

ŁÓDŹ- CSK UCP P01/3 Podstawowa 10-18 r.ż.		ŁÓDŹ- CSK UCP P02/3 Łatwostawna 10-18 r.ż.	ŁÓDŹ- CSK UCP P03/3 Z ogr.łatwoprzyswajalnych węglowodanów 10-18 r.ż.
Śniadanie	Płatki 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>) Szyńska szkolna- wp. parzona 20 g (<u>SOL, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR, S02</u>) Pomidor 50 g Kakao z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE</u>)	Płatki 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>) Szyńska szkolna- wp. parzona 20 g (<u>SOL, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR, S02</u>) Pomidor 50 g Kakao z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE</u>)	Herbata czarna granulowana 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>) Szyńska szkolna- wp. parzona 20 g (<u>SOL, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR, S02</u>) Pomidor 50 g
	II ŚN	Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<u>MLE</u>)	
	Ogórkowa z ziemniakami * 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Makaron z serem b/c 300 g (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Jabłka prażone b/c 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Brokułowa z ziemniakami* 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Makaron z serem b/c 300 g (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Jabłka prażone b/c 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<u>MLE</u>) Biskopiy b/c 15 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Ogórkowa z ziemniakami * 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Makaron pełnoziarnisty 200 g (<u>GLU PSZ</u>) Gulasz warzywny z cielierzycą * 150 g Surowka z selera i jabłka b/c 100 g (<u>MLE, SEL</u>) Kompot owocowy* b/c 250 ml
Obiad	Podpiomyki b/c 20 g (<u>GLU PSZ, MLE</u>)		
PD	Herbata czarna granulowana 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>) Pasztecik drobiowo- wieprzowy z wątrobką 40 g (<u>GLU PSZ, SOL, SEL, może zawierać: JAJ, MLE, GOR, GLU OW</u>) Ser mozzarella 20 g (<u>MLE</u>) Ogórek kiszony 50 g	Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 12 g (<u>MLE</u>) Szyńska dębowa drobiowa kiebasa grubo rozdrobniona 40 g Ser mozzarella 20 g (<u>MLE</u>) Salata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml Chleb Graham 120 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 12 g (<u>MLE</u>) Szyńska dębowa drobiowa kiebasa grubo rozdrobniona 40 g Ser mozzarella 20 g (<u>MLE</u>) Ogórek kiszony 50 g
Kolacja	Chleb Graham 60 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Szyńska Plastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b. sojowego i wody 20 g (<u>SOL</u>) Salata zielona 5 g		
PN	Wartość energetyczna: 2238,32 kcal; Białko ogółem: 93,12 g; Tłuszcz: 63,25 g; Węglowodany ogółem: 338,09 g;		
		Wartość energetyczna: 2247,81 kcal; Białko ogółem: 99,40 g; Tłuszcz: 57,01 g; Węglowodany ogółem: 343,75 g;	Wartość energetyczna: 2055,96 kcal; Białko ogółem: 82,40 g; Tłuszcz: 58,42 g; Węglowodany ogółem: 333,79 g;

2026-09-29 wtorek			
ŁÓDŹ- CSK UCP P01/3 Podstawowa 10-18 r.ż.		ŁÓDŹ- CSK UCP P02/3 Łatwostrawna 10-18 r.ż.	
Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ.</u> <u>MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ.</u> <u>GLU ŻYT.</u>) Bułka maślana 50g 1 szt (<u>GLU PSZ.</u> <u>JAJ.</u> <u>MLE</u>) Masło extra 82% 12 g (<u>MLE</u>) Serek Fromage 40 g (<u>GLU PSZ.</u> <u>MLE</u>) Powidła śliwkowe 30g 1 szt Banan 1szt. 1 szt Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml		Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ.</u> <u>MLE</u>) Bułka pszenna długa krojona 70 g (<u>GLU PSZ.</u>) Bułka maślana 50g 1 szt (<u>GLU PSZ.</u> <u>JAJ.</u> <u>MLE</u>) Masło extra 82% 12 g (<u>MLE</u>) Twarożek 40 g (<u>MLE</u>) Dżem 20 g Banan 1szt. 1 szt Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	
Sok jabłkowy 100 % 0,2l w kartoniku 1 szt		Sok jabłkowy 100 % 0,2l w kartoniku 1 szt	
Fasolowa z ziemniakami * 400 ml (<u>GLU PSZ.</u> <u>SEL.</u>) Ryż na sypko 200 g (<u>GLU PSZ.</u> <u>JAJ.</u>) Pulpet wieprzowy 100 g (<u>GLU PSZ.</u> <u>SEL.</u>) Sos cygański 100 g (<u>GLU PSZ.</u> <u>SEL.</u>) Siatka z buraczków i jabłka z olejem 100 g Surówka z kapuśy białej z olejem b/c 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml		Dyniowa z ziemniakami 400 ml (<u>GLU PSZ.</u> <u>MLE.</u> <u>SEL.</u>) Ryż na sypko 200 g (<u>GLU PSZ.</u> <u>JAJ.</u>) Pulpet wieprzowy * 100 ml (<u>GLU PSZ.</u> <u>MLE</u>) Sos koperkowy * 100 ml (<u>GLU 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	
Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml (<u>może zawierać: GLU PSZ.</u> <u>SEL.</u> <u>GOR.</u>)		Jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>MLE.</u> <u>SUCH.</u>) Suchary b/c 15 g (<u>GLU PSZ.</u> <u>SOJ.</u> <u>MLE.</u>)	
Herbata czarna granulowana 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>) Filet zapiekany drobiowy 40 g (<u>MLE</u>) Pasta marchewkowo-pomidorowa 50 g Sałata zielona 20 g		Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml Chleb Graham 120 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 12 g (<u>MLE</u>) Filet zapiekany drobiowy 40 g (<u>MLE</u>) Pasta marchewkowo-pomidorowa 50 g Sałata zielona 20 g	
Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Chleb Graham 60 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Szyńska Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 20 g (<u>SOJ.</u>) Sałata zielona 5 g		Herbata czarna granulowana 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>) Śliwka szt 1 szt	
Wartość energetyczna: 2899,28 kcal; Białko ogółem: 94,25 g; Tłuszcz: 85,28 g; Węglowodany ogółem: 458,51 g.		Wartość energetyczna: 2581,92 kcal; Białko ogółem: 92,43 g; Tłuszcz: 60,26 g; Węglowodany ogółem: 429,49 g.	
Wartość energetyczna: 2517,84 kcal; Białko ogółem: 107,32 g; Tłuszcz: 78,97 g; Węglowodany ogółem: 376,11 g.			

ŁÓDŹ- CSK UCP P01/3 Podstawowa 10-18 r.ż.		ŁÓDŹ- CSK UCP P02/3 Łatwostrawna 10-18 r.ż.		ŁÓDŹ- CSK UCP P03/3 Z ogr. łatwoprzyswajalnych węglowodanów 10-18 r.ż.	
Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (<u>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>) Hummus z ciecierzycy 40 g Szyńka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 20 g (<u>SOJ.</u>) Pomidor 50 g Kakao z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE.</u>)		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 homo o smaku naturalnym z ziołami 40 g (<u>MLE.</u>) Szyńka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 20 g (<u>SOJ.</u>) Pomidor 50 g Kakao z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE.</u>)		Herbata czarna granulowana 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>) Hummus z ciecierzycy 40 g Szyńka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 20 g (<u>SOJ.</u>) Pomidor 50 g	
II ŚN Chłatka 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>)				Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<u>MLE.</u>) Paluszki z sezamem 15 g (<u>GLU PSZ, SEZ.</u>)	
Pieczarkowa z makaronem * 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, SOZ.</u>) Kopytka ziemniaczane-Ch 200 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>) Filet z kurczaka gotowany 100 g Sos pietruszkowy* 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Surówka z marchwi i jabłka b/c 100 g (<u>MLE.</u>) Fasolka szparagowa z wody* 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml		Jazynowa z makaronem* dieta 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Kopytka ziemniaczane-Ch 200 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>) Filet z kurczaka gotowany 100 g Sos pietruszkowy* 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Marchew gotowana z olejem 100 g Fasolka szparagowa z wody* 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml		Pieczarkowa z makaronem * 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, SOZ.</u>) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane 200 g Filet z kurczaka gotowany 100 g Sos pietruszkowy* 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Surówka z marchwi i jabłka b/c 100 g (<u>MLE.</u>) Fasolka szparagowa z wody* 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	
PD Śliwka szt 1 szt		Jabłko 1 szt 1 szt		Śliwka szt 1 szt Podpomyki b/c 15 g (<u>GLU PSZ, MLE.</u>)	
Kolacja Herbata czarna granulowana 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>) Pasta z ryby gotowanej (morszczuk) z warzywami* 40 g (<u>RYB, SEL.</u>) Twaróg półtłusty 20 g (<u>MLE.</u>) Sałata zielona 20 g		Herbata czarna granulowana 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 ryby gotowanej (morszczuk) z warzywami* 40 g (<u>RYB, SEL.</u>) Twaróg półtłusty 20 g (<u>MLE.</u>) Sałata zielona 20 g		Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml Chleb Graham 120 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 12 g (<u>MLE.</u>) Pasta z ryby gotowanej (morszczuk) z warzywami* 40 g (<u>RYB, SEL.</u>) Twaróg półtłusty 20 g (<u>MLE.</u>) Sałata zielona 20 g	
PN				Chleb Graham 60 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Jajko gotowane Ki M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Sałata zielona 5 g	
Wartość energetyczna: 2334,06 kcal; Białko ogółem: 103,50 g; Tłuszcz: 61,57 g; Węglowodany ogółem: 346,16 g;		Wartość energetyczna: 2398,79 kcal; Białko ogółem: 110,63 g; Tłuszcz: 60,31 g; Węglowodany ogółem: 353,84 g;		Wartość energetyczna: 1949,62 kcal; Białko ogółem: 101,89 g; Tłuszcz: 54,02 g; Węglowodany ogółem: 293,86 g;	

2026-10-01 czwartek

ŁÓDŹ- CSK UCP P01/3 Podstawowa 10-18 r.ż.		ŁÓDŹ- CSK UCP P02/3 Łatwostrawna 10-18 r.ż.		ŁÓDŹ- CSK UCP P03/3 Z ogr.latiwoprzyswajalnych węglowodanów 10-18 r.ż.	
Śniadanie		Śniadanie		Śniadanie	
Płatki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 12 g (<u>MLE.</u>) Ser topiony 40 g (<u>MLE.</u>) Miód (25g) 1 szt Pomidor 50 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml		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>) Serek twarogowy homogenizowany 40 g (<u>MLE.</u>) Miód (25g) 1 szt Pomidor 50 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml		Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml Chleb Graham 70 g (<u>GLU PSZ.</u>) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 12 g (<u>MLE.</u>) Serek twarogowy homogenizowany 40 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 50 g	
II ŚN		Jabłko 1 szt 1 szt		Śliwka szt 1 szt Biskopiy b/c 15 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>)	
Obiad		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		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>) Sałatka szwedzka z olejem b/c 100 g (<u>GOR.</u>) Kompot owocowy* b/c 250 ml	
PD		Pudding o smaku wanilia/czekolada 125g 1 szt (<u>MLE.</u>)		Jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>MLE.</u>) Chrupki kukurydziane 15 g	
Kolacja		Herbata czarna granulowana 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>) Hummus z ciecierzycy 40 g Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 20 g Sałatka jarzynowa* 100 g (<u>JAJ, MLE, SEL, GOR.</u>)		Herbata czarna granulowana 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 40 g Ser mozzarella 20 g (<u>MLE.</u>) Sałatka jarzynowa* dieta 100 g (<u>MLE, SEL.</u>)	
PN				Chleb Graham 60 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Szynka szkolna- wp. parzona 20 g (<u>SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR, SO2.</u>) Sałata zielona 5 g	
		Wartość energetyczna: 2332,57 kcal; Białko ogółem: 71,86 g; Tłuszcz: 77,49 g; Węglowodany ogółem: 357,20 g;		Wartość energetyczna: 2273,48 kcal; Białko ogółem: 83,92 g; Tłuszcz: 59,48 g; Węglowodany ogółem: 365,25 g;	
		Wartość energetyczna: 2053,58 kcal; Białko ogółem: 81,81 g; Tłuszcz: 63,81 g; Węglowodany ogółem: 321,25 g;			

ŁÓDŹ- CSK UCP P01/3 Podstawowa 10-18 r.ż.		ŁÓDŹ- CSK UCP P02/3 Łatwostawna 10-18 r.ż.	ŁÓDŹ- CSK UCP P03/3 Z ogr.łatwoprzyswajalnych węglowodanów 10-18 r.ż.
Śniadanie		II ŚN	
Kasza manna 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>) Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 40 g (<u>JAJ, MLE</u>) Szyńska zielonogórska- wieprzowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 20 g (<u>SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR.</u>) Sałata zielona 20 g Kakao z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE.</u>)		Kasza manna 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>) Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 40 g (<u>JAJ, MLE</u>) Szyńska zielonogórska- wieprzowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 20 g (<u>SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR.</u>) Sałata zielona 20 g Kakao z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE.</u>)	
Obiad		Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<u>MLE.</u>) Wafle ryżowe 15 g	
Szpinalkowa z zacierką * 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane 200 g Pulpet rybny (Morszczuk) 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u>) Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 100 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (<u>SEL.</u>) Kompot owocowy* z/c 250 ml		Szpinalkowa z zacierką * 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (<u>RYB.</u>) Sos ziołowy* 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (<u>SEL.</u>) Brokuł gotowany* 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	
PD		Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml (<u>może zawierać: GLU PSZ, SEL, GOR.</u>)	
Kolacja		Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml Chleb pszenna długa krojona 120 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 12 g (<u>MLE.</u>) Twarożek na słodko 40 g (<u>MLE.</u>) Dżem 20 g Jabłko 1 szt 1 szt	
PZ		Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml Chleb Graham 60 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Ser żółty 20 g (<u>MLE.</u>) Ogórek kiszony 15 g	
Wartość energetyczna: 2230,32 kcal; Białko ogółem: 91,72 g; Tłuszcz: 56,30 g; Węglowodany ogółem: 355,95 g;		Wartość energetyczna: 2279,74 kcal; Białko ogółem: 103,13 g; Tłuszcz: 55,85 g; Węglowodany ogółem: 352,94 g;	
Wartość energetyczna: 2138,44 kcal; Białko ogółem: 102,66 g; Tłuszcz: 69,22 g; Węglowodany ogółem: 303,20 g;		Wartość energetyczna: 2138,44 kcal; Białko ogółem: 102,66 g; Tłuszcz: 69,22 g; Węglowodany ogółem: 303,20 g;	

2026-10-03 sobota			
ŁÓDŹ- CSK UCP P01/3 Podstawowa 10-18 r.ż.		ŁÓDŹ- CSK UCP P02/3 Łatwostrawna 10-18 r.ż.	
ŁÓDŹ- CSK UCP P03/3 Z ogr.łatwoprzyswajalnych węglowodanów 10-18 r.ż.			
Śniadanie		Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml Chleb Graham 70 g (<u>GLU PSZ.</u>) Bułka pszenna-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 12 g (<u>MLE.</u>) Pasta z soczewicy czerwonej 40 g Jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>MLE.</u>) Sałata zielona 20 g	
Budyń o smaku śmietankowym z/c 150 ml (<u>MLE.</u>)		Budyń o smaku śmietankowym b/c 150 ml (<u>MLE.</u>) Suchary b/c 15 g (<u>GLU PSZ. SOL. MLE.</u>)	
II ŚN			
Kopertkowa z ziemniakami * 400 ml (<u>GLU PSZ. MLE. SEL.</u>) Ryz na sypko 200 g Gulasz wieprzowy z warzywami* 150 g (<u>GLU PSZ. SEL.</u>) Surowka z marchwi i pomarańczy z olejem 100 g Kalaiflor gotowany* 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml		Kopertkowa z ziemniakami * 400 ml (<u>GLU PSZ. MLE. SEL.</u>) Ryz na sypko 200 g Gulasz wieprzowy z warzywami* 150 g (<u>GLU PSZ. SEL.</u>) Warzywa po grecku 100 g (<u>GLU PSZ. SEL.</u>) Kompot owocowy* z/c 250 ml Kalaiflor gotowany* 100 g	
PD		Banan 1szt. 1 szt	
Kolacja		Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 12 g (<u>MLE.</u>) Twaróg półtłusty 40 g (<u>MLE.</u>) Szynka Plastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b. sojowego i wody 20 g (<u>SOL.</u>) Sałatka wiosenna -dety 50 g	
PN		Chleb Graham 60 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Filet zapiekany drobiowy 20 g (<u>MLE.</u>) Sałata zielona 5 g	
Wartość energetyczna: 2761,61 kcal; Białko ogółem: 93,48 g; Tłuszcz: 85,35 g; Węglowodany ogółem: 425,84 g;		Wartość energetyczna: 2613,54 kcal; Białko ogółem: 99,60 g; Tłuszcz: 66,45 g; Węglowodany ogółem: 418,54 g;	
		Wartość energetyczna: 2316,61 kcal; Białko ogółem: 97,38 g; Tłuszcz: 65,48 g; Węglowodany ogółem: 364,99 g;	

2026-10-04 niedziela							
ŁÓDŹ- CSK UCP P01/3 Podstawowa 10-18 r.ż.		ŁÓDŹ- CSK UCP P02/3 Łatwostawna 10-18 r.ż.		ŁÓDŹ- CSK UCP P03/3 Z ogr.łatwoprzyswajalnych węglowodanów 10-18 r.ż.			
Śniadanie		Kakao z mlekiem z/c 250 ml (<u>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>) Ser żółty 40 g (<u>MLE.</u>) Dżem 20 g Śliwka szt 1 szt		Kakao z mlekiem z/c 250 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>) Pasta z twarogu waniliowa 40 g (<u>MLE.</u>) Dżem 20 g Jabłko 1 szt 1 szt		Herbata czarna granulowana 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>) Ser żółty 50 g (<u>MLE.</u>) Śliwka szt 1 szt	
II ŚN		Herbatniki 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u>)		Sok wielowarzynny pasteryzowany 0,3l 1 szt			
Obiad		Rosół z makaronem * 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane 200 g 9 Udziec z kurczaka gotowany b/k b/s 100 g Sos jarzynowy * 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Surówka z kapusty 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 młode z koperkiem gotowane 200 g 9 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* b/c 250 ml		Rosół z makaronem * 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane 200 g 9 Udziec z kurczaka gotowany b/k b/s 100 g Sos jarzynowy * 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 100 g Brokuł gotowany* 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	
PD		Koktajl truskawkowy* 150 ml (<u>MLE.</u>)		Koktajl truskawkowy* b/c 150 ml (<u>MLE.</u>) Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 15 g			
Kolacja		Herbata czarna granulowana 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>) Szyńka wieśniowa- wieprzowa, wędz. parz. z dod. wody i białka wp. 40 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Miód (25g) 1 szt Pomidor 50 g		Herbata czarna granulowana 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 wieśniowa- wieprzowa, wędz. parz. z dod. wody i białka wp. 40 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Miód (25g) 1 szt Pomidor 50 g		Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml Chleb Graham 120 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 12 g (<u>MLE.</u>) Szyńka wieśniowa- wieprzowa, wędz. parz. z dod. wody i białka wp. 50 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Pomidor 50 g	
PN				Chleb Graham 60 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Sałata zielona 5 g			
		Wartość energetyczna: 2199,28 kcal; Białko ogółem: 93,12 g; Tłuszcz: 63,54 g; Węglowodany ogółem: 331,20 g;		Wartość energetyczna: 2179,42 kcal; Białko ogółem: 93,91 g; Tłuszcz: 50,86 g; Węglowodany ogółem: 348,43 g;		Wartość energetyczna: 2177,35 kcal; Białko ogółem: 111,29 g; Tłuszcz: 72,65 g; Węglowodany ogółem: 301,51 g;	

ŁÓDŹ- CSK UCP P01/3 Podstawowa 10-18 r.ż.			ŁÓDŹ- CSK UCP P02/3 Łatwostrawna 10-18 r.ż.			ŁÓDŹ- CSK UCP P03/3 Z ogr.łatwoprzyswajalnych węglowodanów 10-18 r.ż.		
Płatki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Chleb mieszany pszemno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bukka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 12 g (<u>MLE.</u>) Pasztet drobiowo- wieprzowy z wątróbką 40 g (<u>GLU PSZ, SOJ, SEL, może zawierać: JAJ, MLE, GOR, GLU OW.</u>) Pasta z cukinii i marchewki 50 g Rzodkiewka 50 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>)			Płatki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Bukka pszenna długa krojona 70 g (<u>GLU PSZ.</u>) Bukka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 12 g (<u>MLE.</u>) Szyunkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 40 g Pasta z cukinii i marchewki 50 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>)			Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml Chleb Graham 70 g (<u>GLU PSZ.</u>) Bukka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 12 g (<u>MLE.</u>) Pasztet drobiowo- wieprzowy z wątróbką 40 g (<u>GLU PSZ, SOJ, SEL, może zawierać: JAJ, MLE, GOR, GLU OW.</u>) Pasta z cukinii i marchewki 50 g Rzodkiewka 50 g		
II ŚN Budyn o smaku czekoladowym z/c 150 ml (<u>MLE.</u>)			Budyn o smaku czekoladowym b/c 150 ml (<u>MLE.</u>) Chrupki kukurydziane 15 g			Budyn o smaku czekoladowym b/c 150 ml (<u>MLE.</u>) Chrupki kukurydziane 15 g		
Obiad Kapuśniak z kapuśy kiszzonej * 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL, GOR.</u>) Naleśniki z serem 200 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>) Sos jogurtowo truskawkowy* b/c 100 g (<u>MLE.</u>) Mus z jabłek () z/c 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml			Wielowarzywna z ziemniakami * 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ryż na sypko 200 g Mus z jabłek () z/c 100 g Sos jogurtowo truskawkowy* b/c 100 g (<u>MLE.</u>) Kompot owocowy* z/c 250 ml			Wielowarzywna z ziemniakami * 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ryż na sypko (brązowy) 200 g Pupet 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		
PD Wafel Grzesiek 26g 1 szt (<u>GLU PSZ, OZL, SOJ, MLE, ORZ.</u>)			Banan 1szt. 1 szt			Jabłko 1 szt 1 szt Ciasteczka maślane bez cukru 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>)		
Kolacja Herbata czarna granulowana 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>) Masło extra 82% 12 g (<u>MLE.</u>) Pasta z twarogu i rzodkiewki 40 g (<u>MLE.</u>) Szyunka szkolna- wp. parzona 20 g (<u>SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR, SOZ.</u>) Sałata zielona 20 g			Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Bukka pszenna długa krojona 120 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 12 g (<u>MLE.</u>) Pasta z twarogu z koperkiem 40 g (<u>MLE.</u>) Szyunka szkolna- wp. parzona 20 g (<u>SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR, SOZ.</u>) Sałata zielona 20 g			Herbata czarna granulowana 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 i rzodkiewki 40 g (<u>MLE.</u>) Szyunka szkolna- wp. parzona 20 g (<u>SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR, SOZ.</u>) Sałata zielona 20 g		
PN Sałata zielona 20 g			Sałata zielona 20 g			Chleb Graham 60 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Szyunka zielonogórska- wieprzowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 20 g (<u>SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR.</u>) Sałata zielona 5 g		
Wartość energetyczna: 2509,02 kcal; Białko ogółem: 88,67 g; Tłuszcz: 80,36 g; Węglowodany ogółem: 373,74 g;			Wartość energetyczna: 2304,26 kcal; Białko ogółem: 76,15 g; Tłuszcz: 49,24 g; Węglowodany ogółem: 401,52 g;			Wartość energetyczna: 2468,13 kcal; Białko ogółem: 95,47 g; Tłuszcz: 85,48 g; Węglowodany ogółem: 358,66 g;		

2026-10-05 poniedziałek

ŁÓDŹ- CSK UCP P01/3 Podstawowa 10-18 r.ż.		ŁÓDŹ- CSK UCP P02/3 Łatwostrawna 10-18 r.ż.	ŁÓDŹ- CSK UCP P03/3 Z ogr.łatwoprzyzwajalnych węglowodanów 10-18 r.ż.
Śniadanie			
Makaron 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>) Jajecznicza (z z jajek) ki M. 100 g (<u>JAJ. MLE.</u>) Filet zapiekany drobiowy 20 g (<u>MLE.</u>) Ogórek kiszony 50 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE. GLU ŻYT. GLU JECZ.</u>)		Makaron 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. MLE.</u>) Filet zapiekany drobiowy 20 g (<u>MLE.</u>) Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE. GLU ŻYT. GLU JECZ.</u>)	Herbata czarna granulowana 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. MLE.</u>) Filet zapiekany drobiowy 20 g (<u>MLE.</u>) Ogórek kiszony 50 g
II ŚN		Brzoskwinia 1 szt 1 szt	
Obiad			
Grochowa z ziemniakami * 400 ml (<u>GLU PSZ. SEL.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JECZ.</u>) Szyńska wieprzowa pieczona 100 g Sos własny () 100 ml (<u>GLU PSZ. SEL.</u>) Surówka z kapuśy białej z olejem b/c 100 g Buraczki gotowane 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml		Solferino * 400 ml (<u>GLU PSZ. MLE. SEL.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JECZ.</u>) Szyńska wieprzowa pieczona 100 g Sos własny () 100 ml (<u>GLU PSZ. SEL.</u>) Marchew gotowana z olejem 100 g Buraczki gotowane 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Grochowa z ziemniakami * 400 ml (<u>GLU PSZ. SEL.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JECZ.</u>) Szyńska wieprzowa pieczona 100 g Sos własny () 100 ml (<u>GLU PSZ. SEL.</u>) Surówka z kapuśy białej z olejem b/c 100 g Sałatka z buraczków i jabłka z olejem 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml
PD		Ciasło drożdżowe 50 g (<u>GLU PSZ. JAJ. MLE.</u>)	
Herbata czarna granulowana 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>) Ser żółty 40 g (<u>MLE.</u>) Pasta z kalafiora z natką pietruszki 50 g Pomidor 50 g		Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 12 g (<u>MLE.</u>) Ser mozzarella 40 g (<u>MLE.</u>) Pasta z kalafiora z natką pietruszki 50 g Pomidor 50 g	Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml Chleb Graham 120 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 12 g (<u>MLE.</u>) Ser żółty 40 g (<u>MLE.</u>) Pasta z kalafiora z natką pietruszki 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>) Sałata zielona 5 g	
Wartość energetyczna: 2746,69 kcal; Białko ogółem: 121,29 g; Tłuszcz: 79,07 g; Węglowodany ogółem: 383,37 g;		Wartość energetyczna: 2548,68 kcal; Białko ogółem: 110,55 g; Tłuszcz: 84,17 g; Węglowodany ogółem: 369,51 g;	
		Wartość energetyczna: 2434,90 kcal; Białko ogółem: 115,87 g; Tłuszcz: 82,17 g; Węglowodany ogółem: 345,30 g;	

ŁÓDŹ- CSK UCP P01/3 Podstawowa 10-18 r.ż.		ŁÓDŹ- CSK UCP P02/3 Łatwostawna 10-18 r.ż.	ŁÓDŹ- CSK UCP P03/3 Z ogr.łatowprzyswajalnych węglowodanów 10-18 r.ż.
Śniadanie			
Ryż na mleku 300 ml (<u>MLE.</u>) Chleb mieszaný pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Rogal maślany 50g. 1 szt (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>) Masło extra 82% 12 g (<u>MLE.</u>) Serek a la homogenizowany o smaku waniliowym 40 g (<u>MLE.</u>) Dżem 20 g Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna granulowana 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 maślany 50g. 1 szt (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>) Masło extra 82% 12 g (<u>MLE.</u>) Serek a la homogenizowany o smaku waniliowym 40 g (<u>MLE.</u>) Dżem 20 g Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml Chleb Graham 70 g (<u>GLU PSZ.</u>) Bulka 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>) Jabłko 1 szt 1 szt
II ŚN		Jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>MLE.</u>)	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 młode z koperkiem gotowane 200 g	Gryskowa * 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane 200 g	Gryskowa * 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane 200 g
	9 Zrazik drobiowy z udźca pieczony mielony 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos ziołowy* 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Surówka z marchwi i jabłka b/c 100 g (<u>MLE.</u>) Cukinia pieczona z olejem * 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	9 Zrazik drobiowy z udźca pieczony mielony 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos ziołowy* 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Cukinia pieczona z olejem * 100 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	9 Zrazik drobiowy z udźca pieczony mielony 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos ziołowy* 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Surówka z marchwi i jabłka b/c 100 g (<u>MLE.</u>) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml
PD	Kisiel o smaku cytrynowym z/c 150 ml (<u>może zawierać: GLU PSZ, SEL, GOR.</u>)		Kisiel o smaku cytrynowym b/c 150 ml (<u>może zawierać: GLU PSZ, SEL, GOR.</u>) Paluszki z sezamem 15 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>)
Kolacja	Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Chleb mieszaný 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>) Masło extra 82% 12 g (<u>MLE.</u>) Pasta z makreli wędzonej z warzywami** 40 g (<u>RYB, SEL.</u>) Ser mozzarella 20 g (<u>MLE.</u>) Rzodkiewka 50 g	Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Bulka pszenna długa krojona 120 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 12 g (<u>MLE.</u>) Szyńska szkolna- wp. parzona 40 g (<u>SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR, SOZ.</u>) Miód (25g) 1 szt Pomidor 50 g	Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml Chleb Graham 120 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 12 g (<u>MLE.</u>) Pasta z makreli wędzonej z warzywami** 40 g (<u>RYB, SEL.</u>) Ser mozzarella 20 g (<u>MLE.</u>) Rzodkiewka 50 g
PN			Chleb Graham 60 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Szyńska Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 20 g (<u>SOJ.</u>) Sałata zielona 5 g
	Wartość energetyczna: 2306.57 kcal; Białko ogółem: 80.52 g; Tłuszcz: 74.93 g; Węglowodany ogółem: 346.34 g;	Wartość energetyczna: 2300.11 kcal; Białko ogółem: 82.52 g; Tłuszcz: 62.40 g; Węglowodany ogółem: 361.20 g;	Wartość energetyczna: 2182.98 kcal; Białko ogółem: 92.37 g; Tłuszcz: 75.40 g; Węglowodany ogółem: 312.55 g;

2026-10-08 czwartek					
ŁÓDŹ- CSK UCP P01/3 Podstawowa 10-18 r.ż.		ŁÓDŹ- CSK UCP P02/3 Łatwostrawna 10-18 r.ż.		ŁÓDŹ- CSK UCP P03/3 Z ogr.łatwoprzyzwajalnych węglowodanów 10-18 r.ż.	
Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (<u>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>) Pasta z twarogu z kopekiem 40 g (<u>MLE.</u>) Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 20 g (<u>SOJ.</u>) Pomidor 50 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)		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>) Pasta z twarogu z kopekiem 40 g (<u>MLE.</u>) Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 20 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 ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)		Herbata czarna granulowana 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>) Pasta z twarogu z kopekiem 40 g (<u>MLE.</u>) Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 20 g (<u>SOJ.</u>) Pomidor 50 g	
Jogurt truskawkowy 100 g 1 szt (<u>MLE.</u>)				Jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>MLE.</u>) Chrupki kukurydziane 15 g	
II ŚN	Barszcz ukraiński z ziemniakami* 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>) Surówka wielowarstwowa z olejem b/c 100 g (<u>SEL.</u>) Brokuł gotowany* 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami * 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	Barszcz ukraiński z ziemniakami* 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>) Surówka wielowarstwowa z olejem b/c 100 g (<u>SEL.</u>) Brokuł gotowany* 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml		
Obiad	Brzoskwinia 1 szt 1 szt				
PD	Suchary b/c 15 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u>)				
Kolacja	Herbata czarna granulowana 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 40 g Pasta warzywna* 50 g (<u>SEL.</u>) Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana 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 40 g Pasta warzywna* 50 g (<u>SEL.</u>) Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana 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 40 g Pasta warzywna* 50 g (<u>SEL.</u>) Sałata zielona 20 g		
PN	Chleb Graham 60 g (<u>GLU PSZ.</u>) Twarog półtłusty 20 g (<u>MLE.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Ogórek kiszony 15 g				
Wartość energetyczna: 2264,33 kcal; Białko ogółem: 91,74 g; Tłuszcz: 59,82 g; Węglowodany ogółem: 361,78 g.					
Wartość energetyczna: 2345,63 kcal; Białko ogółem: 93,12 g; Tłuszcz: 60,30 g; Węglowodany ogółem: 372,77 g.					
Wartość energetyczna: 2143,81 kcal; Białko ogółem: 95,87 g; Tłuszcz: 60,47 g; Węglowodany ogółem: 339,94 g.					

ŁÓDŹ- CSK UCP P01/3 Podstawowa 10-18 r.ż.		ŁÓDŹ- CSK UCP P02/3 Łatwostrawna 10-18 r.ż.		ŁÓDŹ- CSK UCP P03/3 Z ogr.latiwoprzyswajalnych węglowodanów 10-18 r.ż.
Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ.</u> <u>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% 12g (<u>MLE</u>) Powidła sliwkowe 20 g Serek twarogowy homogenizowany 40 g (<u>MLE</u>) Jabiko 1 szt 1 szt Kakao z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE.</u>)		Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ.</u> <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>) Dżem 20 g Serek twarogowy homogenizowany 40 g (<u>MLE</u>) Jabiko 1 szt 1 szt Kakao z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE.</u>)		Herbata czarna granulowana 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 twarogowy homogenizowany 60 g (<u>MLE</u>) Jabiko 1 szt 1 szt
II ŚN Pudding o smaku wanili/czekolada 125g 1 szt (<u>MLE.</u>)		Ryżowa* 400 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Ziemniaki młode 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>) Cukinia pieczona z olejem* 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml		Kefir 1,5% t 150g 1 Por (<u>MLE.</u>) Ciasteczka maślane bez cukru 30 g (<u>GLU PSZ. JAJ, MLE.</u>) Kalaflorowa z ryżem* 400 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane 200 g Pulpet rybny (Morszczuk) 100 g (<u>GLU PSZ. JAJ, RYB.</u>) Surówka zydowska z olejem b/c () 100 g Warzywa po grecku 100 g (<u>GLU PSZ. SEL.</u>) Kompot owocowy* b/c 250 ml
Obiad 9 Ryba smażona (Morszczuk) 100 g (<u>GLU PSZ. JAJ, RYB.</u>) Surówka zydowska z olejem b/c () 100 g Warzywa po grecku 100 g (<u>GLU PSZ. SEL.</u>) Kompot owocowy* z/c 250 ml Ciasło drożdżowe 50 g (<u>GLU PSZ. JAJ, MLE.</u>)		Sok wielowarzynny pasteryzowany 0,3l 1 szt Biskopiy b/c 15 g (<u>GLU PSZ. JAJ.</u>) Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml Chleb Graham 120 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 12 g (<u>MLE.</u>) Pastę z jaj z koperkiem -dieta 40 g (<u>JAJ, MLE.</u>) Szynka zielonogórska- wieprzowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 20 g (<u>SDJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR.</u>) Ogórek kiszony 50 g		
PD Herbata czarna granulowana 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>) Pastę z jaj z koperkiem -dieta 40 g (<u>JAJ, MLE.</u>) Szynka zielonogórska- wieprzowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 20 g (<u>SDJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR.</u>) Ogórek kiszony 50 g		Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 12 g (<u>MLE.</u>) Pastę z jaj z koperkiem -dieta 40 g (<u>JAJ, MLE.</u>) Szynka zielonogórska- wieprzowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 20 g (<u>SDJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR.</u>) Pomidor 50 g		
Kolacja PN Wartość energetyczna: 2605,95 kcal; Białko ogółem: 99,60 g; Tłuszcz: 70,42 g; Węglowodany ogółem: 382,24 g;		Chleb Graham 60 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Ser zółty 20 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 15 g Wartość energetyczna: 2543,23 kcal; Białko ogółem: 100,41 g; Tłuszcz: 58,45 g; Węglowodany ogółem: 386,97 g;		Chleb Graham 60 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Ser zółty 20 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 15 g Wartość energetyczna: 2219,89 kcal; Białko ogółem: 100,88 g; Tłuszcz: 69,44 g; Węglowodany ogółem: 328,08 g;

2026-10-10 sobota									
ŁÓDŹ- CSK UCP P01/3 Podstawowa 10-18 r.ż.			ŁÓDŹ- CSK UCP P02/3 Łatwostrawna 10-18 r.ż.			ŁÓDŹ- CSK UCP P03/3 Z ogr.łatwoprzyzwajalnych węglowodanów 10-18 r.ż.			
Śniadanie			Śniadanie			Śniadanie			
Płatki pszenne na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Bulka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 12 g (<u>MLE</u>) Sałatka z ryżu, brokułów i wędliny drob wieprz - dieta 70 g (<u>SOJ, MLE, SEL</u>) Jogurt brzoskwinowy 100g 1 szt (<u>MLE</u>) Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml			Płatki pszenne na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, 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>) Sałatka z ryżu, brokułów i wędliny drob wieprz - dieta 70 g (<u>SOJ, MLE, SEL</u>) Jogurt brzoskwinowy 100g 1 szt (<u>MLE</u>) Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml			Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml Chleb Graham 70 g (<u>GLU PSZ</u>) Bulka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 12 g (<u>MLE</u>) Szynekowa dębowa drobiowa kiebasa grubo rozdrobniona 40 g Jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>MLE</u>) Sałata zielona 20 g			
II ŚN			Banan 1szt. 1 szt			Jabłko 1 szt 1 szt Podpiomyki b/c 15 g (<u>GLU PSZ, MLE</u>)			
Obiad			Obiad			Obiad			
Selerowa z ziemniakami * 400 ml (<u>MLE, SEL</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JECZ</u>) Potrawka drobiowa z warzywami * 150 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem 100 g Surówka z kapuszy białej z olejem 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml			Selerowa z ziemniakami * 400 ml (<u>MLE, SEL</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JECZ</u>) Potrawka drobiowa z warzywami * 150 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Buraczki gotowane drobno tarłe 100 g Kalaftor gotowany* 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml			Selerowa z ziemniakami * 400 ml (<u>MLE, SEL</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JECZ</u>) Potrawka drobiowa z warzywami * 150 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem 100 g Surówka z kapuszy białej z olejem 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml			
PD			Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml (<u>może zawierać: GLU PSZ, SEL, GOR</u>)			Kisiel o smaku truskawkowym b/c 150 ml (<u>może zawierać: GLU PSZ, SEL, GOR</u>) Suchary b/c 15 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u>)			
Kolacja			Kolacja			Kolacja			
Herbata czarna granulowana 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>) Parówki cięszynki- węd. wp. homog. wędz. parz 80 g (<u>SOJ, SEL</u>) Ketchup 20 g (<u>SEL</u>) Pomidor 50 g			Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Bulka pszenna długa krojona 120 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 12 g (<u>MLE</u>) Twaróg półtłusty 40 g (<u>MLE</u>) Szyńka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b. sojowego i wody 20 g (<u>SOJ</u>) Pomidor 50 g			Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml Chleb Graham 120 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 12 g (<u>MLE</u>) Twaróg półtłusty 40 g (<u>MLE</u>) Szyńka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b. sojowego i wody 20 g (<u>SOJ</u>) Pomidor 50 g			
PN			Wartość energetyczna: 2476,85 kcal; Białko ogółem: 74,47 g; Tłuszcz: 72,43 g; Węglowodany ogółem: 403,95 g;			Wartość energetyczna: 2240,76 kcal; Białko ogółem: 79,39 g; Tłuszcz: 44,69 g; Węglowodany ogółem: 397,99 g;			
			Wartość energetyczna: 2097,14 kcal; Białko ogółem: 84,86 g; Tłuszcz: 60,25 g; Węglowodany ogółem: 338,10 g;			Chleb Graham 60 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt (<u>MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE</u>) Sałata zielona 5 g			

2026-10-11 niedziela			
ŁÓDŹ- CSK UCP P01/3 Podstawowa 10-18 r.ż.		ŁÓDŹ- CSK UCP P02/3 Łatwostrawna 10-18 r.ż.	
Śniadanie		ŁÓDŹ- CSK UCP P03/3 Z ogr.łatwoprzyswajalnych węglowodanów 10-18 r.ż.	
Kakao z mlekiem z/c 250 ml (<u>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>) Twarożek z papryką 40 g (<u>MLE.</u>) Miod (25g) 1 szt Pomidor 50 g		Herbata czarna granulowana 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 z papryką 60 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 50 g	
Jabłko 1 szt 1 szt		Jabłko 1 szt 1 szt Paluszki z sezamem 15 g (<u>GLU PSZ. SEZ.</u>)	
II ŚN		Pomidorowa z makaronem * 400 ml (<u>GLU PSZ. MLE. SEL.</u>) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane 200 g	
Pomidorowa z makaronem * 400 ml (<u>GLU PSZ. MLE. SEL.</u>) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane 200 g		Pomidorowa z makaronem * 400 ml (<u>GLU PSZ. MLE. SEL.</u>) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane 200 g	
Kotlet schabowy 100 g (<u>GLU PSZ. JAJ.</u>) Surowka z kapuśy białej z olejem b/c 100 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml		Schab gotowany 100 g Sos własny () 100 ml (<u>GLU PSZ. SEL.</u>) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Szpiniak gotowany z olejem* 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot owocowy* z/c 250 ml	
Obiad		Jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>MLE.</u>) Chrupki kukurydziane 15 g	
PD		Galaretką o smaku truskawkowym 150 g	
Herbata czarna granulowana 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>) Szynka zielonogórska- wieprzowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 40 g (<u>SOJ. MLE. SEL. może zawierać: JAJ. GOR.</u>) Pasta z kalafiora z natką pietruszki 50 g Sałata zielona 20 g		Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 12 g (<u>MLE.</u>) Szynka zielonogórska- wieprzowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 40 g (<u>SOJ. MLE. SEL. może zawierać: JAJ. GOR.</u>) Pasta z kalafiora z natką pietruszki 50 g Sałata zielona 20 g	
Kolacja		Chleb Graham 60 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Pomidor 15 g	
PN		Wartość energetyczna: 2098,12 kcal; Białko ogółem: 109,01 g; Tłuszcz: 59,98 g; Węglowodany ogółem: 309,61 g.	
Wartość energetyczna: 2190,24 kcal; Białko ogółem: 80,73 g; Tłuszcz: 60,40 g; Węglowodany ogółem: 346,26 g.		Wartość energetyczna: 2087,14 kcal; Białko ogółem: 96,12 g; Tłuszcz: 46,52 g; Węglowodany ogółem: 329,67 g.	

Oznaczenia alergenów:

GLU PSZ - Zboża zawierające gluten pszenny,
SKO - Skorupiaki i pochodne,
JAJ - Jaja i pochodne,
RYB - Ryby i pochodne,
OZI - Orzeszki ziemne i pochodne,
SOJ - Soja i pochodne,
MLE - Mleko i pochodne wraz z laktozą,
ORZ - Orzechy: włoskie, laskowe, pekan, nerkowce, pistacje, migdały,
SEL - Seler i pochodne,
GOR - Gorczyca i produkty pochodne,
SEZ - Nasiona sezamu i pochodne,
S02 - Dwutlenek siarki / siarczyny,
ŁUB - Łubin i produkty pochodne,
MCK - Mięczaki i pochodne,
MLE b/LAK - Mleko i pochodne bez laktozy,
GLU ŻYT - Zboża 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,

