

		1	2	3	5	6	7
		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2025-04-14 poniedziałek	Podstawa Dzieci UCK	Makaron krajanka na mleku 300 ml (7 BIA, 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) Jabłko Jonagold 1 szt 1 szt Ser żółty Mońki 40 g szpinak baby 10 g Papryka żółta 50 g	Ciastko kokosowe Frank&Oli 1 szt (5 OZI, 5 ORZ, 11 SEZ) Pomidory cherry 50 g	Zupa gulaszowa^ 350 ml (1 GLU) ryż brązowy gotowany 200 g Surówka z marchewki i jabłka - G 120 g Galaretka Zott 175g 1 szt Filet drobiowy pieczony^ 80 g Sos musztardowy 80 ml (7 BIA, 1 GLU, 10 GOR)	Ogórek konserwowy . 50 g (10 GOR) Schab Cygański Dobra Marka 40 g Jajo 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	Deser ryżowo-owocowy Łowicz 1 g (7 MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 326,4 Białko ogółem [g] 116,9 Tłuszcz [g] 67,6 Węglowodany przyswajalne [g] 290,2 Sód [mg] 1 511,7 Błonnik pokarmowy [g] 35,6 suma cukrów prostych [g] 93,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 34,8
	Łatwostrawna Dzieci UCK	Makaron krajanka na mleku 300 ml (7 BIA, 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 Bieruński 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 koperkowa z ziemniakami^ 350 ml (7 BIA, 1 GLU, 9 SEL) Ryż gotowany 200 g Surówka z marchewki i jabłka - G 120 g Galaretka Zott 175g 1 szt Filet drobiowy pieczony^ 80 g Sos musztardowy 80 ml (7 BIA, 1 GLU, 10 GOR) Łopátka wieprzowa do zupy 40 g	Pomidory cherry 50 g Schab Cygański Dobra Marka 40 g Jajo 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	Deser ryżowo-owocowy Łowicz 1 g (7 MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 213,9 Białko ogółem [g] 113,5 Tłuszcz [g] 62 Węglowodany przyswajalne [g] 284,3 Sód [mg] 564,4 Błonnik pokarmowy [g] 28,9 suma cukrów prostych [g] 90,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 32,1
	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) Jabłko Jonagold 1 szt 1 szt Ser żółty Mońki 40 g szpinak baby 10 g Papryka żółta 50 g	Ciastko kokosowe Frank&Oli 1 szt (5 OZI, 5 ORZ, 11 SEZ) Pomidory cherry 50 g	Zupa gulaszowa^ 350 ml (1 GLU) Filet drobiowy pieczony^ 80 g ryż brązowy gotowany 200 g Surówka z marchewki i jabłka - G 120 g Kompot owocowy^ 250 ml Sos musztardowy 80 ml (7 BIA, 1 GLU, 10 GOR)	Ogórek konserwowy . 50 g (10 GOR) Schab Cygański Dobra Marka 40 g Jajo 1 szt (3 JAJ) Chleb żytni bez drożdży Mister 150 g (1 GLU) Rama 10g 1 szt Herbata bez cukru 250 ml	Deser ryżowo-owocowy Łowicz 1 g (7 MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 559,2 Białko ogółem [g] 115,9 Tłuszcz [g] 69,5 Węglowodany przyswajalne [g] 336,1 Sód [mg] 1 146,3 Błonnik pokarmowy [g] 53 suma cukrów prostych [g] 55,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 31,8

Jadłospisy za okres od dnia 2025-04-14 do dnia 2025-04-21 UCK

2025-04-15 wtorek	Podstawa Dzieci UCK	Kasza manna gotowana na mleku. 300 ml (7 BIA, 1 GLU, 7 MLE) Herbata bez cukru 250 ml Chleb zwykły 65 g (1 GLU, 1 ŻYT) 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, ogórka i koperku^ 60 g (7 BIA, 7 MLE) Roszponka 10 g	Ciastko brownie Frank&Oli 1 szt (5 ORZ) Papryka czerwona 50 g	Zupa solferino^ 350 ml (7 BIA, 1 GLU, 9 SEL) Galaretka Zott 175g 1 szt Filet z dorsza pieczony^ 100 g (10 GOR) Surówka z pora i jabłka^ 120 g (7 BIA, 7 MLE, 10 GOR) Ziemniaki tłuczone z koperkiem^ 200 g (7 BIA, 7 MLE) Sos szpinakowy^ 80 ml (7 BIA, 1 GLU)	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 zielony 50 g cukier 5g ADM 1 szt	Babeczka stracciatella 1 szt (1 GLU)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 581,7 Białko ogółem [g] 98,4 Tłuszcz [g] 64,7 Węglowodany przyswajalne [g] 356,7 Sód [mg] 907,2 Błonnik pokarmowy [g] 37,8 suma cukrów prostych [g] 110,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 26,3
	Łatwostrawna Dzieci UCK	Kasza manna gotowana na mleku. 300 ml (7 BIA, 1 GLU, 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	Zupa pomidorowa z ryżem^ 350 ml (7 BIA, 1 GLU, 9 SEL) Galaretka Zott 175g 1 szt Filet z dorsza pieczony^ 100 g (10 GOR) Kalafior gotowany 120 g Ziemniaki tłuczone z koperkiem^ 200 g (7 BIA, 7 MLE) Sos szpinakowy^ 80 ml (7 BIA, 1 GLU)	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] 2 593,1 Białko ogółem [g] 107,6 Tłuszcz [g] 64,4 Węglowodany przyswajalne [g] 356,1 Sód [mg] 673,6 Błonnik pokarmowy [g] 33,4 suma cukrów prostych [g] 110,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 25,8
	Cukrzyca Dzieci UCK	Herbata bez cukru 250 ml Chleb żytni bez drożdży Mister 150 g (1 GLU) Pomidory cherry 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) Papryka czerwona 50 g	Zupa solferino^ 350 ml (7 BIA, 1 GLU, 9 SEL) Filet z dorsza pieczony^ 100 g (10 GOR) Kompot owocowy^ 250 ml Surówka z pora i jabłka^ 120 g (7 BIA, 7 MLE, 10 GOR) Ziemniaki tłuczone z koperkiem^ 200 g (7 BIA, 7 MLE) Sos szpinakowy^ 80 ml (7 BIA, 1 GLU)	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 zielony 50 g	Mus owocowy z jogurtem Tymbark 1 szt (1 GLU, 7 MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 374,5 Białko ogółem [g] 96 Tłuszcz [g] 60,6 Węglowodany przyswajalne [g] 333 Sód [mg] 637 Błonnik pokarmowy [g] 58,2 suma cukrów prostych [g] 72,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 21,1
2025-04-16 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) Ogórek konserwowy . 50 g (10 GOR) Masło Mlekowita 10g 1 szt (7 BIA, 7 MLE) Jajo 1 szt (3 JAJ) cukier 5g ADM 1 szt Pomarańcza 150 g Mix салат z burakiem 10 g Pyzdra szynkowa 40 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) Ziemniaki tłuczone z koperkiem^ 200 g (7 BIA, 7 MLE) Galaretka Zott 175g 1 szt bitka schabowa duszona w sosie własnym 80 g (1 GLU) Surówka z kapusty pekińskiej.^ 120 g Bulion jarzynowy^ 80 ml (9 SEL)	Serek naturalny Juliko 60 g (7 MLE) Schab Grzegorza Bielez 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	Jogurt owocowy w tubce bez cukru 1 szt (1 GLU, 7 MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 828,8 Białko ogółem [g] 123,8 Tłuszcz [g] 92,2 Węglowodany przyswajalne [g] 347 Sód [mg] 1 605,9 Błonnik pokarmowy [g] 41,6 suma cukrów prostych [g] 116,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 33,9

Jadłospisy za okres od dnia 2025-04-14 do dnia 2025-04-21 UCK

2025-04-16 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) Jajo 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 kalafiorowa z ziemniakami^ 350 ml (7 BIA, 1 GLU, 9 SEL) Ziemniaki tłuczone z koperkiem^ 200 g (7 BIA, 7 MLE) Galaretka Zott 175g 1 szt Fasolka szparagowa z wody^ 120 g (ROŚ) bitka schabowa gotowana 80 g Bulion jarzynowy^ 80 ml (9 SEL)	Schab Grzegorza Bieleśz 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	Jogurt owocowy w tubce bez cukru 1 szt (1 GLU, 7 MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 687,3 Białko ogółem [g] 131,1 Tłuszcz [g] 81,3 Węglowodany przyswajalne [g] 332,5 Sód [mg] 974,5 Błonnik pokarmowy [g] 37,5 suma cukrów prostych [g] 112 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 33,6
	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) Ogórek konserwowy . 50 g (10 GOR) Masło Mlekowita 10g 1 szt (7 BIA, 7 MLE) Jogurt owocowy bez cukru Zott Jogobella 1 szt Jajo 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 kalafiorowa z ziemniakami^ 350 ml (7 BIA, 1 GLU, 9 SEL) Ziemniaki tłuczone z koperkiem^ 200 g (7 BIA, 7 MLE) Kompot owocowy^ 250 ml Surówka z kapusty pekińskiej.^ 120 g bitka schabowa gotowana 80 g Bulion jarzynowy^ 80 ml (9 SEL)	Schab Grzegorza Bieleśz 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] 2 670,7 Białko ogółem [g] 120,7 Tłuszcz [g] 78,9 Węglowodany przyswajalne [g] 333,1 Sód [mg] 1 225 Błonnik pokarmowy [g] 56,7 suma cukrów prostych [g] 69,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 30
2025-04-17 czwartek	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) cukier 5g ADM 1 szt Ser biały plaster Bieruński 40 g (7 BIA, 7 MLE) kiwi 2 szt rukola 10 g Szynka Grzegorza Bieleśz 40 g (6 SOJ)	Ciastko brownie Frank&Oli 1 szt (5 ORZ) Rzodkiewka 50 g	Kapuśniak z kapusty czerwonej^ 350 ml (1 GLU, 9 SEL) Ziemniaki tłuczone z koperkiem^ 200 g (7 BIA, 7 MLE) Galaretka Zott 175g 1 szt Udziec z indyka pieczony^ 80 g Sałatka szwedzka 120 g (10 GOR) sos curry 80 ml (7 BIA, 1 GLU, 7 MLE, 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 Ogórek zielony 50 g	Babeczka stracciatella 1 szt (1 GLU)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 798,9 Białko ogółem [g] 120,5 Tłuszcz [g] 85,7 Węglowodany przyswajalne [g] 340,8 Sód [mg] 1 363,9 Błonnik pokarmowy [g] 42,6 suma cukrów prostych [g] 93,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 31,5

2025-04-17 czwartek	Łatwostrawna Dzieci UCK	Platki 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) cukier 5g ADM 1 szt Ser biały plaster Bieroński 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	Zupa ziemniaczana [^] 350 ml (7 BIA , 1 GLU , 9 SEL) Ziemniaki tłuczone z koperkiem [^] 200 g (7 BIA , 7 MLE) Galaretki Zott 175g 1 szt Udziec z indyka pieczony [^] 80 g Marchewka gotowana oprószana [^] 120 g (1 GLU) sos curry 80 ml (7 BIA , 1 GLU , 7 MLE , 10 GOR)	Serek naturalny Juliko 60 g (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] 2 789,1 Białko ogółem [g] 113,8 Tłuszcz [g] 81,4 Węglowodany przyswajalne [g] 354,6 Sód [mg] 1 075,8 Błonnik pokarmowy [g] 38,7 suma cukrów prostych [g] 90,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 37,1
	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) Jogurt owocowy bez cukru Zott Jogobella 1 szt Ser biały plaster Bieroński 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	Kapuśniak z kapusty czerwonej [^] 350 ml (1 GLU , 9 SEL) Kasza pęczak gotowana 200 g Udziec z indyka pieczony [^] 80 g Kompot owocowy [^] 250 ml Sałatka szwedzka 120 g (10 GOR) sos curry 80 ml (7 BIA , 1 GLU , 7 MLE , 10 GOR)	Serek naturalny Juliko 60 g (7 MLE) 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 Ogórek zielony 50 g	Deser ryżowo-owocowy Łowicz 1 g (7 MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 670,5 Białko ogółem [g] 106,7 Tłuszcz [g] 81,7 Węglowodany przyswajalne [g] 345,5 Sód [mg] 384,9 Błonnik pokarmowy [g] 54,3 suma cukrów prostych [g] 51,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 31,5
2025-04-18 piątek	Podstawa Dzieci UCK	Ryż gotowany na mleku . 300 ml (7 BIA , 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 Rzodkiewka 50 g Ser żółty Mońki 40 g Jabłko Jonagold 1 szt 1 szt szpinak baby 10 g Pasta z sera i zielonej pietruszki [^] 60 g (7 BIA , 7 MLE)	Ciastko kokosowe Frank&Oli 1 szt (5 OZI , 5 ORZ , 11 SEZ) Pomidory cherry 50 g	Krupnik z ziemniakami [^] Dieta 350 ml (1 GLU , 9 SEL) Śledź w sosie śmietanowym [^] 1 Por (7 BIA , 10 GOR) Ziemniaki tłuczone z koperkiem [^] 200 g (7 BIA , 7 MLE) Surówka coleslaw [^] 120 g (7 MLE , 10 GOR) Galaretki Zott 175g 1 szt Sos grecki- 40 g (1 GLU , 9 SEL , 10 GOR)	Ser topiony mix Sertop 1 szt (7 MLE) Pasta z sera i brokułu [^] 60 g (7 BIA , 7 MLE) 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	Mus owocowy z jogurtem Tymbark 1 szt (1 GLU , 7 MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 807 Białko ogółem [g] 108,1 Tłuszcz [g] 98,9 Węglowodany przyswajalne [g] 349,5 Sód [mg] 1 543 Błonnik pokarmowy [g] 47,5 suma cukrów prostych [g] 120,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 45
	Łatwostrawna Dzieci UCK	Ryż gotowany na mleku . 300 ml (7 BIA , 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 Bieroński 40 g (7 BIA , 7 MLE) Jabłko Jonagold 1 szt 1 szt szpinak baby 10 g Pasta z sera i zielonej pietruszki [^] 60 g (7 BIA , 7 MLE)	Ciastko kokosowe Frank&Oli 1 szt (5 OZI , 5 ORZ , 11 SEZ) Pomidory cherry 50 g	Krupnik z ziemniakami [^] Dieta 350 ml (1 GLU , 9 SEL) Filet z miruny pieczony 100 g (4 RYB , 10 GOR) Ziemniaki tłuczone z koperkiem [^] 200 g (7 BIA , 7 MLE) Groszek zielony gotowany [^] 120 g Galaretki Zott 175g 1 szt Sos grecki- 40 g (1 GLU , 9 SEL , 10 GOR)	Serek naturalny Juliko 60 g (7 MLE) Pasta z sera i brokułu [^] 60 g (7 BIA , 7 MLE) 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	Mus owocowy z jogurtem Tymbark 1 szt (1 GLU , 7 MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 541,5 Białko ogółem [g] 118,2 Tłuszcz [g] 66,4 Węglowodany przyswajalne [g] 345,9 Sód [mg] 866,1 Błonnik pokarmowy [g] 44,9 suma cukrów prostych [g] 111,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 39

Jadłospisy za okres od dnia 2025-04-14 do dnia 2025-04-21 UCK

2025-04-18 piątek	Cukrzyca Dzieci UCK	Kakao bez cukru 250 ml (7 BIA, 7 MLE) 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 Ser żółty Mořki 40 g Jabłko Jonagold 1 szt 1 szt szpinak baby 10 g Pasta z sera i zielonej pietruszki [^] 60 g (7 BIA, 7 MLE)	Ciastko kokosowe Frank&Oli 1 szt (5 OZI, 5 ORZ, 11 SEZ) Pomidory cherry 50 g	Krupnik z ziemniakami [^] Dieta 350 ml (1 GLU, 9 SEL) Śledź w sosie śmietanowym [^] 1 Por (7 BIA, 10 GOR) Ziemniaki tłuczone z koperkiem [^] 200 g (7 BIA, 7 MLE) Surówka colesław [^] 120 g (7 MLE, 10 GOR) Kompot owocowy [^] 250 ml Sos grecki- 40 g (1 GLU, 9 SEL, 10 GOR)	Ser topiony mix Sertop 1 szt (7 MLE) Pasta z sera i brokołu [^] 60 g (7 BIA, 7 MLE) Chleb żytni bez drożdży Mister 150 g (1 GLU) Rama 10g 1 szt Herbata bez cukru 250 ml Pomidory cherry 50 g	Mus owocowy z jogurtem Tymbark 1 szt (1 GLU, 7 MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 910,9 Białko ogółem [g] 104,7 Tłuszcz [g] 100,6 Węglowodany przyswajalne [g] 366,6 Sód [mg] 1 175,3 Błonnik pokarmowy [g] 64 suma cukrów prostych [g] 82,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 41,9
	Podstawa Dzieci UCK	Kasza manna gotowana na mleku. 300 ml (7 BIA, 1 GLU, 7 MLE) Herbata bez cukru 250 ml Chleb zwykły 65 g (1 GLU, 1 ŻYT) Masło Mlekowita 10g 1 szt (7 BIA, 7 MLE) cukier 5g ADM 1 szt Pasta z sera białego i papryki słodkiej [^] 60 g (7 BIA, 7 MLE) Gruszka 150 g Ser tostowy Lactima 2 szt (7 BIA) szpinak baby 10 g Ogórek konserwowy . 50 g (10 GOR)	Ciastko kokosowe Frank&Oli 1 szt (5 OZI, 5 ORZ, 11 SEZ) Pomidory cherry 50 g	Zupa jarzynowa z ziemniakami [^] 350 ml (7 BIA, 1 GLU, 9 SEL) Ryż brązowy z duszonymi jabłkami, cynamonem i rodzynkami [^] 300 g (11 SEZ) Surówka marchewka z ananasem [^] 120 g Galaretki Zott 175g 1 szt	Papryka czerwona 50 g Pasta z sera białego z śledziem i ogórkiem kiszonym [^] 60 g (7 BIA, 7 MLE, 10 GOR) Pasta z sera i rzodkiewki [^] 60 g (7 BIA, 7 MLE) Bułka mała 50g Popowicka 1 szt (1 GLU) Rama 10g 1 szt Sok owocowy Wosanka 1 szt cukier 5g ADM 1 szt	Mus owocowy Agiberia [^] 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 332,6 Białko ogółem [g] 68,7 Tłuszcz [g] 68 Węglowodany przyswajalne [g] 331,6 Sód [mg] 1 074,1 Błonnik pokarmowy [g] 46,6 suma cukrów prostych [g] 124,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 37,9
2025-04-19 sobota	Łatwostrawna Dzieci UCK	Kasza manna gotowana na mleku. 300 ml (7 BIA, 1 GLU, 7 MLE) Herbata bez cukru 250 ml Bułka mała 50g Popowicka 1 szt (1 GLU) Masło Mlekowita 10g 1 szt (7 BIA, 7 MLE) cukier 5g ADM 1 szt Pasta z sera białego i papryki słodkiej [^] 60 g (7 BIA, 7 MLE) Pomidory cherry 50 g Jabłko Jonagold 1 szt 1 szt Ser biały plaster Bieruński 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- dieta [^] 350 ml (7 BIA, 1 GLU, 9 SEL) Ryż z duszonymi jabłkami, cynamonem i rodzynkami [^] 300 g (11 SEZ) Surówka marchewka z ananasem [^] 120 g Galaretki Zott 175g 1 szt	Pomidory cherry 50 g Pasta z sera i koperku [^] 60 g (7 BIA, 7 MLE) Pasta z sera i zielonej pietruszki [^] 60 g (7 BIA, 7 MLE) Bułka mała 50g Popowicka 1 szt (1 GLU) Rama 10g 1 szt Sok owocowy Wosanka 1 szt cukier 5g ADM 1 szt	Mus owocowy Agiberia [^] 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 329,6 Białko ogółem [g] 76,1 Tłuszcz [g] 64,7 Węglowodany przyswajalne [g] 337,5 Sód [mg] 499,3 Błonnik pokarmowy [g] 42,3 suma cukrów prostych [g] 129,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 36,8

Jadłospisy za okres od dnia 2025-04-14 do dnia 2025-04-21 UCK

2025-04-19 sobota	Cukrzyca Dzieci UCK	Herbata bez cukru 250 ml 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 Pasta z sera białego i papryki słodkiej^ 60 g (7 BIA , 7 MLE) Gruszka 150 g Ser tostowy Lactima 2 szt (7 BIA) szpinak baby 10 g Ogórek konserwowy . 50 g (10 GOR)	Ciastko kokosowe Frank&Oli 1 szt (5 OZI , 5 ORZ , 11 SEZ) Pomidory cherry 50 g	Zupa jarzynowa z ziemniakami^ 350 ml (7 BIA , 1 GLU , 9 SEL) Filet drobiowy pieczony^ 80 g ryż brązowy gotowany 200 g Surówka marchewka z ananasem^ 120 g Kompot owocowy^ 250 ml sos curry 80 ml (7 BIA , 1 GLU , 7 MLE , 10 GOR)	Papryka czerwona 50 g Pasta z sera białego z śledziem i ogórkiem kiszonym^ 60 g (7 BIA , 7 MLE , 10 GOR) Pasta z sera i rzodkiewki^ 60 g (7 BIA , 7 MLE) Chleb żytni bez drożdży Mister 150 g (1 GLU) Rama 10g 1 szt Herbata bez cukru 250 ml	Mus owocowy Agiberia^ 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 500,9 Białko ogółem [g] 91,2 Tłuszcz [g] 76,2 Węglowodany przyswajalne [g] 325,9 Sód [mg] 835,7 Błonnik pokarmowy [g] 59,6 suma cukrów prostych [g] 63 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 37,6
	Podstawa Dzieci UCK	Płatki owsiane gotowane na mleku . 300 ml (7 BIA , 1 GLU , 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) Kielbasa biała parzona 1 Por (1 GLU , 6 SOJ) Chrzan 10 g cukier 5g ADM 1 szt Banan 1 szt Jajo 1 szt (3 JAJ) Roszponka 10 g	Sernik 100 g Ciastko kokosowe Frank&Oli 1 szt (5 OZI , 5 ORZ , 11 SEZ) Pomidory cherry 50 g	Rosół z makaronem^ 350 ml (9 SEL) Rolada wieprzowa z sosem pieczeniowym 120g^ 1 Por (1 GLU , 10 GOR) Kluski śląskie 200 g (1 GLU , 3 JAJ) Kapusta czerwona duszona z ogórkiem kiszonym^ 120 g (10 GOR) Galaretki Zott 175g 1 szt	Szynka krucha z pieca Bieleśz 40 g Bułka mała 50g Popowicka 1 szt (1 GLU) Ser żółty Mońki 40 g Rama 10g 1 szt Sok owocowy Wosanka 1 szt Ogórek zielony 50 g cukier 5g ADM 1 szt Ser żółty Mońki 40 g	Deser ryżowo-owocowy Łowicz 1 g (7 MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 425,1 Białko ogółem [g] 101,9 Tłuszcz [g] 90,3 Węglowodany przyswajalne [g] 283,7 Sód [mg] 760,9 Błonnik pokarmowy [g] 38,8 suma cukrów prostych [g] 89,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 40,5
	Łatwostrawna Dzieci UCK	Płatki owsiane gotowane na mleku . 300 ml (7 BIA , 1 GLU , 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) Kielbasa biała parzona 1 Por (1 GLU , 6 SOJ) Ketchup 25g 1 szt cukier 5g ADM 1 szt Banan 1 szt Jajo 1 szt (3 JAJ) Roszponka 10 g	Sernik 100 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) Kluski śląskie 200 g (1 GLU , 3 JAJ) Buraczki gotowane oprószane^ 120 g (1 GLU) Galaretki Zott 175g 1 szt	Szynka krucha z pieca Bieleśz 40 g Bułka mała 50g Popowicka 1 szt (1 GLU) Pasta z sera i szczypiorku^ 60 g (7 BIA , 7 MLE) Rama 10g 1 szt Sok owocowy Wosanka 1 szt Pomidory cherry 50 g cukier 5g ADM 1 szt Pasta z sera i szczypiorku^ 60 g (7 BIA , 7 MLE)	Deser ryżowo-owocowy Łowicz 1 g (7 MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 401,5 Białko ogółem [g] 97,3 Tłuszcz [g] 91,4 Węglowodany przyswajalne [g] 281,7 Sód [mg] 549,4 Błonnik pokarmowy [g] 33,2 suma cukrów prostych [g] 87,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 38
2025-04-20 niedziela	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) Kielbasa biała parzona 1 Por (1 GLU , 6 SOJ) Jogurt naturalny 150g Bochnia 1 szt (7 BIA) Chrzan 10 g Jabłko Jonagold 1 szt 1 szt Jajo 1 szt (3 JAJ) 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) Kluski śląskie 200 g (1 GLU , 3 JAJ) Surówka z kapusty czerwonej.^ 120 g Kompot owocowy^ 250 ml	Szynka krucha z pieca Bieleśz 40 g Chleb żytni bez drożdży Mister 150 g (1 GLU) Ser żółty Mońki 40 g Rama 10g 1 szt Herbata bez cukru 250 ml Ogórek zielony 50 g Ser żółty Mońki 40 g	Deser ryżowo-owocowy Łowicz 1 g (7 MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 400 Białko ogółem [g] 89,3 Tłuszcz [g] 85,6 Węglowodany przyswajalne [g] 296,5 Sód [mg] 371,3 Błonnik pokarmowy [g] 47,9 suma cukrów prostych [g] 48,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 35,9

Jadłospisy za okres od dnia 2025-04-14 do dnia 2025-04-21 UCK

2025-04-21 poniedziałek	Podstawa Dzieci UCK	Lane ciasto gotowane na mleku 300 g (7 BIA , 1 GLU , 3 JAJ , 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 czerwona 50 g Masło Mlekowita 10g 1 szt (7 BIA , 7 MLE) cukier 5g ADM 1 szt Salatka jarzynowa . 60 g (3 JAJ , 7 MLE , 10 GOR) Pomarańcza 150 g Mix salat z marchewką 10 g Szynka piastowska Kozłowski 40 g (6 SOJ)	Strucla makowa 100 g Ciastko jaglane Frank&Oli 1 szt (5 ORZ) Pomidory cherry 50 g	Żurek z ziemniakami.^ 350 ml (7 BIA) Ziemniaki tłuczone z koperkiem^ 200 g (7 BIA , 7 MLE) Galaretka Zott 175g 1 szt bitka schabowa duszona w sosie własnym 80 g (1 GLU) bukiet warzyw gotowany^ 120 g	Jajo 1 szt (3 JAJ) Szynka Grzegorza Bieleś 40 g (6 SOJ) Bułka długa 50 g (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] 3 197,5 Białko ogółem [g] 133,6 Tłuszcz [g] 111,6 Węglowodany przyswajalne [g] 391,2 Sód [mg] 1 547,1 Błonnik pokarmowy [g] 42,1 suma cukrów prostych [g] 124,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 32,5
	Łatwostrawna Dzieci UCK	Lane ciasto gotowane na mleku 300 g (7 BIA , 1 GLU , 3 JAJ , 7 MLE) Kawa zbozowa z mlekiem bez cukru 250 ml (1 GLU , 7 BIA , 7 MLE) Bułka długa 50 g (1 GLU) Pomidory cherry 50 g Masło Mlekowita 10g 1 szt (7 BIA , 7 MLE) cukier 5g ADM 1 szt Salatka jarzynowa - dieta^ 60 g (9 SEL) Pomarańcza 150 g Szynka piastowska Kozłowski 40 g (6 SOJ) Mix salat z marchewką 10 g	Kołacz z jabłkami 100 g Ciastko jaglane Frank&Oli 1 szt (5 ORZ) Pomidory cherry 50 g	Żurek z ziemniakami.^ 350 ml (7 BIA) Ziemniaki tłuczone z koperkiem^ 200 g (7 BIA , 7 MLE) Galaretka Zott 175g 1 szt bitka schabowa gotowana 80 g bukiet warzyw gotowany^ 120 g Bulion jarzynowy^ 80 ml (9 SEL)	Jajo 1 szt (3 JAJ) Szynka Grzegorza Bieleś 40 g (6 SOJ) Bułka długa 50 g (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] 2 737,6 Białko ogółem [g] 132 Tłuszcz [g] 74,1 Węglowodany przyswajalne [g] 362,2 Sód [mg] 1 605,3 Błonnik pokarmowy [g] 43 suma cukrów prostych [g] 130,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 27,4
	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 czerwona 50 g Masło Mlekowita 10g 1 szt (7 BIA , 7 MLE) Jogurt owocowy bez cukru Zott Jogobella 1 szt Salatka jarzynowa . 60 g (3 JAJ , 7 MLE , 10 GOR) Pomarańcza 150 g Szynka piastowska Kozłowski 40 g (6 SOJ) Mix salat z marchewką 10 g	Ciastko jaglane Frank&Oli 1 szt (5 ORZ) Pomidory cherry 50 g	Żurek z ziemniakami.^ 350 ml (7 BIA) Ziemniaki tłuczone z koperkiem^ 200 g (7 BIA , 7 MLE) bitka schabowa gotowana 80 g Kompot owocowy^ 250 ml Surówka z kapusty białej^ 120 g Bulion jarzynowy^ 80 ml (9 SEL)	Jajo 1 szt (3 JAJ) Szynka Grzegorza Bieleś 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] 2 706,1 Białko ogółem [g] 121,1 Tłuszcz [g] 72,3 Węglowodany przyswajalne [g] 363,4 Sód [mg] 770 Błonnik pokarmowy [g] 51,1 suma cukrów prostych [g] 61 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 22,8