

2026-04-13 poniedziałek			
	ŁÓDŹ- <u>CSK UCP</u> Podstawowa	ŁÓDŹ- <u>CSK UCP</u> Łatwo strawna	ŁÓDŹ- <u>CSK UCP</u> Z ogr./łatwoprzyswajalnych węglowodanów
	<p>Platki pszenne na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ. MLE</u>)</p> <p>Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ. GLU ZYT.</u>)</p> <p>Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>)</p> <p>Masło extra 82% 12 g (<u>MLE</u>)</p> <p>Jajko gotowane ki M 1 szt (<u>JAJ.</u>)</p> <p>Szynka szkolna- wp. parzona 20 g (<u>GLU PSZ. SOL. MLE</u>)</p> <p>Pomidor 50 g</p> <p>Kakao z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE</u>)</p>	<p>Platki pszenne na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ. MLE</u>)</p> <p>Bułka pszenna długa krojona 70 g (<u>GLU PSZ.</u>)</p> <p>Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>)</p> <p>Masło extra 82% 12 g (<u>MLE</u>)</p> <p>Jajko gotowane ki M 1 szt (<u>JAJ.</u>)</p> <p>Szynka szkolna- wp. parzona 20 g (<u>GLU PSZ. SOL. MLE</u>)</p> <p>Pomidor 50 g</p> <p>Kakao z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE</u>)</p>	<p>Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 250 ml</p> <p>Chleb Graham 70 g (<u>GLU PSZ.</u>)</p> <p>Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>)</p> <p>Masło extra 82% 12 g (<u>MLE</u>)</p> <p>Jajko gotowane ki M 1 szt (<u>JAJ.</u>)</p> <p>Szynka szkolna- wp. parzona 20 g (<u>GLU PSZ. SOL. MLE</u>)</p> <p>Pomidor 50 g</p>
II ŚN	<p>Kefir 1,5% t 150g 1 Por (<u>MLE</u>)</p> <p>Biszkopty b/c 15 g (<u>GLU PSZ. JAJ.</u>)</p>		
Obiad	<p>Ogórkowa z ziemniakami * 400 ml (<u>GLU PSZ. MLE. SEL.</u>)</p> <p>Makaron z serem b/c 300 g (<u>GLU PSZ. MLE</u>)</p> <p>Jabłka prażone b/c 100 g</p> <p>Kompot owocowy* z/c 250 ml</p>	<p>Brokułowa z ziemniakami* 400 ml (<u>GLU PSZ. MLE. SEL.</u>)</p> <p>Makaron z serem b/c 300 g (<u>GLU PSZ. MLE</u>)</p> <p>Jabłka prażone b/c 100 g</p> <p>Kompot owocowy* z/c 250 ml</p>	<p>Ogórkowa z ziemniakami * 400 ml (<u>GLU PSZ. MLE. SEL.</u>)</p> <p>Makaron pełnozłarnisty 200 g (<u>GLU PSZ.</u>)</p> <p>Gulasz warzywny z ciemnyzcą* 150 g (<u>GLU PSZ. SEL.</u>)</p> <p>Surówka z selera i jabłka b/c 100 g (<u>MLE. SEL.</u>)</p> <p>Kompot owocowy* b/c 250 ml</p>
PD	<p>Pomarańcza 1/2 szt. 1 Por</p>	<p>Banan 1szt. 1 szt</p>	<p>Pomarańcza 1/2 szt. 1 Por</p> <p>Pieczynko chrupkie kukurydziano ryżowe 15 g</p>
Kolacja	<p>Herbata czarna ekspresowa z cytryną z/c 250 ml</p> <p>Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ. GLU ZYT.</u>)</p> <p>Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ.</u>)</p> <p>Masło extra 82% 12 g (<u>MLE</u>)</p> <p>Paszet drobiowo- wieprzowy z wątróbką 50 g (<u>GLU PSZ. SOL. SEL. może zawierać: JAJ. MLE. GOR. GLU OW.</u>)</p> <p>Ogórek kiszony 60 g</p>	<p>Herbata czarna ekspresowa z cytryną z/c 250 ml</p> <p>Bułka pszenna długa krojona 120 g (<u>GLU PSZ.</u>)</p> <p>Masło extra 82% 12 g (<u>MLE</u>)</p> <p>Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g</p> <p>Salata zielona 20 g</p>	<p>Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 250 ml</p> <p>Chleb Graham 120 g (<u>GLU PSZ.</u>)</p> <p>Masło extra 82% 12 g (<u>MLE</u>)</p> <p>Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g</p> <p>Ogórek kiszony 60 g</p>
PN	<p>Chleb Graham 60 g (<u>GLU PSZ.</u>)</p> <p>Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>)</p> <p>Szynka Plastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 20 g (<u>SOL.</u>)</p> <p>Salata zielona 5 g</p>		
	<p>Wartość energetyczna: 2202,62 kcal; Białko ogółem: 88,47 g; Tłuszcz: 60,48 g; Węglowodany ogółem: 344,86 g;</p>	<p>Wartość energetyczna: 2320,80 kcal; Białko ogółem: 95,67 g; Tłuszcz: 52,88 g; Węglowodany ogółem: 380,45 g;</p>	<p>Wartość energetyczna: 2002,45 kcal; Białko ogółem: 79,92 g; Tłuszcz: 54,30 g; Węglowodany ogółem: 333,06 g;</p>

	ŁÓDŹ-CSK UCP Podstawowa	ŁÓDŹ- CSK UCP Łatwa strawna	ŁÓDŹ- CSK UCP Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów
	Zacierka na mleku 300 ml ( <u>GLU</u> <u>PSZ.</u> <u>MLE.</u> ) Chleb mieszany pszemno-żytni 100 g ( <u>GLU</u> <u>PSZ.</u> <u>GLU</u> <u>ZYT.</u> ) Bułka masłana 50g 1 szt ( <u>GLU</u> <u>PSZ.</u> <u>JAU.</u> <u>MLE.</u> ) Masło extra 82% 12 g ( <u>MLE.</u> ) Pasta z ciecierzycy z warzywami* 60 g ( <u>SEL.</u> ) Powidła śliwkowe 30g 1 szt Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna ekspresowa z cytryną z/c 250 ml	Zacierka na mleku 300 ml ( <u>GLU</u> <u>PSZ.</u> <u>MLE.</u> ) Bułka pszenna długa krojona 70 g ( <u>GLU</u> <u>PSZ.</u> ) Bułka masłana 50g 1 szt ( <u>GLU</u> <u>PSZ.</u> <u>JAU.</u> <u>MLE.</u> ) Masło extra 82% 12 g ( <u>MLE.</u> ) Twarożek 60 g ( <u>MLE.</u> ) Dżem 20 g Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna ekspresowa z cytryną z/c 250 ml	Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 250 ml Chleb Graham 70 g ( <u>GLU</u> <u>PSZ.</u> ) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt ( <u>GLU</u> <u>PSZ.</u> ) Masło extra 82% 12 g ( <u>MLE.</u> ) Twarożek 60 g ( <u>MLE.</u> ) Jabłko 1 szt 1 szt
II ŚN	Sok jabłkowy 100 % 0,2l w kartoniku 1 szt	Sok jabłkowy 100 % 0,2l w kartoniku 1 szt	Sok jabłkowy 100 % 0,2l w kartoniku 1 szt Wafle ryżowe 15 g
	Dyniowa z ziemniakami* 400 ml ( <u>GLU</u> <u>PSZ.</u> <u>MLE.</u> <u>SEL.</u> ) Ryż na sypko 200 g Pulpet wieprzowy 100 g ( <u>GLU</u> <u>PSZ.</u> <u>JAU.</u> ) Sos cygański 100 g ( <u>GLU</u> <u>PSZ.</u> <u>SEL.</u> ) Salałka z buraczków i jabłka z olejem 100 g Surówka z kapusty białej z olejem b/c 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Dyniowa z ziemniakami* 400 ml ( <u>GLU</u> <u>PSZ.</u> <u>MLE.</u> <u>SEL.</u> ) Ryż na sypko 200 g Pulpet wieprzowy 100 g ( <u>GLU</u> <u>PSZ.</u> <u>JAU.</u> ) Sos koperkowy 100 ml ( <u>GLU</u> <u>PSZ.</u> <u>MLE.</u> ) Buraczki gotowane drobno tartę 100 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g ( <u>SEL.</u> ) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Dyniowa z ziemniakami* 400 ml ( <u>GLU</u> <u>PSZ.</u> <u>MLE.</u> <u>SEL.</u> ) Ryż na sypko (brązowy) 200 g Pulpet wieprzowy 100 g ( <u>GLU</u> <u>PSZ.</u> <u>JAU.</u> ) Sos cygański 100 g ( <u>GLU</u> <u>PSZ.</u> <u>SEL.</u> ) Salałka z buraczków i jabłka z olejem 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Surówka z kapusty białej z olejem b/c 100 g
PD	Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml	Herbata czarna ekspresowa z cytryną z/c 250 ml	Jogurt naturalny 100g 1 szt ( <u>MLE.</u> ) Suchary b/c 15 g ( <u>GLU</u> <u>PSZ.</u> <u>SOU.</u> <u>MLE.</u> )
	Herbata czarna ekspresowa z cytryną z/c 250 ml Chleb mieszany pszemno-żytni 70 g ( <u>GLU</u> <u>PSZ.</u> <u>GLU</u> <u>ZYT.</u> ) Chleb Graham 50 g ( <u>GLU</u> <u>PSZ.</u> ) Masło extra 82% 12 g ( <u>MLE.</u> ) Filet zapiekany drobiowy 50 g ( <u>MLE.</u> ) Papryka świeża 60 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g ( <u>GLU</u> <u>PSZ.</u> ) Masło extra 82% 12 g ( <u>MLE.</u> ) Filet zapiekany drobiowy 50 g ( <u>MLE.</u> ) Pomidor 60 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 250 ml Chleb Graham 120 g ( <u>GLU</u> <u>PSZ.</u> ) Masło extra 82% 12 g ( <u>MLE.</u> ) Filet zapiekany drobiowy 50 g ( <u>MLE.</u> ) Papryka świeża 60 g
PN	Herbata czarna ekspresowa z cytryną z/c 250 ml	Chleb Graham 60 g ( <u>GLU</u> <u>PSZ.</u> ) Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE.</u> ) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 20 g ( <u>SOU.</u> ) Salała zielona 5 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną z/c 250 ml
	Wartość energetyczna: 2758,27 kcal; Białko ogółem: 90,40 g; Tłuszcz: 72,76 g; Węglowodany ogółem: 455,84 g;	Wartość energetyczna: 2516,50 kcal; Białko ogółem: 95,86 g; Tłuszcz: 58,57 g; Węglowodany ogółem: 412,56 g;	Wartość energetyczna: 2412,14 kcal; Białko ogółem: 102,38 g; Tłuszcz: 72,71 g; Węglowodany ogółem: 366,14 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2026-04-13 do dnia 2026-04-26 KUCHNIA ŁÓDŹ

2026-04-15 środa		2026-04-15 środa	
ŁÓDŹ-CSK UCP Podstawowa		ŁÓDŹ-CSK UCP Łatwo strawna	
Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE.) Chleb mieszany pszemno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ZYT.)		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.) Szywnka Pastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (SOJ.) Pomidor 50 g Kakao z mlekiem z/c 250 ml (MLE.)		Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.) Masło extra 82% 12 g (MLE.) Szywnka Pastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (SOJ.) Pomidor 50 g Kakao z mlekiem z/c 250 ml (MLE.)	
Chaika 60 g (GLU PSZ, JAJ, 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.) Szywnka Pastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (SOJ.) Pomidor 50 g	
II ŚN		Kefir 1,5% t 150g 1 Por (MLE.) Paluszki z sezamem 15 g (GLU PSZ, SEZ.)	
Pieczarkowa z makaronem * 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, SO2.) Kopytka ziemniaczane-Ch 200 g (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Filet z kurczaka gotowany 100 g Sos pietruszkowy* 100 ml (GLU PSZ, MLE.) Surowka z marchwi i jabłka b/c 100 g (MLE.) Fasolka szparagowa z wody* 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml		Pieczarkowa z makaronem * 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, SO2.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Filet z kurczaka gotowany 100 g Sos pietruszkowy* 100 ml (GLU PSZ, MLE.) Surowka z marchwi i jabłka b/c 100 g (MLE.) Fasolka szparagowa z wody* 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	
PD		Banan 1szt. 1 szt	
Herbata czarna ekspresowa z cytryną z/c 250 ml Chleb mieszany pszemno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 12 g (MLE.) Pasta z ryby gotowanej (morszczuk) z warzywami* 60 g (RYB, SEL.) 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.) Pasta z ryby gotowanej (morszczuk) z warzywami* 60 g (RYB, SEL.) Salata zielona 20 g	
Kolacja		Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 250 ml Chleb Graham 120 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 12 g (MLE.) Pasta z ryby gotowanej (morszczuk) z warzywami* 60 g (RYB, SEL.) Salata zielona 20 g	
PN		Chleb Graham 60 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Jajko gotowane ki M 1 szt (JAJ.) Salata zielona 5 g	
Wartość energetyczna: 2481,09 kcal; Białko ogółem: 108,39 g; Tłuszcz: 59,72 g; Węglowodany ogółem: 384,52 g;		Wartość energetyczna: 2540,26 kcal; Białko ogółem: 112,35 g; Tłuszcz: 61,25 g; Węglowodany ogółem: 386,72 g;	
Wartość energetyczna: 1975,45 kcal; Białko ogółem: 104,72 g; Tłuszcz: 51,42 g; Węglowodany ogółem: 305,88 g;			

	ŁÓDŹ-CSK UCP Podstawowa	ŁÓDŹ-CSK UCP Łatwo strawna	ŁÓDŹ-CSK UCP Z ogr.:łatwoprzyswajalnych węglowodanów
	<p>Płatki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLUOW</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>)  Ser topiony 50 g (<u>MLE</u>)  Młód (25g) 1 szt  Pomidor 50 g  Herbata czarna ekspresowa z cytryną, z/c 250 ml</p>	<p>Płatki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLUOW</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>)  Serek twardogowy homogenizowany 60 g (<u>MLE</u>)  Młód (25g) 1 szt  Pomidor 50 g  Herbata czarna ekspresowa z cytryną, z/c 250 ml</p>	<p>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>)  Serek twardogowy homogenizowany 60 g (<u>MLE</u>)  Pomidor 50 g</p>
II ŚN	<p>Pomarańcza 1/2 szt. 1 Por</p>	<p>Jabłko 1 szt. 1 szt</p>	<p>Pomarańcza 1/2 szt. 1 Por  Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 15 g</p>
Obiad	<p>Barszcz biały z ziemniakami * 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT</u>)  Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami* 300 g (<u>SEL, GLU JECZ</u>)  Sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU PSZ</u>)  Salatka szwedzka z olejem b/c 100 g (<u>GOR</u>)  Kompot owocowy* z/c 250 ml</p>	<p>Ziemniaczana * 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>)  Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami* 300 g (<u>SEL, GLU JECZ</u>)  Sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU PSZ</u>)  Cukinia pieczona z olejem * 100 g  Kompot owocowy* z/c 250 ml</p>	<p>Barszcz biały z ziemniakami * 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT</u>)  Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami* 300 g (<u>SEL, GLU JECZ</u>)  Sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU PSZ</u>)  Salatka szwedzka z olejem b/c 100 g (<u>GOR</u>)  Kompot owocowy* b/c 250 ml</p>
PD	<p>Pudding o smaku waniliaczekolada 125g 1 szt (<u>MLE</u>)</p>	<p>Jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>MLE</u>)  Chrupki kukurydziane 15 g</p>	
	<p>Herbata czarna ekspresowa z cytryną, z/c 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>)  Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g  Salatka jarzynowa 100 g (<u>JAJ, MLE, SEL, GOR</u>)  Salata zielona 10 g</p>	<p>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>)  Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g  Salatka jarzynowa - dieta 100 g (<u>MLE, SEL</u>)  Salata zielona 10 g</p>	<p>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>)  Twaróg półtłusty 60 g (<u>MLE</u>)  Salatka jarzynowa - dieta 100 g (<u>MLE, SEL</u>)  Salata zielona 10 g</p>
PN			<p>Chleb Graham 60 g (<u>GLU PSZ</u>)  Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>)  Szynka zielonogórska- wleprzona parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 20 g (<u>SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR</u>)  Salata zielona 5 g</p>
	<p>Wartość energetyczna: 2363,19 kcal; Białko ogółem: 77,25 g; Tłuszcz: 78,76 g; Węglowodany ogółem: 361,50 g;</p>	<p>Wartość energetyczna: 2266,74 kcal; Białko ogółem: 84,06 g; Tłuszcz: 56,44 g; Węglowodany ogółem: 370,90 g;</p>	<p>Wartość energetyczna: 2110,57 kcal; Białko ogółem: 90,17 g; Tłuszcz: 61,91 g; Węglowodany ogółem: 330,68 g;</p>

Jadłospisy za okres od dnia 2026-04-13 do dnia 2026-04-26 KUCHNIA ŁÓDŹ

ŁÓDŹ-CSK UCP Podstawowa		ŁÓDŹ-CSK UCP Łatwo strawna		ŁÓDŹ-CSK UCP Z ogr.łatwoprzyzwajalnych węglowodanów	
Śniadanie					
Kasza manna na mleku 300 ml ( <u>GLU PSZ. MLE</u> )		Kasza manna na mleku 300 ml ( <u>GLU PSZ. MLE</u> )		Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 250 ml	
Chleb mieszany pszemno-żytni 70 g ( <u>GLU PSZ. GLU ZYT.</u> )		Bulka pszenna długa krojona 70 g ( <u>GLU PSZ.</u> )		Chleb Graham 70 g ( <u>GLU PSZ.</u> )	
Bulka pszenna 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ.</u> )		Bulka pszenna 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ.</u> )		Bulka 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> )	
Pasta z jaj z cebulą i koperkiem 60 g ( <u>JAJ. GOR.</u> )		Pasta z jaj z koperkiem -dieta 60 g ( <u>JAJ. MLE.</u> )		Pasta z jaj z koperkiem -dieta 60 g ( <u>JAJ. MLE.</u> )	
Salata zielona 20 g		Salata zielona 20 g		Salata zielona 20 g	
Kakao z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE</u> )		Kakao z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE</u> )			
Chrupki kukurydziane 30 g					
II ŚN					
Szpiniakowa z zacierką * 400 ml ( <u>GLU PSZ. MLE SEL.</u> )		Szpiniakowa z zacierką * 400 ml ( <u>GLU PSZ. MLE SEL.</u> )		Szpiniakowa z zacierką * 400 ml ( <u>GLU PSZ. MLE SEL.</u> )	
Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g		Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g		Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g	
Pulpet rybny (Morszczuk) 100 g ( <u>GLU PSZ. JAJ. RYB.</u> )		Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g ( <u>RYB.</u> )		Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g ( <u>RYB.</u> )	
Surowka z kapuszy czerwonej z olejem b/c 100 g		Sos ziołowy* 100 ml ( <u>GLU PSZ. SEL.</u> )		Sos ziołowy* 100 ml ( <u>GLU PSZ. SEL.</u> )	
Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g ( <u>SEL.</u> )		Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g ( <u>SEL.</u> )		Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g ( <u>SEL.</u> )	
Kompot owocowy* z/c 250 ml		Kompot owocowy* z/c 250 ml		Kompot owocowy* b/c 250 ml	
Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml					
PD					
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 pszemno-żytni 70 g ( <u>GLU PSZ. GLU ZYT.</u> )		Bulka pszenna długa krojona 120 g ( <u>GLU PSZ.</u> )		Chleb Graham 150 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> )		Twarożek na słodko 40 g ( <u>MLE</u> )		Twarożek 60 g ( <u>MLE</u> )	
Twarożek na słodko 40 g ( <u>MLE</u> )		Dżem 20 g		Mandarynka 1 szt	
Dżem 20 g		Jabłko pieczone 1szt. 1 szt			
Mandarynka 1 szt					
PN					
Wartość energetyczna: 2333,34 kcal; Białko ogółem: 91,39 g; Tłuszcz: 60,69 g; Węglowodany ogółem: 372,87 g;		Wartość energetyczna: 2384,66 kcal; Białko ogółem: 103,16 g; Tłuszcz: 57,25 g; Węglowodany ogółem: 377,04 g;		Wartość energetyczna: 2193,60 kcal; Białko ogółem: 106,95 g; Tłuszcz: 69,21 g; Węglowodany ogółem: 321,73 g;	
		Chleb Graham 60 g ( <u>GLU PSZ.</u> )		Chleb Graham 60 g ( <u>GLU PSZ.</u> )	
		Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE</u> )		Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE</u> )	
		Ser zółty 20 g ( <u>MLE</u> )		Ser zółty 20 g ( <u>MLE</u> )	
		Ogórek kiszony 15 g		Ogórek kiszony 15 g	

	ŁÓDŹ-CSK UCP Podstawowa	ŁÓDŹ- CSK UCP Łatwo strawna	ŁÓDŹ- CSK UCP Z ogr:latwoprzyzwajalnych węglowodanów
	<p>Platki jęczmienne na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU JECZ.</u>)</p> <p>Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u>)</p> <p>Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>)</p> <p>Masło extra 82% 12 g (<u>MLE.</u>)</p> <p>Pasztet z soczewicy * 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>)</p> <p>Salata zielona 20 g</p> <p>Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.</u>)</p>	<p>Platki jęczmienne na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU JECZ.</u>)</p> <p>Bułka pszenna długa krojona 70 g (<u>GLU PSZ.</u>)</p> <p>Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>)</p> <p>Masło extra 82% 12 g (<u>MLE.</u>)</p> <p>Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobiona 50 g</p> <p>Salata zielona 20 g</p> <p>Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.</u>)</p>	<p>Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 250 ml</p> <p>Chleb Graham 70 g (<u>GLU PSZ.</u>)</p> <p>Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>)</p> <p>Masło extra 82% 12 g (<u>MLE.</u>)</p> <p>Pasztet z soczewicy * 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>)</p> <p>Salata zielona 20 g</p>
II ŚN	<p>Budyń o smaku śmietankowym z/c 150 ml (<u>MLE.</u>)</p> <p>Koperkowa z ziemniakami * 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>)</p> <p>Ryż na sypko 200 g</p> <p>Gulasz wieprzowy z warzywami* 150 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>)</p> <p>Surówka z marchwi i pomarańczy z olejem 100 g</p> <p>Kalaflor gotowany* 100 g</p> <p>Kompot owocowy* z/c 250 ml</p>	<p>Koperkowa z ziemniakami * 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>)</p> <p>Ryż na sypko 200 g</p> <p>Gulasz wieprzowy z warzywami* 150 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>)</p> <p>Warzywa po grecku 100 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>)</p> <p>Kompot owocowy* z/c 250 ml</p> <p>Kalaflor gotowany* 100 g</p>	<p>Budyń o smaku śmietankowym b/c 150 ml (<u>MLE.</u>)</p> <p>Suchary b/c 15 g (<u>GLU PSZ, SOL, MLE.</u>)</p> <p>Koperkowa z ziemniakami * 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>)</p> <p>Ryż na sypko (brązowy) 200 g</p> <p>Gulasz wieprzowy z warzywami* 150 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>)</p> <p>Surówka z marchwi i pomarańczy z olejem 100 g</p> <p>Kalaflor gotowany* 100 g</p> <p>Kompot owocowy* b/c 250 ml</p>
PD	<p>Banan 1szt. 1 szt</p> <p>Herbata czarna ekspresowa z cytryną z/c 250 ml</p> <p>Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u>)</p> <p>Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ.</u>)</p> <p>Masło extra 82% 12 g (<u>MLE.</u>)</p> <p>Parówki cieszynki- węd. wp. homog. wędz. parz 80 g (<u>SOL, SEL.</u>)</p> <p>Musztarda 20 g (<u>GOR.</u>)</p> <p>Pomidor 50 g</p>	<p>Herbata czarna ekspresowa z cytryną z/c 250 ml</p> <p>Bułka pszenna długa krojona 120 g (<u>GLU PSZ.</u>)</p> <p>Masło extra 82% 12 g (<u>MLE.</u>)</p> <p>Szynka Pastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b. sojowego i wody 50 g (<u>SOL.</u>)</p> <p>Pomidor 50 g</p>	<p>Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 250 ml</p> <p>Chleb Graham 150 g (<u>GLU PSZ.</u>)</p> <p>Masło extra 82% 12 g (<u>MLE.</u>)</p> <p>Szynka Pastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b. sojowego i wody 50 g (<u>SOL.</u>)</p> <p>Pomidor 50 g</p>
PN	<p>Wartość energetyczna: 2775,13 kcal; Białko ogółem: 93,42 g; Tuszcz: 88,30 g; Węglowodany ogółem: 423,30 g.</p>	<p>Wartość energetyczna: 2481,48 kcal; Białko ogółem: 96,98 g; Tuszcz: 58,98 g; Węglowodany ogółem: 406,12 g.</p>	<p>Wartość energetyczna: 2389,96 kcal; Białko ogółem: 95,74 g; Tuszcz: 67,80 g; Węglowodany ogółem: 383,42 g.</p>

Jadłospisy za okres od dnia 2026-04-13 do dnia 2026-04-26 KUCHNIA ŁÓDŹ

2026-04-19 niedziela			
	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 pszemno-żytni 70 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Bulka pszenna 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ</u> ) Maso extra 82% 12 g ( <u>MLE</u> ) Ser żółty 50 g ( <u>MLE</u> ) Dżem 20 g Jabłko 1 szt 1 szt	Kakao z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE</u> ) Bulka pszenna długa krojona 70 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Bulka pszenna 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ</u> ) Maso extra 82% 12 g ( <u>MLE</u> ) Pasta z twarogu waniliowa 60 g ( <u>MLE</u> ) Jabłko 1 szt 1 szt	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> ) Maso extra 82% 12 g ( <u>MLE</u> ) Ser żółty 50 g ( <u>MLE</u> ) Jabłko 1 szt 1 szt
II ŚN	Herbatniki 30 g ( <u>GLU PSZ, SOL, MLE</u> )		Sok wielowarzynowy pasteryzowany 0,33l 1 szt Paluszki z sezamem 15 g ( <u>GLU PSZ, SEZ</u> )
Obiad	Rosół z makaronem * 400 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Udziec z kurczaka gotowany b/k b/s 100 g Sos jarzynowy * 100 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Surowka z kapuszy pekińskiej z olejem 100 g Brokuł gotowany* 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Rosół z makaronem * 400 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Udziec z kurczaka gotowany b/k b/s 100 g Sos jarzynowy * 100 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Brokuł gotowany* 100 g Fasolka szparagowa z wody* 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Rosół z makaronem * 400 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Udziec z kurczaka gotowany b/k b/s 100 g Sos jarzynowy * 100 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Surowka z kapuszy pekińskiej z olejem 100 g Brokuł gotowany* 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml
PD	Koktajl bananowy 200 ml ( <u>MLE</u> )		Jogurt naturalny 100g 1 szt ( <u>MLE</u> ) Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 15 g
Kolacja	Herbata czarna ekspresowa z cytryną z/c 250 ml Chleb mieszany pszemno-żytni 70 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Chleb Graham 50 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Maso extra 82% 12 g ( <u>MLE</u> ) Szynka wieśniowa- wleprzowa, wędz. parz. z dod. wody i białka wp. 50 g ( <u>SOL moze zawierać: GLU PSZ, JAU, MLE, SEL, GOR</u> ) Pomidor 60 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną z/c 250 ml Bulka pszenna długa krojona 120 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Maso extra 82% 12 g ( <u>MLE</u> ) Szynka wieśniowa- wleprzowa, wędz. parz. z dod. wody i białka wp. 50 g ( <u>SOL moze zawierać: GLU PSZ, JAU, MLE, SEL, GOR</u> ) Pomidor 60 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 250 ml Chleb Graham 120 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Maso extra 82% 12 g ( <u>MLE</u> ) Szynka wieśniowa- wleprzowa, wędz. parz. z dod. wody i białka wp. 50 g ( <u>SOL moze zawierać: GLU PSZ, JAU, MLE, SEL, GOR</u> ) Pomidor 60 g
PN			Chleb Graham 60 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Maso extra 82% 5 g ( <u>MLE</u> ) Jajko gotowane K/M 1 szt ( <u>JAU</u> ) Sałata zielona 5 g
	Wartość energetyczna: 2297,27 kcal; Białko ogółem: 100,23 g; Tuszcz: 68,45 g; Węglowodany ogółem: 339,87 g;	Wartość energetyczna: 2188,03 kcal; Białko ogółem: 101,14 g; Tuszcz: 53,14 g; Węglowodany ogółem: 339,07 g;	Wartość energetyczna: 2239,10 kcal; Białko ogółem: 111,26 g; Tuszcz: 73,65 g; Węglowodany ogółem: 316,45 g;

2026-04-20 poniedziałek			
	ŁÓDŹ-CSK UCP Podstawowa	ŁÓDŹ-CSK UCP Łatwa strawa	ŁÓDŹ-CSK UCP Z ogr.łatwoprzyzwajalnych węglowodanów
	<p>Płatki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>)                      Chleb mieszany pszemno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u>)                      Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>)                      Masło extra 82%, 12 g (<u>MLE.</u>)                      Paszтет drobiowo- wieprzowy z wątrobką, 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, SEL, moze zawierac: JAJ, MLE, GOR, GLU OW.</u>)                      Rzodkiew biała 50 g                      Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.</u>)</p>	<p>Płatki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW.</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>)                      Szynekowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g                      Salata zielona 20 g                      Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.</u>)</p>	<p>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>)                      Paszтет drobiowo- wieprzowy z wątrobką, 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, SEL, moze zawierac: JAJ, MLE, GOR, GLU OW.</u>)                      Rzodkiew biała 50 g</p>
	II ŚN		
	<p>Budyń o smaku czekoladowym 150 ml (<u>MLE.</u>)                      Budyń o smaku czekoladowym b/c 150 ml (<u>MLE.</u>)                      Chrupki kukurydziane 15 g</p>	<p>Wielowarzynna z ziemniakami * 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>)                      Ryż na sypko 200 g                      Młus z jabłek () z/c 100 g                      Sos jogurtowo truskawkowy*b/c 100 g (<u>MLE.</u>)                      Kompot owocowy* z/c 250 ml</p>	<p>Wielowarzynna z ziemniakami * 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>)                      Ryż na sypko (brązowy) 200 g                      Pulpet wieprzowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>)                      Sos dyniowy * 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>)                      Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 200 g (<u>SEL.</u>)                      Kompot owocowy* b/c 250 ml</p>
	PD		
	<p>Wafel Grześiek 25g 1 szt (<u>GLU PSZ, OZL, SOJ, MLE, ORZ.</u>)                      Herbata czarna ekspresowa z cytryną z/c 250 ml                      Chleb mieszany pszemno-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>)                      Pasta z twarogu z koperkiem 60 g (<u>MLE.</u>)                      Salata zielona 20 g</p>	<p>Banan 1szt 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>)                      Pasta z twarogu z koperkiem 60 g (<u>MLE.</u>)                      Salata zielona 20 g</p>	<p>Jabłko 1 szt 1 szt                      Wafle ryżowe 15g                      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>)                      Pasta z twarogu z koperkiem 60 g (<u>MLE.</u>)                      Salata zielona 20 g</p>
	PN		
	<p>Wartość energetyczna: 2517,91 kcal; Białko ogółem: 90,86 g; Tłuszcz: 80,93 g; Węglowodany ogółem: 375,07 g;</p>	<p>Wartość energetyczna: 2283,69 kcal; Białko ogółem: 77,61 g; Tłuszcz: 47,87 g; Węglowodany ogółem: 400,64 g;</p>	<p>Wartość energetyczna: 2365,23 kcal; Białko ogółem: 96,90 g; Tłuszcz: 78,84 g; Węglowodany ogółem: 348,57 g;</p>
	<p>Chleb Graham 60 g (<u>GLU PSZ.</u>)                      Masło extra 82%, 5 g (<u>MLE.</u>)                      Szynek zielonogórska- wieprzowa parzona z dodatkami wody z połączonych kawałków mięsa 20 g (<u>SOJ, MLE, SEL, moze zawierac: JAJ, GOR.</u>)                      Salata zielona 5 g</p>		

Jadłospisy za okres od dnia 2026-04-13 do dnia 2026-04-26 KUCHNIA ŁÓDŹ

ŁÓDŹ-CSK UCP Podstawowa		ŁÓDŹ-CSK UCP Łatwo strawna		ŁÓDŹ-CSK UCP Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	
Śniadanie					
Makaron na mleku 300 ml ( <u>GLU PSZ. MLE</u> )	Makaron na mleku 300 ml ( <u>GLU PSZ. MLE</u> )	Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 250 ml	Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 250 ml	Jabłko 1 szt. 1 szt	Jabłko 1 szt. 1 szt
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> )	Chleb Graham 70 g ( <u>GLU PSZ.</u> )	Biszkopty b/c 15 g ( <u>GLU PSZ. JAU</u> )	Biszkopty b/c 15 g ( <u>GLU PSZ. JAU</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> )	Bułka graham-pszenna 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ.</u> )	Grochowa z ziemiakami * 400 ml ( <u>GLU PSZ. SEL.</u> )	Grochowa z ziemiakami * 400 ml ( <u>GLU PSZ. SEL.</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> )	Kasza jęczmiennasypko 200 g ( <u>GLU JECZ.</u> )	Kasza jęczmiennasypko 200 g ( <u>GLU JECZ.</u> )
Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAU</u> )	Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAU</u> )	Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAU</u> )	Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAU</u> )	Szynka wieprzowa pieczona 100 g	Szynka wieprzowa pieczona 100 g
Ogórek kiszony 60 g	Salata zielona 20 g	Ogórek kiszony 60 g	Ogórek kiszony 60 g	Sos własny ( ) 100 ml ( <u>GLU PSZ. SEL.</u> )	Sos własny ( ) 100 ml ( <u>GLU PSZ. SEL.</u> )
Kawa zbożowa z makiem z/c 250 ml ( <u>MLE. GLU ŻYT. GLU JECZ.</u> )	Kawa zbożowa z makiem z/c 250 ml ( <u>MLE. GLU ŻYT. GLU JECZ.</u> )			Surówka z kapuśy białej z olejem b/c 100 g	Surówka z kapuśy białej z olejem b/c 100 g
				Buraczki gotowane 100 g	Buraczki gotowane 100 g
				Kompot owocowy* z/c 250 ml	Kompot owocowy* z/c 250 ml
II ŚN					
Jabłko 1 szt. 1 szt					
Obiad					
Grochowa z ziemiakami * 400 ml ( <u>GLU PSZ. SEL.</u> )	Solferino * 400 ml ( <u>GLU PSZ. MLE. SEL.</u> )	Grochowa z ziemiakami * 400 ml ( <u>GLU PSZ. SEL.</u> )	Grochowa z ziemiakami * 400 ml ( <u>GLU PSZ. SEL.</u> )	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt.	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt.
Kasza jęczmiennasypko 200 g ( <u>GLU JECZ.</u> )	Kasza jęczmiennasypko 200 g ( <u>GLU JECZ.</u> )	Kasza jęczmiennasypko 200 g ( <u>GLU JECZ.</u> )	Kasza jęczmiennasypko 200 g ( <u>GLU JECZ.</u> )	Suchary b/c 15 g ( <u>GLU PSZ. SOJ. MLE.</u> )	Suchary b/c 15 g ( <u>GLU PSZ. SOJ. MLE.</u> )
Szynka wieprzowa pieczona 100 g	Szynka wieprzowa pieczona 100 g	Szynka wieprzowa pieczona 100 g	Szynka wieprzowa pieczona 100 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 250 ml	Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 250 ml
Sos własny ( ) 100 ml ( <u>GLU PSZ. SEL.</u> )	Sos własny ( ) 100 ml ( <u>GLU PSZ. SEL.</u> )	Sos własny ( ) 100 ml ( <u>GLU PSZ. SEL.</u> )	Sos własny ( ) 100 ml ( <u>GLU PSZ. SEL.</u> )	Chleb Graham 120 g ( <u>GLU PSZ.</u> )	Chleb Graham 120 g ( <u>GLU PSZ.</u> )
Surówka z kapuśy białej z olejem b/c 100 g	Marchew gotowana z olejem 100 g	Surówka z kapuśy białej z olejem b/c 100 g	Surówka z kapuśy białej z olejem b/c 100 g	Masło extra 82% 12 g ( <u>MLE</u> )	Masło extra 82% 12 g ( <u>MLE</u> )
Buraczki gotowane 100 g	Buraczki gotowane 100 g	Buraczki gotowane 100 g	Buraczki gotowane 100 g	Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g	Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g
Kompot owocowy* z/c 250 ml	Kompot owocowy* z/c 250 ml	Kompot owocowy* z/c 250 ml	Kompot owocowy* z/c 250 ml	Kalafor gotowany* 50 g	Kalafor gotowany* 50 g
PD					
Ciasto drożdżowe 50 g ( <u>GLU PSZ. JAU. MLE.</u> )					
Kolacja					
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	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 120 g ( <u>GLU PSZ.</u> )		
Chleb Graham 50 g ( <u>GLU PSZ.</u> )	Masło extra 82% 12 g ( <u>MLE</u> )	Chleb Graham 50 g ( <u>GLU PSZ.</u> )	Chleb Graham 50 g ( <u>GLU PSZ.</u> )		
Masło extra 82% 12 g ( <u>MLE</u> )	Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g	Masło extra 82% 12 g ( <u>MLE</u> )	Masło extra 82% 12 g ( <u>MLE</u> )		
Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g	Kalafor gotowany* 50 g	Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g	Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g		
Pomidor 50 g		Pomidor 50 g	Pomidor 50 g		
PN					
Chleb Graham 60 g ( <u>GLU PSZ.</u> )					
Ser żółty 20 g ( <u>MLE</u> )					
Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE</u> )					
Pomidor 15 g					
Wartość energetyczna: 2519,37 kcal; Białko ogółem: 107,25 g; Tłuszcz: 58,76 g; Węglowodany ogółem: 385,73 g;		Wartość energetyczna: 2440,58 kcal; Białko ogółem: 103,53 g; Tłuszcz: 54,23 g; Węglowodany ogółem: 372,54 g;		Wartość energetyczna: 2308,33 kcal; Białko ogółem: 109,64 g; Tłuszcz: 68,83 g; Węglowodany ogółem: 349,20 g;	

ŁÓDŹ-CSK UCP Podstawowa		ŁÓDŹ-CSK UCP Łatwa strawna		ŁÓDŹ-CSK UCP Z ogr./łatwoprzyzwajalnych węglowodanów	
Śniadanie					
Ryż na mleku 300 ml ( <u>MLE</u> ) Chleb mieszany pszemno-żytni <u>PSZ, GLU, ZYT</u> Rogal masłany 50g; 1 szt ( <u>GLU, PSZ, JAU, MLE</u> ) Masło extra 82% 12 g ( <u>MLE</u> ) Serrek a la homogenizowany o smaku waniliowym 60 g ( <u>MLE</u> ) Dżem 20 g Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna ekspresowa z cytryną z/c 250 ml	Ryż na mleku 300 ml ( <u>MLE</u> ) Bulka pszenna długa krojona 70 g ( <u>GLU, PSZ</u> ) Rogal masłany 50g; 1 szt ( <u>GLU, PSZ, JAU, MLE</u> ) Masło extra 82% 12 g ( <u>MLE</u> ) Serrek a la homogenizowany o smaku waniliowym 60 g ( <u>MLE</u> ) Dżem 20 g Jabłko 1 szt 1 szt 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> ) Serrek twarogowy homogenizowany 60 g ( <u>MLE</u> ) Jabłko 1 szt 1 szt	Jogurt naturalny 100g 1 szt ( <u>MLE</u> ) Podpłomyki b/c 15 g ( <u>GLU, PSZ, MLE</u> )		
Obiad					
Gryskowa * 400 ml ( <u>GLU, PSZ, SEL</u> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Zrazik drobiowy z udźca pieczony mielony 100 g ( <u>GLU, PSZ, JAU</u> ) Sos ziołowy* 100 ml ( <u>GLU, PSZ, SEL</u> ) Surowka z marchwi i jabłka b/c 100 g ( <u>MLE</u> ) Cukinia pieczona z olejem * 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Gryskowa * 400 ml ( <u>GLU, PSZ, SEL</u> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Zrazik drobiowy z udźca pieczony mielony 100 g ( <u>GLU, PSZ, JAU</u> ) Sos ziołowy* 100 ml ( <u>GLU, PSZ, SEL</u> ) Cukinia pieczona z olejem * 100 g Buket warzyw gotowanych królewski* 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Gryskowa * 400 ml ( <u>GLU, PSZ, SEL</u> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Zrazik drobiowy z udźca pieczony mielony 100 g ( <u>GLU, PSZ, JAU</u> ) Sos ziołowy* 100 ml ( <u>GLU, PSZ, SEL</u> ) Surowka z marchwi i jabłka b/c 100 g ( <u>MLE</u> ) Buket warzyw gotowanych królewski* 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Jogurt naturalny 100g 1 szt ( <u>MLE</u> ) Paluszki z sezamem 15 g ( <u>GLU, PSZ, SEL</u> )		
PD					
Kisiel o smaku cytrynowym z/c 150 ml	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 szkolna- wp. parzona 50 g ( <u>GLU, PSZ, SOL, MLE</u> ) Pomidor 60 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 szkolna- wp. parzona 50 g ( <u>GLU, PSZ, SOL, MLE</u> ) Papryka świeża 60 g			
Kolacja					
Herbata czarna ekspresowa z cytryną z/c 250 ml Chleb mieszany pszemno-żytni 70 g ( <u>GLU, PSZ, GLU, ZYT</u> ) Chleb Graham 30 g ( <u>GLU, PSZ</u> ) Masło extra 82% 12 g ( <u>MLE</u> ) Szynka szkolna- wp. parzona 20 g ( <u>GLU, PSZ, SOL, MLE</u> ) Pasta z makreli wędzonej z warzywami** 40 g ( <u>RYB, SEL</u> ) Papryka świeża 60 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 szkolna- wp. parzona 50 g ( <u>GLU, PSZ, SOL, MLE</u> ) Pomidor 60 g	Chleb Graham 60 g ( <u>GLU, PSZ</u> ) Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE</u> ) Szynka Plastowska- wp. wędzona, parzona z dod. b sojowego i wody 20 g ( <u>SOL</u> ) Sałata zielona 5 g			
PN					
Wartość energetyczna: 2395,66 kcal; Białko ogółem: 82,10 g; Tłuszcz: 72,72 g; Węglowodany ogółem: 372,93 g;	Wartość energetyczna: 2349,10 kcal; Białko ogółem: 87,54 g; Tłuszcz: 63,58 g; Węglowodany ogółem: 366,67 g;	Wartość energetyczna: 2165,43 kcal; Białko ogółem: 90,89 g; Tłuszcz: 63,64 g; Węglowodany ogółem: 336,83 g;			

Jadłospisy za okres od dnia 2026-04-13 do dnia 2026-04-26 KUCHNIA ŁÓDŹ

2026-04-23 czwartek			
PN	Kolacja	PD	Obiad
	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> ) Szynekowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Salata 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> ) Szynekowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Salata 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> ) Szynekowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Salata zielona 20 g
		Banan 1szt. 1 szt	
			Baraszc ukraiński z ziemiakami* 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ) Makaron pełnoziarnisty 200 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Sos boloński z mięsa wp (-dieta 150 g ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Surowka wielowarstwowa z olejem b/c 100 g ( <u>SEL</u> ) Brokuł gotowany* 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml
			Baraszc czerwony z ziemiakami * 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ) Makaron 200 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Sos boloński z mięsa wp (-dieta 150 g ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Brokuł gotowany* 100 g Marchew gotowana z olejem 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml
			Jabłko 1 szt 1 szt Pieczywo chrupkie kukurydziane ryżowe 15 g
			Baraszc ukraiński z ziemiakami* 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ) Makaron pełnoziarnisty 200 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Sos boloński z mięsa wp (-dieta 150 g ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Surowka wielowarstwowa z olejem b/c 100 g ( <u>SEL</u> ) Brokuł gotowany* 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml
			Jogurt truskawkowy 100 g 1 szt ( <u>MLE</u> ) Chrupki kukurydziane 15 g
			Jogurt naturalny 100g 1 szt ( <u>MLE</u> ) Chrupki kukurydziane 15 g
			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> ) Szynek Pastowska- wp, wędzona, parzona z dod. b. sojowego i wody 50 g ( <u>SOJ</u> ) Salatka z ryżu* meksykańska 60 g ( <u>JAJ, SEL, GOR</u> )
			Kasza kukurydziana na mleku 300 ml ( <u>MLE</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT</u> ) Bulka pszenna 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ</u> ) Masło extra 82% 12 g ( <u>MLE</u> ) Szynek Pastowska- wp, wędzona, parzona z dod. b. sojowego i wody 50 g ( <u>SOJ</u> ) Salatka z ryżu* meksykańska 60 g ( <u>JAJ, SEL, GOR</u> ) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ZYT, 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>GLU PSZ</u> ) Masło extra 82% 12 g ( <u>MLE</u> ) Szynek Pastowska- wp, wędzona, parzona z dod. b. sojowego i wody 50 g ( <u>SOJ</u> ) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 50 g ( <u>SEL</u> ) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ZYT, GLU JECZ</u> )
			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> ) Szynek Pastowska- wp, wędzona, parzona z dod. b. sojowego i wody 50 g ( <u>SOJ</u> ) Salatka z ryżu* meksykańska 60 g ( <u>JAJ, SEL, GOR</u> )
			Chleb Graham 60 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Twaróg półtłusty 20 g ( <u>MLE</u> ) Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE</u> ) Ogórek kiszony 15 g
			Wartość energetyczna: 2452,75 kcal; Białko ogółem: 94,45 g; Tłuszcz: 62,37 g; Węglowodany ogółem: 401,90 g;
			Wartość energetyczna: 2433,74 kcal; Białko ogółem: 94,04 g; Tłuszcz: 57,32 g; Węglowodany ogółem: 401,46 g;
			Wartość energetyczna: 2202,13 kcal; Białko ogółem: 96,42 g; Tłuszcz: 62,06 g; Węglowodany ogółem: 351,25 g;

2026-04-24 piątek	
ŁÓDŹ-CSK UCP Podstawowa	ŁÓDŹ-CSK UCP Łatwa strawna
Zacierka na mleku 300 ml ( <u>GLU</u> <u>PSZ</u> , <u>MLE</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <u>GLU</u> <u>PSZ</u> , <u>GLU</u> <u>ZYT</u> ) Bułka pszenna 50g 1 szt ( <u>GLU</u> <u>PSZ</u> ) Masło extra 82% 12 g ( <u>MLE</u> ) Powidła śliwkowe 20 g Serrek twardogowy homogenizowany 40 g ( <u>MLE</u> ) Mandarynka 1 szt Kakao z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE</u> )	Zacierka na mleku 300 ml ( <u>GLU</u> <u>PSZ</u> , <u>MLE</u> ) Bułka pszenna długa krojona 70 g ( <u>GLU</u> <u>PSZ</u> ) Bułka pszenna 50g 1 szt ( <u>GLU</u> <u>PSZ</u> ) Masło extra 82% 12 g ( <u>MLE</u> ) Dżem 20 g Serrek twardogowy homogenizowany 40 g ( <u>MLE</u> ) Jabłko 1 szt 1 szt Kakao z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE</u> )
II ŚN	II ŚN
Kalafiorowa z ryżem * 400 ml ( <u>MLE</u> <u>SEL</u> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Ryba smażona (Morszczuk) 100 g ( <u>GLU</u> <u>PSZ</u> , <u>JAJ</u> , <u>RYB</u> ) Surowka z kapusty kiszzonej z olejem b/c 100 g Warzywa po grecku 100 g ( <u>GLU</u> <u>PSZ</u> , <u>SEL</u> ) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Ryżowa* 400 ml ( <u>MLE</u> <u>SEL</u> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Pulpet rybny (Morszczuk) 100 g ( <u>GLU</u> <u>PSZ</u> , <u>JAJ</u> , <u>RYB</u> ) Warzywa po grecku 100 g ( <u>GLU</u> <u>PSZ</u> , <u>SEL</u> ) Cukinia pieczona z olejem * 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml
PD	PD
Głasto drożdżowe 60 g ( <u>GLU</u> <u>PSZ</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> )	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt Biszkopty b/c 15 g ( <u>GLU</u> <u>PSZ</u> , <u>JAJ</u> )
Kolacja	Kolacja
Herbata czarna ekspresowa z cytryną z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <u>GLU</u> <u>PSZ</u> , <u>GLU</u> <u>ZYT</u> ) Chleb Graham 50 g ( <u>GLU</u> <u>PSZ</u> ) Masło extra 82% 12 g ( <u>MLE</u> ) Pasta z jaj z cebulą i koperkiem 60 g ( <u>JAJ</u> , <u>GOR</u> ) Ogórek kiszony 50 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g ( <u>GLU</u> <u>PSZ</u> ) Masło extra 82% 12 g ( <u>MLE</u> ) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 60 g ( <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ) Pomidor 50 g
PN	PN
Wartość energetyczna: 2709,18 kcal; Białko ogółem: 100,12 g; Tłuszcz: 76,28 g; Węglowodany ogółem: 389,88 g;	Wartość energetyczna: 2638,05 kcal; Białko ogółem: 101,33 g; Tłuszcz: 60,19 g; Węglowodany ogółem: 401,48 g;
Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 250 ml Chleb Graham 70 g ( <u>GLU</u> <u>PSZ</u> ) Chleb graham-pszenna 50g 1 szt ( <u>GLU</u> <u>PSZ</u> ) Masło extra 82% 12 g ( <u>MLE</u> ) Serrek twardogowy homogenizowany 60 g ( <u>MLE</u> ) Mandarynka 1 szt	Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 250 ml Chleb Graham 120 g ( <u>GLU</u> <u>PSZ</u> ) Chleb Graham 50 g ( <u>GLU</u> <u>PSZ</u> ) Masło extra 82% 12 g ( <u>MLE</u> ) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 60 g ( <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ) Ogórek kiszony 50 g
Wartość energetyczna: 2142,11 kcal; Białko ogółem: 98,45 g; Tłuszcz: 64,55 g; Węglowodany ogółem: 327,87 g;	Wartość energetyczna: 2142,11 kcal; Białko ogółem: 98,45 g; Tłuszcz: 64,55 g; Węglowodany ogółem: 327,87 g;

2026-04-25 sobota		2026-04-25 sobota	
ŁÓDŹ-CSK UCP Podstawowa		ŁÓDŹ-CSK UCP Łatwo strawna	
<p>Płatki pszenne na mleku 300 ml (<u>GLU</u> <u>PSZ</u>, <u>MLE</u>)                      Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u>, <u>GLU</u> <u>ZYT</u>)                      Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU</u> <u>PSZ</u>, <u>MLE</u>)                      Masło extra 82% 12 g (<u>MLE</u>)                      Sałatka z ryżu, brokułów i wędliny drobi wieprz - dieta 100 g (<u>SOJ</u>, <u>MLE</u>, <u>SEL</u>)                      Sałata zielona 20 g                      Herbata czarna ekspresowa z cytryną z/c 250 ml</p>		<p>Płatki pszenne na mleku 300 ml (<u>GLU</u> <u>PSZ</u>, <u>MLE</u>)                      Bułka pszenna długa krojona 70 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u>)                      Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU</u> <u>PSZ</u>, <u>MLE</u>)                      Masło extra 82% 12 g (<u>MLE</u>)                      Sałatka z ryżu, brokułów i wędliny drobi wieprz - dieta 100 g (<u>SOJ</u>, <u>MLE</u>, <u>SEL</u>)                      Sałata zielona 20 g                      Herbata czarna ekspresowa z cytryną z/c 250 ml</p>	
II ŚN		Banan 1szt. 1 szt	
<p>Selerowa z ziemniakami * 400 ml (<u>MLE</u>, <u>SEL</u>)                      Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU</u> <u>JECZ</u>)                      Potrawka drobiowa z warzywami * 150 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u>, <u>SEL</u>)                      Sałatka z buraczków i jabłka z olejem 100 g                      Surowka z kapuśy białej z olejem 100 g                      Kompot owocowy* z/c 250 ml</p>		<p>Selerowa z ziemniakami * 400 ml (<u>MLE</u>, <u>SEL</u>)                      Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU</u> <u>JECZ</u>)                      Potrawka drobiowa z warzywami * 150 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u>, <u>SEL</u>)                      Buraczki gotowane drobno tarce 100 g                      Kalfior gotowany* 100 g                      Kompot owocowy* z/c 250 ml</p>	
PD		Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml	
Kolacja		Herbata czarna ekspresowa z cytryną z/c 250 ml	
<p>Herbata czarna ekspresowa z cytryną z/c 250 ml                      Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u>, <u>GLU</u> <u>ZYT</u>)                      Chleb Graham 50 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u>, <u>MLE</u>)                      Masło extra 82% 12 g (<u>MLE</u>)                      Parówki czeszniki- węd. wp. homog. wędz. parz 80 g (<u>SOJ</u>, <u>SEL</u>)                      Ketchup 20 g (<u>SEL</u>)                      Pomidor 50 g</p>		<p>Herbata czarna ekspresowa z cytryną z/c 250 ml                      Bułka pszenna długa krojona 120 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u>)                      Masło extra 82% 12 g (<u>MLE</u>)                      Szynka Pastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (<u>SOJ</u>)                      Pomidor 50 g</p>	
PN		Chleb Graham 60 g ( <u>GLU</u> <u>PSZ</u> ) Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE</u> ) Twaróg półtłusty 20 g ( <u>MLE</u> ) Sałata zielona 5 g	
<p>Wartość energetyczna: 2475,71 kcal; Białko ogółem: 73,08 g; Tłuszcz: 70,12 g; Węglowodany ogółem: 410,79 g;</p>		<p>Wartość energetyczna: 2216,60 kcal; Białko ogółem: 76,35 g; Tłuszcz: 41,38 g; Węglowodany ogółem: 403,53 g;</p>	
<p>Wartość energetyczna: 2115,71 kcal; Białko ogółem: 86,08 g; Tłuszcz: 52,98 g; Węglowodany ogółem: 361,22 g;</p>			



### Oznaczenia alergenów:

GLU PSZ - Zboża zawierające gluten pszenicy,  
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,  
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,

