

Zespół Opieki Zdrowotnej w Łęczycy Jadłospis 01.09.2025r (poniedziałek)					
	Podstawowa	Podstawowa (ciążowa/laktacja)	Łatwostrawna	Łatwostrawna (ciążowa/laktacja)	Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów
Śniadanie	Kasza jaglana na mleku 300ml <u>(.MLE.)</u> Kawa mleczna 250ml (<u>GLU JĘCZ.GLU ŻYT.MLE.</u>) Chleb pszenno- żytni, razowy 100g <u>(GLU PSZ. GLU ŻYT.)</u> Masło 82% tłuszczu 15g <u>(MLE.)</u> Kiełbasa szynkowa 50g <u>(SOJ.)</u> Miód 25g/1szt Sałata 35g, Papryka 40g	Kasza jaglana na mleku 300ml <u>(.MLE.)</u> Kawa mleczna 250ml (<u>GLU JĘCZ.GLU ŻYT.MLE.</u>) Chleb pszenno- żytni 100g <u>(GLU PSZ. GLU ŻYT.)</u> Masło 82% tłuszczu 15g <u>(MLE.)</u> Kiełbasa szynkowa 80g <u>(SOJ.)</u> Sałata 20g Jabłko gotowane 200g	Kasza jaglana na mleku 300ml <u>(.MLE.)</u> Kawa mleczna 250ml (<u>GLU JĘCZ.GLU ŻYT.MLE.</u>) Chleb pszenno- żytni100g <u>(GLU PSZ. GLU ŻYT.)</u> Masło 82% tłuszczu 15g <u>(MLE.)</u> Kiełbasa szynkowa 50g <u>(SOJ.)</u> Miód 25g/1szt, Sałata 20g, Jabłko gotowane 200g	Kasza jaglana na mleku 300ml <u>(.MLE.)</u> Kawa mleczna 250ml (<u>GLU JĘCZ.GLU ŻYT.MLE.</u>) Chleb pszenno- żytni 100g <u>(GLU PSZ. GLU ŻYT.)</u> Masło 82% tłuszczu 15g <u>(MLE.)</u> Kiełbasa szynkowa 80g <u>(SOJ.)</u> Sałata 20g Jabłko gotowane 200g	Kawa zbożowa b/c 250ml (<u>GLU JĘCZ.GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy, chleb o niskim IG 100g <u>(GLU PSZ.GLU ŻYT.GLU ORK.)</u> Masło 82% tłuszczu 15g <u>(MLE.)</u> Kiełbasa szynkowa 80g <u>(SOJ.)</u> Sałata 35g,Papryka 40g
II ŚN		Serek wiejski 150g <u>(MLE.)</u>		Serek wiejski 150g <u>(MLE.)</u>	Serek wiejski 150g <u>(MLE.)</u>
Obiad	Jarzynowa z kalafiem i brokułem 400ml <u>(GLU PSZ.SEL.)</u> Gulasz wieprzowy duszony 200g <u>(GLU PSZ.SEL)</u> Kasza jęczmienna na sypko 200g <u>(GLU JĘCZ.)</u> Buraczki gotowane 150g Kompot owocowy 250ml	Marchwianka 400m <u>(GLU PSZ.SEL.MLE.)</u> Gulasz wołowy gotowany 200g <u>(GLU PSZ.SEL.)</u> Kasza jęczmienna na sypko 200g <u>(GLU JĘCZ.)</u> , Buraczki gotowane 150g Kompot owocowy 250ml			Jarzynowa z kalafiem i brokułem 400ml <u>(GLU PSZ.SEL.)</u> Gulasz wołowy gotowany 200g <u>(GLU PSZ.SEL.)</u> Kasza jęczmienna na sypko 200g <u>(GLU JĘCZ.)</u> Surówka z kapusty białej z olejem 150g,
PD		Chleb razowy 40g <u>(GLU PSZ. GLU ŻYT.)</u> Masło 10g <u>(MLE.)</u> Jajko got. <u>(JAJ.)</u> Pomidor 50g		Chleb pszenno- żytni 40g, <u>(GLU PSZ. GLU ŻYT.)</u> Masło 10g <u>(MLE.)</u> Kiełbasa łopatkowa 30g <u>(SOJ.)</u> , Pomidor 50g	Chleb razowy 40g, <u>(GLU PSZ. GLU ŻYT.)</u> Masło 10g <u>(MLE.)</u> Jajko got. <u>(JAJ.)</u> Pomidor 50g
Kolacja	Herbata z/c 250ml , Chleb pszenno- żytni, razowy 120g <u>(GLU PSZ.GLU ŻYT.)</u> Masło 82% tłuszczu 15g <u>(MLE.)</u> Pulpet z ryby 70g <u>(GLU PSZ..JAJ.RYB.)</u> Polędwica sopocka 30g <u>(SOJ.)</u> Sałatka z ogórka kiszzonego 110g z oliwą	Herbata z/c 250ml Chleb pszenno- żytni 120g <u>(GLU PSZ.GLU ŻYT.)</u> Masło 82% tłuszczu 15g <u>(MLE.)</u> Pulpet z ryby 70g <u>(GLU PSZ..JAJ.RYB.)</u> Polędwica sopocka 30g <u>(SOJ.)</u> Sałata 15g, Pomidor 80g			Herbata b/c 250ml, chleb razowy, chleb o niskim IG 120g <u>(GLU ŻYT.GLU PSZ. GLU ORK.)</u> Masło 82% tłuszczu 15g <u>(MLE.)</u> Pulpet z ryby 70g <u>(GLU PSZ..JAJ.RYB.)</u> Polędwica sopocka 30g <u>(SOJ.)</u> Sałatka z ogórka kiszzonego 110g z oliwą
PN	Chleb chrupki <u>(GLU PSZ. GLU ŻYT.GLU JĘCZ.)</u> Jogurt naturalny 150g <u>(MLE.)</u>				
Wartości odżywcze	Energia (kcal) 2248,88 Białko (g) 79,27 Tłuszcz (g) 60,06 NKT (g) 27,65 Węglowodany (g) 322,41 Cukry (g) 52,73 Błonnik pokarm. 32,03 Sól (g) 6,97	Energia (kcal) 2579,06 Białko (g) 120,31 Tłuszcz (g) 86,99 NKT (g) 47,06 Węglowodany (g) 330,59 Cukry (g) 74,10 Błonnik pokarm. 38,49 Sól (g) 8,43	Energia (kcal) 2323,46 Białko (g) 91,20 Tłuszcz (g) 48,75 NKT (g) 29,82 Węglowodany (g) 356,75 Cukry (g) 70,96 Błonnik pokarmowy 28,82 Sól (g) 6,02	Energia (kcal) 2575,74 Białko (g) 137,65 Tłuszcz (g) 69,74 NKT (g) 40,40 Węglowodany (g) 396,75 Cukry (g) 73,39 Błonnik pokarm. 31,43 Sól (g) 5,27	Energia (kcal) 2077,56 Białko (g) 106,69 Tłuszcz (g) 68,19 NKT (g) 31,28 Węglowodany (g) 232,57 Cukry (g) 24,85 Błonnik pokarm.45,55 Sól (g) 8,53

Zespół Opieki Zdrowotnej w Łęczycy Jadłospis 01.09.2025r (poniedziałek)		
	Podstawowa / łatwostrawna dziecięca	łatwostrawna częściowo rozdrobniona dziecięca
Śniadanie	Kasza jaglana na mleku 300ml (<u>MLE.</u>) Kawa mleczna 250ml (<u>GLU JĘCZ. GLU ŻYT. MLE.</u>) Chleb pszenno- żytni 100g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Masło 82% tłuszczu 15g (<u>MLE.</u>) Kiełbasa szynkowa 50g (<u>SOJ.</u>) Dżem 25g/1szt Sałata 35g	
II ŚN	Jogurt owocowy 150g (<u>MLE.</u>)	
Obiad	Marchwianka 400m(<u>GLU PSZ.SEL.MLE.</u>) Gulasz drobiowy gotowany 200g (<u>GLU PSZ.SEL</u>) Kasza jęczmienna na sypko 200g (<u>GLU JĘCZ.</u>) Buraczki gotowane 150g Kompot owocowy 250ml	
PD	jabłko 200g	
Kolacja	Herbata z/c 250ml Chleb pszenno- żytni 120g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Masło 82% tłuszczu 15g (<u>MLE.</u>) Polędwica sopocka 80g (<u>SOJ.</u>) sałata 10g pomidor 80g	
PN	serek wiejski 200g (<u>MLE.</u>)	
Wartości odżywcze	Energia (kcal) 2046,11 Białko (g) 112,18 Tłuszcz (g) 55,56 NKT (g) 34,00 Węglowodany (g) 263,45 Cukry (g) 80,50 Błonnik 23,50 Sól (g) 8,22	

Zespół Opieki Zdrowotnej w Łęczycy

Jadłospis 02.09.2025r (wtorek)

	Podstawowa	Podstawowa (ciążowa)	Łatwostrawna	Łatwostrawna (ciążowa/laktacja)	Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów
Śniadanie	Makaron na mleku (<u>GLU PSZ.MLE.</u>) Kawa mleczna 250ml (<u>GLU JĘCZ.GLU ŻYT. MLE.</u>) Chleb pszenno- żytni, razowy 100g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Masło 82% tłuszczu 15g (<u>MLE.</u>) Kiełbasa zielonogórska 30g (<u>SOJ.</u>) Pasta z twarogu i pomidora 100g (<u>MLE.</u>) Sałata 20g, jabłko 150g		Makaron na mleku 300ml (<u>GLU PSZ.MLE.</u>) Kawa mleczna 250ml (<u>GLU JĘCZ.GLU ŻYT.MLE.</u>) Chleb pszenno- żytni 100g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Masło 82% tłuszczu 15g (<u>MLE.</u>) Kiełbasa zielonogórska 30g (<u>SOJ.</u>) Pasta z twarogu i pomidora 100g (<u>MLE.</u>) Sałata 20g, Jabłko gotowane 150g		Kawa zbożowa b/c 250ml (<u>GLU JĘCZ.GLU ŻYT..</u>) Chleb razowy, chleb o niskim IG 100g (<u>GLU ŻYT.GLU PSZ. GLU ORK.</u>) Masło 82% tłuszczu 15g (<u>MLE.</u>) Kiełbasa zielonogórska 30g (<u>SOJ.</u>) Pasta z twarogu i pomidora 100g (<u>MLE.</u>) sałata 20g, jabłko 150g
II ŚN		Serek wiejski 150g (<u>MLE.</u>)		Serek wiejski 150g (<u>MLE.</u>)	Serek wiejski 150g (<u>MLE.</u>)
Obiad	Ogórkowa 400ml(<u>GLU PSZ.MLE.SEL.</u>) Sztuka mięsa gotowana 80g (<u>GLU PSZ,SEL</u>) w sosie własnym 100ml (<u>GLU PSZ,SEL</u>) Ziemniaki 200g Surówka z kapusty czerwonej z olejem 150g Kompot owocowy 250ml		Krupnik z kaszy jęczmiennej 400ml (<u>GLU PSZ.MLE,SEL</u>) Pulpet wieprzowy gotowany 80g (<u>GLU PSZ,JAJ,SEL</u>) Sos koperkowy 100ml (<u>GLU PSZ,SEL</u>) Ziemniaki 200g Marchew gotowana 150g (<u>GLU PSZ,MLE</u>) Kompot owocowy 250 ml		Krupnik z kaszy jęczmiennej 400ml (<u>GLU PSZ.MLE,SEL</u>) Pulpet wieprzowy gotowany 80g (<u>GLU PSZ,JAJ,SEL</u>) Sos koperkowy 100ml (<u>GLU PSZ,SEL</u>) Ziemniaki 200g Surówka z kapusty czerwonej z olejem 150g
PD		Chleb pszenno-żytni 40g, (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Masło 10g (<u>MLE.</u>), Kiełbasa szynkowa 30g(<u>SOJ.</u>), sałata 10g		Chleb pszenno-żytni 40g, (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Masło 10g (<u>MLE.</u>), Kiełbasa szynkowa 30g(<u>SOJ.</u>) Sałata 10g	Chleb razowy 40g, (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Masło 10g (<u>MLE.</u>) Kiełbasa szynkowa 30g(<u>SOJ.</u>) Sałata 10g
Kolacja	Herbata z/c 250ml Chleb pszenno- żytni, razowy 120g (<u>GLU PSZ.GLU ŻYT.</u>) Masło 82% tłuszczu 15g (<u>MLE.</u>) Pasta z kurczaka z jarzynami 100g (<u>SEL.</u>) Bukiet warzyw gotowanych z dodatkiem oliwy 100g		Herbata z/c 250ml Chleb pszenno- żytni 120g (<u>GLU PSZ.GLU ŻYT.</u>) Masło 82% tłuszczu 15g (<u>MLE.</u>) Pasta z kurczaka z jarzynami 100g (<u>SEL.</u>) Bukiet warzyw gotowanych z dodatkiem oliwy 100g		Herbata b/c 250ml, chleb razowy, chleb o niskim IG 120g (<u>GLU ŻYT.GLU PSZ. GLU ORK.</u>) Masło 82% tłuszczu 15g (<u>MLE.</u>) Pasta z kurczaka z jarzynami 100g (<u>SEL.</u>) Bukiet warzyw gotowanych z dodatkiem oliwy 100g
PN	Chleb chrupki (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.GLU JĘCZ.</u>) Jogurt naturalny 150g (<u>MLE.</u>)				
Wartości odżywcze	Energia (kcal) 2392,90 Białko (g) 105,46 Tłuszcz (g) 76,95 NKT (g) 32,43 Węglowodany (g) 272,24 Cukry (g) 5 5,02 Błonnik pokarm 33,16 Sól (g) 6,04	Energia (kcal) 2828,79 Białko (g) 133,46 Tłuszcz (g) 95,00 NKT (g) 43,93 Węglowodany (g) 292,99 Cukry (g) 55,44 Błonnik pokarm 36,52 Sól (g) 8,51	Energia (kcal) 2167,54 Białko (g) 102,70 Tłuszcz (g) 65,21 NKT (g) 36,55 Węglowodany (g) 306,00 Cukry (g) 66,37 Błonnik pokarm 28,49 Sól (g) 4,43	Energia (kcal) 2601,76 Białko (g) 133,02 Tłuszcz (g) 78,56 NKT (g) 44,22 Węglowodany (g) 319,74 Cukry (g) 68,62 Błonnik pokarm 29,47 Sól (g) 7,19	Energia (kcal) 2238,72 Białko (g) 107,92 Tłuszcz (g) 85,56 NKT (g) 43,71 Węglowodany (g) 236,10 Cukry (g) 27,88 Błonnik pokarm 41,13 Sól (g) 6,60

Zespół Opieki Zdrowotnej w Łęczycy Jadłospis 02.09.2025r (wtorek)		
	Podstawowa / Łatwostrawna dziecięca	Łatwostrawna częściowo rozdrobiona
Śniadanie	Makaron na mleku 300ml (<u>GLU PSZ.MLE.</u>) Kawa mleczna 250ml (<u>GLU JĘCZ.GLU ŻYT.MLE.</u>) Chleb pszenno- żytni 100g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Masło 82% tłuszczu 15g (<u>MLE.</u>) Kiełbasa zielonogórska 80g (<u>SOJ.</u>) Sałata 20g, Jabłko 150g	
II ŚN	Budyń do picia 250ml (<u>MLE.</u>)	
Obiad	Krupnik z kaszy jęczmiennej 400ml (<u>GLU PSZ.MLE,SEL</u>) Pulpet wieprzowy gotowany 80g (<u>GLU PSZ,JAJ,SEL</u>) Sos koperkowy 100ml (<u>GLU PSZ,SEL</u>) Ziemniaki 200g Marchew gotowana 150g (<u>GLU PSZ,MLE</u>) Kompot owocowy 250ml	
PD	Paluszki 70g (<u>GLU PSZ.</u>)	
Kolacja	Herbata z/c 250ml Chleb pszenno- żytni 120g (<u>GLU PSZ.GLU ŻYT.</u>) Masło 82% tłuszczu 15g (<u>MLE.</u>) Pasta z kurczaka z jarzynami 100g (<u>SEL.</u>) Sałata 20g, Pomidor 80g	
PN	Jogurt owocowy 150g (<u>MLE.</u>)	
Wartości odżywcze	Energia (kcal) 2446,63 Białko (g) 115,80 Tłuszcz (g) 82,59 NKT (g) 46,27 Węglowodany (g) 314,47 Cukry (g) 83,37 Błonnik 26,87 Sól (g) 6,50	

Zespół Opieki Zdrowotnej w Łęczycy Jadłospis 03.09.2025r (środa)					
	Podstawowa	Podstawowa (ciążowa/laktacja)	Łatwostrawna	Łatwostrawna (ciążowa/laktacja)	Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów
Śniadanie	Ryż na mleku 300ml (<u>MLE.</u>) Kawa mleczna 250ml (<u>GLU JĘCZ.GLU ŻYT.MLE.</u>) chleb pszenno- żytni , razowy 100g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło 82% tłuszczu 15g (<u>MLE.</u>) Pasta jajeczna 50g (<u>GOR.JAJ</u>) Szynka drobiowa 30g (<u>SOJ.</u>) Sałata 35g,Ogórek zielony 80g	Ryż na mleku 300ml (<u>MLE.</u>) Kawa mleczna 250ml (<u>GLU JĘCZ.GLU ŻYT.MLE.</u>) chleb pszenno- żytni , razowy 100g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło 82% tłuszczu 15g (<u>MLE.</u>) Szynka drobiowa 80g (<u>SOJ.</u>) sałata 35g, jabłko gotowane 200g	Ryż na mleku 300ml (<u>MLE.</u>) Kawa mleczna 250ml (<u>GLU JĘCZ.GLU ŻYT.MLE.</u>) Chleb pszenno- żytni 100g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Masło 82% tłuszczu 15g (<u>MLE.</u>) Dżem 50g, Szynka drobiowa 30g (<u>SOJ.</u>) Sałata 35g, jabłko gotowane 200g	Ryż na mleku 300ml (<u>MLE.</u>) Kawa mleczna 250ml (<u>GLU JĘCZ.GLU ŻYT.MLE.</u>) Chleb pszenno- żytni 100g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Masło 82% tłuszczu 15g (<u>MLE.</u>) Szynka drobiowa 80g (<u>SOJ.</u>) Sałata 35g, jabłko gotowane 200g	Kawa zbożowa b/c 250ml (<u>GLU JĘCZ.GLU ŻYT..</u>) Chleb razowy, chleb o niskim IG 100g (<u>GLU ŻYT.GLU PSZ. GLU ORK.</u>) Masło 82% tłuszczu 15g (<u>MLE.</u>) Pasta jajeczna 50g (<u>GOR.JAJ</u>) Szynka drobiowa 30g (<u>SOJ.</u>) Sałata 35g,Ogórek zielony 80g
II śniadanie		Kefir 200g (<u>MLE.</u>)		Kefir 200g (<u>MLE.</u>)	Kefir 200g (<u>MLE.</u>)
Obiad	Koperkowa z lanym ciastem 400ml (<u>GLU PSZ.MLE.SEL.</u>) Łazanki z kapustą 300g (<u>GLU PSZ.JAJ.SEL.</u>) Kompot owocowy 250ml Gruszka 170g	Grysikowa 400ml (<u>GLU PSZ.MLE.SEL.</u>) Makaron z mięsem 300g (<u>GLU PSZ.JAJ.SEL.</u>) Surówka z marchwi 150g Kompot owocowy 250ml			Grysikowa 400ml (<u>GLU PSZ.MLE.SEL.</u>) 400ml (<u>GLU PSZ.MLE.SEL.</u>) Makaron z mięsem 300g (<u>GLU PSZ.JAJ,SEL.</u>) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 150g
PD		Chleb pszenno- żytni 40g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Masło 10g (<u>MLE.</u>) Schab gotowany w jarzynach 30g		Chleb pszenno- żytni 40g, (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Masło 10g (<u>MLE.</u>) Schab gotowany w jarzynach 30g	Chleb razowy 40g, (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Masło 10g (<u>MLE.</u>) Schab gotowany w jarzynach 30
Kolacja	Herbata z/c 250ml , chleb pszenno- żytni, razowy 120g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Masło 82% tłuszczu 15g (<u>MLE.</u>) Pasta z soczewicy z pomidorami 100g (<u>RYB,SEL.</u>) Bukiet warzyw gotowanych 120g z dodatkiem oliwy	Herbata z/c 250ml Chleb pszenno- żytni 120g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Masło 82% tłuszczu 15g (<u>MLE.</u>) Kiełbasa szynkowa 80g (<u>SOJ.</u>) Bukiet warzyw gotowanych 120g z dodatkiem oliwy			Herbata b/c 250ml Chleb razowy, chleb o niskim IG 120g (<u>GLU ŻYT.GLU PSZ. GLU ORK.</u>) Masło 82% tłuszczu 15g (<u>MLE.</u>) Pasta z soczewicy z pomidorami 100g (<u>RYB,SEL.</u>) Bukiet warzyw gotowanych 120g z dodatkiem oliwy
PN	Serek homogenizowany naturalny 150g (<u>MLE</u>)				
Wartości odżywcze	Energia (kcal) 2350,60 Białko (g) 100,92 Tłuszcz (g) 77,67 NKT (g) 38,02 Węglowodany (g) 294,32 Cukry (g) 62,20 Błonnik pokarm. 33,50 Sól (g) 6,22	Energia (kcal) 2658,44 Białko (g) 126,77 Tłuszcz (g) 88,99 NKT (g) 51,40 Węglowodany (g) 322,29 Cukry (g) 65,49 Błonnik pokarm 27,36 Sól (g) 6,44	Energia (kcal) 2376,13 Białko (g) 98,20 Tłuszcz (g) 75,15 NKT (g) 42,57 Węglowodany (g) 311,75 Cukry (g) 84,47 Błonnik pokarm 26,68 Sól (g) 5,72	Energia (kcal) 2658,44 Białko (g) 126,77 Tłuszcz (g) 88,99 NKT (g) 51,40 Węglowodany (g) 322,29 Cukry (g) 65,49 Błonnik pokarm 27,36 Sól (g) 6,44	Energia (kcal) 2336,41 Białko (g) 110,82 Tłuszcz (g) 96,99 NKT (g) 48,28 Węglowodany (g) 235,58 Cukry (g) 17,09 Błonnik pokarm 42,23 Sól (g) 5,00

Zespół Opieki Zdrowotnej w Łęczycy Jadłospis 03.09.2025r (środa)		
	Podstawowa dziecięca	Łatwostrawna /częściowo rozdrobniona dziecięca
Śniadanie	Ryż na mleku 300ml (<u>MLE.</u>) Kawa mleczna 250ml (<u>GLU JĘCZ.GLU ŻYT.MLE.</u>) Chleb pszenno- żytni 100g (<u>GLU PSZ. GLU ZYT.</u>) Masło 82% tłuszczu 15g (MLE.) Dżem 25g, Szynka drobiowa 30g (<u>SOJ.</u>) Sałata 35g, jabłko 200g	Ryż na mleku 300ml (<u>MLE.</u>) Kawa mleczna 250ml (<u>GLU JĘCZ.GLU ŻYT.MLE.</u>) Chleb pszenno- żytni 100g (<u>GLU PSZ. GLU ZYT.</u>) Masło 82% tłuszczu 15g (MLE.) Dżem 50g, Szynka drobiowa 30g (<u>SOJ.</u>) Sałata 35g,
II ŚN	Jogurt owocowy 150g (MLE)	
Obiad	Grycikowa 400ml (<u>GLU PSZ.MLE.SEL.</u>) Makaron z mięsem 300g (<u>GLU PSZ.JAJ.SEL.</u>) Surówka z marchwi 150g Kompot owocowy 250ml	
PD	Gruszka 150g	
Kolacja	Herbata z/c 250ml Chleb pszenno- żytni 120g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Masło 82% tłuszczu 15g (MLE.) Kiełbasa szynkowa 80g (<u>SOJ.</u>) Bukiet warzyw gotowanych 120g z dodatkiem oliwy	
PN	Sok warzywno - owocowy 150g (<u>MLE</u>)	
Wartości odżywcze	Energia (kcal) 2642,30 Białko (g) 110,60 Tłuszcz (g) 81,27 NKT (g) 46,36 Węglowodany (g) 349,28 Cukry (g) 98,06 Błonnik pokarm 33,53 Sól (g) 6,3	

Zespół Opieki Zdrowotnej w Łęczycy
Jadłospis 04.09.2025r (czwartek)

	Podstawowa	Podstawowa (ciężowa)	Łatwostrawna	Łatwostrawna (ciężowa/laktacja)	Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów
Śniadanie	Zacierka na mleku 300ml (<u>GLU PSZ.MLE.</u>) Kawa mleczna 250ml (<u>GLU JĘCZ.GLU ŻYT.MLE.</u>) Chleb pszenno- żytni, razowy 100g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Masło 82% tłuszczu 15g (<u>MLE.</u>) Miód 25g/1szt, Szynka łopatkowa 50g (<u>SOJ.</u>) Sałata 20g, Jabłko 150g	Zacierka na mleku 300ml (<u>GLU PSZ.,MLE.</u>) Kawa mleczna 250ml (<u>GLU JĘCZ.GLU ŻYT.MLE.</u>) Chleb pszenno- żytni, razowy 100g (<u>GLU PSZ.GLU ŻYT.</u>) Masło 82% tłuszczu 15g (<u>MLE.</u>), Szynka łopatkowa 80g (<u>SOJ.</u>) Sałata 20g, Jabłko 150g	Zacierka na mleku 300ml (<u>GLU PSZ.MLE.</u>) Kawa mleczna 250ml (<u>GLU JĘCZ.GLU ŻYT.MLE.</u>) Chleb pszenno- żytni 100g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Masło 82% tłuszczu 15g (<u>MLE.</u>) Miód 25g/1szt, Szynka łopatkowa 50g (<u>SOJ.</u>), Sałata 20g,Jabłko gotowane 150g	Zacierka na mleku 300ml (<u>GLU PSZ.MLE</u>) Kawa mleczna 250ml(<u>GLU JĘCZ.GLU ŻYT.MLE.</u>) Chleb pszenno- żytni 100g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Masło 82% tłuszczu 15g (<u>MLE.</u>), Szynka łopatkowa 80g (<u>SOJ.</u>) Sałata 20g, Jabłko gotowane 150g	Kawa zbożowa b/c 250ml (<u>GLU JĘCZ.GLU ŻYT..</u>) Chleb razowy, chleb o niskim IG 100g (<u>GLU ŻYT.GLU PSZ. GLU ORK.</u>) Masło 82% tłuszczu 15g (<u>MLE.</u>) Szynka łopatkowa 80g (<u>SOJ.</u>), Sałata 20g, Jabłko 150g
II		Serek wiejski 200g (<u>MLE.</u>)		Serek wiejski 200g (<u>MLE.</u>)	Serek wiejski 200g (<u>MLE.</u>)
Obiad	Krupnik 400ml (<u>GLU PSZ.MLE.SEL</u>) Filet z kurczaka gotowany 90g (<u>GLU PSZ.JAJ.</u>) w sosie ziołowym 100ml (<u>GLU PSZ.SEL.</u>) Ziemniaki 200g Surówka z włoszczyzny 150g (<u>GOR.</u>) Kompot owocowy 250ml		Kalafiorowa 400ml (<u>GLU PSZ.MLE.SEL</u>) Gulasz drobiowy ze szpinakiem 200g (<u>GLU PSZ. SEL</u>) Ziemniaki 200g Buraczek 150g Kompot owocowy 250ml		Kalafiorowa 400ml (<u>GLU PSZ.MLE.SEL</u>) Gulasz drobiowy ze szpinakiem 200g (<u>GLU PSZ. SEL</u>) Ziemniaki 200g Surówka z włoszczyzny 150g (<u>GOR.</u>),
PD		Chleb pszenno- żytni 40g, (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Masło 10g (<u>MLE.</u>) Schab gotowany w jarzynach 30g		Chleb pszenno- żytni 40g, (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Masło 10g (<u>MLE.</u>) Schab gotowany w jarzynach 30g	Chleb razowy 40g, (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Masło 10g (<u>MLE.</u>) Schab gotowany w jarzynach 30g
Kolacja	Herbata z/c 250ml Chleb pszenno- żytni, razowy 120g (<u>GLU PSZ.GLU ŻYT.</u>) Masło 82% tłuszczu 15g (<u>MLE.</u>) Polędwica sopocka 80g (<u>SOJ.)</u> Sałata 20g, Pomidor 80g		Herbata z/c 250ml Chleb pszenno- żytni 120g (<u>GLU PSZ.GLU ŻYT.</u>) Masło 82% tłuszczu 15g (<u>MLE.</u>) Polędwica sopocka 80g (<u>SOJ.)</u> Sałata 20g, Pomidor 80g		Herbata b/c 250ml Chleb razowy, chleb o niskim IG 120g (<u>GLU ŻYT.GLU PSZ. GLU ORK.</u>) Masło 82% tłuszczu 15g (<u>MLE.</u>) Polędwica sopocka 80g (<u>SOJ.)</u> Sałata 20g, Pomidor 80g
PN	Chleb chrupki (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.GLU JĘCZ.</u>) Jogurt naturalny 150g (<u>MLE.</u>)				
Wartości odżywcze	Energia (kcal) 2265,47 Białko (g) 102,46 Tłuszcz (g) 53,47 NKT (g) 27,00 Węglowodany (g) 330,02 Cukry (g) 58,89 Błonnik pokarmowy 34,00 Sól (g) 5,01	Energia (kcal) 2670,79 Białko (g) 133,41 Tłuszcz (g) 70,77 NKT (g) 36,65 Węglowodany (g) 355,07 Cukry (g) 68,21 Błonnik pokarm. 36,75 Sól (g) 8,17	Energia (kcal) 2040,70 Białko (g) 99,43 Tłuszcz (g) 47,24 NKT (g) 29,12 Węglowodany (g) 292,13 Cukry (g) 64,99 Błonnik pokarmowy 25,68 Sól (g) 6,03	Energia (kcal) 2 442,48 Białko (g) 134,26 Tłuszcz (g) 66,06 NKT (g) 40,85 Węglowodany (g) 314,17 Cukry (g) 66,33 Błonnik pokarmowy 28,80 Sól (g) 8,42	Energia (kcal) 2017,42 Białko (g) 116,41 Tłuszcz (g) 69,72 NKT (g) 37,12 Węglowodany (g) 213,94 Cukry (g) 34,18 Błonnik pokarmowy 4,67 Sól (g) 8,48

Zespół Opieki Zdrowotnej w Łęczycy Jadłospis 04.09.2025r (czwartek)		
	Podstawowa dziecięca	Łatwostrawna /częściowo rozdrobniona dziecięca
Śniadanie	Zacierka na mleku 300ml (<u>GLU PSZ.MLE.</u>) Kawa mleczna 250ml (<u>GLU JĘCZ.GLU ŻYT.MLE.</u>) Chleb pszenno- żytni, razowy 100g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Masło 82% tłuszczu 15g (<u>MLE.</u>) Dżem 25g/1szt, Szynka łopatkowa 50g (<u>SOJ.</u>) Sałata 20g, Mandarynka 100g	
II ŚN	Jogurt owocowy 150g (<u>MLE.</u>)	
Obiad	Krupnik 400ml (<u>GLU PSZ.MLE.SEL</u>) Filet z kurczaka gotowany (<u>GLU PSZ.JAJ.</u>) w sosie ziołowym 100ml (<u>GLU PSZ.SEL.</u>) Ziemniaki 200g Surówka z włoszczyzny 150g (<u>GOR.</u>) Kompot owocowy 250ml	Kalafiorowa 400ml (<u>GLU PSZ.MLE.SEL</u>) Gulasz drobiowy z koperkiem 200g (<u>GLU PSZ. SEL</u>) ziemniaki 200g Buraczek Kompot owocowy 250ml
P D	Mus owocowy pasteryzowany -100g	
Kolacja	Herbata z/c 250ml Chleb pszenno- żytni, razowy 120g (<u>GLU PSZ.GLU ŻYT.</u>) Masło 82% tłuszczu 15g (<u>MLE.</u>) Sałatka jarzynowa 250g (<u>JAJ.SEL.GOR.</u>) Polędwica sopocka 30g (<u>SOJ.)</u>	Herbata z/c 250ml Chleb pszenno- żytni 120g (<u>GLU PSZ.GLU ŻYT.</u>) Masło 82% tłuszczu 15g (<u>MLE.</u>), Polędwica sopocka 80g (<u>SOJ.)</u> Sałata 20g, Pomidor 80g
PN	Serek wiejski 200g (<u>MLE.</u>)	
Wartości odżywcze	Energia (kcal) 2705,23 Białko (g) 118,72 Tłuszcz (g) 73,33 NKT (g) 33,56 Węglowodany (g) 369,50 Cukry (g) 84,39 Błonnik 42,84 Sól (g) 8,09	Energia (kcal) 2227,11 Białko (g) 120,20 Tłuszcz (g) 54,33 NKT (g) 33, Węglowodany (g) 299,67 Cukry (g) 87,38 Błonnik pokarmowy 27,93 Sól (g) 7,83

Zespół Opieki Zdrowotnej w Łęczycy
Jadłospis 05.09.2025r (piątek)

	Podstawowa	Podstawowa (ciążowa)	Łatwostrawna	Łatwostrawna (ciążowa/laktacja)	Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów
Śniadanie	Ryż na mleku 300ml <u>(MLE.)</u> , Kawa mleczna 250ml <u>(GLU JĘCZ.GLU ŻYT.MLE.)</u> Chleb pszenno- żytni, razowy 100g <u>(GLU PSZ. GLU ŻYT.)</u> , Masło 82% tłuszczu 15g <u>(MLE.)</u> , Pasta brokułowa z jajkiem 100g <u>(JAJ.)</u> , Kiełbasa szynkowa 30g <u>(SOJ.)</u> , sałata 20g, sałatka z ogórka zielonego i rzodkiewki z oliwą 150g		Ryż na mleku 300ml <u>(MLE.)</u> Kawa mleczna 250ml <u>(GLU JĘCZ.GLU ŻYT.MLE.)</u> Chleb pszenno- żytni 100g <u>(GLU PSZ. GLU ŻYT.)</u> Masło 82% tłuszczu 15g <u>(MLE.)</u> , Miód 25g/ 1szt. Szynka wieprzowa 50g <u>(SOJ.)</u> Sałata 20g,Jabłko gotowane 200	Ryż na mleku 300ml <u>(MLE.)</u> Kawa mleczna 250ml <u>(GLU JĘCZ.GLU ŻYT.MLE.)</u> Chleb pszenno- żytni 100g <u>(GLU PSZ. GLU ŻYT.)</u> Masło 82% tłuszczu 15g <u>(MLE.)</u> Szynka wieprzowa 80g <u>(SOJ)</u> Sałata 20g Jabłko gotowane 200g	Kawa zbożowa b/c 250ml <u>(GLU JĘCZ.GLU ŻYT..)</u> Chleb razowy, chleb o niskim IG 100g <u>(GLU ŻYT.GLU PSZ. GLU ORK.)</u> Masło 82% tłuszczu 15g <u>(MLE.)</u> Pasta brokułowa z jajkiem 100g <u>(JAJ.)</u> Kiełbasa szynkowa 30g <u>(SOJ.)</u> Sałata, Sałatka z ogórka zielonego i rzodkiewki z oliwą 150g
II ŚN		Serek homogenizowany naturalny 150g <u>(MLE.)</u>		Serek homogenizowany naturalny 150g <u>(MLE.)</u>	Serek homogenizowany naturalny 150g <u>(MLE.)</u>
Obiad	Zupa z soczewicy 400ml <u>(GLU PSZ.SEL)</u> , Naleśniki z serem 250g <u>(GLU PSZ.MLE.JAJ.)</u> - 2szt, Jogurt naturalny 150g <u>(MLE.)</u> Kompot owocowy 250ml Gruszka 150g		Krupnik z kaszy jaglanej 400ml <u>(MLE.SEL.)</u> Klopsik z ryby gotowany 100g w sosie pomidorowym 100ml <u>(GLU PSZ.RYB.JAJ.)</u> Ziemniaki 200g Surówka z marchwi z olejem 150g Kompot owocowy 250ml		Krupnik z kaszy jaglanej 400ml <u>(MLE.SEL.)</u> Klopsik z ryby gotowany 100g w sosie pomidorowym 100ml <u>(GLU PSZ.RYB.JAJ.)</u> Ziemniaki 200g Surówka z kapusty kwaszonej z olejem 150g
PD		Chleb pszenno żytni 40g <u>(GLU PSZ.GLU ŻYT.)</u> ,masło 10g <u>(MLE.)</u> , szynka drobiowa 30g <u>(SOJ.MLE.SEL.GOR.)</u> , pomidor 50g		Chleb pszenno- żytni 40g, <u>(GLU PSZ. GLU ŻYT.)</u> , masło 10g <u>(MLE.)</u> , szynka drobiowa 30g <u>(SOJ.MLE.SEL.GOR.)</u> , jabłko 150g	Chleb razowy 40g, <u>(GLU PSZ. GLU ŻYT.)</u> , masło 10g <u>(MLE.)</u> , połędwica sopocka 30g <u>(GLU.JAJ.MLE.SEL.GOR.SOJ.)</u> , pomidor 50g
Kolacja	Herbata z/c 250ml Chleb pszenno- żytni, razowy 120g <u>(GLU PSZ.GLU ŻYT.)</u> , Masło 82% tłuszczu 15g <u>(MLE.)</u> , Pasta z makreli z cebulą i ogórkiem kiszonym 100g <u>(RYB.)</u> , Sałata 35g, papryka 40g		Herbata z/c 250ml Chleb pszenno- żytni 120g <u>(GLU PSZ.GLU ŻYT.)</u> Masło 82% tłuszczu 15g <u>(MLE.)</u> Serek wiejski 200g <u>(MLE.)</u> Sałata 20g, pomidor 60g		Herbata b/c 250ml chleb razowy, chleb o niskim IG 120g <u>(GLU ŻYT.GLU PSZ. GLU ORK.)</u> Masło 82% tłuszczu 15g <u>(MLE.)</u> , Pasta z makreli z cebulą i ogórkiem kiszonym 100g <u>(RYB.)</u> , Sałata 35g, papryka 40g
PN	Sok pomidorowy 300ml				
Wartości odżywcze	Energia (kcal) 2620,65 Białko (g) 105,81 Tłuszcz (g) 77,61 NKT (g) 35,02 Węglowodany (g) 342,00 Cukry (g) 85,00 Błonnik 38,15 Sól (g) 9,80	Energia (kcal) 2986,73 Białko (g) 132,13 Tłuszcz (g) 101,33 NKT (g) 50,53 Węglowodany (g) 366,00 Cukry (g) 86,27 Błonnik 39,80 Sól (g) 11,55	Energia (kcal) 2221,10 Białko (g) 85,47 Tłuszcz (g) 63,27 NKT (g) 31,24 Węglowodany (g) 312,30 Cukry (g) 73,49 Błonnik 32,88 Sól (g) 8,66	Energia (kcal) 2512,17 Białko (g) 98,89 Tłuszcz (g) 78,06 NKT (g) 40,19 Węglowodany (g) 332,66 Cukry (g) 77,64 Błonnik 34,33 Sól (g) 9,84	Energia (kcal) 1914,22 Białko (g) 77,89 Tłuszcz (g) 78,15 NKT (g) 30,46 Węglowodany (g) 193,40 Cukry (g) 33,50 Błonnik 43,43 Sól (g) 11,43

Zespół Opieki Zdrowotnej w Łęczycy Jadłospis 05.09.2025r (piątek)		
	Podstawowa dziecięca	Łatwostrawna / łatwostrawna częściowo rozdrobniona dziecięca
Śniadanie	Ryż na mleku 300ml <u>(MLE.)</u> Kawa mleczna 250ml <u>(GLU JĘCZ.GLU ŻYT.MLE.)</u> Chleb pszenno- żytni, razowy 100g <u>(GLU PSZ. GLU ŻYT.)</u> Masło 82% tłuszczu 15g <u>(MLE.)</u> Dżem 25g/1szt, Ser żółty 50g <u>(MLE.)</u> Sałata 20g, Jabłko 200g	Ryż na mleku 300ml <u>(MLE.)</u> Kawa mleczna 250ml <u>(GLU JĘCZ.GLU ŻYT.MLE.)</u> Chleb pszenno- żytni 100g <u>(GLU PSZ. GLU ŻYT.)</u> Masło 82% tłuszczu 15g <u>(MLE.)</u> , Dżem 25g/ 1szt., Szynka 50g <u>(SOJ.)</u> Sałata 20g, Jabłko 200g
II ŚN	Kisiel do picia 250ml	
Obiad	Grochówka 400ml <u>(SEL)</u> Naleśniki z serem 250g -2szt <u>(GLU PSZ.MLE.JAJ.)</u> Kompot owocowy 250ml	Krupnik z kaszy jaglanej 400ml <u>(MLE.SEL.)</u> Klopsik z ryby gotowany 100g w sosie pomidorowym 100ml <u>(GLU PSZ.RYB.JAJ.)</u> Ziemniaki 200g Surówka z marchwi z olejem 150g Kompot owocowy 250ml
PD	Chrupki kukurydziane 70g -1op	
Kolacja	Herbata z/c 250ml Chleb pszenno- żytni, razowy 120g <u>(GLU PSZ.GLU ŻYT.)</u> Masło 82% tłuszczu 15g <u>(MLE.)</u> Serek wiejski 200g <u>(MLE.)</u> Sałata 20g, pomidor 60g	Herbata z/c 250ml Chleb pszenno- żytni 120g <u>(GLU PSZ.GLU ŻYT.)</u> Masło 82% tłuszczu 15g <u>(MLE.)</u> Serek wiejski 200g <u>(MLE.)</u> Sałata 20g, pomidor 60g
PN	Sok wielowarzywny 300ml	
Wartości odżywcze	Energia (kcal) 2868,23 Białko (g) 116,70 Tłuszcz (g) 79,48 NKT (g) 43,61 Węglowodany (g) 393,53 Cukry (g) 88,12 Błonnik 41,25 Sól (g) 5,58	Energia (kcal) 2227,94 Białko (g) 115,72 Tłuszcz (g) 76,12 NKT (g) 37,60 Węglowodany (g) 302,32 Cukry (g) 88,78 Błonnik 30,46 Sól (g) 2,59

Zespół Opieki Zdrowotnej w Łęczycy Jadłospis 06.09.2025r (sobota)					
	Podstawowa	Podstawowa (ciążowa/laktacja)	Łatwostrawna	Łatwostrawna (ciążowa/laktacja)	Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów
Śniadanie	Manna na mleku <u>(GLU PSZ.MLE.)</u> Kawa mleczna 250ml <u>(GLU JĘCZ.GLU ŻYT.MLE.)</u> Chleb pszenno- żytni, razowy 100g <u>(GLU PSZ. GLU ŻYT.)</u> Masło 82% tłuszczu 15g <u>(MLE.)</u> Twarożek z koperkiem 80g <u>(MLE.)</u> Szynka drobiowa 30g <u>(SOJ.)</u> Sałata 20g, Jabłko 200g		Manna na mleku <u>(GLU PSZ.MLE.)</u> Kawa mleczna 250ml <u>(GLU JĘCZ.GLU ŻYT.MLE.)</u> Chleb pszenno- żytni 100g <u>(GLU PSZ. GLU ŻYT.)</u> Masło 82% tłuszczu 15g <u>(MLE.)</u> Twarożek z koperkiem 80g <u>(MLE.)</u> Szynka drobiowa 30g <u>(SOJ.)</u> Sałata 20g, jabłko 150g		Kawa zbożowa b/c 250ml <u>(GLU JĘCZ.GLU ŻYT..)</u> Chleb razowy, chleb o niskim IG 100g <u>(GLU ŻYT.GLU PSZ. GLU ORK.)</u> Masło 82% tłuszczu 15g <u>(MLE.)</u> Twarożek z koperkiem 80g <u>(MLE.)</u> Szynka drobiowa 30g <u>(SOJ.)</u> Sałata 20g, Jabłko 200g
II ŚN		Chleb chrupki 5g -1szt <u>(GLU PSZ. GLU ŻYT.GLU JĘCZ.)</u> Sok wielowarzywny 300ml		Chleb chrupki 5g -1szt <u>(GLU PSZ. GLU ŻYT.GLU JĘCZ.)</u> Sok wielowarzywny 300ml	Chleb chrupki 5g -1szt <u>(GLU PSZ. GLU ŻYT.GLU JĘCZ.)</u> Sok wielowarzywny 300ml
Obiad	Barszcz czerwony zabieleny 400ml <u>(GLU PSZ.MLE.SEL.)</u> Filet z jarzynami duszony 150g <u>(SEL.)</u> Ryż brązowy na sypko 200g Sałatka z ogórka kiszzonego 150g Kompot owocowy 250ml		Kalafiorowa 400ml <u>(GLU PSZ.MLE.SEL.)</u> Gulasz drobiowy ze szpinakiem gotowany 200g <u>(GLU PSZ.SEL.)</u> Ryż biały na sypko 200g Surówka z marchwi z olejem 150g Kompot owocowy 250ml		Kalafiorowa 400ml <u>(GLU PSZ.MLE.SEL.)</u> Gulasz drobiowy ze szpinakiem gotowany 200g <u>(GLU PSZ.SEL.)</u> Ryż brązowy na sypko200g Surówka z marchwi z olejem 150g
PD		Chleb pszenno-żytni 40g, <u>(GLU PSZ. GLU ŻYT.)</u> Masło 10g <u>(MLE.)</u> Pasta rybna z pomidorami 50g <u>(RYB.SEL.)</u>		Chleb pszenno-żytni 40g <u>(GLU PSZ. GLU ŻYT.)</u> Masło 10g <u>(MLE.)</u> Pasta rybna z pomidorami 50g <u>(RYB.SEL.)</u>	Chleb razowy 40g, <u>(GLU PSZ. GLU ŻYT.)</u> Masło 10g <u>(MLE.)</u> Pasta rybna z pomidorami 50g <u>(RYB.SEL.)</u>
Kolacja	Herbata z/c 250ml Chleb pszenno- żytni, razowy 120g <u>(GLU PSZ.GLU ŻYT.)</u> Masło 82% tłuszczu 15g <u>(MLE.)</u> Kiełbasa szynkowa 80g <u>(SOJ.)</u> Sałata 20g, Pomidor 60g		Herbata z/c 250ml Chleb pszenno- żytni 120g <u>(GLU PSZ.GLU ŻYT.)</u> Masło 82% tłuszczu 15g <u>(MLE.)</u> Kiełbasa szynkowa 80g <u>(SOJ.)</u> Sałata 20g, Pomidor 60g		Herbata b/c 250ml Chleb razowy, chleb o niskim IG 120g <u>(GLU ŻYT.GLU PSZ. GLU ORK.)</u> Masło 82% tłuszczu 15g <u>(MLE.)</u> Kiełbasa szynkowa 80g <u>(SOJ.)</u> Sałata 20g, Pomidor 60g
PN	Serek homogenizowany naturalny 150g <u>(MLE.)</u>				
Wartości odżywcze	Energia (kcal) 2360,38 Białko (g) 118,27 Tłuszcz (g) 73,79 NKT (g) 38,13 Węglowodany (g) 255,71 Cukry (g) 45,46 Błonnik pokarm 39,30 Sól (g) 8,84	Energia (kcal) 2631,41 Białko (g) 135,93 Tłuszcz (g) 77,39 NKT (g) 39,75 Węglowodany(g) 291,95 Cukry (g) 58,07 Błonnik pokarm 44,85 Sól (g) 10,96	Energia (kcal) 2440,46 Białko (g) 118,48 Tłuszcz (g) 73,61 NKT (g) 42,19 Węglowodany(g) 332,42 Cukry (g) 62,62 Błonnik pokarm 26,75 Sól (g) 5,84	Energia (kcal) 2767,60 Białko (g) 136,99 Tłuszcz (g) 84,68 NKT (g) 48,55 Węglowodany(g) 368,72 Cukry (g) 76,28 Błonnik pokarm 32,30 Sól (g) 9,24	Energia (kcal) 2235,54 Białko (g) 113,15 Tłuszcz (g) 73,55 NKT (g) 40,54 Węglowodany (g) 225,47 Cukry (g) 22,63 Błonnik pokarm 50,64 Sól (g) 8,93

Zespół Opieki Zdrowotnej w Łęczycy Jadłospis 06.09.2025r (sobota)		
	Podstawowa dziecięca	Łatwostrawna / łatwostrawna częściowo rozdrobniiona dziecięca
Śniadanie	Manna na mleku 300ml (<u>GLU PSZ.MLE.</u>) Kawa mleczna 250ml (<u>GLU JĘCZ.GLU ŻYT.MLE.</u>) Chleb pszenno- żytni 100g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Masło 82% tłuszczu 15g (<u>MLE.</u>) Twarożek z koperkiem 80g (<u>MLE.</u>) Szynka drobiowa 30g (<u>SOJ.</u>) Sałata 20g, Jabłko 200g	
II ŚN	Serek homogenizowany owocowy 150g (<u>MLE.</u>)	
Obiad	Kalafiorowa 400ml (<u>GLU PSZ.MLE.SEL.</u>) Gulasz drobiowy z koperkiem szpinakiem gotowany 200g (<u>GLU PSZ.SEL.</u>) Ryż biały na sypko 200g Surówka z marchwi z olejem 150g Kompot owocowy 250ml	
PD	Kisiel do picia 250ml	
Kolacja	Herbata z/c 250ml chleb pszenno- żytni 120g (<u>GLU PSZ.GLU ŻYT.</u>) masło 82% tłuszczu 15g (<u>MLE.</u>) Kiełbasa szynkowa 80g (<u>SOJ.</u>) Sałata 20g, pomidor 60g	
PN	Mus owocowy 100g - produkt pasteryzowany	
Wartości odżywcze	Energia (kcal) 2318,46 Białko (g) 126,47 Tłuszcz (g) 55,21 NKT (g) 30,96 Węglowodany (g) 342,64 Cukry (g) 99,24 Błonnik pokarm 26,63 Sól (g) 5,89	

Zespół Opieki Zdrowotnej w Łęczycy
Jadłospis 07.09.2025r (niedziela)

	Podstawowa	Podstawowa (ciążowa)	Łatwostrawna	Łatwostrawna (ciążowa/laktacja)	Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów
Śniadanie	Zacierka na mleku 300ml (<u>GLU PSZ.MLE.</u>) Kawa mleczna 250ml (<u>GLU JĘCZ.GLU ŻYT.MLE.</u>) chleb pszenno- żytni, razowy 100g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Masło 82% tłuszczu 15g (<u>MLE.</u>) Dżem 25g/1szt Szynka łopatkowa 50g (<u>SOJ.</u>) Sałata 20g, Jabłko 150g -1szt	Zacierka na mleku 300ml (<u>GLU PSZ.MLE.</u>) Kawa mleczna 250ml (<u>GLU JĘCZ.GLU ŻYT.MLE.</u>) chleb pszenno- żytni, razowy 100g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Masło 82% tłuszczu 15g (<u>MLE.</u>) Szynka łopatkowa 80g (<u>SOJ.</u>) Sałata 20g, Jabłko 150g -1szt	Zacierka na mleku 300ml (<u>GLU PSZ.MLE.</u>) Kawa mleczna 250ml (<u>GLU JĘCZ.GLU ŻYT.MLE.</u>) Chleb pszenno- żytni 100g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Masło 82% tłuszczu 15g (<u>MLE.</u>) Dżem 25g/1szt Szynka łopatkowa 50g (<u>SOJ.</u>) Sałata 20g, Jabłko gotowane 150g -1szt	Zacierka na mleku 300ml (<u>GLU PSZ.MLE.</u>) Kawa mleczna 250ml (<u>GLU JĘCZ.GLU ŻYT.MLE.</u>) Chleb pszenno- żytni 100g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Masło 82% tłuszczu 15g (<u>MLE.</u>) Dżem 25g/1szt Szynka łopatkowa 50g (<u>SOJ.</u>) Sałata 20g, Jabłko gotowane 150g -1szt	Kawa zbożowa b/c 250ml (<u>GLU JĘCZ.GLU ŻYT..</u>) Chleb razowy, chleb o niskim IG 100g (<u>GLU PSZ.GLU ŻYT.</u>) Masło 82% tłuszczu 15g (<u>MLE.</u>) Szynka łopatkowa 80g (<u>SOJ.</u>) Sałata 20g, Jabłko 150g -1szt
II śniadanie		Serek wiejski 200g (<u>MLE.</u>)		Serek wiejski 200g (<u>MLE.</u>)	Serek wiejski 200g (<u>MLE.</u>)
Obiad	Pomidorowa z makaronem 400ml(<u>GLU PSZ.MLE.SEL</u>) Pulpet drobiowy gotowany 80g (<u>GLU PSZ.JAJ.</u>) Sos pieczarkowy 150ml (<u>GLU PSZ.SEL.</u>) Ziemniaki 200g Surówka z kapusty białej z olejem 150g Kompot owocowy 250ml		Pomidorowa z makaronem 400ml(<u>GLU PSZ.MLE.SEL</u>) Pulpet drobiowy 80g (<u>GLU PSZ.JAJ.</u>) Sos koperkowy 100ml (<u>GLU PSZ.JAJ.SEL.</u>) Ziemniaki 200g Brokuł z wody 150g Kompot owocowy 250ml		Pomidorowa z makaronem 400ml(<u>GLU PSZ.MLE.SEL</u>) Pulpet drobiowy 80g (<u>GLU PSZ.JAJ.</u>) Sos koperkowy 100ml (<u>GLU PSZ.JAJ.SEL.</u>) Ziemniaki 200g, Brokuł z wody 150g
PD		Chleb pszenno- żytni 40g, (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Masło 10g (<u>MLE.</u>) Schab gotowany w jarzynach 30g		Chleb pszenno- żytni 40g, (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Masło 10g (<u>MLE.</u>) Schab gotowany w jarzynach 30g	Chleb razowy 40g, (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Masło 10g (<u>MLE.</u>) Schab gotowany w jarzynach 30g
Kolacja	Herbata z/c 250ml Chleb pszenno- żytni, razowy 120g (<u>GLU PSZ.GLU ŻYT.</u>) Masło 82% tłuszczu 15g (<u>MLE.</u>) Sałatka jarzynowa 250g (<u>JAJ.SEL.GOR.</u>) Polędwica sopocka 50g (<u>SOJ.</u>)		Herbata z/c 250ml Chleb pszenno- żytni 120g (<u>GLU PSZ.GLU ŻYT.</u>) Masło 82% tłuszczu 15g (<u>MLE.</u>) Polędwica sopocka 80g (<u>SOJ.</u>) Sałata 20g, pomidor 80g		Herbata b/c 250ml Chleb razowy, chleb o niskim IG 120g (<u>GLU ŻYT.GLU PSZ</u>) Masło 82% tłuszczu 15g (<u>MLE.</u>) Polędwica sopocka 80g(<u>SOJ.</u>) Sałata 20g, Pomidor 80g
PN	Chleb chrupki 5g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.GLU JĘCZ.</u>) Jogurt naturalny 150g (<u>MLE.</u>)				
Wartości odżywcze	Energia (kcal) 2442,82 Białko (g) 96,30 Tłuszcz (g) 64,67 NKT (g) 27,56 Węglowodany (g) 343,98 Cukry (g) 62,97 Błonnik pokarmowy 40,67 Sól (g) 6,13	Energia (kcal) 2885,20 Białko (g) 134,85 Tłuszcz (g) 88,85 NKT (g) 37,67 Węglowodany (g) 378,87 Cukry (g) 72,70 Błonnik pokarm. 42,31 Sól (g) 8,69	Energia (kcal) 2113,34 Białko (g) 102,87 Tłuszcz (g) 48,94 NKT (g) 29,39 Węglowodany (g) 299,06 Cukry (g) 48,72 Błonnik pokarmowy 23,16 Sól (g) 6,03	Energia (kcal) 2552,48 Białko (g) 134,70 Tłuszcz (g) 67,16 NKT (g) 41,02 Węglowodany (g) 330,67 Cukry (g) 58,82 Błonnik pokarmowy 26,28 Sól (g) 8,42	Energia (kcal) 2089,42 Białko (g) 121,41 Tłuszcz (g) 70,72 NKT (g) 37,37 Węglowodany (g) 222,24 Cukry (g) 34,18 Błonnik pokarmowy 4,77 Sól (g) 8,40

Zespół Opieki Zdrowotnej w Łęczycy Jadłospis 07.09.2025r (niedziela)		
	Podstawowa dziecięca	Łatwostrawna / Łatwostrawna częściowo rozdrobniona dziecięca
Śniadanie	Zacierka na mleku 300ml (<u>GLU PSZ.MLE.</u>) Kawa mleczna 250ml (<u>GLU JĘCZ.GLU ŻYT.MLE.</u>) Chleb pszenno- żytni 100g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Masło 82% tłuszczu 15g (<u>MLE.</u>) Dżem 25g/1szt, szynka łopatkowa 50g (<u>SOJ.</u>) Sałata 20g, Jabłko 200g	
II ŚN	Jogurt owocowy 150g (<u>MLE.</u>)	
Obiad	Pomidorowa z makaronem 400ml(<u>GLU PSZ.MLE.SEL</u>) Pulpet drobiowy 80g (<u>GLU PSZ.JAJ.</u>) Sos koperkowy 100ml (<u>GLU PSZ.JAJ.SEL.</u>) Ziemniaki 200g Kalafior z wody 150g Kompot owocowy 250ml	
PD	Mus owocowy pasteryzowany -100g	
Kolacja	Herbata z/c 250ml Chleb pszenno- żytni 120g (<u>GLU PSZ.GLU ŻYT.</u>) Masło 82% tłuszczu 15g (<u>MLE.</u>) Polędwica sopocka 80g (<u>SOJ.</u>) Sałata 20g, Pomidor 80g	
PN	Serek wiejski 200g (<u>MLE.</u>)	
Wartości odżywcze	Energia (kcal) 2335,02 Białko (g) 123,64 Tłuszcz (g) 57,03 NKT (g) 34,01 Węglowodany (g) 316,17 Cukry (g) 69,87 Błonnik pokarmowy 25,40 Sól (g) 7,83	