

Jadłospisy za okres od dnia 2026-02-16 do dnia 2026-03-01 KUCHNIA ŁÓDŹ

Jagodospisy za okres od dnia 2026-02-16 do dnia 2026-02-16, poniedziałek					
ŁÓDŹ-CSK UCP Podstawowa		ŁÓDŹ-CSK UCP Łatwo strawna		ŁÓDŹ-CSK UCP z ogr.laktoprozyszwajalnych węglowodanów	
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>GLU PSZ, SOL, MLE</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>GLU PSZ, SOL, MLE</u>) Pomidor 50 g Kakao z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE</u>)	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>) Szyńska szkolna- wp. parzona 20 g (<u>GLU PSZ, SOL, MLE</u>) Pomidor 50 g	Keir 1,5% # 150g 1 Por (<u>MLE</u>) Biszkopyi b/c 15 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>)	Pieczarkowa z makaronem * 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, SOL</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
	II ŚN	Jarczynowa 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, SOL</u>) Ziemniaki 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		
Obiad	Pieczarkowa z makaronem * 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, SOL</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	Jarczynowa 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, SOL</u>) Ziemniaki 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	Keir 1,5% # 150g 1 Por (<u>MLE</u>) Biszkopyi b/c 15 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>)	Pieczarkowa z makaronem * 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, SOL</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* b/c 250 ml
PD	Pomarańcza 1/2 szt. 1 Por	Banan 1szt. 1 szt	Pomarańcza 1/2 szt. 1 Por Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 15 g		
Kolacja	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>) Pasztet drobiowo- wieprzowy z wątróbką 50 g (<u>GLU PSZ, SOL, SEL, może zawierać: JAJ, MLE, GOR, GLU OWL</u>) Ogórek kiszony 60 g	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>) Szyńska dębowa drobiowa klebasa grubo rozdrobniona 50 g Sałata 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>) Szyńska dębowa drobiowa klebasa grubo rozdrobniona 50 g Ogórek kiszony 60 g		
PN					
Wartość energetyczna: 2300,63 kcal; Białko ogółem: 104,32 g; Tłuszcz: 67,37 g; Węglowodany ogółem: 317,53 g;		Wartość energetyczna: 2406,38 kcal; Białko ogółem: 110,57 g; Tłuszcz: 60,94 g; Węglowodany ogółem: 352,60 g;		Wartość energetyczna: 1917,68 kcal; Białko ogółem: 101,80 g; Tłuszcz: 46,05 g; Węglowodany ogółem: 290,50 g;	

ŁÓDŹ-CSK UCP Podstawowa			ŁÓDŹ-CSK UCP łatwo strawna	ŁÓDŹ-CSK UCP Z ogr.lawoprzyswajalnych weglowodanów
Śniadanie				
Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Bułka masłana 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>) Masło extra 82% 12 g (<u>MLE</u>) Hummus 60 g (<u>SEL</u>) Pomidory 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 PSZ, MLE</u>) Bułka pszenna duża krojona 70 g (<u>GLU PSZ</u>) Bułka masłana 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, JAJ, 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 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>) Jabłko 1 szt 1 szt
Sok pomidorowy 0,3l 1 szt				Sok pomidorowy 0,3l 1 szt Wafle ryżowe 15 g
II ŚN				
Diniowa z ziemniakami* 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Ryz na sypko 200 g Pulpet wieprzowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Sos cygański 100 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Salatka z buraczków i jabłka z olejem 100 g Surowka z kapuśy białej z olejem b/c 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml			Diniowa z ziemniakami* 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Ryz na sypko 200 g Pulpet wieprzowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Sos koperkowy* 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Buraczki gotowane drobno tarte 100 g Bukiet jaszyn gotowany z olejem* 100 g (<u>SEL</u>) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Diniowa z ziemniakami* 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Ryz na sypko (brązowy) 200 g Pulpet wieprzowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Sos cygański 100 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Salatka z buraczków i jabłka z olejem 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Surowka z kapuśy białej z olejem b/c 100 g
PD			Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml	Jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>MLE</u>) Suchary b/c 15 g (<u>GLU PSZ, SOL, MLE</u>)
Kolacja			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>) Filet zapiekany drobiowy 50 g (<u>MLE</u>) Papryka świeża 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>) Filet zapiekany drobiowy 50 g (<u>MLE</u>) Papryka świeża 60 g
PN				Chleb Graham 60 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Szynka Plaśtońska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 20 g (<u>SOL</u>) Salata zieleńca 5 g
Wartość energetyczna: 2798,33 kcal; Białko ogółem: 93,31 g; Tłuszcz: 83,96 g; Węglowodany ogółem: 425,85 g;			Wartość energetyczna: 2509,63 kcal; Białko ogółem: 96,47 g; Tłuszcz: 62,07 g; Węglowodany ogółem: 397,74 g;	Wartość energetyczna: 2385,89 kcal; Białko ogółem: 104,93 g; Tłuszcz: 74,21 g; Węglowodany ogółem: 339,72 g;

2026-02-17 wtorek

Jadłospisy za okres od dnia 2026-02-16 do dnia 2026-03-01 KUCHNIA ŁÓDŹ

ŁÓDŹ-CSK UCP Podstawowa				ŁÓDŹ-CSK UCP Łatwo strawna	ŁÓDŹ-CSK UCP z og. łatwo przyswajalnych węglowodanów
Śniadanie	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (<u>MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>)	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (<u>MLE</u>) Bułka pszenna długa krojona 70 g (<u>GLU PSZ</u>)	Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 250 ml Chleb Graham 70 g (<u>GLU PSZ</u>)		
	Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 12 g (<u>MLE</u>) Szyńska Płatowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (<u>SOL</u>) Pomidor 50 g Kakao z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE</u>)	Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 12 g (<u>MLE</u>) Szyńska Płatowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (<u>SOL</u>) Pomidor 50 g Kakao z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE</u>)	Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 12 g (<u>MLE</u>) Szyńska Płatowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (<u>SOL</u>) Pomidor 50 g		
II ŚN	Chleka 60 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>)				
Obiad	Ogórkowa z ziemniakami * 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Makaron 200 g (<u>GLU PSZ</u>) Gulasz warzywny z ciecierzycą * 150 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Surówka z selera i jabłka b/c 100 g (<u>MLE, SEL</u>) 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	Budyń o smaku waniliowym b/c 150 ml (<u>MLE</u>) Paluszki z serem 15 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>)		
	Ogórkowa z ziemniakami * 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Makaron pełnoziarnisty 200 g (<u>GLU PSZ</u>) Gulasz warzywny z ciecierzycą * 150 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Surówka z selera i jabłka b/c 100 g (<u>MLE, SEL</u>) Kompot owocowy* b/c 250 ml				
PD	Banan 1szt. 1 szt				
Kolacja	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>) Pasta z twarogu z koperkiem 60 g (<u>MLE</u>) Pomidor 50 g	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>) Pomidor 50 g	Jabko 1 szt. 1 szt Podpomyki b/c 15 g (<u>GLU PSZ, 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>) Pasta z twarogu z koperkiem 60 g (<u>MLE</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: 2407,04 kcal; Białko ogółem: 82,39 g; Tłuszcz: 55,70 g; Węglowodany ogółem: 404,06 g;		Wartość energetyczna: 2453,01 kcal; Białko ogółem: 98,75 g; Tłuszcz: 51,63 g; Węglowodany ogółem: 405,49 g;		Wartość energetyczna: 2138,22 kcal; Białko ogółem: 85,09 g; Tłuszcz: 59,19 g; Węglowodany ogółem: 329,00 g;	

ŁÓDŹ-CSK UCP Podstawowa			ŁÓDŹ-CSK UCP Łatwo strawna	ŁÓDŹ-CSK UCP Z ogr./łatwoprzyjm. węgłowodanów
Śniadanie	Plaki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU</u> <u>OW</u>) Chleb mieszaný 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>) Miód (25g) 1 szt Pomidor 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną z/c 250 ml	Plaki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU</u> <u>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 60 g (<u>MLE</u>) Miód (25g) 1 szt 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 (<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>) Pomidor 50 g	
	Pomarańcza 1/2 szt. 1 Por	Jabłko 1 szt. 1 szt	Pomarańcza 1/2 szt. 1 Por Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 15 g	
II ŚN	Bariszcz biały z ziemniakami * 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT</u>) Kaszołto jęczmieńne z mięsem wieprzowym i warzywami* 300 g (<u>SEL, GLU JECZ</u>) Sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU PSZ</u>) Salsatka szwedzka z olejem b/c 100 g (<u>GOR</u>) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Ziemniaczana * 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Kaszołto jęczmieńne 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	Bariszcz biały z ziemniakami * 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT</u>) Kaszołto jęczmieńne z mięsem wieprzowym i warzywami* 300 g (<u>SEL, GLU JECZ</u>) Sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU PSZ</u>) Salsatka szwedzka z olejem b/c 100 g (<u>GOR</u>) Kompot owocowy* b/c 250 ml	
Obiad	Pudding waniliaczekolada 125 g 1 szt (<u>MLE</u>)			Jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>MLE</u>) Chrupki kukurydziane 15g
PD	Herbata czarna ekspresowa 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>) Szynekowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Salsatka jarzynowa 100 g (<u>JAJ, MLE, SEL, GOR</u>) Salsata zielona 10 g	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>) Szynekowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Salsatka jarzynowa - dieta 100 g (<u>MLE, SEL</u>) Salsata zielona 10 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>) Twarog półtłusty 60 g (<u>MLE</u>) Salsatka jarzynowa - dieta 100 g (<u>MLE, SEL</u>) Salsata zielona 10 g	
Kolacja				Chleb Graham 60 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Szynekowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 20 g Salsata zielona 5 g
PN				Wartość energetyczna: 2111,82 kcal; Białko ogółem: 90,98 g; Tłuszcz: 61,80 g; Węglowodany ogółem: 316,04 g;
	Wartość energetyczna: 2363,19 kcal; Białko ogółem: 77,25 g; Tłuszcz: 76,76 g; Węglowodany ogółem: 353,73 g;	Wartość energetyczna: 2284,74 kcal; Białko ogółem: 84,06 g; Tłuszcz: 58,44 g; Węglowodany ogółem: 367,18 g;	Wartość energetyczna: 2111,82 kcal; Białko ogółem: 90,98 g; Tłuszcz: 61,80 g; Węglowodany ogółem: 316,04 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2026-02-16 do dnia 2026-03-01 KUCHNIA ŁÓDŹ

ŁÓDŹ-CSK UCP Podstawowa		ŁÓDŹ-CSK UCP Łatwo strawna	ŁÓDŹ-CSK UCP Z ogr.łatwoprzyswajalnych węglowodanów
Śniadanie	Kasza manna na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ. MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-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>) Pasta z jaj z koperkiem 60 g (<u>JAJ. GOR.</u>) Salata 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 koperkiem -dla 60 g (<u>JAJ. MLE</u>) Salata zielona 20 g Kakao z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE</u>)	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>) Pasta z jaj z koperkiem -dla 60 g (<u>JAJ. MLE</u>) Salata zielona 20 g
	II ŚN	Chrupki kukurydziane 30 g	Chrupki kukurydziane 30 g Wątle ryżowe 15 g
Obiad	Szpinakowa z zacierką* 400 ml (<u>GLU PSZ. MLE. SEL</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Ryba smażona (Morszczuk) 100 g (<u>GLU PSZ. JAJ. RYB.</u>) Surówka z kapuśy czerwonej z olejem b/c 100 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (<u>SEL</u>) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Szpinakowa z zacierką* 400 ml (<u>GLU PSZ. 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>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (<u>SEL</u>) Brokuł gotowany* 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Szpinakowa z zacierką* 400 ml (<u>GLU PSZ. 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 czerwonej z olejem b/c 100 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (<u>SEL</u>) Kompot owocowy* b/c 250 ml
	PD	Kisiel o smaku tuszkawkowym z/c 150 ml	Surówka z selera i marchwi z olejem () b/c 100 g (<u>SEL</u>) Biszkopity b/c 15 g (<u>GLU PSZ. JAJ.</u>)
Kolacja	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>) Twarożek na słoiko 40 g (<u>MLE</u>) Dżem 20 g Mandarynka 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>) Twarożek na słoiko 40 g (<u>MLE</u>) Dżem 20 g Jabko pieczone 1szt. 1 szt	Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 250 ml Chleb Graham 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 12 g (<u>MLE</u>) Twarożek 60 g (<u>MLE</u>) Mandarynka 1 szt
	PN		Chleb Graham 60 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Ser zółty 20 g (<u>MLE</u>) Ogórek kiszony 15 g
Wartość energetyczna: 2509,56 kcal; Białko ogółem: 96,91 g; Tłuszcz: 74,22 g; Węglowodany ogółem: 373,50 g.		Wartość energetyczna: 2402,65 kcal; Białko ogółem: 103,16 g; Tłuszcz: 59,25 g; Węglowodany ogółem: 373,22 g.	Wartość energetyczna: 2306,15 kcal; Białko ogółem: 108,51 g; Tłuszcz: 70,34 g; Węglowodany ogółem: 331,37 g.

ŁÓDŹ- CSK UCP Podstawowa			ŁÓDŹ- CSK UCP Latwo strawna	ŁÓDŹ- CSK UCP Z ogr. łatwoprzyswajalnych węglowodanów
Śniadanie				
Plakki jęczmieńne na mleku 300 ml (MLE, GLU JECZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.) Masło extra 82% 12 g (MLE) Pastriel z soczewicy* 50 g (GLU PSZ, JAJ.) Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)			Plakki jęczmieńne na mleku 300 ml (MLE, GLU JECZ.) Bułka pszenna długa krojona 70 g (GLU PSZ.) Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.) Masło extra 82% 12 g (MLE) Szynekowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	
II ŚN			Sok jabłkowy 100 % 0,2l w kartoniku 1 szt	
Obiad				
Kopertkowa z ziemniakami* 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryż na sypko 200 g Gulasz wieprzowy z warzywami* 150 g (GLU PSZ, SEL.) Surowka z marchwi i pomarańczy z olejem 100 g Kalaftor gotowany* 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml			Kopertkowa z ziemniakami* 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryż na sypko 200 g Gulasz wieprzowy z warzywami* 150 g (GLU PSZ, SEL.) Warzywa po grecku 100 g (GLU PSZ, SEL.) Kompot owocowy* z/c 250 ml Kalaftor gotowany* 100 g	
PD			Banan 1szt. 1 szt	
Kolacja				
Herbata czarna ekspresowa z cytryną z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 12 g (MLE) Parówki cieszynki- węd. wp. homog. wędz. parz 80 g (SOL, SEL.) Musztarda 20 g (GOR.) Pomidor 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) Szyntełki Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (SOL) Pomidor 50 g	
PN				
Wartość energetyczna: 2708,08 kcal; Białko ogółem: 86,42 g; Tłuszcz: 85,28 g; Węglowodany ogółem: 409,27 g;			Wartość energetyczna: 2414,43 kcal; Białko ogółem: 91,98 g; Tłuszcz: 55,96 g; Węglowodany ogółem: 396,48 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) Pastriel z soczewicy* 50 g (GLU PSZ, JAJ.) Sałata zielona 20 g	
			Budyn o smaku śmietankowym b/c 150 ml (MLE) Suchary b/c 15 g (GLU PSZ, SOL, MLE)	
			Kopertkowa z ziemniakami* 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryż na sypko (brązowy) 200 g Gulasz wieprzowy z warzywami* 150 g (GLU PSZ, SEL.) Surowka z marchwi i pomarańczy z olejem 100 g Kalaftor gotowany* 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	
			Jabłko 1 szt. 1 szt Podplonyki b/c 15 g (GLU PSZ, MLE)	
			Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 250 ml Chleb Graham 150 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 12 g (MLE) Szyntełki Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (SOL) Pomidor 50 g	
			Chleb Graham 60 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Twardy półtłusty 20 g (MLE) Sałata zielona 5 g	
			Wartość energetyczna: 2389,96 kcal; Białko ogółem: 85,74 g; Tłuszcz: 67,80 g; Węglowodany ogółem: 367,16 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2026-02-16 do dnia 2026-03-01 KUCHNIA ŁÓDŹ

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 pszenno-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>) 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>) 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 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>) 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>) Jabłko 1 szt 1 szt
II ŚN Herbatniki 30 g (<u>GLU PSZ, SOL, MLE</u>)			Sok wielowarstwowy pasteryzowany 0,3l 1 szt Paluszek 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/c b/s 100 g Sos jarzynowy * 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Surówka z kapuśy 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/c 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/c b/s 100 g Sos jarzynowy * 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Surówka z kapuśy 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 kukurydźlano ryżowe 15 g	
Kolacja 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>) Szyzka wiśniowa- wiewprzowa, wędz. parz. z dod. wody i białka wp. 50 g (<u>SOL, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR</u>) Pomidor 60 g		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>) Szyzka wiśniowa- wiewprzowa, wędz. parz. z dod. wody i białka wp. 50 g (<u>SOL, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR</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>) Szyzka wiśniowa- wiewprzowa, wędz. parz. z dod. wody i białka wp. 50 g (<u>SOL, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR</u>) Pomidor 60 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>) Sałatka zielona 5 g	
Wartość energetyczna: 2297,27 kcal; Białko ogółem: 100,23 g; Tłuszcz: 68,45 g; Węglowodany ogółem: 331,80 g;		Wartość energetyczna: 2188,03 kcal; Białko ogółem: 101,14 g; Tłuszcz: 53,14 g; Węglowodany ogółem: 335,25 g;	Wartość energetyczna: 2239,10 kcal; Białko ogółem: 111,26 g; Tłuszcz: 73,65 g; Węglowodany ogółem: 298,73 g;

ŁÓDŹ-CSK UCP Podstawowa			ŁÓDŹ-CSK UCP Łatwo strawna	ŁÓDŹ-CSK UCP Z ogr. łatwoprzyswajalnych węglowodanów
Śniadanie	Plaki 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>) Pasztecik drożdżowo- wiewiórzowy z wątrobką 50 g (<u>GLU PSZ, SOL, SEL, może zawierać: JAŁ, MLE GOR, GLU OW</u>) Rzodkiew biała 50 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>)	Plaki 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>) Szyunkowa oębowa drożdżowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>)	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>) Pasztecik drożdżowo- wiewiórzowy z wątrobką 50 g (<u>GLU PSZ, SOL, SEL, może zawierać: JAŁ, MLE GOR, GLU OW</u>) Rzodkiew biała 50 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>) Pasztecik drożdżowo- wiewiórzowy z wątrobką 50 g (<u>GLU PSZ, SOL, SEL, może zawierać: JAŁ, MLE GOR, GLU OW</u>) Rzodkiew biała 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 kukurydżane 15 g			
Obiad	Kapusińnik z kapuszy kiszzonej * 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL, GOR</u>) Naleśniki z serem 200 g (<u>GLU PSZ, JAŁ, MLE</u>) Sos jogurtowo tuskawkowy* b/c 100 g (<u>MLE</u>) Mus z jabłek () z/c 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Mielowarzynna z ziemniakami * 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Ryż na sypko 200 g Mus z jabłek () z/c 100 g Sos jogurtowo tuskawkowy* b/c 100 g (<u>MLE</u>) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Mielowarzynna z ziemniakami * 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Ryż na sypko 200 g Mus z jabłek () z/c 100 g Sos jogurtowo tuskawkowy* b/c 100 g (<u>MLE</u>) Kompot owocowy* b/c 250 ml	Sok owocowo-warzynny 0,2L kubek 1 szt Ważle ryżowe 15 g
PD	Wafel Grzesiek 26g 1 szt (<u>GLU PSZ, OZL, SOL, MLE, ORZ</u>) 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>) Pasta z ryby gotowanej (morszczuk) z warzywami* 60 g (<u>RYB, SEL</u>) Sałata zielona 20 g	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 ryby gotowanej (morszczuk) z warzywami* 60 g (<u>RYB, SEL</u>) Sałata 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>) Pasta z ryby gotowanej (morszczuk) z warzywami* 60 g (<u>RYB, SEL</u>) Sałata 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>) Pasta z ryby gotowanej (morszczuk) z warzywami* 60 g (<u>RYB, SEL</u>) Sałata zielona 20 g
PN	Chleb Graham 60 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Szyunka zielonogórska- wiewiórzowa paizzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 20 g (<u>SOL, MLE, SEL, może zawierać: JAŁ, GOR</u>) Sałata zielona 5 g			
	Wartość energetyczna: 2625 58 kcal; Białko ogółem: 89,67 g; Tłuszcz: 82,54 g; Węglowodany ogółem: 364,64 g;	Wartość energetyczna: 2291,36 kcal; Białko ogółem: 76,42 g; Tłuszcz: 49,48 g; Węglowodany ogółem: 394,26 g;	Wartość energetyczna: 2409 90 kcal; Białko ogółem: 95,71 g; Tłuszcz: 84,05 g; Węglowodany ogółem: 333,49 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2026-02-16 do dnia 2026-03-01 KUCHNIA ŁÓDŹ

ŁÓDŹ-CKSK UCP Podstawowa		ŁÓDŹ-CKSK UCP Łatwo strawna	ŁÓDŹ-CKSK UCP Z ogr.łatwoprzyswajalnych węglowodanów
Śniadanie	Makaron na mleku 300 ml (<u>GLU</u> PSZ, <u>MLE</u> , <u>GLU</u> ZYT)	Makaron na mleku 300 ml (<u>GLU</u> PSZ, <u>MLE</u> , <u>GLU</u> ZYT)	Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 250 ml
	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU</u> PSZ, <u>GLU</u> ZYT)	Bułka pszenna długa krojona 70 g (<u>GLU</u> PSZ, <u>GLU</u> ZYT)	Chleb Graham 70 g (<u>GLU</u> PSZ)
	Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU</u> PSZ)	Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU</u> PSZ)	Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU</u> PSZ)
	Masło extra 82% 12 g (<u>MLE</u>)	Masło extra 82% 12 g (<u>MLE</u>)	Masło extra 82% 12 g (<u>MLE</u>)
	Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>)	Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>)	Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>)
	Ogórek kiszony 60 g	Salata zielona 20 g	Ogórek kiszony 60 g
II ŚN	Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE</u> , <u>GLU</u> ZYT, <u>GLU</u> JECZ.)	Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE</u> , <u>GLU</u> ZYT, <u>GLU</u> JECZ.)	
	Jabłko 1 szt 1 szt	Jabłko 1 szt 1 szt	Biszkopty b/c 15 g (<u>GLU</u> PSZ, <u>JAJ</u>)
Obiad	Grochowa z ziemniakami * 400 ml (<u>GLU</u> PSZ, <u>SEL</u>)	Sofierino * 400 ml (<u>GLU</u> PSZ, <u>MLE</u> , <u>SEL</u>)	Grochowa z ziemniakami * 400 ml (<u>GLU</u> PSZ, <u>SEL</u>)
	Kasza jęczmienna/szyko 200 g (<u>GLU</u> JECZ.)	Kasza jęczmienna/szyko 200 g (<u>GLU</u> JECZ.)	Kasza jęczmienna/szyko 200 g (<u>GLU</u> JECZ.)
	Szynka wieprzowa pieczona 100 g	Szynka wieprzowa pieczona 100 g	Szynka wieprzowa pieczona 100 g
	Sos własny () 100 ml (<u>GLU</u> PSZ, <u>SEL</u>)	Sos własny () 100 ml (<u>GLU</u> PSZ, <u>SEL</u>)	Sos własny () 100 ml (<u>GLU</u> PSZ, <u>SEL</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
	Buraczki gotowane 100 g	Buraczki gotowane 100 g	Salatka z buraczków i jabłka z olejem 100 g
PD	Kompot owocowy* z/c 250 ml	Kompot owocowy* z/c 250 ml	Kompot owocowy* b/c 250 ml
	Sok jabłkowy 100 % 0,2l w kartoniku 1 szt		Sok pomidorowy 0,3l 1 szt
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
	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU</u> PSZ, <u>GLU</u> ZYT)	Bułka pszenna długa krojona 120 g (<u>GLU</u> PSZ, <u>GLU</u> ZYT)	Chleb Graham 120 g (<u>GLU</u> PSZ)
	Chleb Graham 50 g (<u>GLU</u> PSZ)	Masło extra 82% 12 g (<u>MLE</u>)	Masło extra 82% 12 g (<u>MLE</u>)
	Masło extra 82% 12 g (<u>MLE</u>)	Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g	Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g
PN	Pomidor 50 g	Kalafior gotowany* 50 g	Kalafior gotowany* 50 g
			Chleb Graham 60 g (<u>GLU</u> PSZ)
Wartość energetyczna: 2349,87 kcal; Białko ogółem: 102,90 g; Tłuszcz: 57,01 g; Węglowodany ogółem: 369,76 g.		Chleb Graham 60 g (<u>GLU</u> PSZ)	Wartość energetyczna: 2312,08 kcal; Białko ogółem: 109,79 g; Tłuszcz: 68,83 g; Węglowodany ogółem: 335,11 g.
		Ser żółty 20 g (<u>MLE</u>)	
Wartość energetyczna: 2271,08 kcal; Białko ogółem: 99,18 g; Tłuszcz: 52,48 g; Węglowodany ogółem: 360,62 g.		Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>)	
		Pomidor 15 g	

ŁÓDŹ-CSK UCP Podstawowa			ŁÓDŹ-CSK UCP Łatwo strawna	ŁÓDŹ-CSK UCP Z ogr. łatwoprzyswajalnych węglowodanów
Śniadanie	Ryż na mleku 300 ml (<u>MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni (<u>GLU PSZ, GLU ZYT</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 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>) Bułka pszenna duża krojona 70 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</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 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>) Bułka graham-pszenna 50g. 1 szt (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 12 g (<u>MLE</u>) Serek twardowy homogenizowany 60 g (<u>MLE</u>) Jabłko 1 szt. 1 szt.	
Budyni o smaku śmietankowym z/c 150 ml (<u>MLE</u>)			Łogurt naturalny 100g 1 szt (<u>MLE</u>) Podpiomyki b/c 15 g (<u>GLU PSZ, MLE</u>)	
II ŚN	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, JAJ</u>) Sos ziołowy* 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Surówka z rzepy białej i jabłka () 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, 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	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, JAJ</u>) Sos ziołowy* 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Surówka z rzepy białej i jabłka () 100 g (<u>MLE</u>) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	
Obiad	Kisiel o smaku cytrynowym z/c 150 ml			Kisiel o smaku cytrynowym b/c 150 ml Paluszki z sezamem 15 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>)
PD	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>) Szynka szkółna- 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 b/c 250 ml Chleb Graham 120 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 12 g (<u>MLE</u>) Szynka szkółna- wp. parzona 50 g (<u>GLU PSZ, SOL, MLE</u>) Papryka świeża 60 g
Kolacja				
PN	Wartość energetyczna: 2513,31 kcal; Białko ogółem: 83,51 g; Tłuszcz: 75,75 g; Węglowodany ogółem: 385,76 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
	Wartość energetyczna: 2454,15 kcal; Białko ogółem: 88,64 g; Tłuszcz: 65,60 g; Węglowodany ogółem: 383,35 g;			Wartość energetyczna: 2178,03 kcal; Białko ogółem: 91,20 g; Tłuszcz: 64,65 g; Węglowodany ogółem: 322,25 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2026-02-16 do dnia 2026-03-01 KUCHNIA ŁÓDŹ

ŁÓDŹ-CSK UCP Podstawowa		ŁÓDŹ-CSK UCP Latwo strawna	ŁÓDŹ-CSK UCP Z ogr.latwoprzyzwajalnych weglowodanów
Śniadanie	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>) Szyńska Płastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (<u>SOL</u>) Sałatka z ryżu* - meksykańska 60 g (<u>JAJ, SEL, GOR</u>) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</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>) Szyńska Płastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (<u>SOL</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 50 g (<u>SEL</u>) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>)	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>) Szyńska Płastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (<u>SOL</u>) Sałatka z ryżu* - meksykańska 60 g (<u>JAJ, SEL, GOR</u>)
	II ŚN Jogurt truskawkowy 100 g 1 szt (<u>MLE</u>)	Jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>MLE</u>) Chrupki kukurydziane 15 g	
Obiad	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 (j-dieta 150 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Surowka wielowarzynna 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 (j-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 (j-dieta 150 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Surowka wielowarzynna z olejem b/c 100 g (<u>SEL</u>) Brokuł gotowany* 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml
	PD Banan 1szt. 1 szt	Jabłko 1 szt 1 szt	Pieczynko chrupkie kukurydziano ryżowe 15 g
Kolacja	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>) Szyrkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Sałata zielona 20 g	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>) Szyrkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Sałata 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>) Szyrkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Sałata zielona 20 g
	PN		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: 2455.25 kcal; Białko ogółem: 94.55 g; Tłuszcz: 62.37 g; Węglowodany ogółem: 388.05 g;		Wartość energetyczna: 2445.24 kcal; Białko ogółem: 94.14 g; Tłuszcz: 58.32 g; Węglowodany ogółem: 398.22 g;	Wartość energetyczna: 2204.63 kcal; Białko ogółem: 96.52 g; Tłuszcz: 62.06 g; Węglowodany ogółem: 330.62 g;

2026-02-27 piątek			
ŁÓDŹ-CSK UCP Podstawowa		ŁÓDŹ-CSK UCP Łatwo strażna	ŁÓDŹ-CSK UCP Z ogr.latwoprzyzwajalnych węglowodanów
Śniadanie	Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Chleb mieszcany 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>) Powidła śliwkowe 20g Serrek twarogowy 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 PSZ, MLE.</u>) Bułka pszenna duża 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 Serrek twarogowy homogenizowany 40 g (<u>MLE.</u>) Jabłko 1 szt 1 szt Kakao z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE.</u>)	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>) Serrek twarogowy homogenizowany 60 g (<u>MLE.</u>) Mandarynka 1 szt
	Serek homogenizowany waniliowy 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)		Surówka z selera i jabłka b/c 100 g (<u>MLE, SEL.</u>) Waleriżowe 15 g
II ŚN	Kalafiorowa z ryżem * 400 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Ryba smażona (Morszczuk) 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u>) Surówka z kapuśy kiszzonej z olejem b/c 100 g Warzywa po grecku 100 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Ryżowa* 400 ml (<u>MLE, SEL.</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>) Cukinia pieczona z olejem * 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Kalafiorowa z ryżem * 400 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Pulpet rybny (Morszczuk) 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u>) Surówka z kapuśy kiszzonej z olejem b/c 100 g Warzywa po grecku 100 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kompot owocowy* b/c 250 ml
Obiad	Ciasto drożdżowe 60 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SO2.</u>)		
PD	Herbata czarna ekspresowa z cytryną z/c 250 ml Chleb mieszcany 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 jaj z cebulą i koperkiem 60 g (<u>JAJ, GOR.</u>) Ogórek kiszony 50 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną z/c 250 ml Bułka pszenna duża krojona 120 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 12 g (<u>MLE.</u>) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 60 g (<u>JAJ, MLE.</u>) Pomidor 50 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>) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 60 g (<u>JAJ, MLE.</u>) Ogórek kiszony 50 g
Kolacja			
PN	Chleb Graham 60 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Ser żółty 20 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 15 g		
Wartość energetyczna: 2771.63 kcal; Białko ogółem: 117.76 g; Tłuszcz: 85.95 g; Węglowodany ogółem: 385.59 g;		Wartość energetyczna: 2718.50 kcal; Białko ogółem: 118.97 g; Tłuszcz: 71.86 g; Węglowodany ogółem: 401.72 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2026-02-16 do dnia 2026-03-01 KUCHNIA ŁÓDŹ

ŁÓDŹ-CSK UCP Podstawowa		ŁÓDŹ-CSK UCP Łatwo strawna	ŁÓDŹ-CSK UCP Z ogr.łatwoprzyswajalnych węglowodanów
Śniadanie	Platki 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>) Sałatka z ryżu, brokułów i wędliny drob wieprz - dieta 100 g (<u>SOJ. MLE. SEL.</u>) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną z/c 250 ml	Platki pszenne na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ. MLE</u>) Bułka pszenna duża krojona 70 g (<u>GLU PSZ.</u>) Bułka 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 100 g (<u>SOJ. MLE. SEL.</u>) Sałata zielona 20 g 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>) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 12 g (<u>MLE</u>) Szynekowa debowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobiona 50 g Sałata zielona 20 g
II ŚN		Banan 1szt. 1 szt	Jabłko 1 szt 1 szt Podbiomyki b/c 15 g (<u>GLU PSZ. MLE</u>)
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 kapuśy białej z olejem 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml Kisiel o smaku tuskawkowym z/c 150 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 droбно tarte 100 g Kalaflor gotowany* 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml Sok jabłkowy 100 % 0,2l w kartoniku 1 szt	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 kapuśy białej z olejem 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Sok pomidorowy 0,3l 1 szt Suchary b/c 15 g (<u>GLU PSZ. SOJ. MLE</u>)
Kolacja	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>) Parówki czeszyński- węd. wp. homog. wędz. parz 80 g (<u>SOJ. SEL.</u>) Ketchup 20 g (<u>SEL.</u>) Pomidor 50 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną z/c 250 ml Bułka pszenna duża krojona 120 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 12 g (<u>MLE</u>) Szynek Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b. sojowego i wody 50 g (<u>SOJ.</u>) Pomidor 50 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 250 ml Chleb Graham 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 12 g (<u>MLE</u>) Szynek Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b. sojowego i wody 50 g (<u>SOJ.</u>) Pomidor 50 g
PN			Chleb Graham 60 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Twaróg półtłusty 20 g (<u>MLE</u>) Sałata zielona 5 g
Wartość energetyczna: 2479,46 kcal; Białko ogółem: 73,23 g; Tłuszcz: 70,12 g; Węglowodany ogółem: 403,13 g;		Wartość energetyczna: 2191,63 kcal; Białko ogółem: 76,51 g; Tłuszcz: 41,38 g; Węglowodany ogółem: 392,32 g;	Wartość energetyczna: 2099,26 kcal; Białko ogółem: 88,59 g; Tłuszcz: 54,48 g; Węglowodany ogółem: 335,27 g;

ŁÓDŹ-CSK UCP Podstawowa			ŁÓDŹ-CSK UCP Łatwo strawna	ŁÓDŹ-CSK UCP Z ogr.łatwoprzyswajalnych węglowodanów
Śniadanie				
Kakao z mlekiem zlc 250 ml (MLE) Chleb mieszczy ppszemno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ZYT) Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ) Masło extra 82% 12 g (MLE) Twarożek z papryką 60 g (MLE) Miod (25g) 1 szt Pomidor 50 g			Kakao z mlekiem zlc 250 ml (MLE) Bułka pszenna długa krojona 70 g (GLU PSZ) Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ) Masło extra 82% 12 g (MLE) Twarożek 60 g (MLE) Miod (25g) 1 szt 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 z papryką 60 g (MLE) Pomidor 50 g
II ŚN			Jabłko 1 szt 1 szt	Jabłko 1 szt 1 szt Paluszki z sezamem 15 g (GLU PSZ, SEZ.)
Obiad			Pomidorowa z makaronem * 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Kolej schabowy 100 g (GLU PSZ, JAJ) Kapusza zasmażana 100 g (GLU PSZ) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Kompot owocowy* zlc 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) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Szpinak gotowany z olejem* 100 g (GLU PSZ) Kompot owocowy* zlc 250 ml
PD			Kefir 1,5% t 150g 1 Por (MLE)	Kefir 1,5% t 150g 1 Por (MLE) Chrupki kukurydżane 15 g
Kolacja			Herbata czarna ekspresowa z cytryną zlc 250 ml Chleb mieszczy ppszemno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ZYT) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 12 g (MLE) Szynte z zielonogórska- wleprzona patrzona z dodatkiem wody z połączonej kawałków mięsa 50 g (SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR) Sałatka zielona 20 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną zlc 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 12 g (MLE) Szynte z zielonogórska- wleprzona patrzona z dodatkiem wody z połączonej kawałków mięsa 50 g (SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR) Sałatka zielona 20 g
PN			Chleb Graham 60 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 5 g (MLE) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ) Pomidor 15 g	Chleb Graham 60 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 5 g (MLE) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ) Pomidor 15 g
			Wartość energetyczna: 2175,70 kcal; Białko ogółem: 65,74 g; Tłuszcz: 60,37 g; Węglowodany ogółem: 329,22 g;	Wartość energetyczna: 2064,69 kcal; Białko ogółem: 101,03 g; Tłuszcz: 46,52 g; Węglowodany ogółem: 316,03 g;
			Wartość energetyczna: 2080,60 kcal; Białko ogółem: 108,96 g; Tłuszcz: 56,10 g; Węglowodany ogółem: 299,78 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,
Sól - Sól,
K - Potas,
Kw. tł. nasy. - Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem,
Błonnik pok. - Błonnik pokarmowy,
- % energii z białka,
Ener. z T - % energii z tłuszczu,
- % energii z węglowodanów,
Ener. z Bł. - % energii z błonnika,
W tym cukry - w tym cukry,
WW - WW,

