

ŁÓDŹ-CSK UCP Podstawowa		ŁÓDŹ-CSK UCP Łatwa strawa		ŁÓDŹ-CSK UCP Z ogr. laktoprzyswajalnych węglowodanów	
Śniadanie					
	Placki ięzmienne na mleku 300 ml ( <u>MLE, GLU JECZ.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u> ) Bulka pszenna 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 12 g ( <u>MLE.</u> ) Masło extra 82% 12 g ( <u>MLE.</u> ) Pasta z makreli wędzonej z warzywami** 40 g ( <u>RYB, SEL.</u> ) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b. sojowego i wody 20 g ( <u>SOJ.</u> ) Ogórek kiszony 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną z/c 250 ml		Placki ięzmienne na mleku 300 ml ( <u>MLE, GLU JECZ.</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> ) Pasta z ryby gotowanej (morszczuk) z warzywami* 40 g ( <u>RYB, SEL.</u> ) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b. sojowego i wody 20 g ( <u>SOJ.</u> ) Salaeta 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> ) Bulka graham-pszenna 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 12 g ( <u>MLE.</u> ) Ogórek kiszony 50 g Pasta z makreli wędzonej z warzywami** 40 g ( <u>RYB, SEL.</u> ) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b. sojowego i wody 20 g ( <u>SOJ.</u> )
II ŚN					
	Wafel Grześiek 26g 1 szt ( <u>GLU PSZ, OZL, SOJ, MLE, ORZ.</u> ) Brokułowa z ryżem * 400 ml ( <u>MLE, SEL.</u> ) Pierogi z serem - chłodzone 200 g ( <u>GLU PSZ, JAU, 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		Sok pomarańczowy 0,2l-kartonik 1 szt		Jabłko 1 szt 1 szt Wafle ryżowe 15 g
Obiad					
	Brokułowa z ryżem * 400 ml ( <u>MLE, SEL.</u> ) Pierogi z serem - chłodzone 200 g ( <u>GLU PSZ, JAU, 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		Kefir 1,5% t 150g 1 Por ( <u>MLE.</u> ) Chrupki kukurydziane 15 g		Brokułowa z ryżem * 400 ml ( <u>MLE, SEL.</u> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Kolej z jaj 100 g ( <u>GLU PSZ, JAU.</u> ) Surowka z marniną i jabłką b/c 100 g ( <u>MLE.</u> ) Cukinia pieczona z olejem * 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml
PD					
	Chrupki kukurydziane 30 g		Chrupki kukurydziane 15 g		Chrupki kukurydziane 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> ) Masło extra 82% 12 g ( <u>MLE.</u> ) Parówki ośzynki- węd. wp. homog. wędz. parz 80 g ( <u>SOJ, SEL.</u> ) Muszarda 20 g ( <u>GOR.</u> ) Salaeta zielona 20 g		Herbata czarna ekspresowa z cytryną z/c 250 ml Bulka pszenna długa krojona 120 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 12 g ( <u>MLE.</u> ) Szynka zielonogórska- wędzona parzona z dodatkiem wody z podłączonych kawałków mięsa 50 g ( <u>SOJ, MLE, SEL., może zawierać: JAU, GOR.</u> ) Salaeta 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> ) Szynka zielonogórska- wędzona parzona z dodatkiem wody z podłączonych kawałków mięsa 50 g ( <u>SOJ, MLE, SEL., może zawierać: JAU, GOR.</u> ) Salaeta zielona 20 g
PN					
					Chleb Graham 60 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE.</u> ) Baton szynkowy z kurczakiem 20 g ( <u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.</u> ) Salaeta zielona 5 g
	Wartość energetyczna: 2435,24 kcal; Białko ogółem: 84,61 g; Tłuszcz: 81,32 g; Węglowodany ogółem: 357,04 g;	Wartość energetyczna: 2165,55 kcal; Białko ogółem: 83,79 g; Tłuszcz: 45,11 g; Węglowodany ogółem: 365,12 g;	Wartość energetyczna: 2214,00 kcal; Białko ogółem: 82,84 g; Tłuszcz: 78,20 g; Węglowodany ogółem: 326,11 g;		

2026-03-30 poniedziałek



ŁÓDŹ-CSK UCP Podstawowa		ŁÓDŹ-CSK UCP Latwo strawna		ŁÓDŹ-CSK UCP Z ogr.łatwoprzyzwajalnych węglowodanów	
Śniadanie					
Płatki owsiane na mleku 300 ml ( <u>MLE, GLU OW</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> ) Szyrnka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wiewprzowego 50 g ( <u>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR</u> ) Salatka szwedzka z olejem b/c 50 g ( <u>GOR</u> ) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ZYT, GLU JEGZ</u> )		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> ) Szyrnka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wiewprzowego 50 g ( <u>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR</u> ) Pomidor 50 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ZYT, GLU JEGZ</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> ) Szyrnka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wiewprzowego 50 g ( <u>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR</u> ) Salatka szwedzka z olejem b/c 50 g ( <u>GOR</u> )	
II ŚN					
Zupa z soczewicy i ziemniakami * 400 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Pulpet drobiowy 100 g ( <u>GLU PSZ, JAJ</u> ) Surówka z kapuśy pekińskiej z olejem 100 g Brokuł gotowany* 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml		Grystkowa * 400 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Pulpet drobiowy 100 g ( <u>GLU PSZ, JAJ</u> ) Sos jarczynowy * 100 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Marchew gotowana z olejem 100 g Brokuł gotowany* 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml		Zupa z soczewicy i ziemniakami * 400 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Pulpet drobiowy 100 g ( <u>GLU PSZ, JAJ</u> ) Sos jarczynowy * 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					
Pudding o smaku waniliaczekolada 125g 1 szt ( <u>MLE</u> )		Herbata czarna ekspresowa z cytryną z/c 250 ml Chleb pszenna długa krojona 120 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Masło extra 82% 12 g ( <u>MLE</u> ) Serek twarogowy homogenizowany 80 g ( <u>MLE</u> ) Dżem 30 g Jabko 1 szt 1 szt		Kefir 1,5% t 150g 1 Por ( <u>MLE</u> ) Chrupki kukurydziane 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> ) Ser zółty 50 g ( <u>MLE</u> ) Dżem 30 g Pomarańcza 1/2 szt. 1 Por		Herbata czarna ekspresowa z cytryną z/c 250 ml Chleb Graham 120 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Masło extra 82% 12 g ( <u>MLE</u> ) Ser zółty 50 g ( <u>MLE</u> ) Pomarańcza 1/2 szt. 1 Por		Chleb Graham 60 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE</u> ) Szyrnka szkolna-wp, parzona 20 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u> ) Pomidor 15 g	
PN					
Wartość energetyczna: 2563,71 kcal; Białko ogółem: 100,47 g; Tłuszcz: 77,61 g; Węglowodany ogółem: 388,58 g;		Wartość energetyczna: 2349,22 kcal; Białko ogółem: 93,67 g; Tłuszcz: 57,33 g; Węglowodany ogółem: 378,88 g;		Wartość energetyczna: 2356,49 kcal; Białko ogółem: 104,53 g; Tłuszcz: 77,42 g; Węglowodany ogółem: 348,35 g;	

2026-04-01 środa



2026-04-03 piątek			
	ŁÓDŹ-CSK UCP Podstawowa	ŁÓDŹ-CSK UCP Łatwo strawna	ŁÓDŹ-CSK UCP Z ogr.laktoprzyswajalnych 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> ) Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 60 g ( <u>JAU, MLE</u> ) Kakao z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE</u> ) Pomidor 50 g	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> ) Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 60 g ( <u>JAU, 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> ) Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 60 g ( <u>JAU, MLE</u> ) Pomidor 50 g
II ŚN	Kefir 1,5% t 150g 1 Por ( <u>MLE</u> )	Kefir 1,5% t 150g 1 Por ( <u>MLE</u> )	Kefir 1,5% t 150g 1 Por ( <u>MLE</u> ) Pieczywo chupkie kukurydziano ryżowe 15 g
Obiad	Marchewkowa z zacierką* 400 g ( <u>GLU PSZ, JAU, MLE, SEL</u> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Pulpet rybny (Morszczuk) 100 g ( <u>GLU PSZ, JAU, RYB</u> ) Surówka z kapuśły czerwonej z olejem b/c 100 g Szpinak gotowany z olejem* 100 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Marchewkowa z zacierką* 400 g ( <u>GLU PSZ, JAU, 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> ) Szpinak gotowany z olejem* 100 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g ( <u>SEL</u> ) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Marchewkowa z zacierką* 400 g ( <u>GLU PSZ, JAU, 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 kapuśły czerwonej z olejem b/c 100 g Szpinak gotowany z olejem* 100 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Kompot owocowy* b/c 250 ml
PD	Kisiel o smaku wiśniowym b/c 150 ml	Kisiel o smaku wiśniowym b/c 150 ml	Kisiel o smaku wiśniowym b/c 150 ml 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> ) Pasta z twarogu z dżemem bżozoskwinowym g ( <u>MLE</u> ) Jabłko 1 szt 1 szt	Herbata czarna ekspresowa z cytryną z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Masło extra 82% 12 g ( <u>MLE</u> ) Pasta z twarogu z dżemem bżozoskwinowym g ( <u>MLE</u> ) Jabłko 1 szt 1 szt	Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 250 ml Chleb Graham 120 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Masło extra 82% 12 g ( <u>MLE</u> ) Twarożek z koperkiem 60 g ( <u>MLE</u> ) Jabłko 1 szt 1 szt
PN	Wartość energetyczna: 2255,67 kcal; Białko ogółem: 94,47 g; Tłuszcz: 58,86 g; Węglowodany ogółem: 355,93 g;	Wartość energetyczna: 2354,37 kcal; Białko ogółem: 104,48 g; Tłuszcz: 63,30 g; Węglowodany ogółem: 356,35 g;	Wartość energetyczna: 2107,44 kcal; Białko ogółem: 103,14 g; Tłuszcz: 58,42 g; Węglowodany ogółem: 322,63 g;
		Chleb Graham 60 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE</u> ) Szyrka wiśniowa- wieprzowa, wędz. parz. z dod. wody i białka wp. 20 g ( <u>SOL, może zawierać: GLU PSZ, JAU, MLE, SEL, GOR</u> ) Sałata zielona 5 g	



ŁÓDŹ-CSK UCP Podstawowa		ŁÓDŹ-CSK UCP Łatwo strawna		ŁÓDŹ-CSK UCP Z ogr.łatwoprzyzwajalnych węglowodanów	
2026-04-05 niedziela					
Śniadanie		Śniadanie		Śniadanie	
Kakao z mlekiem z/c 250 ml (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ZYT) Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ) Masło extra 82% 12 g (MLE) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ) Pomidor 50 g Chrzan 20 g (MLE, SOZ)		Kakao z mlekiem z/c 250 ml (MLE) Bułka pszenna długa krojona 70 g (GLU PSZ) Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ) Masło extra 82% 12 g (MLE) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ) 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) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ) Pomidor 50 g Chrzan 20 g (MLE, SOZ)	
II ŚN		Babka piaskowa 50 g (GLU PSZ, JAJ, OZI)		Jajko 1 szt 1 szt Suchary b/c 15 g (GLU PSZ, SOJ, MLE)	
Obiad		Obiad		Obiad	
Żurek z ziemniakami * 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ZYT) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Kotlet schabowy 100 g (GLU PSZ, JAJ) Buraczki oproszane 200 g (GLU PSZ) Kompot owocowy* z/c 250 ml		Ziemniaczana * 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Schab gotowany 100 g Sos własny () 100 ml (GLU PSZ, SEL) Buraczki gotowane drobno tarne 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml		Żurek z ziemniakami * 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ZYT) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Schab gotowany 100 g Sos własny () 100 ml (GLU PSZ, SEL) Buraczki gotowane drobno tarne 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	
PD		Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE)		Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE) Chrupki kukurydziane 15 g	
Kolacja		Kolacja		Kolacja	
Herbata czarna ekspresowa z cytryną z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ZYT) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 12 g (MLE) Szywnka szkolna- wp. parzona 50 g (GLU PSZ, SOJ, MLE) Ogórek kiszony 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) Szywnka szkolna- wp. parzona 50 g (GLU PSZ, SOJ, MLE) Salata zielona 20 g		Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 250 ml Chleb Graham 120 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 12 g (MLE) Szywnka szkolna- wp. parzona 50 g (GLU PSZ, SOJ, MLE) Ogórek kiszony 50 g	
PN		PN		PN	
Wartość energetyczna: 2268,69 kcal; Białko ogółem: 83,87 g; Tłuszcz: 66,95 g; Węglowodany ogółem: 350,47 g;		Wartość energetyczna: 2131,92 kcal; Białko ogółem: 96,63 g; Tłuszcz: 53,10 g; Węglowodany ogółem: 326,54 g;		Wartość energetyczna: 2031,60 kcal; Białko ogółem: 102,52 g; Tłuszcz: 49,37 g; Węglowodany ogółem: 326,86 g;	

2026-04-06 poniedziałek			
PN	PD	II ŚN	Śniadanie
			<p>ŁÓDŹ-CSK UCP Podstawowa</p> <p>Kasza kukurydziana na mleku 300 ml ( <u>MLE</u> ) Chleb mieszany pszemno-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> ) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 50 g ( <u>GLU PSZ. SOJ. MLE. SEL. może zawierać:</u> <u>JAU. GOR. SO2.</u> ) Siatka jarzynowa 100 g ( <u>JAU. MLE. SEL. GOR.</u> ) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE. GLU ŻYT. GLU JECZ.</u> )</p>
			<p>ŁÓDŹ-CSK UCP Łatwa strawna</p> <p>Kasza kukurydziana na mleku 300 ml ( <u>MLE</u> ) Bułka pszenna długa krojona 70 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Bułka pszenna 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 12 g ( <u>MLE</u> ) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 50 g ( <u>GLU PSZ. SOJ. MLE. SEL. może zawierać:</u> <u>JAU. GOR. SO2.</u> ) Siatka jarzynowa - dieta 100 g ( <u>MLE. SEL.</u> ) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE. GLU ŻYT. GLU JECZ.</u> )</p>
			<p>ŁÓDŹ-CSK UCP Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów</p> <p>Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 250 ml Chleb Graham 70 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 12 g ( <u>MLE</u> ) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 50 g ( <u>GLU PSZ. SOJ. MLE. SEL. może zawierać:</u> <u>JAU. GOR. SO2.</u> ) Siatka jarzynowa - dieta 100 g ( <u>MLE. SEL.</u> )</p>
			<p>Herbata czarna ekspresowa z cytryną z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 12 g ( <u>MLE</u> ) Pasta z twarogu z koperkiem 60 g ( <u>MLE</u> ) Siatka zielona 20 g</p>
			<p>Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 250 ml Chleb Graham 120 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 12 g ( <u>MLE</u> ) Pasta z twarogu z koperkiem 60 g ( <u>MLE</u> ) Siatka zielona 20 g</p>
			<p>Sok wielowarzynowy pasteryzowany 0,33l 1 szt Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 15 g</p>
			<p>Serek homo naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE</u> ) Biszkopty b/c 15 g ( <u>GLU PSZ. JAU.</u> )</p>
			<p>Rosół z makaronem * 400 ml ( <u>GLU PSZ. SEL.</u> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Udziec z kurczaka gotowany b/k b/s. 100 g Sos jarzynowy * 100 ml ( <u>GLU PSZ. SEL.</u> ) Surówka Coleslaw b/c 100 g ( <u>JAU. MLE. GOR.</u> ) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g ( <u>SEL.</u> ) Kompot owocowy* z/c 250 ml</p>
			<p>Rosół z makaronem * 400 ml ( <u>GLU PSZ. SEL.</u> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Udziec z kurczaka gotowany b/k b/s. 100 g Sos jarzynowy * 100 ml ( <u>GLU PSZ. SEL.</u> ) Kalafor gotowany* 100 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g ( <u>SEL.</u> ) Kompot owocowy* z/c 250 ml</p>
			<p>Rosół z makaronem * 400 ml ( <u>GLU PSZ. SEL.</u> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Udziec z kurczaka gotowany b/k b/s. 100 g Sos jarzynowy * 100 ml ( <u>GLU PSZ. SEL.</u> ) Surówka Coleslaw b/c 100 g ( <u>JAU. MLE. GOR.</u> ) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g ( <u>SEL.</u> ) Kompot owocowy* b/c 250 ml</p>
			<p>Chlebek pszenny 50 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 12 g ( <u>MLE</u> ) Ser zółty 50 g ( <u>MLE</u> ) Siatka zielona 20 g</p>
			<p>Chleb Graham 60 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE</u> ) Twardy pokłusy 20 g ( <u>MLE</u> ) Siatka zielona 5 g</p>
			<p>Wartość energetyczna: 2623,59 kcal; Białko ogółem: 121,79 g; Tłuszcz: 93,51 g; Węglowodany ogółem: 348,86 g;</p>
			<p>Wartość energetyczna: 2459,32 kcal; Białko ogółem: 123,56 g; Tłuszcz: 70,29 g; Węglowodany ogółem: 351,23 g;</p>
			<p>Wartość energetyczna: 2186,78 kcal; Białko ogółem: 118,76 g; Tłuszcz: 66,07 g; Węglowodany ogółem: 316,45 g;</p>

2026-04-07 wtorek			
	ŁÓDŹ-CSK UCP Podstawowa	ŁÓDŹ-CSK UCP Łatwo strawna	ŁÓDŹ-CSK UCP z ogólnowopryszkajalnych węglowodanów
Śniadanie	Platki jęczmienne na mleku 300 ml ( <u>MLE</u> , <u>GLU</u> , <u>JECZ</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <u>GLU</u> , <u>PSZ</u> , <u>GLU</u> , <u>ZYT</u> ) Bułka pszenna 50g 1 szt ( <u>GLU</u> , <u>PSZ</u> ) Masło extra 82% 12 g ( <u>MLE</u> ) Jajko gotowane ki M 1 szt ( <u>JAU</u> ) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 20 g Ogórek kiszony 50 g Kawa zbożowa z mlekiem zlc 250 ml ( <u>MLE</u> , <u>GLU</u> , <u>ZYT</u> , <u>GLU</u> , <u>JECZ</u> )	Platki jęczmienne na mleku 300 ml ( <u>MLE</u> , <u>GLU</u> , <u>JECZ</u> ) Bułka pszenna długa krojona 70 g ( <u>GLU</u> , <u>PSZ</u> ) Bułka pszenna 50g 1 szt ( <u>GLU</u> , <u>PSZ</u> ) Masło extra 82% 12 g ( <u>MLE</u> ) Jajko gotowane ki M 1 szt ( <u>JAU</u> ) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 20 g Salata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem zlc 250 ml ( <u>MLE</u> , <u>GLU</u> , <u>ZYT</u> , <u>GLU</u> , <u>JECZ</u> )	Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 250 ml Chleb Graham 70 g ( <u>GLU</u> , <u>PSZ</u> ) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt ( <u>GLU</u> , <u>PSZ</u> ) Masło extra 82% 12 g ( <u>MLE</u> ) Jajko gotowane ki M 1 szt ( <u>JAU</u> ) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 20 g Ogórek kiszony 50 g
II ŚN	Jogurt owocowe lśjsne 150g 1 szt ( <u>MLE</u> )		Jogurt naturalny 100g 1 szt ( <u>MLE</u> ) Suchary b/c 15 g ( <u>GLU</u> , <u>PSZ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> )
Obiad	Barszcz czerwony z ziemniakami * 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>PSZ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ) Gulasz z soczewicy i papryki () 150 g ( <u>GLU</u> , <u>PSZ</u> , <u>SEL</u> ) Ryż na sypko 200 g Sufłówka wielowarstwowa z olejem b/c 100 g Fasolka szparagowa z wody* 100 g Kompot owocowy* zlc 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami * 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>PSZ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ) Gulasz warzywny z tobitu dieta* 150 g ( <u>GLU</u> , <u>PSZ</u> , <u>SOJ</u> , <u>SEL</u> ) Ryż na sypko 200 g Brokuł gotowany* 200 g Kompot owocowy* zlc 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami * 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>PSZ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ) Ryż na sypko (brązowy) 200 g Gulasz z soczewicy i papryki () 150 g ( <u>GLU</u> , <u>PSZ</u> , <u>SEL</u> ) Sufłówka wielowarstwowa z olejem b/c 100 g Fasolka szparagowa z wody* 100 g
PD	Jabłko 1 szt 1 szt	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Jabłko 1 szt 1 szt Kisiel o smaku truskawkowym b/c 150 ml
Kolacja	Herbata czarna ekspresowa z cytryną zlc 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <u>GLU</u> , <u>PSZ</u> , <u>GLU</u> , <u>ZYT</u> ) Chleb Graham 50 g ( <u>GLU</u> , <u>PSZ</u> ) Masło extra 82% 12 g ( <u>MLE</u> ) Szynka szkolna- wp. parzona 50 g ( <u>GLU</u> , <u>PSZ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> ) Pomidor 50 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną zlc 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g ( <u>GLU</u> , <u>PSZ</u> ) Masło extra 82% 12 g ( <u>MLE</u> ) Szynka szkolna- wp. parzona 50 g ( <u>GLU</u> , <u>PSZ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> ) Pomidor 50 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 250 ml Chleb Graham 120 g ( <u>GLU</u> , <u>PSZ</u> ) Masło extra 82% 12 g ( <u>MLE</u> ) Szynka szkolna- wp. parzona 50 g ( <u>GLU</u> , <u>PSZ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> ) Pomidor 50 g
PN			Chleb Graham 60 g ( <u>GLU</u> , <u>PSZ</u> ) Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE</u> ) Twaróg półtusty 20 g ( <u>MLE</u> ) Salata zielona 5 g
	Wartość energetyczna: 2355,91 kcal; Białko ogólnem: 82,32 g; Tłuszcz: 58,98 g; Węglowodany ogólnem: 395,90 g;	Wartość energetyczna: 2303,71 kcal; Białko ogólnem: 82,91 g; Tłuszcz: 58,03 g; Węglowodany ogólnem: 376,98 g;	Wartość energetyczna: 2202,79 kcal; Białko ogólnem: 83,48 g; Tłuszcz: 58,39 g; Węglowodany ogólnem: 367,50 g;





2026-04-10 piątek			
PN	Kolacja	PD	Obiad
	Herbata czarna ekspresowa z cytryną z/c 250 ml Chleb nieszary pszenno-żytni 70 g ( <u>GLU PSZ, ZYT</u> ) Chleb Graham 50 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Masło extra 82% 12 g ( <u>MLE</u> ) Powidła sliwkowe 30g 1 szt Jabko 1 szt 1 szt Pasta z twarogu waniliowa 60 g ( <u>MLE</u> )	Pasta z twarogu waniliowa 60 g ( <u>MLE</u> ) Dżem 30 g Jabko 1 szt 1 szt Herbata czarna ekspresowa z cytryną z/c 250 ml Bulka pszenna długa krojona 120 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Masło extra 82% 12 g ( <u>MLE</u> )	Krupnik jęczmienny * 400 ml ( <u>MLE SEL, GLU JECZ</u> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Ryba smażona (Morszczuk) 100 g ( <u>GLU PSZ, JAU, RYB</u> ) Surówka z kapusty kiszonej z olejem b/c 100 g Warzywa po grecku 100 g ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Kompot owocowy* z/c 250 ml Serek homogenizowany waniliowy 150g 1 szt ( <u>MLE</u> )
	Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 250 ml Chleb Graham 70 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Bulka 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>JAU, MLE</u> ) Rukola 10 g Kakao z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE</u> )	Jogurt naturalny 100g 1 szt ( <u>MLE</u> ) Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 15 g	Krupnik jęczmienny * 400 ml ( <u>MLE SEL, GLU JECZ</u> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Pulpet rybny (Morszczuk) 100 g ( <u>GLU PSZ, JAU, RYB</u> ) Surówka z kapusty kiszonej z olejem b/c 100 g Warzywa po grecku 100 g ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Kompot owocowy* b/c 250 ml Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt Suchary b/c 15 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u> )
	Chleb Graham 60 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE</u> ) Szynka Plastowska-wp- wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 20 g ( <u>SOJ</u> ) Pomidor 15 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> ) Szyrówka gębowa drożdżowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Jabko 1 szt 1 szt	
	Wartość energetyczna: 2775,51 kcal; Białko ogółem: 115,71 g; Tłuszcz: 82,09 g; Węglowodany ogółem: 406,91 g.	Wartość energetyczna: 2621,29 kcal; Białko ogółem: 118,29 g; Tłuszcz: 62,91 g; Węglowodany ogółem: 404,37 g.	Wartość energetyczna: 2138,05 kcal; Białko ogółem: 96,87 g; Tłuszcz: 60,05 g; Węglowodany ogółem: 334,51 g.



2026-04-12 niedziela					
ŁÓDŹ-CSK UCP Podstawowa		ŁÓDŹ-CSK UCP Łatwo strawna		ŁÓDŹ-CSK UCP Z ogr.latiwoprzyswajalnych weglowodanów	
Śniadanie		II ŚN		Obiad	
Kakaó z mlekiem z/c 250 ml ( <b>MLE</b> ) Chleb mieszany pszemno-żytni 70 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT</b> ) Bułka pszenna 50g 1 szt. ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło extra 82% 12 g ( <b>MLE</b> ) Serek a la homogenizowany o smaku waniliowym 60 g ( <b>MLE</b> ) Miod (25g) 1 szt. Jabłko 1 szt. 1 szt.		Kakaó z mlekiem z/c 250 ml ( <b>MLE</b> ) Bułka pszenna długa krojona 70 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Bułka pszenna 50g 1 szt. ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło extra 82% 12 g ( <b>MLE</b> ) Serek a la homogenizowany o smaku waniliowym 60 g ( <b>MLE</b> ) Miod (25g) 1 szt. Jabłko 1 szt. 1 szt.		Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 250 ml Chleb Graham 70 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt. ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło extra 82% 12 g ( <b>MLE</b> ) Serek twardogowy homogenizowany 60 g ( <b>MLE</b> ) Jabłko 1 szt. 1 szt.	
Podpłomyki b/c 20 g ( <b>GLU PSZ, MLE</b> )		Budyn' o smaku śmietankowym b/c 150 ml ( <b>MLE</b> ) Podpłomyki b/c 15 g ( <b>GLU PSZ, MLE</b> )		Pomidorowa z makaronem * 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Schab gotowany 100 g Sos własny () 100 ml ( <b>GLU PSZ, SEL</b> ) Surowka z kapuszy pekińskiej z olejem 100 g Fasolka szparagowa z wody* 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	
Pomidorowa z makaronem * 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Kulelet schabowy 100 g ( <b>GLU PSZ, JAU</b> ) Surowka z kapuszy pekińskiej z olejem 100 g Fasolka szparagowa z wody* 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml		Pomidorowa z makaronem * 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Schab gotowany 100 g Sos własny () 100 ml ( <b>GLU PSZ, SEL</b> ) Fasolka szparagowa z wody* 100 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g ( <b>SEL</b> ) Kompot owocowy* z/c 250 ml		Jogurt naturalny 100g 1 szt. ( <b>MLE</b> ) Chrupki kukurydziane 15 g	
Koktajl bananowy 150 ml ( <b>MLE</b> )		Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło extra 82% 12 g ( <b>MLE</b> ) Szynekowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 50 g		Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 250 ml Chleb Graham 120 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło extra 82% 12 g ( <b>MLE</b> ) Szynekowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 50 g	
Kolacja Herbata czarna ekspresowa z cytryną z/c 250 ml Chleb mieszany pszemno-żytni 70 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT</b> ) Chleb Graham 50 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło extra 82% 12 g ( <b>MLE</b> ) Szynekowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 50 g		Chleb Graham 60 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE</b> ) Indyk z pasieki produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce miedłaidanej 20 g Sałata zielona 5 g		Wartość energetyczna: 2301,84 kcal; Białko ogółem: 90,44 g; Tłuszcz: 61,06 g; Weglowodany ogółem: 366,41 g;	
Wartość energetyczna: 2238,60 kcal; Białko ogółem: 104,26 g; Tłuszcz: 49,84 g; Weglowodany ogółem: 356,45 g;		Wartość energetyczna: 2143,58 kcal; Białko ogółem: 112,94 g; Tłuszcz: 53,11 g; Weglowodany ogółem: 335,53 g;		PN Wartość energetyczna: 2301,84 kcal; Białko ogółem: 90,44 g; Tłuszcz: 61,06 g; Weglowodany ogółem: 366,41 g;	

### Oznaczenia alergenów:

GLU PSZ - Zboża zawierające gluten pszenicy,  
SKO - Skorupiaki i pochodne,  
JAJ - Jaja i pochodne,  
RYB - Ryby i pochodne,  
OZI - Orzeszki ziemne i pochodne,  
SOJ - Soja i pochodne,  
MLE - Mleko i pochodne wraz z laktozą,  
ORZ - Orzechy: włoskie, laskowe, pekan, nerkowce, pistacje, migdały,  
SEL - Seler i pochodne,  
GOR - Gorczyca i produkty pochodne,  
SEZ - Nasiona sezamu i pochodne,  
SO2 - Dwutlenek siarki / siarczyny,  
ŁUB - Łubin i produkty pochodne,  
MCK - Mięczaki i pochodne,  
MLE b/LAK - Mleko i pochodne bez laktozy,  
GLU ŻYT - Zboża zawierające gluten żytni,  
GLU OW - Zboża zawierające gluten owsiany,  
GLU JĘCZ - Zboża zawierające gluten jęczmienny,

### Oznaczenia wskaźników odż.:

Wartość energetyczna - Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011 [kcal],  
Białko ogółem - Białko ogółem wg rozp. 1169/2011,  
Tłuszcz - Tłuszcz,  
Węglowodany ogółem - Węglowodany ogółem,  
Sód - Sód,  
Sól - Sól,  
Potas - Potas,  
Kw. tł. nasy. - Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem,  
Błonnik pok. - Błonnik pokarmowy,  
Ener. z B. - % energii z białka,  
Ener. z T. - % energii z tłuszczu,  
Ener. z W. - % energii z węglowodanów,  
W tym cukry - w tym cukry,  
WW - WW,

