
		Wartość energetyczna: 2614.48 kcal; Białko ogółem: 104.17 g; Tłuszcz: 89.67 g; Węglowodany ogółem: 365.56 g;	Wartość energetyczna: 2556.22 kcal; Białko ogółem: 108.34 g; Tłuszcz: 78.30 g; Węglowodany ogółem: 367.73 g;	Wartość energetyczna: 2364.01 kcal; Białko ogółem: 111.82 g; Tłuszcz: 76.03 g; Węglowodany ogółem: 341.06 g;

		ŁÓDŹ- CSK UCP P01/3 Podstawowa 10-18 r.ż.	ŁÓDŹ- CSK UCP P02/3 Łatwostrawna 10-18 r.ż.	ŁÓDŹ- CSK UCP P03/3 Z ogr.latwoprzyswajalnych weglowodanów 10-18 r.ż.
2026-11-11 środa	Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 300 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna 50g 1 szt (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 12 g (***MLE,***) Twarożek 40 g (***MLE,***) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 20 g (***MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR,***) Sałatka szwedzka z olejem b/c 50 g (***GOR,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	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 40 g (***MLE,***) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 20 g (***MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR,***) Pomidor 50 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Herbata czarna granulowana 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 40 g (***MLE,***) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 20 g (***MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR,***) Sałatka szwedzka z olejem b/c 50 g (***GOR,***)
	II ŚN	Pudding o smaku wanilia/czekolada 125g 1 szt (***MLE,***)		Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (***MLE,***) Paluszki z sezamem 20 g (***GLU PSZ, SEZ,***)
	Obiad	Zupa z soczewicy i ziemniakami * 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Pulpet drobiowy 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 100 g Dynia duszona z marchewką z olejem * 100 g (***GLU PSZ,***) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Grysikowa * 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Pulpet drobiowy 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos jarzynowy * 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 100 g Dynia duszona z marchewką z olejem * 100 g (***GLU PSZ,***) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Zupa z soczewicy i ziemniakami * 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Pulpet drobiowy 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos jarzynowy * 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 100 g Brokuł gotowany* 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml
	PD	Chrupki kukurydziane 30 g		Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt Chrupki kukurydziane 15 g
	Kolacja	Herbata czarna granulowana 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,***) Ser żółty 40 g (***MLE,***) Dżem 20 g Jabłko 1 szt 1 szt	Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 12 g (***MLE,***) Serek a'la homogenizowany 40 g (***MLE,***) Dżem 20 g Jabłko 1 szt 1 szt	Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml Chleb Graham 120 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 12 g (***MLE,***) Ser żółty 40 g (***MLE,***) Szynka od Zduna-wędzonka wieprzowa,szynka wędzona,parzona 20 g Jabłko 1 szt 1 szt
	PN			Chleb Graham 60 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 5 g (***MLE,***) Szynka szkolna- wp. parzona 20 g (***SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR, S02,***) Pomidor 15 g
		Wartość energetyczna: 2576.41 kcal; Białko ogółem: 99.61 g; Tłuszcz: 76.85 g; Węglowodany ogółem: 393.11 g;	Wartość energetyczna: 2353.49 kcal; Białko ogółem: 90.17 g; Tłuszcz: 58.37 g; Węglowodany ogółem: 379.96 g;	Wartość energetyczna: 2390.35 kcal; Białko ogółem: 108.05 g; Tłuszcz: 77.29 g; Węglowodany ogółem: 351.23 g;

		ŁÓDŹ- CSK UCP P01/3 Podstawowa 10-18 r.ż.	ŁÓDŹ- CSK UCP P02/3 Łatwostrawna 10-18 r.ż.	ŁÓDŹ- CSK UCP P03/3 Z ogr.latwoprzyswajalnych weglowodanów 10-18 r.ż.
2026-11-12 czwartek	Śniadanie	Zacierka na mleku 300 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka maślana 50g 1 szt (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Masło extra 82% 12 g (***MLE,***) Hummus z ciecierzycy 40 g Miód (25g) 1 szt Pomidor 50 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Zacierka na mleku 300 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Bułka pszenna długa krojona 70 g (***GLU PSZ,***) Bułka maślana 50g 1 szt (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Masło extra 82% 12 g (***MLE,***) Ser mozzarella 40 g (***MLE,***) Miód (25g) 1 szt Pomidor 50 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Herbata czarna granulowana 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,***) Hummus z ciecierzycy 60 g Pomidor 50 g
	II ŚN	Brzoskwinia 1 szt 1 szt		Brzoskwinia 1 szt 1 szt Wafle ryżowe 15 g
	Obiad	Barszcz biały z ziemniakami * 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT,***) Sos pomidorowy 100 ml (***GLU PSZ,***) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami* 300 g (***SEL, GLU JĘCZ,***) Surówka z marchwi i selera b/c 100 g (***MLE, SEL,***) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Ziemniaczana * 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Sos pomidorowy 100 ml (***GLU PSZ,***) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami* 300 g (***SEL, GLU JĘCZ,***) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Barszcz biały z ziemniakami * 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT,***) Sos pomidorowy 100 ml (***GLU PSZ,***) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami* 300 g (***SEL, GLU JĘCZ,***) Surówka z marchwi i selera b/c 100 g (***MLE, SEL,***) Kompot owocowy* b/c 250 ml
	PD	Biszkopty b/ml 30 g (***GLU PSZ, JAJ,***)		Jogurt naturalny 100g 1 szt (***MLE,***) Biszkopty b/c 15 g (***GLU PSZ, JAJ,***)
	Kolacja	Herbata czarna granulowana 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,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 40 g Pasta z kalafiora z natką pietruszki 50 g Sałatka jarzynowa 90 g (***JAJ, MLE, SEL, GOR,***)	Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 12 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 40 g Pasta z kalafiora z natką pietruszki 50 g Sałatka jarzynowa - dieta 90 g (***MLE, SEL,***)	Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml Chleb Graham 120 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 12 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 40 g Pasta z kalafiora z natką pietruszki 50 g Sałatka jarzynowa - dieta 90 g (***MLE, SEL,***)
	PN			Chleb Graham 60 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 5 g (***MLE,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Pomidor 15 g
		Wartość energetyczna: 2349.73 kcal; Białko ogółem: 75.20 g; Tłuszcz: 67.36 g; Węglowodany ogółem: 381.96 g;	Wartość energetyczna: 2389.36 kcal; Białko ogółem: 88.70 g; Tłuszcz: 64.17 g; Węglowodany ogółem: 375.51 g;	Wartość energetyczna: 2157.92 kcal; Białko ogółem: 85.48 g; Tłuszcz: 67.63 g; Węglowodany ogółem: 337.36 g;

		ŁÓDŹ- CSK UCP P01/3 Podstawowa 10-18 r.ż.	ŁÓDŹ- CSK UCP P02/3 Łatwostrawna 10-18 r.ż.	ŁÓDŹ- CSK UCP P03/3 Z ogr.łatwoprzyswajalnych weglowodanów 10-18 r.ż.
2026-11-13 piątek	Śniadanie	Płatki pszenne na mleku 300 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna 50g 1 szt (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 12 g (***MLE,***) Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 40 g (***JAJ, MLE,***) Szynka zielonogórska- wieprzowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 20 g (***SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR,***) Kakao z mlekiem z/c 250 ml (***MLE,***) Pomidor 50 g	Płatki pszenne na mleku 300 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Bułka pszenna długa krojona 70 g (***GLU PSZ,***) Bułka pszenna 50g 1 szt (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 12 g (***MLE,***) Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 40 g (***JAJ, MLE,***) Szynka zielonogórska- wieprzowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 20 g (***SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR,***) Pomidor 50 g Kakao z mlekiem z/c 250 ml (***MLE,***)	Herbata czarna granulowana 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,***) Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 40 g (***JAJ, MLE,***) Szynka zielonogórska- wieprzowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 20 g (***SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR,***) Pomidor 50 g
	II ŚN	Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt (***MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE,***)		Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt (***MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE,***) Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 15 g
	Obiad	Marchewkowa z zacierką* 400 g (***GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,***) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Ryba smażona (Morszczuk) 100 g (***GLU PSZ, JAJ, RYB,***) Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 100 g Szpinak gotowany z olejem* 100 g (***GLU PSZ,***) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Marchewkowa z zacierką* 400 g (***GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,***) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (***RYB,***) Sos ziołowy* 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Szpinak gotowany z olejem* 100 g (***GLU PSZ,***) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (***SEL,***) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Marchewkowa z zacierką* 400 g (***GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,***) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (***RYB,***) Sos ziołowy* 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 100 g Szpinak gotowany z olejem* 100 g (***GLU PSZ,***) Kompot owocowy* b/c 250 ml
	PD	Kisiel o smaku wiśniowym b/c 150 ml (***może zawierać: GLU PSZ, SEL, GOR,***)		Kisiel o smaku wiśniowym b/c 150 ml (***może zawierać: GLU PSZ, SEL, GOR,***) Ciasteczka maślane bez cukru 30 g (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***)
	Kolacja	Herbata czarna granulowana 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,***) Serek homo. naturalny 40 g (***MLE,***) Dżem 20 g Śliwka szt 1 szt	Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 12 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 40 g (***MLE,***) Dżem 20 g Jabłko 1 szt 1 szt	Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml Chleb Graham 120 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 12 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 60 g (***MLE,***) Śliwka szt 1 szt
	PN			Chleb Graham 60 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 5 g (***MLE,***) Szynka wiśniowa- wieprzowa, wędz. parz. z dod. wody i białka wp. 20 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Sałata zielona 5 g
		Wartość energetyczna: 2277.39 kcal; Białko ogółem: 97.80 g; Tłuszcz: 70.77 g; Węglowodany ogółem: 330.97 g;	Wartość energetyczna: 2245.47 kcal; Białko ogółem: 102.54 g; Tłuszcz: 62.10 g; Węglowodany ogółem: 333.09 g;	Wartość energetyczna: 2094.76 kcal; Białko ogółem: 101.94 g; Tłuszcz: 65.05 g; Węglowodany ogółem: 303.64 g;

		ŁÓDŹ- CSK UCP P01/3 Podstawowa 10-18 r.ż.	ŁÓDŹ- CSK UCP P02/3 Łatwostrawna 10-18 r.ż.	ŁÓDŹ- CSK UCP P03/3 Z ogr.łatwoprzyswajalnych węglowodanów 10-18 r.ż.
2026-11-14 sobota	Śniadanie	Ryż 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,***) Baton szynkowy z kurcząt 40 g (***może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR,***) Pasta warzywna* 50 g (***SEL,***) Pomidor 50 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	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 40 g (***może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR,***) Pasta warzywna* 50 g (***SEL,***) Pomidor 50 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Herbata czarna granulowana 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 40 g (***może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR,***) Pasta warzywna* 50 g (***SEL,***) Pomidor 50 g
	II ŚN	Banan 1szt. 1 szt		Jabłko 1 szt 1 szt Podpłomyki b/c 15 g (***GLU PSZ, MLE,***)
	Obiad	Grochowa z ziemniakami * 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (***GLU JĘCZ,***) Gulasz wieprzowy z warzywami* 150 g (***GLU PSZ, SEL,***) Ogórek kiszony z cebulką z olejem 100 g Buraczki gotowane 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami * 400 ml (***MLE, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (***GLU JĘCZ,***) Gulasz wieprzowy z warzywami* 150 g (***GLU PSZ, SEL,***) Buraczki gotowane 100 g Cukinia pieczona z olejem * 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Grochowa z ziemniakami * 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (***GLU JĘCZ,***) Gulasz wieprzowy z warzywami* 150 g (***GLU PSZ, SEL,***) Ogórek kiszony z cebulką z olejem 100 g Buraczki gotowane 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml
	PD	Galaretka o smaku cytrynowym 150 g		Galaretka o smaku cytrynowym 150 g Paluszki z sezamem 20 g (***GLU PSZ, SEZ,***)
	Kolacja	Herbata czarna granulowana 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 cieszynki- węd. wp. homog. wędz. parz 80 g (***SOJ, SEL,***) Musztarda 20 g (***GOR,***) Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 12 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 40 g (***MLE,***) Szynka zielonogórska- wieprzowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 20 g (***SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR,***) Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml Chleb Graham 120 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 12 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 40 g (***MLE,***) Szynka zielonogórska- wieprzowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 20 g (***SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR,***) Sałata zielona 20 g
	PN			Chleb Graham 60 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 5 g (***MLE,***) Ser żółty 20 g (***MLE,***) Sałata zielona 5 g
		Wartość energetyczna: 2724.19 kcal; Białko ogółem: 95.96 g; Tłuszcz: 87.20 g; Węglowodany ogółem: 411.11 g;	Wartość energetyczna: 2430.95 kcal; Białko ogółem: 88.87 g; Tłuszcz: 61.47 g; Węglowodany ogółem: 395.37 g;	Wartość energetyczna: 2380.33 kcal; Białko ogółem: 97.50 g; Tłuszcz: 73.13 g; Węglowodany ogółem: 367.44 g;

		ŁÓDŹ- CSK UCP P01/3 Podstawowa 10-18 r.ż.	ŁÓDŹ- CSK UCP P02/3 Łatwostrawna 10-18 r.ż.	ŁÓDŹ- CSK UCP P03/3 Z ogr.łatwoprzyswajalnych węglowodanów 10-18 r.ż.
2026-11-15 niedziela	Śniadanie	Kakao z mlekiem z/c 250 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,***) Jajecznica (z 2 jajek) kl M 100 g (***JAJ, MLE,***) Dżem 20 g Pomidor 50 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,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Dżem 20 g Pomidor 50 g	Herbata czarna granulowana 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,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 20 g Pomidor 50 g
	II ŚN	Jabłko 1 szt 1 szt		Jabłko 1 szt 1 szt Suchary b/c 15 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***)
	Obiad	Rosół z makaronem * 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Udziec z kurczaka gotowany b/k b/s 100 g Sos jarzynowy * 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Surówka Colesław 100 g (***JAJ, MLE, GOR,***) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (***SEL,***) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Rosół z makaronem * 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Udziec z kurczaka gotowany b/k b/s 100 g Sos jarzynowy * 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Kalafior gotowany* 100 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (***SEL,***) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Rosół z makaronem * 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Udziec z kurczaka gotowany b/k b/s 100 g Sos jarzynowy * 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Surówka z kapusty białej z koperkiem i z olejem 100 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (***SEL,***) Kompot owocowy* b/c 250 ml
	PD	Koktajl bananowy 150 ml (***MLE,***)		Koktajl bananowy 150 ml (***MLE,***) Chrupki kukurydziane 15 g
	Kolacja	Herbata czarna granulowana 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 szkolna- wp. parzona 40 g (***SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR, S02,***) Pasta z cukinii i marchewki 50 g Ogórek świeży 50 g	Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 12 g (***MLE,***) Szynka szkolna- wp. parzona 40 g (***SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR, S02,***) Pasta z cukinii i marchewki 50 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml Chleb Graham 120 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 12 g (***MLE,***) Szynka szkolna- wp. parzona 40 g (***SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR, S02,***) Pasta z cukinii i marchewki 50 g Ogórek świeży 50 g
	PN			Chleb Graham 60 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 5 g (***MLE,***) Filet zapiekany drobiowy 20 g (***MLE,***) Sałata zielona 5 g
		Wartość energetyczna: 2176.47 kcal; Białko ogółem: 94.17 g; Tłuszcz: 66.12 g; Węglowodany ogółem: 319.87 g;	Wartość energetyczna: 2083.56 kcal; Białko ogółem: 92.35 g; Tłuszcz: 56.24 g; Węglowodany ogółem: 315.06 g;	Wartość energetyczna: 2176.10 kcal; Białko ogółem: 104.47 g; Tłuszcz: 65.12 g; Węglowodany ogółem: 325.83 g;

		ŁÓDŹ- CSK UCP P01/3 Podstawowa 10-18 r.ż.	ŁÓDŹ- CSK UCP P02/3 Łatwostrawna 10-18 r.ż.	ŁÓDŹ- CSK UCP P03/3 Z ogr.latwoprzyswajalnych weglowodanów 10-18 r.ż.
2026-11-16 poniedziałek	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 drobiowo- wieprzowy z wątróbką 40 g (***GLU PSZ, SOJ, SEL, może zawierać: JAJ, MLE, GOR, GLU OW,***) Jogurt truskawkowy 100 g 1 szt (***MLE,***) Sałatka wiosenna - diety 50 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	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,***) Jogurt truskawkowy 100 g 1 szt (***MLE,***) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 20 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02,***) Sałatka wiosenna - diety 50 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Herbata czarna granulowana 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,***) Pasztet drobiowo- wieprzowy z wątróbką 40 g (***GLU PSZ, SOJ, SEL, może zawierać: JAJ, MLE, GOR, GLU OW,***) Jogurt naturalny 100g 1 szt (***MLE,***) Sałatka wiosenna - diety 50 g
	II ŚN	Budyń o smaku waniliowym z/c 150 ml (***MLE,***)		Budyń o smaku waniliowym b/c 150 ml (***MLE,***) Wafle ryżowe 15 g
	Obiad	Barszcz czerwony z ziemniakami * 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Gulasz z soczewicy i papryki () 150 g (***GLU PSZ, SEL,***) Ryż na sypko 200 g Surówka wielowarzywna z olejem b/c 100 g (***SEL,***) Fasolka szparagowa z wody* 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami * 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Gulasz warzywny z tofu dieta* 150 g (***GLU PSZ, SOJ, SEL,***) Ryż na sypko 200 g Brokuł gotowany* 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami * 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ryż na sypko (brązowy) 200 g Gulasz z soczewicy i papryki () 150 g (***GLU PSZ, SEL,***) Surówka wielowarzywna z olejem b/c 100 g (***SEL,***) Fasolka szparagowa z wody* 100 g
	PD	Brzoskwinia 1 szt 1 szt		Brzoskwinia 1 szt 1 szt Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 15 g
	Kolacja	Herbata czarna granulowana 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,***) Suflet mięsno-jarzynowy () 50 g (***GLU PSZ, JAJ, SEL,***) Miód (25g) 1 szt Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 12 g (***MLE,***) Suflet mięsno-jarzynowy () 50 g (***GLU PSZ, JAJ, SEL,***) Miód (25g) 1 szt Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml Chleb Graham 120 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 12 g (***MLE,***) Suflet mięsno-jarzynowy () 50 g (***GLU PSZ, JAJ, SEL,***) Sałata zielona 20 g
	PN			Chleb Graham 60 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 5 g (***MLE,***) Twaróg półtłusty 20 g (***MLE,***) Sałata zielona 5 g
		Wartość energetyczna: 2598.77 kcal; Białko ogółem: 82.31 g; Tłuszcz: 67.96 g; Węglowodany ogółem: 434.79 g;	Wartość energetyczna: 2469.88 kcal; Białko ogółem: 80.83 g; Tłuszcz: 61.14 g; Węglowodany ogółem: 414.44 g;	Wartość energetyczna: 2364.78 kcal; Białko ogółem: 85.45 g; Tłuszcz: 68.69 g; Węglowodany ogółem: 382.80 g;

		ŁÓDŹ- CSK UCP P01/3 Podstawowa 10-18 r.ż.	ŁÓDŹ- CSK UCP P02/3 Łatwostrawna 10-18 r.ż.	ŁÓDŹ- CSK UCP P03/3 Z ogr.łatwoprzyswajalnych węglowodanów 10-18 r.ż.
2026-11-17 wtorek	Śniadanie	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (***MLE, GLU JĘCZ,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna 50g 1 szt (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 12 g (***MLE,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 20 g Ogórek świeży 50 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (***MLE, GLU JĘCZ,***) Bułka pszenna długa krojona 70 g (***GLU PSZ,***) Bułka pszenna 50g 1 szt (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 12 g (***MLE,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 20 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Herbata czarna granulowana 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,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 20 g Ogórek świeży 50 g
	II ŚN	Jogurt owoce leśne 150g 1 szt (***MLE,***)		Jogurt naturalny 100g 1 szt (***MLE,***) Suchary b/c 15 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***)
	Obiad	Jarzynowa z makaronem* dieta 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Klopsik wieprzowy 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos cygański 100 g (***GLU PSZ, SEL,***) Surówka z kapusty białej z olejem b/c 100 g Buraczki gotowane drobno tarte 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Jarzynowa z makaronem* dieta 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Klopsik wieprzowy 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos pietruszkowy* 100 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Szpinak gotowany z olejem* 100 g (***GLU PSZ,***) Buraczki gotowane drobno tarte 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Jarzynowa z makaronem* dieta 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Klopsik wieprzowy 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos cygański 100 g (***GLU PSZ, SEL,***) Surówka z kapusty białej z olejem b/c 100 g Szpinak gotowany z olejem* 100 g (***GLU PSZ,***) Kompot owocowy* b/c 250 ml
	PD	Jabłko 1 szt 1 szt	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Jabłko 1 szt 1 szt Kisiel o smaku truskawkowym b/c 150 ml (***może zawierać: GLU PSZ, SEL, GOR,***)
	Kolacja	Herbata czarna granulowana 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 szkolna- wp. parzona 40 g (***SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR, S02,***) Ser mozzarella 20 g (***MLE,***) Pomidor 50 g	Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 12 g (***MLE,***) Szynka szkolna- wp. parzona 40 g (***SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR, S02,***) Ser mozzarella 20 g (***MLE,***) Pomidor 50 g	Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml Chleb Graham 120 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 12 g (***MLE,***) Szynka szkolna- wp. parzona 40 g (***SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR, S02,***) Ser mozzarella 20 g (***MLE,***) Pomidor 50 g
	PN			Chleb Graham 60 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 5 g (***MLE,***) Twaróg półtłusty 20 g (***MLE,***) Sałata zielona 5 g
		Wartość energetyczna: 2380.91 kcal; Białko ogółem: 97.25 g; Tłuszcz: 74.28 g; Węglowodany ogółem: 350.43 g;	Wartość energetyczna: 2363.17 kcal; Białko ogółem: 101.24 g; Tłuszcz: 69.42 g; Węglowodany ogółem: 346.27 g;	Wartość energetyczna: 2192.08 kcal; Białko ogółem: 99.81 g; Tłuszcz: 75.05 g; Węglowodany ogółem: 311.21 g;

		ŁÓDŹ- CSK UCP P01/3 Podstawowa 10-18 r.ż.	ŁÓDŹ- CSK UCP P02/3 Łatwostrawna 10-18 r.ż.	ŁÓDŹ- CSK UCP P03/3 Z ogr.latwoprzyswajalnych weglowodanów 10-18 r.ż.
2026-11-18 środa	Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 300 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna 50g 1 szt (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 12 g (***MLE,***) Twarożek na słodko 40 g (***MLE,***) Dżem 20 g Brzoskwinia 1 szt 1 szt Herbata czarna granulowana 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 na słodko 40 g (***MLE,***) Dżem 20 g Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Herbata czarna granulowana 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 60 g (***MLE,***) Sałata zielona 20 g
	II ŚN	Pudding o smaku wanilia/czekolada 125g 1 szt (***MLE,***)		Jabłko 1 szt 1 szt Podpłomyki b/c 15 g (***GLU PSZ, MLE,***)
	Obiad	Kapuśniak z kapusty kiszonej * 400 ml (***GLU PSZ, SEL, GOR,***) kasza pęczak/sypko 200 g (***GLU JĘCZ,***) Udziec z kurczaka gotowany b/k b/s 100 g Sos pieczarkowy 100 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Surówka z marchwi i pomarańczy z olejem 100 g Cukinia pieczona z olejem * 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Ziemniaczana * 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (***GLU JĘCZ,***) Udziec z kurczaka gotowany b/k b/s 100 g Sos jarzynowy * 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Cukinia pieczona z olejem * 100 g Marchew gotowana z olejem 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Ziemniaczana * 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) kasza pęczak/sypko 200 g (***GLU JĘCZ,***) Udziec z kurczaka gotowany b/k b/s 100 g Sos pieczarkowy 100 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Surówka z marchwi i pomarańczy z olejem 100 g Cukinia pieczona z olejem * 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml
	PD	Paluszki z sezamem 30 g (***GLU PSZ, SEZ,***)		Sok pomidorowy 0,3l 1 szt Paluszki z sezamem 20 g (***GLU PSZ, SEZ,***)
	Kolacja	Herbata czarna granulowana 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,***) Paprykarz rybno (morszczuk)-warzywny* 40 g (***RYB, SEL,***) Szynka zielonogórska- wieprzowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 20 g (***SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR,***) Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 12 g (***MLE,***) Paprykarz rybno (morszczuk)-warzywny* 40 g (***RYB, SEL,***) Szynka zielonogórska- wieprzowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 20 g (***SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR,***) Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml Chleb Graham 120 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 12 g (***MLE,***) Paprykarz rybno (morszczuk)-warzywny* 40 g (***RYB, SEL,***) Szynka zielonogórska- wieprzowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 20 g (***SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR,***) Sałata zielona 20 g
	PN			Chleb Graham 60 g (***GLU PSZ,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 20 g Masło extra 82% 5 g (***MLE,***) Pomidor 15 g
		Wartość energetyczna: 2444.50 kcal; Białko ogółem: 91.25 g; Tłuszcz: 72.52 g; Węglowodany ogółem: 379.56 g;	Wartość energetyczna: 2358.62 kcal; Białko ogółem: 91.44 g; Tłuszcz: 58.37 g; Węglowodany ogółem: 380.37 g;	Wartość energetyczna: 2237.35 kcal; Białko ogółem: 98.83 g; Tłuszcz: 64.78 g; Węglowodany ogółem: 350.52 g;

		ŁÓDŹ- CSK UCP P01/3 Podstawowa 10-18 r.ż.	ŁÓDŹ- CSK UCP P02/3 Łatwostrawna 10-18 r.ż.	ŁÓDŹ- CSK UCP P03/3 Z ogr.latwoprzyswajalnych weglowodanów 10-18 r.ż.
2026-11-19 czwartek	Śniadanie	Kasza manna na mleku 300 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna 50g 1 szt (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 12 g (***MLE,***) Pasta z fasoli 40 g Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 20 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Kasza manna na mleku 300 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Bułka pszenna długa krojona 70 g (***GLU PSZ,***) Bułka pszenna 50g 1 szt (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 12 g (***MLE,***) Twaróg półtłusty 40 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 20 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Herbata czarna granulowana 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,***) Pasta z fasoli 40 g Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 20 g Sałata zielona 20 g
	II ŚN	Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (***MLE,***)		Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (***MLE,***) Chrupki kukurydziane 15 g
	Obiad	Szpinakowa z ziemniakami * 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Makaron z serem 300 g (***GLU PSZ, MLE,***) Jabłka prażone b/c 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml		Szpinakowa z ziemniakami * 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Makaron pełnoziarnisty 200 g (***GLU PSZ,***) Sos boloński z mięsa wp ()-dieta 150 g (***GLU PSZ, SEL,***) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Surówka z selera i jabłka b/c 100 g (***MLE, SEL,***) Kompot owocowy* b/c 250 ml
	PD	Biszkopty b/c 30 g (***GLU PSZ, JAJ,***)		Kisiel o smaku truskawkowym b/c 150 ml (***może zawierać: GLU PSZ, SEL, GOR,***) Biszkopty b/c 15 g (***GLU PSZ, JAJ,***)
	Kolacja	Herbata czarna granulowana 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,***) Ser topiony 40 g (***MLE,***) Baton szynkowy z kurcząt 20 g (***może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR,***) Pomidor 50 g	Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 12 g (***MLE,***) Ser mozzarella 40 g (***MLE,***) Baton szynkowy z kurcząt 20 g (***może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR,***) Pomidor 50 g	Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml Chleb Graham 120 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 12 g (***MLE,***) Ser topiony 40 g (***MLE,***) Baton szynkowy z kurcząt 20 g (***może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR,***) Pomidor 50 g
	PN			Chleb Graham 60 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 5 g (***MLE,***) Twarożek 20 g (***MLE,***) Sałata zielona 5 g
		Wartość energetyczna: 2323.72 kcal; Białko ogółem: 89.84 g; Tłuszcz: 60.35 g; Węglowodany ogółem: 372.46 g;	Wartość energetyczna: 2312.09 kcal; Białko ogółem: 99.80 g; Tłuszcz: 57.10 g; Węglowodany ogółem: 358.89 g;	Wartość energetyczna: 2182.41 kcal; Białko ogółem: 90.78 g; Tłuszcz: 68.17 g; Węglowodany ogółem: 334.93 g;

		ŁÓDŹ- CSK UCP P01/3 Podstawowa 10-18 r.ż.	ŁÓDŹ- CSK UCP P02/3 Łatwostrawna 10-18 r.ż.	ŁÓDŹ- CSK UCP P03/3 Z ogr.latwoprzyswajalnych weglowodanów 10-18 r.ż.
2026-11-20 piątek	Śniadanie	Zacierka na mleku 300 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chałka 50 g (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Masło extra 82% 12 g (***MLE,***) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 40 g (***JAJ, MLE,***) Filet zapiekany drobiowy 20 g (***MLE,***) Rukola 10 g Kakao z mlekiem z/c 250 ml (***MLE,***)	Zacierka na mleku 300 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Bułka pszenna długa krojona 70 g (***GLU PSZ,***) Chałka 50 g (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Masło extra 82% 12 g (***MLE,***) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 40 g (***JAJ, MLE,***) Filet zapiekany drobiowy 20 g (***MLE,***) Rukola 10 g Kakao z mlekiem z/c 250 ml (***MLE,***)	Herbata czarna granulowana 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,***) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 40 g (***JAJ, MLE,***) Filet zapiekany drobiowy 20 g (***MLE,***) Rukola 10 g
	II ŚN	Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml (***może zawierać: GLU PSZ, SEL, GOR,***)		Jogurt naturalny 100g 1 szt (***MLE,***) Ciasteczka maślane bez cukru 30 g (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***)
	Obiad	Krupnik jęczmienny * 400 ml (***MLE, SEL, GLU JĘCZ,***) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Ryba smażona (Morszczuk) 100 g (***GLU PSZ, JAJ, RYB,***) Surówka z kapusty kiszonej z olejem b/c 100 g Warzywa po grecku 100 g (***GLU PSZ, SEL,***) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Krupnik jęczmienny * 400 ml (***MLE, SEL, GLU JĘCZ,***) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Pulpet rybny (Morszczuk) 100 g (***GLU PSZ, JAJ, RYB,***) Warzywa po grecku 100 g (***GLU PSZ, SEL,***) Brokuł gotowany* 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Krupnik jęczmienny * 400 ml (***MLE, SEL, GLU JĘCZ,***) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Pulpet rybny (Morszczuk) 100 g (***GLU PSZ, JAJ, RYB,***) Surówka z kapusty kiszonej z olejem b/c 100 g Warzywa po grecku 100 g (***GLU PSZ, SEL,***) Kompot owocowy* b/c 250 ml
	PD	Serek homogenizowany waniliowy 150g 1 szt (***MLE,***)		Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt Suchary b/c 15 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***)
	Kolacja	Herbata czarna granulowana 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,***) Pasta z twarogu waniliowa 40 g (***MLE,***) Powidła śliwkowe 30g 1 szt Gruszka 1szt. 150 g	Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 12 g (***MLE,***) Pasta z twarogu waniliowa 40 g (***MLE,***) Dżem 20 g Jabłko 1 szt 1 szt	Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml Chleb Graham 120 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 12 g (***MLE,***) Twarożek 40 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 20 g Gruszka 1szt. 150 g
	PN			Chleb Graham 60 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 5 g (***MLE,***) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 20 g (***SOJ,***) Pomidor 15 g
		Wartość energetyczna: 2653.46 kcal; Białko ogółem: 115.69 g; Tłuszcz: 76.06 g; Węglowodany ogółem: 389.39 g;	Wartość energetyczna: 2500.05 kcal; Białko ogółem: 117.59 g; Tłuszcz: 60.55 g; Węglowodany ogółem: 379.39 g;	Wartość energetyczna: 2254.97 kcal; Białko ogółem: 101.34 g; Tłuszcz: 66.48 g; Węglowodany ogółem: 341.97 g;

		ŁÓDŹ- CSK UCP P01/3 Podstawowa 10-18 r.ż.	ŁÓDŹ- CSK UCP P02/3 Łatwostrawna 10-18 r.ż.	ŁÓDŹ- CSK UCP P03/3 Z ogr.łatwoprzyswajalnych weglowodanów 10-18 r.ż.
2026-11-21 sobota	Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 300 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna 50g 1 szt (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 12 g (***MLE,***) Parówki cieszynki- węd. wp. homog. wędz. parz 80 g (***SOJ, SEL,***) Ketchup 20 g (***SEL,***) Pomidor 50 g Herbata czarna granulowana 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,***) Ser mozzarella 40 g (***MLE,***) Szynka zielonogórska- wieprzowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 20 g (***SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR,***) Pomidor 50 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Herbata czarna granulowana 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,***) Ser mozzarella 40 g (***MLE,***) Szynka zielonogórska- wieprzowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 20 g (***SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR,***) Pomidor 50 g
	II ŚN	Śliwka szt 1 szt	Banan 1szt. 1 szt	Śliwka szt 1 szt Paluszki z sezamem 20 g (***GLU PSZ, SEZ,***)
	Obiad	Ogórkowa z ziemniakami * 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ryż na sypko (brązowy) 200 g Kociołek meksykański z kurczakiem i fasolą 150 g (***SEL,***) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem 100 g Surówka z marchwi i jabłka b/c 100 g (***MLE,***) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Koperkowa z ziemniakami * 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ryż na sypko 200 g Potrawka drobiowa z warzywami * 150 g (***GLU PSZ, SEL,***) Buraczki gotowane 100 g Marchew gotowana z olejem 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Ogórkowa z ziemniakami * 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ryż na sypko (brązowy) 200 g Kociołek meksykański z kurczakiem i fasolą 150 g (***SEL,***) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem 100 g Surówka z marchwi i jabłka b/c 100 g (***MLE,***) Kompot owocowy* b/c 250 ml
	PD	Jogurt naturalny 100g 1 szt (***MLE,***)		Jogurt naturalny 100g 1 szt (***MLE,***) Biszkopty b/c 15 g (***GLU PSZ, JAJ,***)
	Kolacja	Herbata czarna granulowana 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,***) Pasta z soczewicy czerwonej 40 g Pasta z kalafiora z natką pietruszki 50 g Sałata zielona 10 g	Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 12 g (***MLE,***) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 40 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02,***) Pasta z kalafiora z natką pietruszki 50 g Sałata zielona 10 g	Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml Chleb Graham 120 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 12 g (***MLE,***) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 40 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02,***) Pasta z kalafiora z natką pietruszki 50 g Sałata zielona 20 g
	PN			Chleb Graham 60 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 5 g (***MLE,***) Ser żółty 20 g (***MLE,***) Sałata zielona 5 g
		Wartość energetyczna: 2281.87 kcal; Białko ogółem: 71.44 g; Tłuszcz: 78.98 g; Węglowodany ogółem: 338.12 g;	Wartość energetyczna: 2321.42 kcal; Białko ogółem: 87.49 g; Tłuszcz: 61.47 g; Węglowodany ogółem: 374.28 g;	Wartość energetyczna: 2176.23 kcal; Białko ogółem: 86.11 g; Tłuszcz: 75.26 g; Węglowodany ogółem: 322.69 g;

		ŁÓDŹ- CSK UCP P01/3 Podstawowa 10-18 r.ż.	ŁÓDŹ- CSK UCP P02/3 Łatwostrawna 10-18 r.ż.	ŁÓDŹ- CSK UCP P03/3 Z ogr.łatwoprzyswajalnych węglowodanów 10-18 r.ż.
2026-11-22 niedziela	Śniadanie	Kakao z mlekiem z/c 250 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,***) Serek a la homogenizowany o smaku wanilinowym 40 g (***MLE,***) Miód (25g) 1 szt Jabłko 1 szt 1 szt	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,***) Serek a la homogenizowany o smaku wanilinowym 40 g (***MLE,***) Miód (25g) 1 szt Jabłko 1 szt 1 szt	Herbata czarna granulowana 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,***) Serek twarogowy homogenizowany 60 g (***MLE,***) Jabłko 1 szt 1 szt
	II ŚN	Podpłomyki b/c 20 g (***GLU PSZ, MLE,***)		Budyń o smaku śmietankowym b/c 150 ml (***MLE,***) Podpłomyki b/c 15 g (***GLU PSZ, MLE,***)
	Obiad	Pomidorowa z makaronem * 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Kotlet schabowy 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 100 g Fasolka szparagowa z wody* 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem * 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Schab gotowany 100 g Sos własny () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Fasolka szparagowa z wody* 100 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (***SEL,***) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem * 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Schab gotowany 100 g Sos własny () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 100 g Fasolka szparagowa z wody* 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml
	PD	Koktajl bananowy 150 ml (***MLE,***)		Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt (***MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE,***) Chrupki kukurydziane 15 g
	Kolacja	Herbata czarna granulowana 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,***) Sałatka z ryżu, brokułów i wędliny drob wieprz - dieta 70 g (***SOJ, MLE, SEL,***) Dżem 20 g Pomidor 50 g	Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 12 g (***MLE,***) Sałatka z ryżu, brokułów i wędliny drob wieprz - dieta 70 g (***SOJ, MLE, SEL,***) Dżem 20 g Pomidor 50 g	Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml Chleb Graham 120 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 12 g (***MLE,***) Sałatka z ryżu, brokułów i wędliny drob wieprz - dieta 70 g (***SOJ, MLE, SEL,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Pomidor 50 g
	PN			Chleb Graham 60 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 5 g (***MLE,***) Indyk z pasieki produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejdalnej 20 g Sałata zielona 5 g
		Wartość energetyczna: 2307.33 kcal; Białko ogółem: 81.18 g; Tłuszcz: 59.71 g; Węglowodany ogółem: 379.64 g;	Wartość energetyczna: 2226.09 kcal; Białko ogółem: 95.00 g; Tłuszcz: 46.49 g; Węglowodany ogółem: 369.88 g;	Wartość energetyczna: 2208.03 kcal; Białko ogółem: 110.58 g; Tłuszcz: 59.23 g; Węglowodany ogółem: 339.74 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,
S02 - Dwutlenek siarki / siarczyny,
ŁUB - Łubin i produkty pochodne,
MCK - Mięczaki i pochodne,
MLE b/LAK - Mleko i pochodne bez laktozy,
GLU ŻYT - Zboża zawierajace 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 ogółemwg rozp. 1169/2011,
Tłuszcz - Tłuszcz,
Węglowodany ogółem - Węglowodany ogółem,
Sód - Sód,
Sól - Sól,
Potas - Potas,
Kw. tł. nasy. - Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem,
Błonnik pok. - Błonnik pokarmowy,
Ener z B. - % energii z białka,
Ener. z T. - % energii z tłuszczu,
Ener z W. - % energii z węglowodanów,
W tym cukry - w tym cukry,
WW - WW,