

ŁÓDŹ-CSK UCP Podstawowa		ŁÓDŹ-CSK UCP Łatwo strawna		ŁÓDŹ-CSK UCP z ograniczoną zawartością węglowodanów	
<p>Plakki jezdienne na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU JE CZ</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>) Paszlet rybny z warzywami (Mintaj) ** 40 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB, SEL</u>) Szyńka Pastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b. sojowego i wody 20 g (<u>SOL</u>) Ogórek świeży 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną z/c 250 ml</p>		<p>Plakki jezdienne na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU JE CZ</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>) Paszlet rybny z warzywami (Mintaj) ** 40 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB, SEL</u>) Szyńka Pastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b. sojowego i wody 20 g (<u>SOL</u>) Salata zielona 20 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>) Ogórek świeży 50 g Paszlet rybny z warzywami (Mintaj) ** 40 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB, SEL</u>) Szyńka Pastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b. sojowego i wody 20 g (<u>SOL</u>)</p>	
<p>II ŚN Wąteł Gzesek 26g 1 szt (<u>GLU PSZ, OZI, SOL, MLE, ORZ</u>)</p>		<p>Sok pomarańczowy 0,2L-kartonik 1 szt</p>		<p>Jabłko 1 szt 1 szt Wąteł ryżowe 15 g</p>	
<p>Obiad Brokułowa z ryżem * 400 ml (<u>MLE, SEL</u>) Pierogi z serem - chłodzone 200 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>) Sos jogurtowo truskawkowy*b/c 100 g (<u>MLE</u>) Mus z jabłek (i) z/c 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml</p>		<p>Chrupki kukurydziane 30 g</p>		<p>Brokułowa z ryżem * 400 ml (<u>MLE, SEL</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Kolej z jaj 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Surowka z marchwi i jabłka b/c 100 g (<u>MLE</u>) Cukinia pieczona z olejem * 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml</p>	
<p>PD Chrupki kukurydziane 30 g</p>		<p>Chrupki kukurydziane 15 g</p>		<p>Kefir 1,5% t/150g 1 Por (<u>MLE</u>) Chrupki kukurydziane 15 g</p>	
<p>Kolacja 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>) Szyńka szkolna-wp. parzona 50 g (<u>GLU PSZ, SOL, MLE</u>) Pomidor 50 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>) Szyńka szkolna-wp. parzona 50 g (<u>GLU PSZ, SOL, MLE</u>) Pomidor 50 g</p>		<p>Szyńka szkolna-wp. parzona 50 g (<u>GLU PSZ, SOL, MLE</u>) 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>) Pomidor 50 g</p>	
<p>PN Wartość energetyczna: 2220,66 kcal; Białko ogółem: 86,38 g; Tłuszcz: 51,09 g; Węglowodany ogółem: 370,11 g;</p>		<p>Wartość energetyczna: 2220,98 kcal; Białko ogółem: 88,53 g; Tłuszcz: 43,79 g; Węglowodany ogółem: 377,83 g;</p>		<p>Wartość energetyczna: 2197,99 kcal; Białko ogółem: 89,03 g; Tłuszcz: 67,72 g; Węglowodany ogółem: 340,94 g;</p>	
<p>Chleb Graham 60 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Baton szynkowy z kurczakiem 20 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR</u>) Salata zielona 5 g</p>					

2026-05-27 środa		2026-05-27 środa	
ŁÓDŹ-CSK UCP Podstawowa		ŁÓDŹ-CSK UCP Ławo strawna	
<p>Śniadanie</p> <p>Płatki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE</u>, <u>GLU</u>, <u>OM</u>) Chleb mieszany pszemno-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>) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (<u>MLE</u>, może zawierać: <u>GLU</u>, <u>PSZ</u>, <u>JAJ</u>, <u>SOJ</u>, <u>SEL</u>, <u>GOR</u>) Salata szwedzka z olejem b/c 50 g (<u>GOR</u>) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE</u>, <u>GLU</u>, <u>ZYT</u>, <u>GLU</u>, <u>JECZ</u>)</p>		<p>Płatki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE</u>, <u>GLU</u>, <u>OM</u>) Bułka pszenna duża 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>) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (<u>MLE</u>, może zawierać: <u>GLU</u>, <u>PSZ</u>, <u>JAJ</u>, <u>SOJ</u>, <u>SEL</u>, <u>GOR</u>) Pomidor 50 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE</u>, <u>GLU</u>, <u>ZYT</u>, <u>GLU</u>, <u>JECZ</u>)</p>	
II ŚN		Pudding o smaku waniliaczekolada 125g 1 szt (<u>MLE</u>)	
<p>Obiad</p> <p>Zupa z soczewicy i ziemniakami * 400 ml (<u>GLU</u>, <u>PSZ</u>, <u>SEL</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Pulpet drobiowy 100 g (<u>GLU</u>, <u>PSZ</u>, <u>JAJ</u>) Surówka z kapuśty pekińskiej z olejem 100 g Brokuł gotowany* 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml</p>		<p>Grysiłkowa * 400 ml (<u>GLU</u>, <u>PSZ</u>, <u>SEL</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Pulpet drobiowy 100 g (<u>GLU</u>, <u>PSZ</u>, <u>JAJ</u>) Sos jaryznowy * 100 ml (<u>GLU</u>, <u>PSZ</u>, <u>SEL</u>) Marchew gotowana z olejem 100 g Brokuł gotowany* 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml</p>	
PD		Chrupki kukurydziane 30 g	
<p>Kolacja</p> <p>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>) Ser żółty 50 g (<u>MLE</u>) Dżem 30 g Jabłko 1 szt 1 szt</p>		<p>Herbata czarna ekspresowa z cytryną z/c 250 ml Bułka pszenna duża krojona 120 g (<u>GLU</u>, <u>PSZ</u>) Masło extra 82% 12 g (<u>MLE</u>) Serek twarogowy homogenizowany 80 g (<u>MLE</u>) Dżem 30 g Jabłko 1 szt 1 szt</p>	
PN		<p>Chleb Graham 60 g (<u>GLU</u>, <u>PSZ</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Szynka szkolna- wp. parzona 20 g (<u>GLU</u>, <u>PSZ</u>, <u>SOJ</u>, <u>MLE</u>) Pomidor 15 g</p>	
<p>Wartość energetyczna: 2601,11 kcal; Białko ogółem: 101,79 g; Tłuszcz: 78,61 g; Węglowodany ogółem: 395,25 g;</p>		<p>Wartość energetyczna: 2382,12 kcal; Białko ogółem: 95,74 g; Tłuszcz: 58,03 g; Węglowodany ogółem: 384,35 g;</p>	
<p>Wartość energetyczna: 2411,59 kcal; Białko ogółem: 103,94 g; Tłuszcz: 79,84 g; Węglowodany ogółem: 356,46 g;</p>		<p>Wartość energetyczna: 2411,59 kcal; Białko ogółem: 103,94 g; Tłuszcz: 79,84 g; Węglowodany ogółem: 356,46 g;</p>	

2026-05-28 czwartek

Śniadanie		II ŚN		Obiad		PD		Kolacja		PN													
<p>ŁÓDŹ-CSK UCP Podstawowa</p> <p>Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Chleb mączsany pszemno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT</u>) Bulka maślana 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, JAU, MLE</u>) Masło extra 82% 12 g (<u>MLE</u>) Pasta z twarogu ze szczypiorkiem 60 g (<u>MLE</u>) Miód (25g) 1 szt Pomidor 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną z/c 250 ml</p>		<p>ŁÓDŹ-CSK UCP Łatwo strawna</p> <p>Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Bulka pszenna długa krojona 70 g (<u>GLU PSZ, JAU, MLE</u>) Bulka maślana 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, JAU, MLE</u>) Masło extra 82% 12 g (<u>MLE</u>) Pasta z twarogu z natką pietruszki 60 g (<u>MLE</u>) Miód (25g) 1 szt Pomidor 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną z/c 250 ml</p>		<p>ŁÓDŹ-CSK UCP Z ogr. latwoprzyswajalnych węglowodanów</p> <p>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>) Pasta z twarogu ze szczypiorkiem 60 g (<u>MLE</u>) Pomidor 50 g</p>		<p>Żurek z ziemniakami * 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ZYT</u>) Sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU PSZ</u>) Kaszołto jęczmieńne z mięsem wieprzowym i warzywami* 350 g (<u>SEL, GLU JECZ</u>) Salała zielona z jogurtem 100 g (<u>MLE</u>) Kompot owocowy* z/c 250 ml</p>		<p>Ziemniaczana * 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU PSZ</u>) Kaszołto jęczmieńne z mięsem wieprzowym i warzywami* 350 g (<u>SEL, GLU JECZ</u>) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml</p>		<p>Sok pomidorowy 0,3l 1 szt Biskopki b/c 15 g (<u>GLU PSZ, JAU</u>)</p>		<p>Herbata czarna ekspresowa z cytryną z/c 250 ml Chleb mączsany 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>) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Salałka jarzynowa z olejem 90 g (<u>SEL</u>)</p>		<p>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>) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Salałka jarzynowa z olejem 90 g (<u>SEL</u>)</p>		<p>Chleb Graham 60 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAU</u>) Pomidor 15 g</p>		<p>Wartość energetyczna: 2513,15 kcal; Białko ogółem: 88,49 g; Tłuszcz: 62,74 g; Węglowodany ogółem: 420,33 g;</p>		<p>Wartość energetyczna: 2568,42 kcal; Białko ogółem: 92,73 g; Tłuszcz: 62,95 g; Węglowodany ogółem: 420,84 g;</p>		<p>Wartość energetyczna: 2196,43 kcal; Białko ogółem: 97,60 g; Tłuszcz: 68,61 g; Węglowodany ogółem: 331,43 g;</p>	

Jadłospisy za okres od dnia 2026-05-25 do dnia 2026-06-07 KUCHNIA ŁÓDŹ

ŁÓDŹ-CSK UCP Podstawowa		ŁÓDŹ-CSK UCP Latwo strawna		ŁÓDŹ-CSK UCP Z ogr.latiwoprzyzwajalnych weglowodanów	
<p>Plaki pszenne na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE</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>) Jajko gotowane ki M 1 szt (<u>JAJ</u>) Kakao z mlekiem zlc 250 ml (<u>MLE</u>) Pomidor 50 g</p>		<p>Plaki pszenne na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE</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>) Jajko gotowane ki M 1 szt (<u>JAJ</u>) Pomidor 50 g Kakao z mlekiem zlc 250 ml (<u>MLE</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>) Jajko gotowane ki M 1 szt (<u>JAJ</u>) Pomidor 50 g</p>	
II ŚN		Kefir 1,5% t 150g 1 Por (<u>MLE</u>)		Kefir 1,5% t 150g 1 Por (<u>MLE</u>) Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 15g	
<p>Marchewkowa z zacierką* 400 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Ryba smażona (Morszczuk) 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB</u>) Surówka z kapuśy czernonej z olejem b/c 100g Sznajnk gotowany z olejem* 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Kompot owocowy* zlc 250 ml</p>		<p>Marchewkowa z zacierką* 400 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (<u>RYB</u>) Sos ziołowy* 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Sznajnk gotowany z olejem* 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Bukiet jaszyn gotowany z olejem* 100 g (<u>SEL</u>) Kompot owocowy* zlc 250 ml</p>		<p>Marchewkowa z zacierką* 400 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (<u>RYB</u>) Sos ziołowy* 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Surówka z kapuśy czernonej z olejem b/c 100g Sznajnk gotowany z olejem* 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Kompot owocowy* b/c 250 ml</p>	
PD		Kisiel o smaku wiśniowym b/c 150 ml (<u>może zawierać: GLU PSZ, SEL, GOR</u>)		Kisiel o smaku wiśniowym b/c 150 ml (<u>może zawierać: GLU PSZ, SEL, GOR</u>) Ciasieczka maślana bez cukru 30g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>)	
<p>Herbata czarna ekspresowa z cytryną zlc 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 12 g (<u>MLE</u>) Pasta z twarogu z dżemem brzoskwiniovym 60 g (<u>MLE</u>) Jabłko 1 szt 1 szt</p>		<p>Herbata czarna ekspresowa z cytryną zlc 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 12 g (<u>MLE</u>) Pasta z twarogu z dżemem brzoskwiniovym 60 g (<u>MLE</u>) Jabłko 1 szt 1 szt</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>) Twarożek z koperkiem 60 g (<u>MLE</u>) Jabłko 1 szt 1 szt</p>	
PN		Chleb Graham 60 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Szywnka wiśniowa- więprzowa, wędz. parz. z dod. wody i białka wp. 20 g (<u>SOL, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR</u>) Salata zielona 5 g		Chleb Graham 60 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Szywnka wiśniowa- więprzowa, wędz. parz. z dod. wody i białka wp. 20 g (<u>SOL, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR</u>) Salata zielona 5 g	
Wartość energetyczna: 2390,82 kcal; Białko ogółem: 98,07 g; Tłuszcz: 69,13 g; Węglowodany ogółem: 364,60 g;		Wartość energetyczna: 2313,30 kcal; Białko ogółem: 102,57 g; Tłuszcz: 60,04 g; Węglowodany ogółem: 355,39 g;		Wartość energetyczna: 2215,87 kcal; Białko ogółem: 103,45 g; Tłuszcz: 63,78 g; Węglowodany ogółem: 337,08 g;	

2026-05-29 piątek

ŁÓDŹ-CSK UCP Podstawowa		ŁÓDŹ-CSK UCP Latwo strawna		ŁÓDŹ-CSK UCP Z ogr.latwoprzyswajalnych węglowodanów	
Śniadanie					
Ryż na mleku 300 ml (MLE) Chleb mieszaný pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ) Masło extra 82% 12 g (MLE) Baton szynkowy z kurczaki 50 g (może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR) Pomidor 50 g Kawa zbożowa z mlekem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ)		Ryż na mleku 300 ml (MLE) Bułka pszenna długa krojona 70 g (GLU PSZ) Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ) Masło extra 82% 12 g (MLE) Baton szynkowy z kurczaki 50 g (może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR) Pomidor 50 g Kawa zbożowa z mlekem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ)		Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 250 ml Chleb Graham 70 g (GLU PSZ) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ) Masło extra 82% 12 g (MLE) Baton szynkowy z kurczaki 50 g (może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR) Pomidor 50 g	
Kawa zbożowa z mlekem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ)					
Banan 1 szt. 1 szt					
II ŚN					
Grochowa z ziemniakami * 400 ml (GLU PSZ, SEL) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JECZ) 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 JECZ) 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 JECZ) 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	
Buraczki gotowane 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml		Cukinia pieczona z olejem * 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml		Buraczki gotowane 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	
Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE)					
Watte ryżowe 15 g					
PD					
Herbata czarna ekspresowa z cytryną z/c 250 ml Chleb mieszaný pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 12 g (MLE) Parówki oleszyński- węd. wp. domog. wędz. parz 80 g (SOJ, SEL) Muszarda 20 g (GOR) Sałata 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) Szynka zielonogórska- wieprzowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 50 g (SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR) Sałata zielona 20 g		Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 250 ml Chleb Graham 120 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 12 g (MLE) Szynka zielonogórska- wieprzowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 50 g (SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR) Sałata zielona 20 g	
Kolacja					
Herbata czarna ekspresowa z cytryną z/c 250 ml Chleb mieszaný pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 12 g (MLE) Parówki oleszyński- węd. wp. domog. wędz. parz 80 g (SOJ, SEL) Muszarda 20 g (GOR) Sałata 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) Szynka zielonogórska- wieprzowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 50 g (SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR) Sałata zielona 20 g		Chleb Graham 60 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 5 g (MLE) Ser zółty 20 g (MLE) Sałata zielona 5 g	
PN					
Wartość energetyczna: 2670,22 kcal; Białko ogółem: 98,29 g; Tłuszcz: 88,64 g; Węglowodany ogółem: 391,98 g;		Wartość energetyczna: 2370,89 kcal; Białko ogółem: 90,00 g; Tłuszcz: 62,81 g; Węglowodany ogółem: 376,04 g;		Wartość energetyczna: 2278,57 kcal; Białko ogółem: 97,26 g; Tłuszcz: 71,58 g; Węglowodany ogółem: 346,35 g;	

ŁÓDŹ-CSK UCP Podstawowa		ŁÓDŹ-CSK UCP Łatwo strawna		ŁÓDŹ-CSK UCP Z ogr./łatwoprzyswajalnych węglowodanów	
2026-05-31 niedziela					
Śniadanie		Śniadanie		Śniadanie	
Kakao z mlekiem z/c 250 ml (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ZYT) Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ) Masło extra 82% 12 g (MLE) Twarożek ze słonecznikiem 60 g (MLE) 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) Pasta z twarogu z koperkiem 60 g (MLE) Pomidor 50 g		Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 250 ml Chleb Graham 70 g (GLU PSZ) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ) Masło extra 82% 12 g (MLE) Twarożek ze słonecznikiem 60 g (MLE) Pomidor 50 g	
II ŚN		Jabłko 1 szt 1 szt		Jabłko 1 szt 1 szt Suchyary b/c 15 g (GLU PSZ, SOL, MLE)	
Obiad		Obiad		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 z kapusty białej z koperkiem I z olejem 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) Katalifor 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		Kefir 1,5% t 150g 1 Por (MLE)		Kefir 1,5% t 150g 1 Por (MLE) Chrupki kukurydziane 15g	
Kolacja		Kolacja		Kolacja	
Herbata czarna ekspresowa z cytryną z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ZYT) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 12 g (MLE) Szynka szkolna- wp. parzona 50 g (GLU PSZ, SOL, MLE) Ogórek świeży 50 g		Herbata czarna ekspresowa z cytryną z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 12 g (MLE) Szynka szkolna- wp. parzona 50 g (GLU PSZ, SOL, MLE) Salata zielona 20 g		Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 250 ml Chleb Graham 120 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 12 g (MLE) Szynka szkolna- wp. parzona 50 g (GLU PSZ, SOL, MLE) Ogórek świeży 50 g	
PN		Wartość energetyczna: 2027,03 kcal; Białko ogółem: 92,19 g; Tłuszcz: 58,72 g; Węglowodany ogółem: 301,31 g;		Wartość energetyczna: 1988,59 kcal; Białko ogółem: 95,45 g; Tłuszcz: 52,10 g; Węglowodany ogółem: 296,81 g;	
		Chleb Graham 60 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 5 g (MLE) Filet zapiiekany drobiowy 20 g (MLE) Salata zielona 5 g		Wartość energetyczna: 2107,82 kcal; Białko ogółem: 104,93 g; Tłuszcz: 62,29 g; Węglowodany ogółem: 314,71 g;	

2026-06-01 poniedziałek				
II ŚN	Śniadanie	Obiad	PD	
	<p>Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (<u>MLE</u>), Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ</u>, <u>GLU ŻYT</u>), Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 12 g (<u>MLE</u>) Pasztet drobiowo- wieprzowy z wątrobką 50 g (<u>GLU PSZ</u>, <u>SOJ</u>, <u>SEL</u>, <u>może zawierać</u>: <u>JAJ</u>, <u>MLE</u>, <u>GOR</u>, <u>GLU OW</u>.) Pomidor 50 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE</u>, <u>GLU</u> <u>ŻYT</u>, <u>GLU JECCZ</u>.)</p>	<p>Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (<u>MLE</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 kwarkowy homogenizowany 40 g (<u>MLE</u>), Szyńka krucha z biega wieprzowa, parzona 20 g (<u>GLU PSZ</u>, <u>SOJ</u>, <u>MLE</u>, <u>SEL</u>, <u>może zawierać</u>: <u>JAJ</u>, <u>GOR</u>, <u>SOZ</u>.) Pomidor 50 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE</u>, <u>GLU</u> <u>ŻYT</u>, <u>GLU JECCZ</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>) Pasztet drobiowo- wieprzowy z wątrobką 50 g (<u>GLU PSZ</u>, <u>SOJ</u>, <u>SEL</u>, <u>może zawierać</u>: <u>JAJ</u>, <u>MLE</u>, <u>GOR</u>, <u>GLU OW</u>.) Pomidor 50 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>) Szyńka z pierśi kurczaka-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony w osrońce niejadanej, 50 g (<u>może zawierać</u>: <u>GLU PSZ</u>, <u>JAJ</u>, <u>SOJ</u>, <u>MLE</u>, <u>SEL</u>, <u>GOR</u>.) Salsata zielona 20 g</p>
	<p>Pudding o smaku waniliaczekolada 125g 1 szt (<u>MLE</u>)</p>	<p>Barszcz czerwony z ziemniakami * 400 ml (<u>GLU</u> <u>PSZ</u>, <u>MLE</u>, <u>SEL</u>), Gulasz warzywny z tofu dieta* 150 g (<u>GLU PSZ</u>, <u>SOJ</u>, <u>SEL</u>), Ryz na sypko 200 g Brokuł gotowany* 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml</p>	<p>Barszcz czerwony z ziemniakami * 400 ml (<u>GLU</u> <u>PSZ</u>, <u>MLE</u>, <u>SEL</u>), Gulasz warzywny z tofu dieta* 150 g (<u>GLU PSZ</u>, <u>SOJ</u>, <u>SEL</u>), Ryz na sypko 200 g Brokuł gotowany* 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml</p>	
	<p>Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>), Biszkopty b/c 15 g (<u>GLU PSZ</u>, <u>JAJ</u>, <u>SEL</u>), Bardziej 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>) Pasztet drobiowo- wieprzowy z wątrobką 50 g (<u>GLU PSZ</u>, <u>SOJ</u>, <u>SEL</u>, <u>może zawierać</u>: <u>JAJ</u>, <u>MLE</u>, <u>GOR</u>, <u>GLU OW</u>.) Pomidor 50 g</p>	<p>Sok wielowarzynny pasteryzowany 0,33l 1 szt Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 15 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>) Szyńka z pierśi kurczaka-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony w osrońce niejadanej, 50 g (<u>może zawierać</u>: <u>GLU PSZ</u>, <u>JAJ</u>, <u>SOJ</u>, <u>MLE</u>, <u>SEL</u>, <u>GOR</u>.) Salsata zielona 20 g</p>	
PN	<p>Herbata czarna ekspresowa z cytryną z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ</u>, <u>GLU ŻYT</u>), Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ</u>), Masło extra 82% 12 g (<u>MLE</u>) Szyńka z pierśi kurczaka-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony w osrońce niejadanej, 50 g (<u>może zawierać</u>: <u>GLU PSZ</u>, <u>JAJ</u>, <u>SOJ</u>, <u>MLE</u>, <u>SEL</u>, <u>GOR</u>.) Salsata zielona 20 g</p>	<p>Chleb Graham 60 g (<u>GLU PSZ</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>), Twarog półtłusty 20 g (<u>MLE</u>), Salsata zielona 5 g</p>	<p>Wartość energetyczna: 2463,68 kcal; Białko ogółem: 79,76 g; Tłuszcz: 58,52 g; Węglowodany ogółem: 426,20 g;</p>	
	<p>Wartość energetyczna: 2357,13 kcal; Białko ogółem: 83,16 g; Tłuszcz: 51,43 g; Węglowodany ogółem: 407,09 g;</p>	<p>Wartość energetyczna: 2243,94 kcal; Białko ogółem: 96,44 g; Tłuszcz: 62,56 g; Węglowodany ogółem: 356,36 g;</p>		

ŁÓDŹ-CSK UCP Podstawowa		ŁÓDŹ-CSK UCP Łatwo strawna		ŁÓDŹ-CSK UCP z ograniczonymi składnikami			
Śniadanie							
Placki ieczmiennie na mleku 300 ml (<u>MLE</u> , <u>GLU</u> , <u>JE CZ</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>) Jajko gotowane ki M 1 szt (<u>JAJ</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 20 g Ogórek świeży 50 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE</u> , <u>GLU</u> , <u>ZYT</u> , <u>GLU</u> , <u>JE CZ</u>)		Placki ieczmiennie na mleku 300 ml (<u>MLE</u> , <u>GLU</u> , <u>JE CZ</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>) Jajko gotowane ki M 1 szt (<u>JAJ</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 20 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE</u> , <u>GLU</u> , <u>ZYT</u> , <u>GLU</u> , <u>JE CZ</u>)		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>) Jajko gotowane ki M 1 szt (<u>JAJ</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 20 g Ogórek świeży 50 g		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>) Jajko gotowane ki M 1 szt (<u>JAJ</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 20 g Ogórek świeży 50 g	
II ŚN							
Jogurt owoce leśne 150g 1 szt (<u>MLE</u>)							
Jajzynowa z makaronem* dieta 400 ml (<u>GLU</u> , <u>PSZ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Klopsik wieprzowy 100 g (<u>GLU</u> , <u>PSZ</u> , <u>JAJ</u>) Sos cygański 100 g (<u>GLU</u> , <u>PSZ</u> , <u>SEL</u>) Surówka z kapuśy białej z olejem b/c 100 g Buraczki gotowane drobno tarłe 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml Jabłko 1 szt 1 szt		Jajzynowa z makaronem* dieta 400 ml (<u>GLU</u> , <u>PSZ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Klopsik wieprzowy 100 g (<u>GLU</u> , <u>PSZ</u> , <u>JAJ</u>) Sos pietruszkowy* 100 ml (<u>GLU</u> , <u>PSZ</u> , <u>MLE</u>) Szpinak gotowany z olejem* 100 g (<u>GLU</u> , <u>PSZ</u>) Buraczki gotowane drobno tarłe 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml Jabłko pieczone 1 szt 1 szt		Jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>MLE</u>) Suchary b/c 15 g (<u>GLU</u> , <u>PSZ</u> , <u>SOL</u> , <u>MLE</u>) Jajzynowa z makaronem* dieta 400 ml (<u>GLU</u> , <u>PSZ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Klopsik wieprzowy 100 g (<u>GLU</u> , <u>PSZ</u> , <u>JAJ</u>) Sos cygański 100 g (<u>GLU</u> , <u>PSZ</u> , <u>SEL</u>) Surówka z kapuśy białej z olejem b/c 100 g Szpinak gotowany z olejem* 100 g (<u>GLU</u> , <u>PSZ</u>) Kompot owocowy* b/c 250 ml Jabłko 1 szt 1 szt Kisiel o smaku truskawkowym b/c 150 ml (<u>może zawierać: GLU</u> , <u>PSZ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u>)			
PD							
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>) Szynka szkolna- wp. parzona 50 g (<u>GLU</u> , <u>PSZ</u> , <u>SOL</u> , <u>MLE</u>) Pomidor 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>) Szynka szkolna- wp. parzona 50 g (<u>GLU</u> , <u>PSZ</u> , <u>SOL</u> , <u>MLE</u>) Pomidor 50 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>) Szynka szkolna- wp. parzona 50 g (<u>GLU</u> , <u>PSZ</u> , <u>SOL</u> , <u>MLE</u>) Pomidor 50 g			
PN							
Wartość energetyczna: 2346,23 kcal; Białko ogółem: 93,62 g; Tłuszcz: 70,66 g; Węglowodany ogółem: 354,26 g;		Wartość energetyczna: 2328,49 kcal; Białko ogółem: 97,61 g; Tłuszcz: 65,80 g; Węglowodany ogółem: 350,10 g;		Wartość energetyczna: 2214,60 kcal; Białko ogółem: 96,22 g; Tłuszcz: 71,38 g; Węglowodany ogółem: 329,36 g;			
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							

2026-06-03 środa		
ŁÓDŹ-CSK UCP Podstawowa	ŁÓDŹ-CSK UCP Łatwo strawna	ŁÓDŹ-CSK UCP Z ogr./łatwoprzyzwajalnych węglowodanów
<p>Śniadanie</p> <p>Płatki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU</u>) OW, 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>) Twarożek na śladko 60 g (<u>MLE</u>) Dżem 30 g Banan 1szt. 1 szt Herbata czarna ekspresowa z cytryną z/c 250 ml</p>	<p>Płatki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU</u>) OW, 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>) Twarożek na śladko 60 g (<u>MLE</u>) Dżem 30 g Jabłko 1 szt 1 szt 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>) Twarożek 60 g (<u>MLE</u>) Salatka z buraczków i jabłka z olejem 50 g</p>
<p>Obiad</p> <p>Kapustniak z kapusty białej* 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL, GOR</u>) kasza pęczak/sypko 200 g (<u>GLU JECZ</u>) Udziec z kurczaka gotowany b/c bis 100 g Sos pieczarkowy 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Surówka z marchwi i pomarańczy z olejem 100 g Cukinia pieczona z olejem* 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml</p>	<p>Ziemniaczana* 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JECZ</u>) Udziec z kurczaka gotowany b/c bis 100 g Sos jarzynowy* 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Cukinia pieczona z olejem* 100 g Marchew gotowana z olejem 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml</p>	<p>Ziemniaczana* 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) kasza pęczak/sypko 200 g (<u>GLU JECZ</u>) Udziec z kurczaka gotowany b/c bis 100 g Sos pieczarkowy 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Surówka z marchwi i pomarańczy z olejem 100 g Cukinia pieczona z olejem* 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml</p>
<p>II ŚN</p> <p>Budyń o smaku waniliowym 150 ml (<u>MLE</u>)</p>	<p>Jabłko 1 szt 1 szt Podpiomyki b/c 15 g (<u>GLU PSZ, MLE</u>)</p>	<p>Jabłko 1 szt 1 szt Podpiomyki b/c 15 g (<u>GLU PSZ, MLE</u>)</p>
<p>PD</p> <p>Herbatniki 30 g (<u>GLU PSZ, SOL, MLE</u>)</p>	<p>Sok pomidorowy 0,3l 1 szt Paluszki z sezamem 20 g (<u>GLU PSZ, SEZ</u>)</p>	<p>Sok pomidorowy 0,3l 1 szt Paluszki z sezamem 20 g (<u>GLU PSZ, SEZ</u>)</p>
<p>Kolacja</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>) Paprykarz rybno (morszczuk)-warzywny* 40 g (<u>RYB, SEL</u>) Szyntka zielonogórska-wieprzowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 20 g (<u>SOL, MLE, SEL, może zawierać: JAŁ, GOR</u>) Salata zielona 20 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>) Paprykarz rybno (morszczuk)-warzywny* 40 g (<u>RYB, SEL</u>) Szyntka zielonogórska-wieprzowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 20 g (<u>SOL, MLE, SEL, może zawierać: JAŁ, GOR</u>) Salata zielona 20 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>) Paprykarz rybno (morszczuk)-warzywny* 40 g (<u>RYB, SEL</u>) Szyntka zielonogórska-wieprzowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 20 g (<u>SOL, MLE, SEL, może zawierać: JAŁ, GOR</u>) Salata zielona 20 g</p>
<p>PN</p>	<p>Chleb Graham 60 g (<u>GLU PSZ</u>) Szyrkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 20 g Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Pomidor 15 g</p>	<p>Chleb Graham 60 g (<u>GLU PSZ</u>) Szyrkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 20 g Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Pomidor 15 g</p>
<p>Wartość energetyczna: 2882,97 kcal; Białko ogółem: 98,25 g; Tłuszcz: 74,11 g; Węglowodany ogółem: 431,30 g;</p>	<p>Wartość energetyczna: 2449,94 kcal; Białko ogółem: 96,82 g; Tłuszcz: 59,54 g; Węglowodany ogółem: 396,80 g;</p>	<p>Wartość energetyczna: 2279,31 kcal; Białko ogółem: 99,11 g; Tłuszcz: 67,25 g; Węglowodany ogółem: 356,06 g;</p>

2026-06-04 czwartek		
ŁÓDŹ-CSK UCP Podstawowa	ŁÓDŹ-CSK UCP Łatwo strawna	ŁÓDŹ-CSK UCP Z ogr.laktoprzyswajalnych weglowodanów
Śniadanie	Śniadanie	Śniadanie
Kasza manna na mleku 300 ml (<u>GLU.PSZ.MLE</u>) Chleb mieszany pszemno-żytni 70 g (<u>GLU.PSZ.GLU.ZYT.</u>) Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU.PSZ.MLE</u>) Masło extra 82% 12 g (<u>MLE</u>) Szynekowa dębowa drożdżowa kiełbasa grubo rozdrobniona 20 g Pasztet z fasoli* 50 g (<u>GLU.PSZ.JAJ.ZYT.GLU.JECZ.</u>) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE.GLU.ZYT.GLU.JECZ.</u>)	Kasza manna na mleku 300 ml (<u>GLU.PSZ.MLE</u>) Bułka pszenna długa krojona 70 g (<u>GLU.PSZ.GLU.PSZ.</u>) Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU.PSZ.MLE</u>) Masło extra 82% 12 g (<u>MLE</u>) Szynekowa dębowa drożdżowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Sałata zielona 20 g 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.MLE</u>) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU.PSZ.MLE</u>) Masło extra 82% 12 g (<u>MLE</u>) Szynekowa dębowa drożdżowa kiełbasa grubo rozdrobniona 20 g Pasztet z fasoli* 50 g (<u>GLU.PSZ.JAJ</u>)
II ŚN	II ŚN	II ŚN
Keifir 1,5% t#150g 1 Por (<u>MLE</u>) Sziplakowa z ziemniakami* 400 ml (<u>GLU.PSZ.MLE.SEL</u>) Makaron z serem 300 g (<u>GLU.PSZ.MLE</u>) Jabłka prażone b/c 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Keifir 1,5% t#150g 1 Por (<u>MLE</u>) Chrupki kukurydziane 15 g	Keifir 1,5% t#150g 1 Por (<u>MLE</u>) Chrupki kukurydziane 15 g
Obiad	Obiad	Obiad
Biskopiy b/c 30 g (<u>GLU.PSZ.JAJ</u>)	Ksiel o smaku tłuskawkowym b/c 150 ml (<u>może zawierać: GLU.PSZ.SEL.GOR.</u>) Biskopiy b/c 15 g (<u>GLU.PSZ.JAJ</u>)	Ksiel o smaku tłuskawkowym b/c 150 ml (<u>może zawierać: GLU.PSZ.SEL.GOR.</u>) Biskopiy b/c 15 g (<u>GLU.PSZ.JAJ</u>)
PD	PD	PD
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.MLE</u>) Masło extra 82% 12 g (<u>MLE</u>) Baton szynkowy z kurcząt 50 g (<u>może zawierać: GLU.PSZ.MLE.GOR.</u>) Pomidor 50 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g (<u>GLU.PSZ.GLU.PSZ.</u>) Masło extra 82% 12 g (<u>MLE</u>) Baton szynkowy z kurcząt 50 g (<u>może zawierać: GLU.PSZ.MLE.GOR.</u>) Pomidor 50 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 250 ml Chleb Graham 120 g (<u>GLU.PSZ.MLE</u>) Masło extra 82% 12 g (<u>MLE</u>) Baton szynkowy z kurcząt 50 g (<u>może zawierać: GLU.PSZ.MLE.GOR.</u>) Pomidor 50 g
Kolacja	Kolacja	Kolacja
Chleb Graham 60 g (<u>GLU.PSZ.MLE</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Twarożek 20 g (<u>MLE</u>) Sałata zielona 5 g	Chleb Graham 60 g (<u>GLU.PSZ.MLE</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Twarożek 20 g (<u>MLE</u>) Sałata zielona 5 g	Chleb Graham 60 g (<u>GLU.PSZ.MLE</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Twarożek 20 g (<u>MLE</u>) Sałata zielona 5 g
PN	PN	PN
Wartość energetyczna: 2307,02 kcal; Białko ogółem: 88,71 g; Tłuszcz: 59,03 g; Weglowodany ogółem: 375,08 g;	Wartość energetyczna: 2229,57 kcal; Białko ogółem: 92,07 g; Tłuszcz: 51,44 g; Weglowodany ogółem: 362,26 g;	Wartość energetyczna: 2222,91 kcal; Białko ogółem: 89,69 g; Tłuszcz: 66,81 g; Weglowodany ogółem: 349,51 g;

2026-06-05 piątek	
Śniadanie	II ŚN
ŁÓDŹ-CSK UCP Podstawowa	ŁÓDŹ-CSK UCP Łatwo strawna
Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT</u>) Chleka 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>) Masło extra 82% 12 g (<u>MLE</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>) Rukola 10 g Kakao z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE</u>) Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml (<u>może zawierać: GLU PSZ, SEL, GOR.</u>)	Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Bułka pszenna długa krojona 70 g (<u>GLU PSZ, GLU PSZ</u>) Chleka 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>) Masło extra 82% 12 g (<u>MLE</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>) Rukola 10 g Kakao z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE</u>)
ŁÓDŹ-CSK UCP Z ogr.łatwoprzyswajalnych węglowodanów	ŁÓDŹ-CSK UCP Z ogr.łatwoprzyswajalnych węglowodanów
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>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>) Rukola 10 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 250 ml Chleb Graham 70 g (<u>GLU PSZ</u>) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 12 g (<u>MLE</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>) Rukola 10 g
ŁÓDŹ-CSK UCP Z ogr.łatwoprzyswajalnych węglowodanów	ŁÓDŹ-CSK UCP Z ogr.łatwoprzyswajalnych węglowodanów
Logurt naturalny 100g 1 szt (<u>MLE</u>) Ciasteczka masłane bez cukru 30g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>)	Logurt naturalny 100g 1 szt (<u>MLE</u>) Ciasteczka masłane bez cukru 30g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>)
Krupnik jęczmienny * 400 ml (<u>MLE, SEL, GLU JECZ</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Ryba smażona (Morszczuk) 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB</u>) Surówka z kapusty młodej z olejem 100 g Warzywa po grecku 100 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Kompot owocowy* b/c 250 ml	Krupnik jęczmienny * 400 ml (<u>MLE, SEL, GLU JECZ</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Pulpet rybny (Morszczuk) 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB</u>) Warzywa po grecku 100 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Brokuł gotowany* 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml
Serek homogenizowany waniliowy 150g 1 szt (<u>MLE</u>)	Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt Suchary b/c 15g (<u>GLU PSZ, SOL, MLE</u>)
Herbata czarna ekspresowa z cytryną z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 12 g (<u>MLE</u>) Powidła silykowe 30g 1 szt Jabłko 1 szt 1 szt	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>) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Jabłko 1 szt 1 szt
Pasta z twarogu waniliowa 60 g (<u>MLE</u>)	Pasta z twarogu waniliowa 60 g (<u>MLE</u>) Dżem 30 g Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna ekspresowa z cytryną z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 12 g (<u>MLE</u>)
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>) Pomidór 15 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>) Pomidór 15 g
PN	PN
Wartość energetyczna: 2742,45 kcal; Białko ogółem: 114,95 g; Tłuszcz: 77,45 g; Węglowodany ogółem: 410,37 g.	Wartość energetyczna: 2598,12 kcal; Białko ogółem: 116,40 g; Tłuszcz: 61,64 g; Węglowodany ogółem: 403,35 g.
Wartość energetyczna: 2235,25 kcal; Białko ogółem: 96,54 g; Tłuszcz: 66,11 g; Węglowodany ogółem: 344,06 g.	Wartość energetyczna: 2235,25 kcal; Białko ogółem: 96,54 g; Tłuszcz: 66,11 g; Węglowodany ogółem: 344,06 g.

ŁÓDŹ-CSK UCP Podstawowa		ŁÓDŹ-CSK UCP Łatwo strawna		ŁÓDŹ-CSK UCP Z ogr. laktoprzyswajalnych węglowodanów	
2026-06-06 sobota					
Śniadanie		Śniadanie		Śniadanie	
Platki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ZYT) Bulka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ) Masło extra 82% 12 g (MLE) Parówki chęszyni- węd. wpr. homog. wędz. parz 80 g (SOJ, SEL) Ketchup 20 g (SEL) Pomidor 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną z/c 250 ml	Platki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW) Bulka pszenna długa krojona 70 g (GLU PSZ) Bulka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ) Masło extra 82% 12 g (MLE) Szyńka zielonogórska- wleprzowa parzona z dodatkiem wody z połączonej kawalków mięsa 50 g (SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR) Pomidor 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną z/c 250 ml	Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 250 ml Chleb Graham 70 g (GLU PSZ) Bulka graham-pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ) Masło extra 82% 12 g (MLE) Szyńka zielonogórska- wleprzowa parzona z dodatkiem wody z połączonej kawalków mięsa 50 g (SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR) Pomidor 50 g	Keir 1.5% t 150g 1 Por (MLE) Wafle ryżowe 15 g	Ogórkowa z ziemniakami * 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Ryż na sypko (brązowy) 200 g Kociolatek meksykański z kurczakiem i fasolą 150 g (SEL) Siatka z buraczków i jabka z olejem 100 g Surowka z marchwi i jabka b/c 100 g (MLE) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Ogórkowa z ziemniakami * 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Ryż na sypko (brązowy) 200 g Kociolatek meksykański z kurczakiem i fasolą 150 g (SEL) Siatka z buraczków i jabka z olejem 100 g Surowka z marchwi i jabka b/c 100 g (MLE) Kompot owocowy* b/c 250 ml
II ŚN		II ŚN		II ŚN	
Banan 1szt. 1 szt		Banan 1szt. 1 szt		Banan 1szt. 1 szt	
Obiad		Obiad		Obiad	
Herbata czarna ekspresowa z cytryną z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ZYT) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 12 g (MLE) Paszet z soczewicy* 100 g (GLU PSZ, JAJ) Siatka zielona 10 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną z/c 250 ml Bulka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 12 g (MLE) Szyńka krucha z pieca wleprzowa, parzona 50 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SOZ) Siatka zielona 10 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 250 ml Chleb Graham 120 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 12 g (MLE) Szyńka krucha z pieca wleprzowa, parzona 50 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SOZ) Siatka zielona 20 g	Jabko 1 szt 1 szt Biszkopty b/c 15 g (GLU PSZ, JAJ)	Jabko 1 szt 1 szt Biszkopty b/c 15 g (GLU PSZ, JAJ)	Jabko 1 szt 1 szt Biszkopty b/c 15 g (GLU PSZ, JAJ)
PD		PD		PD	
Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE)		Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE)		Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE)	
PN		PN		PN	
Wartość energetyczna: 2681,35 kcal; Białko ogółem: 81,19 g; Tłuszcz: 91,23 g; Węglowodany ogółem: 404,45 g;		Wartość energetyczna: 2204,65 kcal; Białko ogółem: 82,25 g; Tłuszcz: 52,06 g; Węglowodany ogółem: 372,42 g;		Wartość energetyczna: 2043,26 kcal; Białko ogółem: 77,34 g; Tłuszcz: 62,12 g; Węglowodany ogółem: 330,90 g;	

2026-06-07 niedziela		ŁÓDŹ-CSK UCP Podstawowa		ŁÓDŹ-CSK UCP Łatwo strawna		ŁÓDŹ-CSK UCP Z ogr.latwoprzyszwalajnych węglowodanów			
Śniadanie		II ŚN		Obiad		PD			
Kakaó z mlekiem z/c 250 ml (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ZYT) Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ) Masło extra 82% 12 g (MLE) Serek a la homogenizowany o smaku waniliowym 60 g (MLE) Miód (25g) 1 szt Jabłko 1 szt 1 szt		Kakaó z mlekiem z/c 250 ml (MLE) Bułka pszenna duża krojona 70 g (GLU PSZ) Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ) Masło extra 82% 12 g (MLE) Serek a la homogenizowany o smaku waniliowym 60 g (MLE) Miód (25g) 1 szt Jabłko 1 szt 1 szt		Pomidorowa z makaronem * 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Kotle śródmięśne 100 g (GLU PSZ, JAJ) Mizeria 100 g (MLE) 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 ziół gotowany z olejem* 100 g (SEL) Kompot owocowy* z/c 250 ml		Kakaó z mlekiem z/c 250 ml (MLE) Chleb Graham 70 g (GLU PSZ) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ) Masło extra 82% 12 g (MLE) Serek twardy homogenizowany 60 g (MLE) Jabłko 1 szt 1 szt	
Podbiomyki b/c 20g (GLU PSZ, MLE)		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 ziół 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) Mizeria 100 g (MLE) Fasolka szparagowa z wody* 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml		Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE) Chrupki kukurydżane 15g			
Herbata czarna ekspresowa z cytryną z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ZYT) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 12 g (MLE) Szynekowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 50 g		Herbata czarna ekspresowa z cytryną z/c 250 ml Bułka pszenna duża krojona 120 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 12 g (MLE) Szynekowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 50 g		Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 250 ml Chleb Graham 120 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 12 g (MLE) Szynekowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 50 g		Chleb Graham 60 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 5 g (MLE) Indyk z paszki produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejednolitej 20 g Sałata zielona 5g			
PN		Wartość energetyczna: 2286,44 kcal; Białko ogółem: 90,41 g; Tłuszcz: 59,50 g; Węglowodany ogółem: 365,14 g;		Wartość energetyczna: 2220,60 kcal; Białko ogółem: 104,26 g; Tłuszcz: 47,84 g; Węglowodany ogółem: 356,45 g;		Wartość energetyczna: 2128,18 kcal; Białko ogółem: 112,91 g; Tłuszcz: 51,55 g; Węglowodany ogółem: 334,26 g;			

Oznaczenia alergenów:

GLU PSZ - Zboża zawierające gluten pszeniczny,
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 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,

