

Jadłospisy za okres od dnia 2025-12-22 do dnia 2025-12-31 UCK

		1	2	3	5	6	7
		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2025-12-22 poniedziałek	Podstawa Dzieci UCK	Platki jęczmienne gotowane na mleku . 300 ml (1 GLU, 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 Gala 1szt 1 szt Ser żółty Mońki 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	Zupa gulaszowa^ 350 ml (1 GLU) Knedle z owocami śliwka z masłem i cukrem UCK/KCO 350 g (7 BIA, 1 GLU, 3 JAJ) Surówka z marchewki i jabłka^ 120 g Galaretka Zott 175g 1 szt	Ogórek zielony 50 g Schab z Kija 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	Mus owocowy z jogurtem Tymbark 1 szt (1 GLU, 7 MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 621,2 Białko ogółem [g] 97,2 Tłuszcz [g] 89,9 Węglowodany przyswajalne [g] 334,4 Sód [mg] 1 755 Błonnik pokarmowy [g] 44,2 suma cukrów prostych [g] 138 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 50,5
	Łatwostrawna Dzieci UCK	Platki jęczmienne gotowane na mleku . 300 ml (1 GLU, 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 Gala 1szt 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 ziemniaczana^ 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 jabłka^ 120 g Galaretka Zott 175g 1 szt Łopatką wieprzowa do zupy 40 g	Pomidory cherry 50 g Schab z Kija 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	Mus owocowy z jogurtem Tymbark 1 szt (1 GLU, 7 MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 669,7 Białko ogółem [g] 97,2 Tłuszcz [g] 87,5 Węglowodany przyswajalne [g] 352,8 Sód [mg] 1 211,9 Błonnik pokarmowy [g] 44,7 suma cukrów prostych [g] 141,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 49,1
	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 Gala 1szt 1 szt Ser żółty Mońki 40 g szpinak baby 10 g Papryka zielona 50 g	Pomidory cherry 100 g	Zupa gulaszowa^ 350 ml (1 GLU) Filet drobiowy pieczony^ 80 g ryż brązowy gotowany 200 g Surówka z marchewki i jabłka^ 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 Jajo 1 szt (3 JAJ) Chleb żytni bez drożdży Mister 150 g (1 GLU) Rama 10g 1 szt Herbata bez cukru 250 ml	Ogórek zielony 50 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 347,2 Białko ogółem [g] 113,3 Tłuszcz [g] 58,8 Węglowodany przyswajalne [g] 317,1 Sód [mg] 1 259,6 Błonnik pokarmowy [g] 46,1 suma cukrów prostych [g] 68,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 22,6

2025-12-23 wtorek	Podstawa Dzieci UCK	Zacierka 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) 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 żółta 50 g	Zupa pomidorowa z ryżem [^] 350 ml (7 BIA, 1 GLU, 9 SEL) Galaretka Zott 175g 1 szt Filet z dorsza oprószany [^] 100 g (1 GLU, 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 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 Pomidory cherry 50 g cukier 5g ADM 1 szt	Babeczka stracciatella 1 szt (1 GLU)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 992,3 Białko ogółem [g] 106,2 Tłuszcz [g] 94,1 Węglowodany przyswajalne [g] 384,9 Sód [mg] 1 087,6 Błonnik pokarmowy [g] 41,3 suma cukrów prostych [g] 116,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 29
	Łatwostrawna Dzieci UCK	Zacierka 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) Puree z groszku i świeżej mięty [^] 120 g 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 Bieroński 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] 2 712,9 Białko ogółem [g] 114,6 Tłuszcz [g] 64,5 Węglowodany przyswajalne [g] 378,3 Sód [mg] 835,5 Błonnik pokarmowy [g] 36,4 suma cukrów prostych [g] 111,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 26,2
	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 Gala 1szt 1 szt Pasta z sera, ogórka i koperku [^] 60 g (7 BIA, 7 MLE) Roszponka 10 g	Papryka żółta 100 g	Zupa pomidorowa z ryżem [^] 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 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) Chleb żytni bez drożdży Mister 150 g (1 GLU) Rama 10g 1 szt Herbata bez cukru 250 ml Pomidory cherry 50 g	Pomidory cherry 50 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 149,3 Białko ogółem [g] 89,9 Tłuszcz [g] 49,1 Węglowodany przyswajalne [g] 312,3 Sód [mg] 720,6 Błonnik pokarmowy [g] 47,9 suma cukrów prostych [g] 62,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 15,4
2025-12-24 środa	Podstawa Dzieci UCK	Płatki 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) Ogórek zielony 50 g Masło Mlekowita 10g 1 szt (7 BIA, 7 MLE) Jajko gotowane na półtwardo 1 szt (3 JAJ) cukier 5g ADM 1 szt Mandarynki 150 g Mix salát z burakiem 10 g Serek naturalny Juliko 60 g (7 MLE)	Ciastko jaglane Frank&Oli 1 szt (5 ORZ) Papryka żółta 50 g	Ser biały plaster Bieroński 60 (7 BIA, 7 MLE) Ser tostowy Lactima 2 (7 BIA) Bułka mała 50g Popowicka 1 (1 GLU) Rama 10g 1 Sok owocowy Wosanka 1 Pomidory cherry 50 cukier 5g ADM 1	Galaretka Zott 175g 1 szt Barszcz czysty 350 (9 SEL) Ziemniaki tłuczone z koperkiem [^] 200 (7 BIA, 7 MLE) Filet z karpia oprószany [^] 100 (1 GLU, 10 GOR) Kapusta z grzybami 120	Mus owocowy Agiberia [^] 1 szt Strucla makowa 100 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 884,6 Białko ogółem [g] 116,6 Tłuszcz [g] 115,7 Węglowodany przyswajalne [g] 319,6 Sód [mg] 1 456,8 Błonnik pokarmowy [g] 37,4 suma cukrów prostych [g] 122,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 40,5

Jadłospisy za okres od dnia 2025-12-22 do dnia 2025-12-31 UCK

2025-12-24 środa	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) 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 Mandarynki 150 g Serek naturalny Juliko 60 g (7 MLE) Mix sałat z burakiem 10 g	Ciastko jaglane Frank&Oli 1 szt (5 ORZ) Pomidory cherry 50 g	Pasta z sera i zielonej pietruszki^ 60 (7 BIA, 7 MLE) Ser biały plaster Biezuński 60 (7 BIA, 7 MLE) Bułka mała 50g Popowicka 1 (1 GLU) Rama 10g 1 Sok owocowy Wosanka 1 Pomidory cherry 50 cukier 5g ADM 1	Galaretka Zott 175g 1 szt Barszcz czysty 350 (9 SEL) Ziemniaki tłuczone z koperkiem^ 200 (7 BIA, 7 MLE) Brokuły gotowane^ 120 Filet z dorsza pieczony^ 100 (10 GOR)	Mus owocowy Agiberia^ 1 szt Ciasto jogurtowe 100 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 202,4 Białko ogółem [g] 113,6 Tłuszcz [g] 66,8 Węglowodany przyswajalne [g] 269,6 Sód [mg] 886,6 Błonnik pokarmowy [g] 29,9 suma cukrów prostych [g] 105,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 30,5
	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 zielony 50 g Masło Mlekowita 10g 1 szt (7 BIA, 7 MLE) Jogurt naturalny 150g Mlepol 1 szt Jajko gotowane na półtwardo 1 szt (3 JAJ) Mandarynki 150 g Serek naturalny Juliko 60 g (7 MLE) Mix sałat z burakiem 10 g	Papryka żółta 100 g	Ser tostowy Lactima 2 (7 BIA) Ser biały plaster Biezuński 60 (7 BIA, 7 MLE) Chleb żytni bez drożdży Mister 150 (1 GLU) Rama 10g 1 Herbata bez cukru 250 Pomidory cherry 50	Barszcz czysty 350 (9 SEL) Ziemniaki tłuczone z koperkiem^ 200 (7 BIA, 7 MLE) Kompot z suszek-wigilia 250 Surówka z kapusty kiszonej^ 120 Filet z karpia pieczony^ 100 (10 GOR)	Pomidory cherry 50 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 050,9 Białko ogółem [g] 92,5 Tłuszcz [g] 63,2 Węglowodany przyswajalne [g] 259,8 Sód [mg] 980,4 Błonnik pokarmowy [g] 32 suma cukrów prostych [g] 56,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 31,3
2025-12-25 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) Papryka żółta 50 g Masło Polmlek 10g 1 szt 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 Ser biały plaster Biezuński 40 g (7 BIA, 7 MLE) rukola 10 g	Ciastko kokosowe Frank&Oli 1 szt (5 OZI, 5 ORZ, 11 SEZ) Pomidory cherry 50 g Sernik 100 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) Galaretka Zott 175g 1 szt	Szynka krucha z pieca Bielez 40 g Bułka mała 50g Popowicka 1 szt (1 GLU) Sałatka jarzynowa . 60 g (3 JAJ, 7 MLE, 10 GOR) Rama 10g 1 szt Sok owocowy Wosanka 1 szt Rzodkiewka 50 g cukier 5g ADM 1 szt	Babeczka stracciatella 1 szt (1 GLU)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 3 086,9 Białko ogółem [g] 116,1 Tłuszcz [g] 117,2 Węglowodany przyswajalne [g] 347 Sód [mg] 1 240,8 Błonnik pokarmowy [g] 42,1 suma cukrów prostych [g] 98,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 52,2

Jadłospisy za okres od dnia 2025-12-22 do dnia 2025-12-31 UCK

2025-12-25 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 Polmlek 10g 1 szt 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 Ser biały plaster Bieruński 40 g (7 BIA, 7 MLE) rukola 10 g	Ciastko kokosowe Frank&Oli 1 szt (5 OZI, 5 ORZ, 11 SEZ) Pomidory cherry 50 g Sernik 100 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) Galaretka Zott 175g 1 szt	Szynka krucha z pieca Bieleśz 40 g Bułka mała 50g Popowicka 1 szt (1 GLU) Sałatka jarzynowa - dieta [^] 60 g (9 SEL) 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] 2 821,6 Białko ogółem [g] 103,3 Tłuszcz [g] 105,7 Węglowodany przyswajalne [g] 323,8 Sód [mg] 699,6 Błonnik pokarmowy [g] 32,6 suma cukrów prostych [g] 99,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 47,6
	Cukrzyca Dzieci UCK	Herbata bez cukru 250 ml Chleb żytni bez drożdży Mister 150 g (1 GLU) Papryka żółta 50 g Masło Polmlek 10g 1 szt 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 Jonagold 1 szt 1 szt Ser biały plaster Bieruński 40 g (7 BIA, 7 MLE) rukola 10 g	Pomidory cherry 100 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) 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) Sałatka jarzynowa . 60 g (3 JAJ, 7 MLE, 10 GOR) Rama 10g 1 szt Herbata bez cukru 250 ml Rzodkiewka 50 g	Rzodkiewka 50 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 230,5 Białko ogółem [g] 88,2 Tłuszcz [g] 82,4 Węglowodany przyswajalne [g] 266,1 Sód [mg] 827,8 Błonnik pokarmowy [g] 37,5 suma cukrów prostych [g] 48 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 33,9
	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 pszenno-żytni 65 g (1 GLU, 3 JAJ, 5 OZI, 7 MLE, 11 SEZ, 6 SOJ, 11 ZIA, 1 ŻYT) Ogórek konserwowy . 50 g (10 GOR) Masło Polmlek 10g 1 szt Ser żółty Mońki 40 g cukier 5g ADM 1 szt Pomarańcza 150 g Rozżonka 10 g Pyzdra szynkowa 40 g	Ciastko jaglane Frank&Oli 1 szt (5 ORZ) Pomidory cherry 50 g Piernik 100 g	Zupa pieczarkowa 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 meksykańska z kukurydzą [^] 120 g (ROŚ) Bulion jarzynowy [^] 80 ml (9 SEL)	Jajko gotowane na półtwardo 1 szt (3 JAJ) Schab Grzegorza Bieleśz 40 g (6 SOJ) Bułka długa 50 g (1 GLU) Rama 10g 1 szt Sok owocowy Wosanka 1 szt Papryka czerwona 50 g cukier 5g ADM 1 szt	Mus owocowy z jogurtem Tymbark 1 szt (1 GLU, 7 MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 3 093,9 Białko ogółem [g] 141,3 Tłuszcz [g] 101,1 Węglowodany przyswajalne [g] 378,4 Sód [mg] 2 336,3 Błonnik pokarmowy [g] 44,3 suma cukrów prostych [g] 129,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 35,3

Jadłospisy za okres od dnia 2025-12-22 do dnia 2025-12-31 UCK

2025-12-26 piątek	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 Polmlek 10g 1 szt Ser biały plaster Biezuński 40 g (7 BIA , 7 MLE) cukier 5g ADM 1 szt Pomarańcza 150 g Pyzdra szynkowa 40 g Rozsponka 10 g	Ciastko jaglane Frank&Oli 1 szt (5 ORZ) Pomidory cherry 50 g Piernik 100 g	Zupa szpinakowa 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 bukiet warzyw gotowany^ 120 g bitka schabowa gotowana 80 g Bulion jarzynowy^ 80 ml (9 SEL)	Schab Grzegorza Bieleś 40 g (6 SOJ) Jajko gotowane na półtwardo 1 szt (3 JAJ) Bułka długa 50 g (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] 2 798,5 Białko ogółem [g] 143,2 Tłuszcz [g] 80 Węglowodany przyswajalne [g] 354,2 Sód [mg] 1 549,4 Błonnik pokarmowy [g] 43,1 suma cukrów prostych [g] 122,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 30,4
	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) Ogórek konserwowy . 50 g (10 GOR) Masło Polmlek 10g 1 szt Jogurt naturalny 150g Mleko 1 szt Ser żółty Mońki 40 g Pomarańcza 150 g Pyzdra szynkowa 40 g Rozsponka 10 g	Pomidory cherry 100 g	Zupa pieczarkowa z ziemniakami.^ 350 ml (7 BIA , 1 GLU , 9 SEL) Soczewica gotowana 200 g Kompot owocowy^ 250 ml Surówka meksykańska z kukurydzą^ 120 g (10 SEL) bitka schabowa gotowana 80 g Bulion jarzynowy^ 80 ml (9 SEL)	Schab Grzegorza Bieleś 40 g (6 SOJ) 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 Papryka czerwona 50 g	Papryka czerwona 50 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 320,6 Białko ogółem [g] 133,2 Tłuszcz [g] 60,9 Węglowodany przyswajalne [g] 286,1 Sód [mg] 1 266,6 Błonnik pokarmowy [g] 41,8 suma cukrów prostych [g] 69 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 25
	Podstawa Dzieci UCK	Kasza manna gotowana na mleku. 300 ml (7 BIA , 1 GLU , 7 MLE) Herbata bez cukru 250 ml Chleb pszenno-żytni 65 g (1 GLU , 3 JAJ , 5 OZI , 7 MLE , 11 SEZ , 6 SOJ , 11 ZIA , 1 ŻYT) Ogórek zielony 50 g Masło Mlekovita 10g 1 szt (7 BIA , 7 MLE) cukier 5g ADM 1 szt Jajko gotowane na półtwardo 1 szt (3 JAJ) Gruszka 150 g Mix salát z marchewką 10 g Szynka piastowska Kozłowski 40 g (6 SOJ)	Pomidory cherry 50 g Ciastko jaglane Frank&Oli 1 szt (5 ORZ)	Zupa kalafiorowa z ziemniakami^ 350 ml (7 BIA , 1 GLU , 9 SEL) Soczewica gotowana 200 g Galaretka Zott 175g 1 szt Filet drobiowy pieczony^ 80 g Surówka z ogórka kiszzonego^ 120 g (10 GOR) sos curry 80 ml (7 BIA , 1 GLU , 7 MLE , 10 GOR)	Pasta z sera i zielonej pietruszki^ 60 g (7 BIA , 7 MLE) Szynka Grzegorza Bieleś 40 g (6 SOJ) Kajzerka 1 szt (1 GLU) Rama 10g 1 szt Sok owocowy Wosanka 1 szt cukier 5g ADM 1 szt Rzodkiewka 50 g	Deser ryżowo-owocowy Łowicz 1 szt (7 MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 201,5 Białko ogółem [g] 124,5 Tłuszcz [g] 57,1 Węglowodany przyswajalne [g] 279,1 Sód [mg] 683,8 Błonnik pokarmowy [g] 37,9 suma cukrów prostych [g] 77 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 19,3

Jadłospisy za okres od dnia 2025-12-22 do dnia 2025-12-31 UCK

2025-12-27 sobota	Łatwostrawna Dzieci UCK	Kasza manna gotowana na mleku. 300 ml (7 BIA, 1 GLU, 7 MLE) Herbata bez cukru 250 ml Kajzerka 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) kiwi 2 szt 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) Galaretki Zott 175g 1 szt Filet drobiowy pieczony [^] 80 g Groszek zielony gotowany [^] 120 g sos curry 80 ml (7 BIA, 1 GLU, 7 MLE, 10 GOR)	Pasta z sera i zielonej pietruszki [^] 60 g (7 BIA, 7 MLE) Szynka Grzegorza Bieleś 40 g (6 SOJ) Kajzerka 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 szt (7 MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 228,6 Białko ogółem [g] 117,5 Tłuszcz [g] 54,6 Węglowodany przyswajalne [g] 297,7 Sód [mg] 397 Błonnik pokarmowy [g] 37,9 suma cukrów prostych [g] 79,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 18,8
	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) kiwi 2 szt Szynka piastowska Kozłowski 40 g (6 SOJ) Mix салат z marchewką 10 g	Pomidory cherry 100 g	Zupa kalafiorowa z ziemniakami [^] 350 ml (7 BIA, 1 GLU, 9 SEL) Soczewica gotowana 200 g Filet drobiowy pieczony [^] 80 g Kompot owocowy [^] 250 ml Surówka z ogórka kiszzonego [^] 120 g (10 GOR) sos curry 80 ml (7 BIA, 1 GLU, 7 MLE, 10 GOR)	Pasta z sera i zielonej pietruszki [^] 60 g (7 BIA, 7 MLE) 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 Rzodkiewka 50 g	Rzodkiewka 50 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 083,2 Białko ogółem [g] 113,7 Tłuszcz [g] 47,2 Węglowodany przyswajalne [g] 280,1 Sód [mg] 334,5 Błonnik pokarmowy [g] 45,9 suma cukrów prostych [g] 46,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 15,1
	Podstawa Dzieci UCK	Płatki owsiane gotowane na mleku . 300 ml (7 BIA, 1 GLU, 7 MLE) Herbata bez cukru 250 ml Chleb pszenno-żytni 65 g (1 GLU, 3 JAJ, 5 OZI, 7 MLE, 11 SEZ, 6 SOJ, 11 ZIA, 1 ŻYT) Rzodkiewka 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) Jabłko Jonagold 1 szt 1 szt rukola 10 g Szynka Grzegorza Bieleś 40 g (6 SOJ)	Ciastko brownie Frank&Oli 1 szt (5 ORZ) Pomidory cherry 50 g	Zupa pomidorowa z makaronem [^] 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 Surówka coleslaw [^] 120 g (7 MLE, 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) Kajzerka 1 szt (1 GLU) Rama 10g 1 szt Sok owocowy Wosanka 1 szt cukier 5g ADM 1 szt Ogórek konserwowy . 50 g (10 GOR)	Mus owocowo-warzywny Tymbark [^] 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 305 Białko ogółem [g] 114,8 Tłuszcz [g] 53,4 Węglowodany przyswajalne [g] 317 Sód [mg] 992,7 Błonnik pokarmowy [g] 38,3 suma cukrów prostych [g] 93,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 27,6

Jadłospisy za okres od dnia 2025-12-22 do dnia 2025-12-31 UCK

2025-12-28 niedziela	Łatwostrawna Dzieci UCK	Platki owsiane gotowane na mleku . 300 ml (7 BIA, 1 GLU, 7 MLE) Herbata bez cukru 250 ml Kajzerka 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	Zupa pomidorowa z makaronem^ 350 ml (7 BIA, 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 Brokuły gotowane^ 120 g sos curry 80 ml (7 BIA, 1 GLU, 7 MLE, 10 GOR)	Pasta z sera i koperku^ 60 g (7 BIA, 7 MLE) filet zapiekany Giżewski 40 g (6 SOJ) Kajzerka 1 szt (1 GLU) Rama 10g 1 szt Sok owocowy Wosanka 1 szt cukier 5g ADM 1 szt Pomidory cherry 50 g	Mus owocowo-warzywny Tymbark^ 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 238,6 Białko ogółem [g] 119,1 Tłuszcz [g] 49,9 Węglowodany przyswajalne [g] 310 Sód [mg] 804,3 Błonnik pokarmowy [g] 38,1 suma cukrów prostych [g] 97,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 23,8
	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 naturalny 150g Mlekpól 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)	Pomidory cherry 100 g	Zupa pomidorowa z makaronem^ 350 ml (7 BIA, 1 GLU, 9 SEL) Ziemniaki tłuczone z koperkiem^ 200 g (7 BIA, 7 MLE) Udziec z indyka pieczony^ 80 g Kompot owocowy^ 250 ml Surówka colesław^ 120 g (7 MLE, 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) Chleb żytni bez drożdży Mister 150 g (1 GLU) Rama 10g 1 szt Herbata bez cukru 250 ml Ogórek konserwowy . 50 g (10 GOR)	Ogórek konserwowy . 50 g (10 GOR)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 151,5 Białko ogółem [g] 106,3 Tłuszcz [g] 42,6 Węglowodany przyswajalne [g] 313,1 Sód [mg] 698,8 Błonnik pokarmowy [g] 39,1 suma cukrów prostych [g] 54,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 19,6
2025-12-29 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) Masło Mlekowita 10g 1 szt (7 BIA, 7 MLE) cukier 5g ADM 1 szt Szynka piastowska Kozłowski 40 g (6 SOJ) Pomarańcza 150 g Ser żółty Mońki 40 g szpinak baby 10 g Pomidory cherry 50 g	Ciastko kokosowe Frank&Oli 1 szt (5 OZI, 5 ORZ, 11 SEZ) Ogórek konserwowy . 50 g (10 GOR)	Barszcz czerwony ukraiński^ 350 ml (7 BIA, 9 SEL) Naleśnik z kremem czekoladowym i plasterkami banana 2 sztuki^ 350 g (7 BIA, 1 GLU, 3 JAJ, 7 MLE, 5 ORZ) Surówka z marchewki i jabłka - G 120 g Galaretka Zott 175g 1 szt	Papryka czerwona 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	Mus owocowy z jogurtem Tymbark 1 szt (1 GLU, 7 MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 3 278,9 Białko ogółem [g] 126,3 Tłuszcz [g] 110,4 Węglowodany przyswajalne [g] 418,2 Sód [mg] 2 042,8 Błonnik pokarmowy [g] 41,3 suma cukrów prostych [g] 145,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 48,3

Jadłospisy za okres od dnia 2025-12-22 do dnia 2025-12-31 UCK

2025-12-29 poniedziałek	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 mała 50g Popowicka 1 szt (1 GLU) Masło Mlekowita 10g 1 szt (7 BIA, 7 MLE) cukier 5g ADM 1 szt Szynka piastowska Kozłowski 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	Barszcz czerwony z ziemniakami i mięsem^ 350 ml (7 BIA, 1 GLU, 9 SEL) Makaron z serem, cynamonem i rodzynkami^ 300 g (7 BIA, 1 GLU, 7 MLE, 11 SEZ) Surówka z marchewki i jabłka - G 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	Mus owocowy z jogurtem Tymbark 1 szt (1 GLU, 7 MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 524,7 Białko ogółem [g] 130,5 Tłuszcz [g] 69,8 Węglowodany przyswajalne [g] 329,4 Sód [mg] 993,6 Błonnik pokarmowy [g] 32,7 suma cukrów prostych [g] 118,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 36,3
	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 Szynka piastowska Kozłowski 40 g (6 SOJ) Pomarańcza 150 g Ser żółty Mońki 40 g szpinak baby 10 g Pomidory cherry 50 g	Ogórek konserwowy . 100 g (10 GOR)	Barszcz czerwony ukraiński^ 350 ml (7 BIA, 9 SEL) Filet drobiowy pieczony^ 80 g Makaron razowy gotowany 200 g (1 GLU) Surówka z marchewki i jabłka - G 120 g Kompot owocowy^ 250 ml Sos musztardowy 80 ml (7 BIA, 1 GLU, 10 GOR)	Papryka czerwona 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	Papryka czerwona 50 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 529,7 Białko ogółem [g] 125,3 Tłuszcz [g] 68,4 Węglowodany przyswajalne [g] 320,5 Sód [mg] 2 013,5 Błonnik pokarmowy [g] 46,4 suma cukrów prostych [g] 66,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 25
2025-12-30 wtorek	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) 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) Rzodkiewka 50 g	Zupa ogórkowa z ziemniakami^ 350 ml (7 BIA, 1 GLU, 9 SEL, 10 GOR) Galaretka Zott 175g 1 szt Filet z dorsza oprószony^ 100 g (1 GLU, 10 GOR) Fasolka szparagowa z wody^ 120 g (ROŚ) 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 Papryka czerwona 50 g cukier 5g ADM 1 szt	Babeczka stracciatella 1 szt (1 GLU)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 812,2 Białko ogółem [g] 105,2 Tłuszcz [g] 85,1 Węglowodany przyswajalne [g] 362,5 Sód [mg] 1 261,4 Błonnik pokarmowy [g] 42,4 suma cukrów prostych [g] 111,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 28,2

Jadłospisy za okres od dnia 2025-12-22 do dnia 2025-12-31 UCK

2025-12-30 wtorek	Łatwostrawna Dzieci UCK	Platki jęczmienne gotowane na mleku . 300 ml (1 GLU, 7 BIA, 7 MLE) Herbata bez cukru 250 ml Bulka 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) Roszpinka 10 g	Ciastko brownie Frank&Oli 1 szt (5 ORZ) Pomidory cherry 50 g	Zupa brokułowa z ziemniakami^ 350 ml (7 BIA, 1 GLU, 9 SEL) Galaretka Zott 175g 1 szt Filet z dorsza pieczony^ 100 g (10 GOR) Fasolka szparagowa z wody^ 120 g (ROŚ) 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) Bulka 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] 2 622,1 Białko ogółem [g] 112,3 Tłuszcz [g] 64,1 Węglowodany przyswajalne [g] 359,5 Sód [mg] 1 016,4 Błonnik pokarmowy [g] 38,5 suma cukrów prostych [g] 110,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 26
	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 Gala 1szt 1 szt Pasta z sera białego i papryki słodkiej^ 60 g (7 BIA, 7 MLE) Roszpinka 10 g	Rzodkiewka 100 g	Zupa ogórkowa z ziemniakami^ 350 ml (7 BIA, 1 GLU, 9 SEL, 10 GOR) Filet z dorsza pieczony^ 100 g (10 GOR) Kompot owocowy^ 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 topiony mix Sertop 1 szt (7 MLE) Chleb żytni bez drożdży Mister 150 g (1 GLU) Rama 10g 1 szt Herbata bez cukru 250 ml Papryka czerwona 50 g	Papryka czerwona 50 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 091,1 Białko ogółem [g] 91,6 Tłuszcz [g] 45,8 Węglowodany przyswajalne [g] 303,8 Sód [mg] 711,9 Błonnik pokarmowy [g] 47,9 suma cukrów prostych [g] 57,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 15,2
2025-12-31 środa	Podstawa Dzieci UCK	Ryż gotowany 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) Ogórek konserwowy . 50 g (10 GOR) Masło Mlekowita 10g 1 szt (7 BIA, 7 MLE) Jajko gotowane na półtwardo 1 szt (3 JAJ) cukier 5g ADM 1 szt Mandarynki 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 jarzynowa z ziemniakami^ 350 ml (7 BIA, 1 GLU, 9 SEL) Soczewica gotowana 200 g 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 Bieleś 40 g (6 SOJ) Bulka 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 Agiberia^ 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 692,9 Białko ogółem [g] 120,9 Tłuszcz [g] 90,6 Węglowodany przyswajalne [g] 319,8 Sód [mg] 1 522,7 Błonnik pokarmowy [g] 40,5 suma cukrów prostych [g] 110,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 34,3

2025-12-31 środa	Łatwostrawna Dzieci UCK	Ryż gotowany 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) 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 Mandarynki 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 jarzynowa z ziemniakami- dieta^ 350 ml (7 BIA, 1 GLU, 9 SEL) Ziemniaki tłuczone z koperkiem^ 200 g (7 BIA, 7 MLE) Galaretka Zott 175g 1 szt Kalafior gotowany 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) 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 Agiberia^ 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 646,6 Białko ogółem [g] 131 Tłuszcz [g] 82,9 Węglowodany przyswajalne [g] 317,5 Sód [mg] 972,4 Błonnik pokarmowy [g] 40,1 suma cukrów prostych [g] 115,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 33,9
	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 naturalny 150g Mlekpól 1 szt Jajko gotowane na półtwardo 1 szt (3 JAJ) Mandarynki 150 g Pyzdra szynkowa 40 g Mix салат z burakiem 10 g	Pomidory cherry 100 g	Zupa jarzynowa z ziemniakami^ 350 ml (7 BIA, 1 GLU, 9 SEL) Soczewica gotowana 200 g 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	Rzodkiewka 50 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 344,7 Białko ogółem [g] 111,8 Tłuszcz [g] 60,1 Węglowodany przyswajalne [g] 312,7 Sód [mg] 1 264,9 Błonnik pokarmowy [g] 40,7 suma cukrów prostych [g] 74,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 28,9