

		1	2	3	5	6	7
		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2025-05-19 poniedziałek	Podstawa Dzieci UCK	Platki owsiane gotowane na mleku . 300 ml (7 BIA, 1 GLU, 7 MLE) Kawa zbozowa z mlekiem bez cukru 250 ml (1 GLU, 7 BIA, 7 MLE) Chleb zwykły 65 g (1 GLU, 1 ŻYT) Masło Mlekowita 10g 1 szt (7 BIA, 7 MLE) cukier 5g ADM 1 szt filet zapiekany Giżewski 40 g (6 SOJ) Gruszka 150 g Ser żółty Moński 40 g szpinak baby 10 g Papryka zielona 50 g	Ciastko kokosowe Frank&Oli 1 szt (5 OZI, 5 ORZ, 11 SEZ) Pomidory cherry 50 g	Kapuśniak z kapusty kiszonej^ 350 ml (1 GLU, 9 SEL) Knedle z owocami śliwka z masłem i cukrem UCK/KCO 350 g (7 BIA, 1 GLU, 3 JAJ) Surówka z marchewki i ananasa.^ 120 g Galaretka Zott 175g 1 szt	Ogórek zielony 50 g Schab z Kija 40 g Jajko gotowane na półtwardo 1 szt (3 JAJ) Bułka mała 50g Popowicka 1 szt (1 GLU) Rama 10g 1 szt Sok owocowy Wosanka 1 szt cukier 5g ADM 1 szt	Antybaton Łowicz Crunchy Wafel 1 szt (5 ORZ)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 634,9 Białko ogółem [g] 102,1 Tłuszcz [g] 93,1 Węglowodany przyswajalne [g] 324,1 Sód [mg] 1 628,4 Błonnik pokarmowy [g] 37,5 suma cukrów prostych [g] 120,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 50,8
	Łatwostrawna Dzieci UCK	Platki owsiane gotowane na mleku . 300 ml (7 BIA, 1 GLU, 7 MLE) Kawa zbozowa z mlekiem bez cukru 250 ml (1 GLU, 7 BIA, 7 MLE) Bułka mała 50g Popowicka 1 szt (1 GLU) Masło Mlekowita 10g 1 szt (7 BIA, 7 MLE) cukier 5g ADM 1 szt filet zapiekany Giżewski 40 g (6 SOJ) Pomidory cherry 50 g Jabłko Jonagold 1 szt 1 szt Ser biały plaster Bieński 40 g (7 BIA, 7 MLE) szpinak baby 10 g	Ciastko kokosowe Frank&Oli 1 szt (5 OZI, 5 ORZ, 11 SEZ) Pomidory cherry 50 g	Zupa jarzynowa z ziemniakami z mięsem^ 350 ml (7 BIA, 1 GLU, 9 SEL) Knedle z owocami śliwka z masłem i cukrem UCK/KCO 350 g (7 BIA, 1 GLU, 3 JAJ) Surówka z marchewki i ananasa.^ 120 g Galaretka Zott 175g 1 szt	Pomidory cherry 50 g Schab z Kija 40 g Jajko gotowane na półtwardo 1 szt (3 JAJ) Bułka mała 50g Popowicka 1 szt (1 GLU) Rama 10g 1 szt Sok owocowy Wosanka 1 szt cukier 5g ADM 1 szt	Antybaton Łowicz Crunchy Wafel 1 szt (5 ORZ)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 573,5 Białko ogółem [g] 98,5 Tłuszcz [g] 89,1 Węglowodany przyswajalne [g] 324 Sód [mg] 839,7 Błonnik pokarmowy [g] 34,3 suma cukrów prostych [g] 127,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 48,3
	Cukrzyca Dzieci UCK	Kawa zbozowa z mlekiem bez cukru 250 ml (1 GLU, 7 BIA, 7 MLE) Chleb żytni bez drożdży Mister 150 g (1 GLU) Masło Mlekowita 10g 1 szt (7 BIA, 7 MLE) Jogurt owocowy bez cukru Zott Jogobella 1 szt filet zapiekany Giżewski 40 g (6 SOJ) Gruszka 150 g Ser żółty Moński 40 g szpinak baby 10 g Papryka zielona 50 g	Ciastko kokosowe Frank&Oli 1 szt (5 OZI, 5 ORZ, 11 SEZ) Pomidory cherry 50 g	Kapuśniak z kapusty kiszonej^ 350 ml (1 GLU, 9 SEL) Filet drobiowy pieczony^ 80 g ryż brązowy gotowany 200 g Surówka z marchewki i ananasa.^ 120 g Kompot owocowy^ 250 ml Sos musztardowy 80 ml (7 BIA, 1 GLU, 10 GOR)	Ogórek zielony 50 g Schab z Kija 40 g Jajko gotowane na półtwardo 1 szt (3 JAJ) Chleb żytni bez drożdży Mister 150 g (1 GLU) Rama 10g 1 szt Herbata bez cukru 250 ml	Antybaton Łowicz Crunchy Wafel 1 szt (5 ORZ)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 604,7 Białko ogółem [g] 120,9 Tłuszcz [g] 72,8 Węglowodany przyswajalne [g] 333,9 Sód [mg] 1 365,5 Błonnik pokarmowy [g] 55,7 suma cukrów prostych [g] 58,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 32,4

2025-05-20 wtorek	Podstawa Dzieci UCK	Makaron krajanka na mleku 300 ml (7 BIA, 7 MLE) Herbata bez cukru 250 ml Chleb zwykły 65 g (1 GLU, 1 ŻYT) Rzodkiewka 50 g Masło Mlekowita 10g 1 szt (7 BIA, 7 MLE) Schab na kartki Nikpol 40 g cukier 5g ADM 1 szt Banan 1 szt Pasta z sera, ogórka i koperku [^] 60 g (7 BIA, 7 MLE) Roszponka 10 g	Ciastko brownie Frank&Oli 1 szt (5 ORZ) Pomidory cherry 50 g	Krupnik z ziemniakami. [^] 350 ml (1 GLU, 9 SEL) Galaretką Zott 175g 1 szt Filet z miruny pieczony 100 g (4 RYB, 10 GOR) Surówka coleslaw [^] 120 g (7 MLE, 10 GOR) Ziemniaki tłuczone z koperkiem [^] 200 g (7 BIA, 7 MLE) Sos grecki- 40 g (1 GLU, 9 SEL, 10 GOR)	Szynka z zagrody Chabura 40 g (6 SOJ, 7 MLE, 9 SEL) Ser topiony mix Sertop 1 szt (7 MLE) Bułka mała 50g Popowicka 1 szt (1 GLU) Rama 10g 1 szt Sok owocowy Wosanka 1 szt Ogórek konserwowy . 50 g (10 GOR) cukier 5g ADM 1 szt	Babeczka stracciatella 1 szt (1 GLU)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 669,2 Białko ogółem [g] 102,1 Tłuszcz [g] 79,5 Węglowodany przyswajalne [g] 338,7 Sód [mg] 1 437,2 Błonnik pokarmowy [g] 38,7 suma cukrów prostych [g] 114,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 26,3
	Łatwostrawna Dzieci UCK	Makaron krajanka na mleku 300 ml (7 BIA, 7 MLE) Herbata bez cukru 250 ml Bułka mała 50g Popowicka 1 szt (1 GLU) Pomidory cherry 50 g Masło Mlekowita 10g 1 szt (7 BIA, 7 MLE) Schab na kartki Nikpol 40 g cukier 5g ADM 1 szt Banan 1 szt Pasta z sera białego i papryki słodkiej [^] 60 g (7 BIA, 7 MLE) Roszponka 10 g	Ciastko brownie Frank&Oli 1 szt (5 ORZ) Pomidory cherry 50 g	Krupnik z ziemniakami. [^] 350 ml (1 GLU, 9 SEL) Galaretką Zott 175g 1 szt Filet z miruny pieczony 100 g (4 RYB, 10 GOR) Marchewka gotowana oprószana [^] 120 g (1 GLU) Ziemniaki tłuczone z koperkiem [^] 200 g (7 BIA, 7 MLE) Sos grecki- 40 g (1 GLU, 9 SEL, 10 GOR)	Szynka z zagrody Chabura 40 g (6 SOJ, 7 MLE, 9 SEL) Ser biały plaster Bieński 40 g (7 BIA, 7 MLE) Bułka mała 50g Popowicka 1 szt (1 GLU) Rama 10g 1 szt Sok owocowy Wosanka 1 szt Pomidory cherry 50 g cukier 5g ADM 1 szt	Babeczka stracciatella 1 szt (1 GLU)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 543,7 Białko ogółem [g] 110,5 Tłuszcz [g] 66,4 Węglowodany przyswajalne [g] 335,4 Sód [mg] 767,1 Błonnik pokarmowy [g] 34,8 suma cukrów prostych [g] 110,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 26,1
	Cukrzyca Dzieci UCK	Herbata bez cukru 250 ml Chleb żytni bez drożdży Mister 150 g (1 GLU) Rzodkiewka 50 g Masło Mlekowita 10g 1 szt (7 BIA, 7 MLE) Jogurt owocowy bez cukru Zott Jogobella 1 szt Schab na kartki Nikpol 40 g Jabłko Jonagold 1 szt 1 szt Pasta z sera, ogórka i koperku [^] 60 g (7 BIA, 7 MLE) Roszponka 10 g	Ciastko brownie Frank&Oli 1 szt (5 ORZ) Pomidory cherry 50 g	Krupnik z ziemniakami. [^] 350 ml (1 GLU, 9 SEL) Filet z miruny pieczony 100 g (4 RYB, 10 GOR) Kompot z rabarbaru bez cukru. 250 ml Surówka coleslaw [^] 120 g (7 MLE, 10 GOR) Ziemniaki tłuczone z koperkiem [^] 200 g (7 BIA, 7 MLE) Sos grecki- 40 g (1 GLU, 9 SEL, 10 GOR)	Szynka z zagrody Chabura 40 g (6 SOJ, 7 MLE, 9 SEL) Ser biały plaster Bieński 40 g (7 BIA, 7 MLE) Chleb żytni bez drożdży Mister 150 g (1 GLU) Rama 10g 1 szt Herbata bez cukru 250 ml Ogórek konserwowy . 50 g (10 GOR)	Deser ryżowo-owocowy Łowicz 1 g (7 MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 482,7 Białko ogółem [g] 102,9 Tłuszcz [g] 65,7 Węglowodany przyswajalne [g] 337,7 Sód [mg] 1 092,2 Błonnik pokarmowy [g] 58,5 suma cukrów prostych [g] 55,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 19,7
2025-05-21 środa	Podstawa Dzieci UCK	Zacierka na mleku . 300 ml (7 BIA, 1 GLU, 7 MLE) Kawa zbozowa z mlekiem bez cukru 250 ml (1 GLU, 7 BIA, 7 MLE) Chleb zwykły 65 g (1 GLU, 1 ŻYT) Papryka żółta 50 g Masło Mlekowita 10g 1 szt (7 BIA, 7 MLE) Jajko gotowane na półtwardo 1 szt (3 JAJ) cukier 5g ADM 1 szt Pomarańcza 150 g Mix sałat z burakiem 10 g Pyzdra szynkowa 40 g	Ciastko jaglane Frank&Oli 1 szt (5 ORZ) Pomidory cherry 50 g	Zupa pieczarkowa z ziemniakami. [^] 350 ml (7 BIA, 1 GLU, 9 SEL) Soczewica gotowana 200 g Galaretką Zott 175g 1 szt bitka schabowa duszona w sosie własnym 80 g (1 GLU) Surówka z kapusty pekińskiej [^] 120 g (10 GOR) Bulion jarzynowy [^] 80 ml (9 SEL)	Serek naturalny Juliko 60 g (7 MLE) Schab Grzegorza Bieleś 40 g (6 SOJ) Bułka mała 50g Popowicka 1 szt (1 GLU) Rama 10g 1 szt Sok owocowy Wosanka 1 szt Rzodkiewka 50 g cukier 5g ADM 1 szt	Mus owocowy z jogurtem Tymbark 1 szt (1 GLU, 7 MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 716,5 Białko ogółem [g] 137,2 Tłuszcz [g] 91,7 Węglowodany przyswajalne [g] 307,5 Sód [mg] 839,1 Błonnik pokarmowy [g] 44,9 suma cukrów prostych [g] 103,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 34

Jadłospisy za okres od dnia 2025-05-19 do dnia 2025-05-25 UCK

2025-05-21 środa	Łatwostrawna Dzieci UCK	Zacierka na mleku . 300 ml (7 BIA, 1 GLU, 7 MLE) Kawa zbozowa z mlekiem bez cukru 250 ml (1 GLU, 7 BIA, 7 MLE) Bułka mała 50g Popowicka 1 szt (1 GLU) Pomidory cherry 50 g Masło Mlekowita 10g 1 szt (7 BIA, 7 MLE) Jajko gotowane na półtwardo 1 szt (3 JAJ) cukier 5g ADM 1 szt Pomarańcza 150 g Pyzdra szynkowa 40 g Mix салат z burakiem 10 g	Ciastko jaglane Frank&Oli 1 szt (5 ORZ) Pomidory cherry 50 g	Zupa ziemniaczana [^] 350 ml (7 BIA, 1 GLU, 9 SEL) Ziemniaki tłuczone z koperkiem [^] 220 g (7 BIA, 7 MLE) Galaretka Zott 175g 1 szt Buraczki gotowane oprószone [^] 120 g (1 GLU) bitka schabowa gotowana 80 g Bulion jarzynowy [^] 80 ml (9 SEL)	Schab Grzegorza Bieleś 40 g (6 SOJ) Serek naturalny Juliko 60 g (7 MLE) Bułka mała 50g Popowicka 1 szt (1 GLU) Rama 10g 1 szt Sok owocowy Wosanka 1 szt Pomidory cherry 50 g cukier 5g ADM 1 szt	Mus owocowy z jogurtem Tymbark 1 szt (1 GLU, 7 MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 804,2 Białko ogółem [g] 133,7 Tłuszcz [g] 83,2 Węglowodany przyswajalne [g] 353,7 Sód [mg] 1 022,9 Błonnik pokarmowy [g] 39,4 suma cukrów prostych [g] 113,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 34,7
	Cukrzyca Dzieci UCK	Kawa zbozowa z mlekiem bez cukru 250 ml (1 GLU, 7 BIA, 7 MLE) Chleb żytni bez drożdży Mister 150 g (1 GLU) Papryka żółta 50 g Masło Mlekowita 10g 1 szt (7 BIA, 7 MLE) Jogurt naturalny 150g Bochnia 1 szt (7 BIA) Jajko gotowane na półtwardo 1 szt (3 JAJ) Pomarańcza 150 g Pyzdra szynkowa 40 g Mix салат z burakiem 10 g	Ciastko jaglane Frank&Oli 1 szt (5 ORZ) Pomidory cherry 50 g	Zupa pieczarkowa z ziemniakami. [^] 350 ml (7 BIA, 1 GLU, 9 SEL) Soczewica gotowana 200 g Kompot owocowy [^] 250 ml Surówka z kapusty pekińskiej [^] 120 g (10 GOR) bitka schabowa gotowana 80 g Bulion jarzynowy [^] 80 ml (9 SEL)	Schab Grzegorza Bieleś 40 g (6 SOJ) Serek naturalny Juliko 60 g (7 MLE) Chleb żytni bez drożdży Mister 150 g (1 GLU) Rama 10g 1 szt Herbata bez cukru 250 ml Rzodkiewka 50 g	Mus owocowy z jogurtem Tymbark 1 szt (1 GLU, 7 MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 581,5 Białko ogółem [g] 134,6 Tłuszcz [g] 79,7 Węglowodany przyswajalne [g] 297,8 Sód [mg] 482 Błonnik pokarmowy [g] 55,8 suma cukrów prostych [g] 64,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 31,8
2025-05-22 czwartek	Podstawa Dzieci UCK	Ryż gotowany na mleku . 300 ml (7 BIA, 7 MLE) Herbata bez cukru 250 ml Chleb zwykły 65 g (1 GLU, 1 ŻYT) Ogórek zielony 50 g Masło Mlekowita 10g 1 szt (7 BIA, 7 MLE) cukier 5g ADM 1 szt Ser biały plaster Bieruński 40 g (7 BIA, 7 MLE) kiwi 2 szt rukola 10 g Szynka Grzegorza Bieleś 40 g (6 SOJ)	Ciastko brownie Frank&Oli 1 szt (5 ORZ) Rzodkiewka 50 g	Żurek z ziemniakami [^] 350 ml (7 BIA, 3 JAJ, 6 SOJ, 7 MLE, 9 SEL, 10 GOR) Ziemniaki tłuczone z koperkiem [^] 200 g (7 BIA, 7 MLE) Galaretka Zott 175g 1 szt Udko pieczone . 1 Por (1 GLU) Sałatka z buraków, ogórka kiszzonego i cebuli [^] 120 g (10 GOR)	Ser tostowy Lactima 2 szt (7 BIA) filet zapiekany Giżewski 40 g (6 SOJ) Bułka mała 50g Popowicka 1 szt (1 GLU) Rama 10g 1 szt Sok owocowy Wosanka 1 szt cukier 5g ADM 1 szt Papryka czerwona 50 g	Babeczka stracciatella 1 szt (1 GLU)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 3 099,9 Białko ogółem [g] 136 Tłuszcz [g] 111,3 Węglowodany przyswajalne [g] 345,4 Sód [mg] 1 182 Błonnik pokarmowy [g] 34 suma cukrów prostych [g] 82,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 40,6

Jadłospisy za okres od dnia 2025-05-19 do dnia 2025-05-25 UCK

2025-05-22 czwartek	Łatwostrawna Dzieci UCK	Ryż gotowany na mleku . 300 ml (7 BIA, 7 MLE) Herbata bez cukru 250 ml Bułka mała 50g Popowicka 1 szt (1 GLU) Pomidory cherry 50 g Masło Mlekowita 10g 1 szt (7 BIA, 7 MLE) cukier 5g ADM 1 szt Ser biały plaster Bieruński 40 g (7 BIA, 7 MLE) kiwi 2 szt rukola 10 g Szynka Grzegorza Bieleś 40 g (6 SOJ)	Ciastko brownie Frank&Oli 1 szt (5 ORZ) Pomidory cherry 50 g	Żurek z ziemniakami [^] 350 ml (7 BIA, 3 JAJ, 6 SOJ, 7 MLE, 9 SEL, 10 GOR) Ziemniaki tłuczone z koperkiem [^] 200 g (7 BIA, 7 MLE) Galaretka Zott 175g 1 szt Udko pieczone bez skóry [^] 1 Por Kalafior gotowany 120 g	Pasta z sera i zielonej pietruszki [^] 60 g (7 BIA, 7 MLE) filet zapiekany Giżewski 40 g (6 SOJ) Bułka mała 50g Popowicka 1 szt (1 GLU) Rama 10g 1 szt Sok owocowy Wosanka 1 szt cukier 5g ADM 1 szt Pomidory cherry 50 g	Babeczka stracciatella 1 szt (1 GLU)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 991,7 Białko ogółem [g] 142,3 Tłuszcz [g] 98,4 Węglowodany przyswajalne [g] 345,8 Sód [mg] 970,7 Błonnik pokarmowy [g] 31,7 suma cukrów prostych [g] 83,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 35,5
	Cukrzyca Dzieci UCK	Herbata bez cukru 250 ml Chleb żytni bez drożdży Mister 150 g (1 GLU) Ogórek zielony 50 g Masło Mlekowita 10g 1 szt (7 BIA, 7 MLE) Jogurt owocowy bez cukru Zott Jogobella 1 szt Ser biały plaster Bieruński 40 g (7 BIA, 7 MLE) kiwi 2 szt rukola 10 g Szynka Grzegorza Bieleś 40 g (6 SOJ)	Ciastko brownie Frank&Oli 1 szt (5 ORZ) Rzodkiewka 50 g	Żurek z ziemniakami [^] 350 ml (7 BIA, 3 JAJ, 6 SOJ, 7 MLE, 9 SEL, 10 GOR) Ziemniaki tłuczone z koperkiem [^] 200 g (7 BIA, 7 MLE) Udko pieczone bez skóry [^] 1 Por Kompot z rabarbaru bez cukru. 250 ml Mizeria z ogórków [^] 120 g (7 BIA)	Ser tostowy Lactima 2 szt (7 BIA) filet zapiekany Giżewski 40 g (6 SOJ) Chleb żytni bez drożdży Mister 150 g (1 GLU) Rama 10g 1 szt Herbata bez cukru 250 ml Papryka czerwona 50 g	Deser ryżowo-owocowy Łowicz 1 g (7 MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 804,6 Białko ogółem [g] 130,9 Tłuszcz [g] 90,7 Węglowodany przyswajalne [g] 336,9 Sód [mg] 828,7 Błonnik pokarmowy [g] 51,9 suma cukrów prostych [g] 39,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 35,6
2025-05-23 piątek	Podstawa Dzieci UCK	Kasza manna gotowana na mleku. 300 ml (7 BIA, 1 GLU, 7 MLE) Kakao bez cukru 250 ml (7 BIA, 7 MLE) Chleb zwykły 65 g (1 GLU, 1 ŻYT) Masło Mlekowita 10g 1 szt (7 BIA, 7 MLE) cukier 5g ADM 1 szt Papryka zielona 50 g Ser żółty Mońki 40 g Jabłko Jonagold 1 szt 1 szt Roszponka 10 g Schab z Kija 40 g	Ciastko kokosowe Frank&Oli 1 szt (5 OZI, 5 ORZ, 11 SEZ) Pomidory cherry 50 g	Zupa botwinka [^] 350 ml (7 BIA, 1 GLU, 9 SEL) Filet z dorsza pieczony [^] 100 g (10 GOR) Ziemniaki tłuczone z koperkiem [^] 200 g (7 BIA, 7 MLE) Surówka z pora i jabłka [^] 120 g (7 BIA, 7 MLE, 10 GOR) Galaretka Zott 175g 1 szt Sos pomidorowy . 80 ml (7 BIA, 1 GLU)	Ser topiony mix Sertop 1 szt (7 MLE) Szynka na kartki Nikpol 40 g Bułka mała 50g Popowicka 1 szt (1 GLU) Rama 10g 1 szt Sok owocowy Wosanka 1 szt cukier 5g ADM 1 szt Rzodkiewka 50 g	Antybaton Łowicz Crunchy Kokos 1 szt (5 ORZ)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 637,8 Białko ogółem [g] 117 Tłuszcz [g] 79,6 Węglowodany przyswajalne [g] 336,7 Sód [mg] 1 959,1 Błonnik pokarmowy [g] 47,9 suma cukrów prostych [g] 119,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 38,7
	Łatwostrawna Dzieci UCK	Kasza manna gotowana na mleku. 300 ml (7 BIA, 1 GLU, 7 MLE) Kakao bez cukru 250 ml (7 BIA, 7 MLE) Bułka mała 50g Popowicka 1 szt (1 GLU) Masło Mlekowita 10g 1 szt (7 BIA, 7 MLE) cukier 5g ADM 1 szt Pomidory cherry 50 g Ser biały plaster Bieruński 40 g (7 BIA, 7 MLE) Jabłko Jonagold 1 szt 1 szt Roszponka 10 g Schab z Kija 40 g	Ciastko kokosowe Frank&Oli 1 szt (5 OZI, 5 ORZ, 11 SEZ) Pomidory cherry 50 g	Zupa botwinka [^] 350 ml (7 BIA, 1 GLU, 9 SEL) Filet z dorsza pieczony [^] 100 g (10 GOR) Ziemniaki tłuczone z koperkiem [^] 200 g (7 BIA, 7 MLE) Brokuły gotowane [^] 120 g Galaretka Zott 175g 1 szt Sos pomidorowy . 80 ml (7 BIA, 1 GLU)	Serek naturalny Juliko 60 g (7 MLE) Szynka na kartki Nikpol 40 g Bułka mała 50g Popowicka 1 szt (1 GLU) Rama 10g 1 szt Sok owocowy Wosanka 1 szt cukier 5g ADM 1 szt Pomidory cherry 50 g	Antybaton Łowicz Crunchy Kokos 1 szt (5 ORZ)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 540,2 Białko ogółem [g] 115,6 Tłuszcz [g] 74,5 Węglowodany przyswajalne [g] 327,7 Sód [mg] 1 267,3 Błonnik pokarmowy [g] 41,4 suma cukrów prostych [g] 114,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 41,3

Jadłospisy za okres od dnia 2025-05-19 do dnia 2025-05-25 UCK

2025-05-23 piątek	Cukrzyca Dzieci UCK	Kakao bez cukru 250 ml (7 BIA, 7 MLE) Chleb żytni bez drożdży Mister 150 g (1 GLU) Papryka zielona 50 g Masło Mlekowita 10g 1 szt (7 BIA, 7 MLE) Jogurt owocowy bez cukru Zott Jogobella 1 szt Ser żółty Moirki 40 g Jabłko Jonagold 1 szt 1 szt Rozszponka 10 g Schab z Kija 40 g	Ciastko kokosowe Frank&Oli 1 szt (5 OZI, 5 ORZ, 11 SEZ) Pomidory cherry 50 g	Zupa botwinka^ 350 ml (7 BIA, 1 GLU, 9 SEL) Filet z dorsza pieczony^ 100 g (10 GOR) Ziemniaki tłuczone z koperkiem^ 200 g (7 BIA, 7 MLE) Surówka z pora i jabłka^ 120 g (7 BIA, 7 MLE, 10 GOR) Kompot owocowy^ 250 ml Sos pomidorowy . 80 ml (7 BIA, 1 GLU)	Ser topiony mix Sertop 1 szt (7 MLE) Szynka na kartki Nikpol 40 g Chleb żytni bez drożdży Mister 150 g (1 GLU) Rama 10g 1 szt Herbata bez cukru 250 ml Rzodkiewka 50 g	Antybaton Łowicz Crunchy Kokos 1 szt (5 ORZ)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 740,3 Białko ogółem [g] 112,8 Tłuszcz [g] 81,1 Węglowodany przyswajalne [g] 354,8 Sód [mg] 1 592,6 Błonnik pokarmowy [g] 64,4 suma cukrów prostych [g] 81,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 35,6
2025-05-24 sobota	Podstawa Dzieci UCK	Lane ciasto gotowane na mleku 300 g (7 BIA, 1 GLU, 3 JAJ, 7 MLE) Herbata bez cukru 250 ml Chleb zwykły 65 g (1 GLU, 1 ŻYT) Ogórek zielony 50 g Masło Mlekowita 10g 1 szt (7 BIA, 7 MLE) cukier 5g ADM 1 szt Jajko gotowane na półtwardo 1 szt (3 JAJ) Mandarynki 150 g Mix салат z marchewką 10 g Szynka piastowska Kozłowski 40 g (6 SOJ)	Ciastko jaglane Frank&Oli 1 szt (5 ORZ) Papryka żółta 50 g	Zupa kalafiorowa z ziemniakami^ 350 ml (7 BIA, 1 GLU, 9 SEL) Kasza gryczana gotowana 200 g Galaretka Zott 175g 1 szt Filet drobiowy pieczony^ 80 g Brukselka^ 120 g sos curry 80 ml (7 BIA, 1 GLU, 7 MLE, 10 GOR)	Pasta z sera białego z śledziem i ogórkiem kiszonym^ 60 g (7 BIA, 7 MLE, 10 GOR) Szynka Grzegorza Bieleś 40 g (6 SOJ) Bułka mała 50g Popowicka 1 szt (1 GLU) Rama 10g 1 szt Sok owocowy Wosanka 1 szt cukier 5g ADM 1 szt Pomidory cherry 50 g	Deser ryżowo-owocowy Łowicz 1 g (7 MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 318 Białko ogółem [g] 127,9 Tłuszcz [g] 59,6 Węglowodany przyswajalne [g] 296,5 Sód [mg] 728,3 Błonnik pokarmowy [g] 40,3 suma cukrów prostych [g] 81 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 21,2
	Łatwostrawna Dzieci UCK	Lane ciasto gotowane na mleku 300 g (7 BIA, 1 GLU, 3 JAJ, 7 MLE) Herbata bez cukru 250 ml Bułka mała 50g Popowicka 1 szt (1 GLU) Pomidory cherry 50 g Masło Mlekowita 10g 1 szt (7 BIA, 7 MLE) cukier 5g ADM 1 szt Jajko gotowane na półtwardo 1 szt (3 JAJ) Mandarynki 150 g Szynka piastowska Kozłowski 40 g (6 SOJ) Mix салат z marchewką 10 g	Ciastko jaglane Frank&Oli 1 szt (5 ORZ) Pomidory cherry 50 g	Zupa kalafiorowa z ziemniakami^ 350 ml (7 BIA, 1 GLU, 9 SEL) Kasza jęczmienna gotowana 200 g (1 GLU) Galaretka Zott 175g 1 szt Filet drobiowy pieczony^ 80 g Fasolka szparagowa z wody^ 120 g (ROŚ) sos curry 80 ml (7 BIA, 1 GLU, 7 MLE, 10 GOR)	Pasta z sera i koperku^ 60 g (7 BIA, 7 MLE) Szynka Grzegorza Bieleś 40 g (6 SOJ) Bułka mała 50g Popowicka 1 szt (1 GLU) Rama 10g 1 szt Sok owocowy Wosanka 1 szt cukier 5g ADM 1 szt Pomidory cherry 50 g	Deser ryżowo-owocowy Łowicz 1 g (7 MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 215,3 Białko ogółem [g] 119,9 Tłuszcz [g] 55,9 Węglowodany przyswajalne [g] 291,3 Sód [mg] 475,8 Błonnik pokarmowy [g] 32,7 suma cukrów prostych [g] 79,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 20,8

Jadłospisy za okres od dnia 2025-05-19 do dnia 2025-05-25 UCK

2025-05-24 sobota	Cukrzyca Dzieci UCK	Herbata bez cukru 250 ml Chleb żytni bez drożdży Mister 150 g (1 GLU) Ogórek zielony 50 g Masło Mlekowita 10g 1 szt (7 BIA , 7 MLE) Jogurt owocowy bez cukru Zott Jogobella 1 szt Jajko gotowane na półtwardo 1 szt (3 JAJ) Mandarynki 150 g Szynka piastowska Kozłowski 40 g (6 SOJ) Mix салат z marchewką 10 g	Ciastko jaglane Frank&Oli 1 szt (5 ORZ) Papryka żółta 50 g	Zupa kalafiorowa z ziemniakami^ 350 ml (7 BIA , 1 GLU , 9 SEL) Kasza gryczana gotowana 200 g Filet drobiowy pieczony^ 80 g Kompot owocowy^ 250 ml Salatka z marynowanych warzyw^ 120 g sos curry 80 ml (7 BIA , 1 GLU , 7 MLE , 10 GOR)	Pasta z sera białego z śledziem i ogórkiem kiszonym^ 60 g (7 BIA , 7 MLE , 10 GOR) Szynka Grzegorza Bieleśz 40 g (6 SOJ) Chleb żytni bez drożdży Mister 150 g (1 GLU) Rama 10g 1 szt Herbata bez cukru 250 ml Pomidory cherry 50 g	Deser ryżowo-owocowy Łowicz 1 g (7 MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 365,1 Białko ogółem [g] 112,4 Tłuszcz [g] 55,5 Węglowodany przyswajalne [g] 327,4 Sód [mg] 268,8 Błonnik pokarmowy [g] 49,8 suma cukrów prostych [g] 44,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 16
2025-05-25 niedziela	Podstawa Dzieci UCK	Płatki jęczmienne gotowane na mleku . 300 ml (1 GLU , 7 BIA , 7 MLE) Herbata bez cukru 250 ml Chleb zwykły 65 g (1 GLU , 1 ŻYT) Papryka zielona 50 g Masło Mlekowita 10g 1 szt (7 BIA , 7 MLE) Kielbaska goleszowska 2 szt (1 GLU , 3 JAJ , 6 SOJ , 7 MLE , 9 SEL , 10 GOR) Ketchup 25g 1 szt cukier 5g ADM 1 szt Banan 1 szt Serek naturalny Juliko 60 g (7 MLE) Roszponka 10 g	Ciastko kokosowe Frank&Oli 1 szt (5 OZI , 5 ORZ , 11 SEZ) Pomidory cherry 50 g	Rosół z makaronem^ 350 ml (9 SEL) Bitka z szynki pieczona w sosie własnym^ 80 g (1 GLU) Ziemniaki tłuczone z koperkiem^ 200 g (7 BIA , 7 MLE) Kapusta kiszona duszona^ 120 g (1 GLU) Galaretka Zott 175g 1 szt	Szynka krucha z pieca Bieleśz 40 g Bułka mała 50g Popowicka 1 szt (1 GLU) Jajko gotowane na półtwardo 1 szt (3 JAJ) Rama 10g 1 szt Sok owocowy Wosanka 1 szt Rzodkiewka 50 g cukier 5g ADM 1 szt Jajko gotowane na półtwardo 1 szt (3 JAJ)	Mus owocowy z jogurtem Tymbark 1 szt (1 GLU , 7 MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 606 Białko ogółem [g] 105 Tłuszcz [g] 102 Węglowodany przyswajalne [g] 298,8 Sód [mg] 1 530,7 Błonnik pokarmowy [g] 41,3 suma cukrów prostych [g] 108,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 47,8
	Łatwostrawna Dzieci UCK	Płatki jęczmienne gotowane na mleku . 300 ml (1 GLU , 7 BIA , 7 MLE) Herbata bez cukru 250 ml Bułka mała 50g Popowicka 1 szt (1 GLU) Pomidory cherry 50 g Masło Mlekowita 10g 1 szt (7 BIA , 7 MLE) Kielbaska goleszowska 2 szt (1 GLU , 3 JAJ , 6 SOJ , 7 MLE , 9 SEL , 10 GOR) Ketchup 25g 1 szt cukier 5g ADM 1 szt Banan 1 szt Serek naturalny Juliko 60 g (7 MLE) Roszponka 10 g	Ciastko kokosowe Frank&Oli 1 szt (5 OZI , 5 ORZ , 11 SEZ) Pomidory cherry 50 g	Rosół z makaronem^ 350 ml (9 SEL) Bitka z szynki pieczona w sosie własnym^ 80 g (1 GLU) Ziemniaki tłuczone z koperkiem^ 200 g (7 BIA , 7 MLE) bukiet warzyw gotowany^ 120 g Galaretka Zott 175g 1 szt	Szynka krucha z pieca Bieleśz 40 g Bułka mała 50g Popowicka 1 szt (1 GLU) Jajko gotowane na półtwardo 1 szt (3 JAJ) Rama 10g 1 szt Sok owocowy Wosanka 1 szt Pomidory cherry 50 g cukier 5g ADM 1 szt Jajko gotowane na półtwardo 1 szt (3 JAJ)	Mus owocowy z jogurtem Tymbark 1 szt (1 GLU , 7 MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 557,6 Białko ogółem [g] 107,5 Tłuszcz [g] 96,8 Węglowodany przyswajalne [g] 296,4 Sód [mg] 1 026,6 Błonnik pokarmowy [g] 38,6 suma cukrów prostych [g] 109,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 47

2025-05-25 niedziela	Cukrzyca Dzieci UCK	Herbata bez cukru 250 ml Chleb żytni bez drożdży Mister 150 g (1 GLU) Papryka zielona 50 g Masło Mlekowita 10g 1 szt (7 BIA, 7 MLE) Kielbaska goleszowska 2 szt (1 GLU, 3 JAJ, 6 SOJ, 7 MLE, 9 SEL, 10 GOR) Jogurt naturalny 150g Bochnia 1 szt (7 BIA) Ketchup 25g 1 szt Jabłko Gala 1szt 1 szt Serek naturalny Juliko 60 g (7 MLE) Roszonka 10 g	Ciastko kokosowe Frank&Oli 1 szt (5 OZI, 5 ORZ, 11 SEZ) Pomidory cherry 50 g	Rosół z makaronem^ 350 ml (9 SEL) Bitka z szynki pieczona w sosie własnym^ 80 g (1 GLU) Ziemniaki tłuczone z koperkiem^ 200 g (7 BIA, 7 MLE) Surówka z kapusty kiszzonej^ 120 g Kompot owocowy^ 250 ml	Szynka krucha z pieca Bielesz 40 g Chleb żytni bez drożdży Mister 150 g (1 GLU) Jajko gotowane na półtwardo 1 szt (3 JAJ) Rama 10g 1 szt Herbata bez cukru 250 ml Rzodkiewka 50 g Jajko gotowane na półtwardo 1 szt (3 JAJ)	Mus owocowy z jogurtem Tymbark 1 szt (1 GLU, 7 MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 562,2 Białko ogółem [g] 99,1 Tłuszcz [g] 100 Węglowodany przyswajalne [g] 291 Sód [mg] 880,6 Błonnik pokarmowy [g] 52,1 suma cukrów prostych [g] 55,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 45,2
----------------------	---------------------	--	---	---	---	--	---