

Jadłospisy za okres od dnia 2025-06-23 do dnia 2025-06-29 KUCHNIA SIEDLCE

2025-06-23 poniedziałek										
	SIE- Podstawowa/Ogólna	SIE- Podstawowa wzbogacona	SIE- Położnicza podstawowa	SIE- Położnicza łatwostrawna	SIE- Z ogr. łatwoprzyswajalnych węglowodanów	SIE- Z ogr. łatwoprzyswajalnych węgl. b/ml	SIE- Cukrzyca lekko strawna	SIE- Płynna 3x/Płynna wzb. 5x	SIE- Płynna wzbogacona b/ml	SIE- Papkowata
Śniadanie	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (MLE, GLU JĘCZ.) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw osłonce niejadalnej 50 g (SOJ.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Pomidor 80 g Mix салат 20 g	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (MLE, GLU JĘCZ.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw osłonce niejadalnej 50 g (SOJ.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Pomidor 80 g Mix салат 20 g	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (MLE, GLU JĘCZ.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw osłonce niejadalnej 50 g (SOJ.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Pomidor 80 g Mix салат 20 g	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw osłonce niejadalnej 50 g (SOJ.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Pomidor 80 g Mix салат 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw osłonce niejadalnej 50 g (SOJ.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Pomidor 80 g Mix салат 20 g	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw osłonce niejadalnej 50 g (SOJ.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Pomidor 80 g Mix салат 20 g	Płynna śniadanie mleczna-SIED 500 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Płynna śniadanie bezmleczna-SIED 500 ml (GLU PSZ, JAJ.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Kasza manna na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ZYT.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw osłonce niejadalnej 50 g (SOJ.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 100 g (SEL.)	
II ŚN		Arbuz 100 g	Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt	Jabłko 150 g	Jabłko pieczone 150 g	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.)	Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml	Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt		
Obiad	Brokułowa z ryżem () 300 ml (MLE, SEL.) Gulasz warzywny z ciecierzycą * 150 g (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki młode gotowane () 180 g Marchew gotowana z olejem () 100 g Sałatka wiosenna - diety 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Brokułowa z ryżem () 300 ml (MLE, SEL.) Pierogi leniwe 300 g (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Mus z jabłek () b/c 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Brokułowa z ryżem () 300 ml (MLE, SEL.) Gulasz warzywny z ciecierzycą * 150 g (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki młode gotowane () 180 g Marchew gotowana z olejem () 100 g Sałatka wiosenna - diety 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml	Brokułowa z ryżem (bez mleka) () 300 ml (SEL.) Gulasz warzywny z ciecierzycą * 150 g (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki młode gotowane () 180 g Marchew gotowana z olejem () 100 g Sałatka wiosenna - diety 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml	Brokułowa z ryżem () 300 ml (MLE, SEL.) Gulasz warzywny z tofu dieta* 150 g (GLU PSZ, SOJ, SEL.) Ziemniaki młode gotowane () 180 g Marchew gotowana z olejem () 100 g Sałatka wiosenna - diety 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml	Płynna obiad*(-)SIED 500 ml (SEL.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Brokułowa z ryżem () 300 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki młode gotowane () 180 g Pulpet drobiowy 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos ziołowy () 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Marchew gotowana z olejem () 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml			

Jadłospisy za okres od dnia 2025-06-23 do dnia 2025-06-29 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- Podstawowa/Ogólna	SIE- Podstawowa wzbogacona	SIE- Położnicza podstawowa	SIE- Położnicza łatwostrawna	SIE- Z ogr. łatwoprzyswajalnych węglowodanów	SIE- Z ogr. łatwoprzyswajalnych węgl. b/ml	SIE- Cukrzyca lekko strawna	SIE- Płynna 3x/Płynna wzb. 5x	SIE- Płynna wzbogacona b/ml	SIE- Papkowata
2025-06-23 poniedziałek	PD		Podpłomyki b/c 20 g (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)			Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt Podpłomyki b/c 20 g (<u>GLU PSZ, MLE.</u>)	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt Pieczywo chrupkie ekstrudowane-żytnie 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt Podpłomyki b/c 20 g (<u>GLU PSZ, MLE.</u>)	Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml	Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)	
	Kolacja	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Paprykarz szczeciński 80 g (<u>RYB, SOJ.</u>) Schab Benedykta wp parzony z dodatkiem wody 25 g (<u>GLU PSZ, SOJ, SEL. może zawierać: JAJ, OZI, MLE, GOR, SEZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Rzodkiew biała 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<u>MLE.</u>)	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Paprykarz szczeciński 80 g (<u>RYB, SOJ.</u>) Schab Benedykta wp parzony z dodatkiem wody 25 g (<u>GLU PSZ, SOJ, SEL. może zawierać: JAJ, OZI, MLE, GOR, SEZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Pasta z twarogu z natką pietruszki 80g (<u>MLE.</u>) Schab Benedykta wp parzony z dodatkiem wody 25g (<u>GLU PSZ, SOJ, SEL. może zawierać: JAJ, OZI, MLE, GOR, SEZ.</u>) Rzodkiew biała 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<u>MLE.</u>)	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Pasta z twarogu z natką pietruszki 80g (<u>MLE.</u>) Schab Benedykta wp parzony z dodatkiem wody 25g (<u>GLU PSZ, SOJ, SEL. może zawierać: JAJ, OZI, MLE, GOR, SEZ.</u>) Rzodkiew biała 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<u>MLE.</u>)	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Paprykarz szczeciński 80 g (<u>RYB, SOJ.</u>) Schab Benedykta wp parzony z dodatkiem wody 25 g (<u>GLU PSZ, SOJ, SEL. może zawierać: JAJ, OZI, MLE, GOR, SEZ.</u>) Rzodkiew biała 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<u>MLE.</u>)	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Paprykarz szczeciński 80 g (<u>RYB, SOJ.</u>) Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 25 g (<u>SOJ.</u>) Rzodkiew biała 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Pasta z twarogu z natką pietruszki 80g (<u>MLE.</u>) Schab Benedykta wp parzony z dodatkiem wody 25g (<u>GLU PSZ, SOJ, SEL. może zawierać: JAJ, OZI, MLE, GOR, SEZ.</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<u>MLE.</u>)	Płynna kolacja *)(-)SIED 500 ml (<u>SEL.</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Twarożek 80 g (<u>MLE.</u>) Schab Benedykta wp parzony z dodatkiem wody 25g (<u>GLU PSZ, SOJ, SEL. może zawierać: JAJ, OZI, MLE, GOR, SEZ.</u>) Szpinak gotowany z olejem* 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<u>MLE.</u>)		

Jadłospisy za okres od dnia 2025-06-23 do dnia 2025-06-29 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- Podstawowa/Ogólna	SIE- Podstawowa wzbogacona	SIE- Położnicza podstawowa	SIE- Położnicza łatwostrawna	SIE- Z ogr. łatwoprzyswajalnych węglowodanów	SIE- Z ogr. łatwoprzyswajalnych węgl. b/ml	SIE- Cukrzyca lekko strawna	SIE- Płynna 3x/Płynna wzb. 5x	SIE- Płynna wzbogacona b/ml	SIE- Papkowata
2025-06-23 poniedziałek	PN	Wafle ryżowe 30 g Dżem 25 g 1 szt				Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Szynka zielonogórska- wp. parzona 25 g (SOJ.) Sałata zielona 10 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Szynka zielonogórska- wp. parzona 25 g (SOJ.) Sałata zielona 10 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Szynka zielonogórska- wp. parzona 25 g (SOJ.) Sałata zielona 10 g	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt		Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt
		Wartość energetyczna: 2215.43 kcal; Białko ogółem: 73.33 g; Tłuszcz: 69.94 g; Kw. tł. nasy.: 22.67 g; Węglowodany ogółem: 339.43 g; W tym cukry: 98.80 g; Błonnik pok.: 36.87 g; Sól: 8.69 g; WW: 30.41 Por; : 13.24 %; : 61.28 %; Ener. z T: 28.41 %; Ener. z Bł.: 3.33 %; K: 4173.77 mg;	Wartość energetyczna: 2415.23 kcal; Białko ogółem: 83.83 g; Tłuszcz: 74.63 g; Kw. tł. nasy.: 25.07 g; Węglowodany ogółem: 371.83 g; W tym cukry: 121.45 g; Błonnik pok.: 37.32 g; Sól: 8.84 g; WW: 33.65 Por; : 13.88 %; : 61.58 %; Ener. z T: 27.81 %; Ener. z Bł.: 3.09 %; K: 4442.27 mg;	Wartość energetyczna: 2374.83 kcal; Białko ogółem: 99.25 g; Tłuszcz: 61.99 g; Kw. tł. nasy.: 28.89 g; Węglowodany ogółem: 364.90 g; W tym cukry: 91.65 g; Błonnik pok.: 21.54 g; Sól: 6.47 g; WW: 34.55 Por; : 16.72 %; : 61.46 %; Ener. z T: 23.49 %; Ener. z Bł.: 1.81 %; K: 2601.76 mg;	Wartość energetyczna: 2119.68 kcal; Białko ogółem: 78.05 g; Tłuszcz: 73.78 g; Kw. tł. nasy.: 24.41 g; Węglowodany ogółem: 304.96 g; W tym cukry: 57.68 g; Błonnik pok.: 48.53 g; Sól: 8.91 g; WW: 25.74 Por; : 14.73 %; : 57.55 %; Ener. z T: 31.33 %; Ener. z Bł.: 4.58 %; K: 4410.33 mg;	Wartość energetyczna: 1994.83 kcal; Białko ogółem: 68.63 g; Tłuszcz: 67.01 g; Kw. tł. nasy.: 13.08 g; Węglowodany ogółem: 297.87 g; W tym cukry: 47.10 g; Błonnik pok.: 51.08 g; Sól: 9.12 g; WW: 24.81 Por; : 13.76 %; : 59.73 %; Ener. z T: 30.23 %; Ener. z Bł.: 5.12 %; K: 3971.51 mg;	Wartość energetyczna: 2110.07 kcal; Białko ogółem: 81.59 g; Tłuszcz: 68.22 g; Kw. tł. nasy.: 26.02 g; Węglowodany ogółem: 304.01 g; W tym cukry: 55.24 g; Błonnik pok.: 32.31 g; Sól: 9.06 g; WW: 27.23 Por; : 15.47 %; : 57.63 %; Ener. z T: 29.10 %; Ener. z Bł.: 3.06 %; K: 3538.39 mg;	Wartość energetyczna: 2092.42 kcal; Białko ogółem: 93.44 g; Tłuszcz: 80.06 g; Kw. tł. nasy.: 17.98 g; Węglowodany ogółem: 263.38 g; W tym cukry: 73.21 g; Błonnik pok.: 29.70 g; Sól: 2.18 g; WW: 23.15 Por; : 17.86 %; : 50.35 %; Ener. z T: 34.44 %; Ener. z Bł.: 2.84 %; K: 5320.25 mg;	Wartość energetyczna: 1894.56 kcal; Białko ogółem: 73.94 g; Tłuszcz: 68.81 g; Kw. tł. nasy.: 8.76 g; Węglowodany ogółem: 259.14 g; W tym cukry: 64.23 g; Błonnik pok.: 29.72 g; Sól: 1.56 g; WW: 22.72 Por; : 15.61 %; : 54.71 %; Ener. z T: 32.69 %; Ener. z Bł.: 3.14 %; K: 4455.35 mg;	Wartość energetyczna: 2364.35 kcal; Białko ogółem: 103.01 g; Tłuszcz: 72.94 g; Kw. tł. nasy.: 28.06 g; Węglowodany ogółem: 340.76 g; W tym cukry: 113.19 g; Błonnik pok.: 32.57 g; Sól: 8.19 g; WW: 30.88 Por; : 17.43 %; : 57.65 %; Ener. z T: 27.76 %; Ener. z Bł.: 2.76 %; K: 4019.16 mg;	

Jadłospisy za okres od dnia 2025-06-23 do dnia 2025-06-29 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- Podstawowa/Ogólna	SIE- Podstawowa wzbogacona	SIE- Położnicza podstawowa	SIE- Położnicza łatwostrawna	SIE- Z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów	SIE- Z ogr. łatwo przyswajalnych węgl. b/ml	SIE- Cukrzyca lekko strawna	SIE- Płynna 3x/Płynna wzb. 5x	SIE- Płynna wzbogacona b/ml	SIE- Papkowata
2025-06-24 wtorek	Śniadanie	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT) Chleb razowy żytnio-pszen 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Ser mozzarella kulki 35 g (MLE) Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR) Pomidor 80 g Rukola 20 g Banan 150 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT) Chleb razowy żytnio-pszen 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Ser mozzarella kulki 35 g (MLE) Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR) Pomidor 80 g Rukola 20 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszen 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Ser mozzarella kulki 35 g (MLE) Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR) Pomidor 80 g Rukola 20 g	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Ser mozzarella kulki 35 g (MLE) Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR) Pomidor 80 g Rukola 20 g	Maślanka 150 ml (MLE) Chleb razowy żytnio-pszen 100 g (GLU PSZ, GLU ZYT) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Ser mozzarella kulki 35 g (MLE) Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR) Pomidor 80 g Rukola 20 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszen 100 g (GLU PSZ, GLU ZYT) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł. 10 g Hummus 80 g (SEZ) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Rukola 20 g Pomidor 80 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml	Maślanka 150 ml (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ZYT) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Ser mozzarella kulki 35 g (MLE) Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR) Rukola 20 g Pomidor 80 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml	Płynna śniadanie mleczna-SIED 500 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Płynna śniadanie bezmleczna-SIED 500 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Ser mozzarella kulki 35 g (MLE) Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR) Kalafior gotowany* 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml
	II ŚN		Banan 150 g				Jabłko 150 g		Jabłko pieczone 150 g	Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml	Banan 150 g

Jadłospisy za okres od dnia 2025-06-23 do dnia 2025-06-29 KUCHNIA SIEDLCE

	SIE- Podstawowa/Ogólna	SIE- Podstawowa wzbogacona	SIE- Położnicza podstawowa	SIE- Położnicza łatwostrawna	SIE- Z ogr. łatwoprzyswajalnych węglowodanów	SIE- Z ogr. łatwoprzyswajalnych węgl. b/ml	SIE- Cukrzyca lekko strawna	SIE- Płynna 3x/Płynna wzb. 5x	SIE- Płynna wzbogacona b/ml	SIE- Papkowata
2025-06-24 wtorek	Obiad	Pieczarkowa z ziemniakami () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Makaron pełnoziarnisty 180 g (<u>GLU PSZ.</u>) Makaron pełnoziarnisty 180 g (<u>GLU PSZ.</u>) Szyńska wieprzowa gotowana 100 g Sos szpinakowy* 80 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Dymia duszona z olejem* 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml	Pieczarkowa z ziemniakami () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Makaron pełnoziarnisty 180 g (<u>GLU PSZ.</u>) Szyńska wieprzowa gotowana 100 g Sos szpinakowy* 80 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g Dymia duszona z olejem* 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml	Solferino () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Makaron 180 g (<u>GLU PSZ.</u>) Pulpet wieprzowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos szpinakowy* 80 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Dymia duszona z olejem* 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml	Pieczarkowa z ziemniakami () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Makaron pełnoziarnisty 180 g (<u>GLU PSZ.</u>) Szyńska wieprzowa gotowana 100 g Sos szpinakowy* 80 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Dymia duszona z olejem* 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml	Pieczarkowa z ziemniakami (bez mleka) () 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Makaron pełnoziarnisty 180 g (<u>GLU PSZ.</u>) Szyńska wieprzowa gotowana 100 g Sos szpinakowy* 80 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g Dymia duszona z olejem* 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml	Solferino () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Makaron 180 g (<u>GLU PSZ.</u>) Szyńska wieprzowa gotowana 100 g Sos szpinakowy* 80 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g Dymia duszona z olejem* 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml	Płynna obiad*(-)-SIED 500 ml (<u>SEL.</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Solferino () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki młode gotowane () 180 g Pulpet wieprzowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos szpinakowy* 80 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Dymia duszona z olejem* 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml	
	PD		Jogurt brzoskwiowy 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) Ciasto drożdżowe 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SOJ.</u>)	Chleb razowy żytnio-pszen 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Szyńska gotowana wieprzowa wędzona parzona,zawiera wodę dodaną, w siatce niejadalnej 20 g (<u>GLU PSZ, SOJ.</u>) Sałata zielona 20 g	Chleb razowy żytnio-pszen 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Szyńska gotowana wieprzowa wędzona parzona,zawiera wodę dodaną, w siatce niejadalnej 20 g (<u>GLU PSZ, SOJ.</u>) Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Szyńska gotowana wieprzowa wędzona parzona,zawiera wodę dodaną, w siatce niejadalnej 20 g (<u>GLU PSZ, SOJ.</u>) Sałata zielona 20 g	Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml	Jogurt brzoskwiowy 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)		

Jadłospisy za okres od dnia 2025-06-23 do dnia 2025-06-29 KUCHNIA SIEDLCE

	SIE- Podstawowa/Ogólna	SIE- Podstawowa wzbogacona	SIE- Położnicza podstawowa	SIE- Położnicza łatwostrawna	SIE- Z ogr. łatwoprzyswajalnych węglowodanów	SIE- Z ogr. łatwoprzyswajalnych węgl. b/ml	SIE- Cukrzyca lekko strawna	SIE- Płynna 3x/Płynna wzb. 5x	SIE- Płynna wzbogacona b/ml	SIE- Papkowata	
2025-06-24 wtorek	Kolacja	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszen 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Serek a`la homogenizowany z ziołami 80 g (<u>MLE.</u>) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 25 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Ogórek świeży 80 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszen 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Serek a`la homogenizowany z ziołami 80 g (<u>MLE.</u>) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 25 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Ogórek świeży 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Serek a`la homogenizowany z ziołami 80 g (<u>MLE.</u>) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 25 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszen 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Serek a`la homogenizowany z ziołami 80 g (<u>MLE.</u>) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 25 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Ogórek świeży 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszen 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz .parzo.z dodat.wody w osł.niejad 75 g Ogórek świeży 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Serek a`la homogenizowany z ziołami 80 g (<u>MLE.</u>) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 25 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna kolacja *()-SIED 500 ml (<u>SEL.</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Serek a`la homogenizowany z ziołami 80 g (<u>MLE.</u>) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 25 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 100 g (<u>SEL.</u>) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt		
	PN	Mus owocowy 100g-produkt pasteryzowany 1 szt				Pieczewo chrupkie Fit Rolls gryczany z solą morską 60 g 1 szt (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, SEZ.</u>) Sok pomidorowy 0,3l 1 szt	Wafle ryżowe 20 g Sok pomidorowy 0,3l 1 szt	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt Wafle ryżowe 20 g	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt		Mus owocowy 100g-produkt pasteryzowany 1 szt
		Wartość energetyczna: 2219.09 kcal; Białko ogółem: 110.46 g; Tłuszcz: 55.01 g; Kw. tł. nasy.: 25.89 g; Węglowodany ogółem: 328.12 g; W tym cukry: 91.32 g; Błonnik pok.: 33.97 g; Sól: 6.50 g; WW: 29.48 Por; : 19.91 %; : 59.15 %; Ener. z T: 22.31 %; Ener. z Bł.: 3.06 %; K: 3919.48 mg;	Wartość energetyczna: 2561.59 kcal; Białko ogółem: 120.16 g; Tłuszcz: 65.76 g; Kw. tł. nasy.: 29.64 g; Węglowodany ogółem: 379.12 g; W tym cukry: 113.97 g; Błonnik pok.: 35.57 g; Sól: 7.11 g; WW: 34.48 Por; : 18.76 %; : 59.20 %; Ener. z T: 23.10 %; Ener. z Bł.: 2.78 %; K: 4219.48 mg;	Wartość energetyczna: 2706.61 kcal; Białko ogółem: 115.42 g; Tłuszcz: 72.63 g; Kw. tł. nasy.: 30.77 g; Węglowodany ogółem: 404.79 g; W tym cukry: 115.25 g; Błonnik pok.: 26.18 g; Sól: 6.93 g; WW: 37.99 Por; : 17.06 %; : 59.82 %; Ener. z T: 24.15 %; Ener. z Bł.: 1.93 %; K: 4027.50 mg;	Wartość energetyczna: 2241.72 kcal; Białko ogółem: 120.66 g; Tłuszcz: 58.25 g; Kw. tł. nasy.: 26.70 g; Węglowodany ogółem: 321.40 g; W tym cukry: 46.11 g; Błonnik pok.: 41.72 g; Sól: 9.17 g; WW: 28.06 Por; : 21.53 %; : 57.35 %; Ener. z T: 23.38 %; Ener. z Bł.: 3.72 %; K: 3829.16 mg;	Wartość energetyczna: 2211.87 kcal; Białko ogółem: 103.72 g; Tłuszcz: 74.39 g; Kw. tł. nasy.: 15.76 g; Węglowodany ogółem: 292.63 g; W tym cukry: 35.67 g; Błonnik pok.: 42.38 g; Sól: 11.87 g; WW: 24.99 Por; : 18.76 %; : 52.92 %; Ener. z T: 30.27 %; Ener. z Bł.: 3.83 %; K: 3493.20 mg;	Wartość energetyczna: 2196.80 kcal; Białko ogółem: 113.20 g; Tłuszcz: 57.51 g; Kw. tł. nasy.: 26.76 g; Węglowodany ogółem: 316.23 g; W tym cukry: 43.92 g; Błonnik pok.: 26.55 g; Sól: 10.20 g; WW: 29.00 Por; : 20.61 %; : 57.58 %; Ener. z T: 23.56 %; Ener. z Bł.: 2.42 %; K: 3261.61 mg;	Wartość energetyczna: 2101.36 kcal; Białko ogółem: 87.20 g; Tłuszcz: 77.06 g; Kw. tł. nasy.: 16.19 g; Węglowodany ogółem: 278.80 g; W tym cukry: 83.89 g; Błonnik pok.: 29.72 g; Sól: 2.00 g; WW: 24.73 Por; : 16.60 %; : 53.07 %; Ener. z T: 33.00 %; Ener. z Bł.: 2.83 %; K: 5021.85 mg;	Wartość energetyczna: 1894.56 kcal; Białko ogółem: 73.94 g; Tłuszcz: 68.81 g; Kw. tł. nasy.: 8.76 g; Węglowodany ogółem: 259.14 g; W tym cukry: 64.23 g; Błonnik pok.: 29.72 g; Sól: 1.56 g; WW: 22.72 Por; : 15.61 %; : 54.71 %; Ener. z T: 32.69 %; Ener. z Bł.: 3.14 %; K: 4455.35 mg;	Wartość energetyczna: 2461.79 kcal; Białko ogółem: 108.26 g; Tłuszcz: 66.41 g; Kw. tł. nasy.: 29.33 g; Węglowodany ogółem: 366.17 g; W tym cukry: 122.15 g; Błonnik pok.: 31.26 g; Sól: 7.41 g; WW: 33.52 Por; : 17.59 %; : 59.50 %; Ener. z T: 24.28 %; Ener. z Bł.: 2.54 %; K: 5035.74 mg;	

Jadłospisy za okres od dnia 2025-06-23 do dnia 2025-06-29 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- Podstawowa/Ogólna	SIE- Podstawowa wzbogacona	SIE- Położnicza podstawowa	SIE- Położnicza łatwostrawna	SIE- Z ogr. łatwoprzyswajalnych węglowodanów	SIE- Z ogr. łatwoprzyswajalnych węgl. b/ml	SIE- Cukrzyca lekko strawna	SIE- Płynna 3x/Płynna wzb. 5x	SIE- Płynna wzbogacona b/ml	SIE- Papkowata
2025-06-25 środa	Śniadanie	Makaron na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ. MLE.</u>) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Szynka zielonogórska- wp. parzona 50 g (<u>SOJ.</u>) Ser żółty 25 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 80 g Mix sałat 20 g	Makaron na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ. MLE.</u>) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Szynka zielonogórska- wp. parzona 50 g (<u>SOJ.</u>) Ser żółty 25 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 80 g Mix sałat 20 g	Makaron na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ. MLE.</u>) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Szynka zielonogórska- wp. parzona 50 g (<u>SOJ.</u>) Ser żółty 25 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 80 g Mix sałat 20 g	Makaron na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ. MLE.</u>) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Szynka zielonogórska- wp. parzona 50 g (<u>SOJ.</u>) Ser żółty 25 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 80 g Mix sałat 20 g	Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynka zielonogórska- wp. parzona 50 g (<u>SOJ.</u>) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 25 g (<u>SOJ.</u>) Pomidor 80 g Mix sałat 20 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynka zielonogórska- wp. parzona 50 g (<u>SOJ.</u>) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 25 g (<u>SOJ.</u>) Pomidor 80 g Mix sałat 20 g	Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Szynka zielonogórska- wp. parzona 50 g (<u>SOJ.</u>) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 25 g (<u>SOJ.</u>) Pomidor 80 g Mix sałat 20 g	Płynna śniadanie mleczna-SIED 500 ml (<u>GLU PSZ. JAJ. MLE.</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Płynna śniadanie bezmleczna-SIED 500 ml (<u>GLU PSZ. JAJ. MLE.</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Makaron na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ. MLE.</u>) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Szynka zielonogórska- wp. parzona 75 g (<u>SOJ.</u>) Kalafior gotowany* 100 g
	II ŚN		Jabłko 150 g	Jabłko pieczone 150 g	Jabłko 150 g	Jabłko pieczone 150 g	Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt			

2025-06-25 środa

1111

Jadłospisy za okres od dnia 2025-06-23 do dnia 2025-06-29 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- Podstawowa/Ogólna	SIE- Podstawowa wzbogacona	SIE- Położnicza podstawowa	SIE- Położnicza łatwostrawna	SIE- Z ogr. łatwoprzyswajalnych węglowodanów	SIE- Z ogr. łatwoprzyswajalnych węgl. b/ml	SIE- Cukrzyca lekko strawna	SIE- Płynna 3x/Płynna wzb. 5x	SIE- Płynna wzbogacona b/ml	SIE- Papkowata
2025-06-25 środa	PN	Mleko Smakowe UHT 1,5% tł 0,2l 1 szt (<u>MLE.</u>) Biskopity 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JĘCZ.</u>)				Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalanej 25 g (<u>SOJ, SEL.</u>) Sałata zielona 10 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalanej 25 g (<u>SOJ, SEL.</u>) Sałata zielona 10 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalanej 25 g (<u>SOJ, SEL.</u>) Sałata zielona 10 g	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt		Biskopity 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JĘCZ.</u>) Mleko Smakowe UHT 1,5% tł 0,2l 1 szt (<u>MLE.</u>)
		Wartość energetyczna: 2582.84 kcal; Białko ogółem: 100.58 g; Tłuszcz: 87.19 g; Kw. tł. nasy.: 27.99 g; Węglowodany ogółem: 371.25 g; W tym cukry: 85.18 g; Błonnik pok.: 35.10 g; Sól: 8.04 g; WW: 33.61 Por; : 15.58 %; : 57.49 %; Ener. z T: 30.38 %; Ener. z Bł.: 2.72 %; K: 4033.51 mg;	Wartość energetyczna: 2784.24 kcal; Białko ogółem: 107.24 g; Kw. tł. nasy.: 30.37 g; Węglowodany ogółem: 405.81 g; W tym cukry: 110.18 g; Błonnik pok.: 35.14 g; Sól: 8.26 g; WW: 37.07 Por; : 15.41 %; : 58.30 %; Ener. z T: 29.49 %; Ener. z Bł.: 2.52 %; K: 4317.44 mg;	Wartość energetyczna: 2418.61 kcal; Białko ogółem: 98.40 g; Tłuszcz: 69.02 g; Kw. tł. nasy.: 25.03 g; Węglowodany ogółem: 368.78 g; W tym cukry: 108.80 g; Błonnik pok.: 23.01 g; Sól: 8.04 g; WW: 34.55 Por; : 16.27 %; : 60.99 %; Ener. z T: 25.68 %; Ener. z Bł.: 1.90 %; K: 3798.28 mg;	Wartość energetyczna: 2248.42 kcal; Białko ogółem: 95.05 g; Tłuszcz: 80.71 g; Kw. tł. nasy.: 27.46 g; Węglowodany ogółem: 304.10 g; W tym cukry: 46.05 g; Błonnik pok.: 38.37 g; Sól: 10.78 g; WW: 26.52 Por; : 16.91 %; : 54.10 %; Ener. z T: 32.31 %; Ener. z Bł.: 3.41 %; K: 4248.58 mg;	Wartość energetyczna: 2115.44 kcal; Białko ogółem: 86.70 g; Tłuszcz: 70.32 g; Kw. tł. nasy.: 12.80 g; Węglowodany ogółem: 302.44 g; W tym cukry: 48.22 g; Błonnik pok.: 38.37 g; Sól: 10.79 g; WW: 26.41 Por; : 16.39 %; : 57.19 %; Ener. z T: 29.92 %; Ener. z Bł.: 3.63 %; K: 3942.50 mg;	Wartość energetyczna: 1983.87 kcal; Białko ogółem: 84.23 g; Tłuszcz: 63.81 g; Kw. tł. nasy.: 22.53 g; Węglowodany ogółem: 280.15 g; W tym cukry: 40.66 g; Błonnik pok.: 25.74 g; Sól: 11.51 g; WW: 25.32 Por; : 16.98 %; : 56.48 %; Ener. z T: 28.95 %; Ener. z Bł.: 2.59 %; K: 3321.95 mg;	Wartość energetyczna: 2177.22 kcal; Białko ogółem: 93.81 g; Tłuszcz: 81.09 g; Kw. tł. nasy.: 18.58 g; Węglowodany ogółem: 281.99 g; W tym cukry: 85.25 g; Błonnik pok.: 29.74 g; Sól: 2.17 g; WW: 25.05 Por; : 17.23 %; : 51.81 %; Ener. z T: 33.52 %; Ener. z Bł.: 2.73 %; K: 5304.05 mg;	Wartość energetyczna: 1894.56 kcal; Białko ogółem: 73.94 g; Tłuszcz: 68.81 g; Kw. tł. nasy.: 8.76 g; Węglowodany ogółem: 259.14 g; W tym cukry: 64.23 g; Błonnik pok.: 29.72 g; Sól: 1.56 g; WW: 22.72 Por; : 15.61 %; : 54.71 %; Ener. z T: 32.69 %; Ener. z Bł.: 3.14 %; K: 4455.35 mg;	Wartość energetyczna: 2336.64 kcal; Białko ogółem: 101.55 g; Tłuszcz: 64.20 g; Kw. tł. nasy.: 24.97 g; Węglowodany ogółem: 353.47 g; W tym cukry: 93.90 g; Błonnik pok.: 22.32 g; Sól: 8.15 g; WW: 33.02 Por; : 17.38 %; : 60.51 %; Ener. z T: 24.73 %; Ener. z Bł.: 1.91 %; K: 3407.66 mg;	

Jadłospisy za okres od dnia 2025-06-23 do dnia 2025-06-29 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- Podstawowa/Ogólna	SIE- Podstawowa wzbogacona	SIE- Położnicza podstawowa	SIE- Położnicza łatwostrawna	SIE- Z ogr. łatwoprzyswajalnych węglowodanów	SIE- Z ogr. łatwoprzyswajalnych węgl. b/ml	SIE- Cukrzyca lekko strawna	SIE- Płynna 3x/Płynna wzb. 5x	SIE- Płynna wzbogacona b/ml	SIE- Papkowata
2025-06-26 czwartek	Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt (<u>MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE.</u>) Papryka świeża 80 g Sałata lodowa 20 g Banan 150 g	Płatki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt (<u>MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE.</u>) Papryka świeża 80 g Sałata lodowa 20 g	Płatki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt (<u>MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE.</u>) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g	Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<u>MLE.</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt (<u>MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE.</u>) Papryka świeża 80 g Sałata lodowa 20 g	Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 25 g (<u>SOJ.</u>) Papryka świeża 80 g Sałata lodowa 20 g	Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<u>MLE.</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt (<u>MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE.</u>) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g	Płynna śniadanie mleczna-SIED 500 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Płynna śniadanie bezmleczna-SIED 500 ml (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Płatki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt (<u>MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE.</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (<u>SEL.</u>)	
	II ŚN		Banan 150 g		Jabłko 150 g		Jabłko pieczone 150 g		Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml		Banan 150 g

Jadłospisy za okres od dnia 2025-06-23 do dnia 2025-06-29 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- Podstawowa/Ogólna	SIE- Podstawowa wzbogacona	SIE- Położnicza podstawowa	SIE- Położnicza łatwostrawna	SIE- Z ogr. łatwoprzyswajalnych węglowodanów	SIE- Z ogr. łatwoprzyswajalnych węgl. b/ml	SIE- Cukrzyca lekko strawna	SIE- Płynna 3x/Płynna wzb. 5x	SIE- Płynna wzbogacona b/ml	SIE- Papkowata
2025-06-26 czwartek	Obiad	Barszcz biały z ziemniakami () 300 ml (<u>GLU PSZ. MLE. SEL. GLU ZYT.</u>) Risotto (ryż brązowy) z mięsem wieprzowym i warzywami () 300 g (<u>SEL.</u>) Seler z pietruszką gotowany z olejem () 100 g (<u>GLU PSZ. SEL.</u>) Sałata zielona z jogurtem 60 g (<u>MLE.</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml			Ziemniaczana () 300 ml (<u>GLU PSZ. MLE. SEL.</u>) Risotto z mięsem wieprzowym i warzywami () 300 g (<u>SEL.</u>) Seler z pietruszką gotowany z olejem () 100 g (<u>GLU PSZ. SEL.</u>) Sałata zielona z jogurtem 60 g (<u>MLE.</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Barszcz biały z ziemniakami () 300 ml (<u>GLU PSZ. MLE. SEL. GLU ZYT.</u>) Risotto (ryż brązowy) z mięsem wieprzowym i warzywami () 300 g (<u>SEL.</u>) Seler z pietruszką gotowany z olejem () 100 g (<u>GLU PSZ. SEL.</u>) Sałata zielona z jogurtem 60 g (<u>MLE.</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*b/c 250 ml	Ziemniaczana (bez mleka) () 300 ml (<u>GLU PSZ. SEL.</u>) Risotto (ryż brązowy) z mięsem wieprzowym i warzywami () 300 g (<u>SEL.</u>) Seler z pietruszką gotowany z olejem () 200 g (<u>GLU PSZ. SEL.</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml	Ziemniaczana () 300 ml (<u>GLU PSZ. MLE. SEL.</u>) Risotto z mięsem wieprzowym i warzywami () 300 g (<u>SEL.</u>) Seler z pietruszką gotowany z olejem () 100 g (<u>GLU PSZ. SEL.</u>) Sałata zielona z jogurtem 60 g (<u>MLE.</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml	Płynna obiad*(-)-SIED 500 ml (<u>SEL.</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ziemniaczana () 300 ml (<u>GLU PSZ. MLE. SEL.</u>) Ryż na sypko 200 g Sos pomidorowy 80 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Pulpet wieprzowy 100 g (<u>GLU PSZ. JAJ.</u>) Seler z pietruszką gotowany z olejem () 200 g (<u>GLU PSZ. SEL.</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	
	PD		Maślanka truskawkowa 150 ml (<u>MLE.</u>) Herbatniki 30 g (<u>GLU PSZ. SOJ. MLE.</u>)			Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) Płatki owsiane 20 g (<u>GLU OW.</u>)	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ. GLU ZYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Szyunka zielonogórska- wp. parzona 20 g (<u>SOJ.</u>) Sałata zielona 20 g	Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) Płatki owsiane 20 g (<u>GLU OW.</u>)	Maślanka truskawkowa 150 ml (<u>MLE.</u>)	Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml	Maślanka truskawkowa 150 ml (<u>MLE.</u>)

Jadłospisy za okres od dnia 2025-06-23 do dnia 2025-06-29 KUCHNIA SIEDLCE

2025-06-26 czwartek											
		SIE- Podstawowa/Ogólna	SIE- Podstawowa wzbogacona	SIE- Położnicza podstawowa	SIE- Położnicza łatwostrawna	SIE- Z ogr. łatwoprzyswajalnych węglowodanów	SIE- Z ogr. łatwoprzyswajalnych węgl. b/ml	SIE- Cukrzyca lekko strawna	SIE- Płynna 3x/Płynna wzb. 5x	SIE- Płynna wzbogacona b/ml	SIE- Papkowata
2025-06-26 czwartek	Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Makaron z serem 300 g (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Mus z truskawek* 100 g		Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Pierogi z serem* 300 g (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Mus z truskawek* 100 g		Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Twarożek 80 g (<u>MLE,</u>) Szynka Delikatesowa z kurczaka produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 25 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Chleb razowy pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynka Delikatesowa z kurczaka produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 75 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Szynka Delikatesowa z kurczaka produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 25 g Twarożek 80 g (<u>MLE,</u>) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g	Płynna kolacja *()-SIED 500 ml (<u>SEL,</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Szynka Delikatesowa z kurczaka produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 25 g Twarożek 80 g (<u>MLE,</u>) Kalafior gotowany* 100 g	
	PN	Bułka maślana 1 szt 1 szt (<u>GLUPSZ, JAJ, MLE,</u>)					Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt Pieczywo chrupkie ekstrudowane-żytnie 30 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u>)	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt Podpłomyki b/c 20 g (<u>GLUPSZ, MLE,</u>)	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Mus- przecier owocowy jabłko 100g (tubka) 1 szt	
		Wartość energetyczna: 2607.63 kcal; Białko ogółem: 102.96 g; Tłuszcz: 62.81 g; Kw. tł. nasy.: 23.24 g; Węglowodany ogółem: 421.51 g; W tym cukry: 121.36 g; Błonnik pok.: 37.89 g; Sól: 5.83 g; WW: 38.56 Por.; : 15.79 %; : 64.66 %; Ener. z T: 21.68 %; Ener. z Bł.: 2.91 %; K: 4271.02 mg;	Wartość energetyczna: 2849.43 kcal; Białko ogółem: 110.22 g; Tłuszcz: 68.36 g; Kw. tł. nasy.: 25.16 g; Węglowodany ogółem: 462.55 g; W tym cukry: 131.41 g; Błonnik pok.: 38.28 g; Sól: 6.20 g; WW: 42.64 Por.; : 15.47 %; : 64.93 %; Ener. z T: 21.59 %; Ener. z Bł.: 2.69 %; K: 4307.92 mg;	Wartość energetyczna: 3049.62 kcal; Białko ogółem: 118.60 g; Tłuszcz: 72.52 g; Kw. tł. nasy.: 25.70 g; Węglowodany ogółem: 489.12 g; W tym cukry: 119.80 g; Błonnik pok.: 43.17 g; Sól: 6.24 g; WW: 44.66 Por.; : 15.56 %; : 64.15 %; Ener. z T: 21.40 %; Ener. z Bł.: 2.83 %; K: 4077.00 mg;	Wartość energetyczna: 3062.59 kcal; Białko ogółem: 117.90 g; Tłuszcz: 71.73 g; Kw. tł. nasy.: 24.86 g; Węglowodany ogółem: 494.31 g; W tym cukry: 115.30 g; Błonnik pok.: 34.94 g; Sól: 6.35 g; WW: 46.01 Por.; : 15.40 %; : 64.56 %; Ener. z T: 21.08 %; Ener. z Bł.: 2.28 %; K: 3835.20 mg;	Wartość energetyczna: 2172.66 kcal; Białko ogółem: 96.31 g; Tłuszcz: 64.01 g; Kw. tł. nasy.: 26.65 g; Węglowodany ogółem: 317.49 g; W tym cukry: 54.20 g; Błonnik pok.: 50.47 g; Sól: 6.61 g; WW: 26.87 Por.; : 17.73 %; : 58.45 %; Ener. z T: 26.51 %; Ener. z Bł.: 4.65 %; K: 4235.37 mg;	Wartość energetyczna: 2137.44 kcal; Białko ogółem: 93.13 g; Tłuszcz: 57.11 g; Kw. tł. nasy.: 13.10 g; Węglowodany ogółem: 329.89 g; W tym cukry: 44.28 g; Błonnik pok.: 53.27 g; Sól: 9.50 g; WW: 27.77 Por.; : 17.43 %; : 61.74 %; Ener. z T: 24.05 %; Ener. z Bł.: 4.98 %; K: 4000.28 mg;	Wartość energetyczna: 2165.03 kcal; Białko ogółem: 93.60 g; Tłuszcz: 62.23 g; Kw. tł. nasy.: 25.64 g; Węglowodany ogółem: 319.73 g; W tym cukry: 47.09 g; Błonnik pok.: 32.64 g; Sól: 7.18 g; WW: 28.83 Por.; : 17.29 %; : 59.07 %; Ener. z T: 25.87 %; Ener. z Bł.: 3.02 %; K: 3575.08 mg;	Wartość energetyczna: 2113.42 kcal; Białko ogółem: 91.94 g; Tłuszcz: 79.31 g; Kw. tł. nasy.: 17.69 g; Węglowodany ogółem: 272.08 g; W tym cukry: 66.91 g; Błonnik pok.: 29.70 g; Sól: 2.09 g; WW: 24.05 Por.; : 17.40 %; : 51.50 %; Ener. z T: 33.77 %; Ener. z Bł.: 2.81 %; K: 5020.25 mg;	Wartość energetyczna: 1894.56 kcal; Białko ogółem: 73.94 g; Tłuszcz: 68.81 g; Kw. tł. nasy.: 8.76 g; Węglowodany ogółem: 259.14 g; W tym cukry: 64.23 g; Błonnik pok.: 29.72 g; Sól: 1.56 g; WW: 22.72 Por.; : 15.61 %; : 54.71 %; Ener. z T: 32.69 %; Ener. z Bł.: 3.14 %; K: 4455.35 mg;	Wartość energetyczna: 2596.38 kcal; Białko ogółem: 105.58 g; Tłuszcz: 68.70 g; Kw. tł. nasy.: 28.29 g; Węglowodany ogółem: 404.81 g; W tym cukry: 108.16 g; Błonnik pok.: 33.99 g; Sól: 7.37 g; WW: 37.15 Por.; : 16.27 %; : 62.36 %; Ener. z T: 23.81 %; Ener. z Bł.: 2.62 %; K: 4130.44 mg;

Jadłospisy za okres od dnia 2025-06-23 do dnia 2025-06-29 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- Podstawowa/Ogólna	SIE- Podstawowa wzbogacona	SIE- Położnicza podstawowa	SIE- Położnicza łatwostrawna	SIE- Z ogr. łatwoprzyswajalnych węglowodanów	SIE- Z ogr. łatwoprzyswajalnych węgl. b/ml	SIE- Cukrzyca lekko strawna	SIE- Płynna 3x/Płynna wzb. 5x	SIE- Płynna wzbogacona b/ml	SIE- Papkowata	
2025-06-27 piątek	Śniadanie	Kasza manna na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Serek wiejski lekki 3% tł 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) Dżem 25 g 1 szt Pomidor 80 g Kielki rzodkiewki 20 g Arbuz 100 g	Kasza manna na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Serek wiejski lekki 3% tł 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) Dżem 25 g 1 szt Pomidor 80 g Kielki rzodkiewki 20 g	Kasza manna na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Serek wiejski lekki 3% tł 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) Dżem 25 g 1 szt Pomidor 80 g Kielki rzodkiewki 20 g	Kasza manna na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Serek wiejski lekki 3% tł 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) Dżem 25 g 1 szt Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g	Maślanka 150 ml (<u>MLE.</u>) Kawa zbożowa b/c 250 ml (<u>GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Serek wiejski lekki 3% tł 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) Ser żółty 25 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 80 g Kielki rzodkiewki 20 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynka zielonogórska- wp. parzona 50 g (<u>SOJ.</u>) Połędwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkim wody wędzona parzona 25 g (<u>GLU PSZ, SOJ.</u>) Kielki rzodkiewki 20 g Pomidor 80 g	Maślanka 150 ml (<u>MLE.</u>) Kawa zbożowa b/c 250 ml (<u>GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Serek wiejski lekki 3% tł 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g	Płynna śniadanie mleczna-SIED 500 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Płynna śniadanie bezmleczna-SIED 500 ml (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Kasza manna na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Serek wiejski lekki 3% tł 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) Dżem 25 g 1 szt Marchew gotowana z olejem () 100 g	
	II ŚN		Arbuz 100 g		Mus- przecier owocowy jabłko 100g (tubka) 1 szt		Jabłko 150 g		Jabłko pieczone 150 g	Budyń o smaku śmietankowym b/c 200 ml (<u>MLE.</u>)	Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml	Mus- przecier owocowy jabłko 100g (tubka) 1 szt
	Obiad	Zupa wiosenna z cukinią i makaronem () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Łosoś pieczony 120 g (<u>RYB.</u>) Sos cytrynowy 80 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Ziemniaki młode gotowane () 180 g Szpinak gotowany z olejem* 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Surówka z kapusty czerwonej z olejem 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Zupa wiosenna z cukinią i makaronem () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki młode gotowane () 180 g Łosoś pieczony 120 g (<u>RYB.</u>) Sos cytrynowy 80 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Surówka z kapusty czerwonej z olejem 100 g Szpinak gotowany z olejem* 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Zupa wiosenna z cukinią i makaronem () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki młode gotowane () 180 g Łosoś pieczony 120 g (<u>RYB.</u>) Sos cytrynowy 80 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Szpinak gotowany z olejem* 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 100 g (<u>SEL.</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Zupa wiosenna z cukinią i makaronem () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki młode gotowane () 180 g Łosoś pieczony 120 g (<u>RYB.</u>) Sos cytrynowy 80 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Szpinak gotowany z olejem* 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml	Zupa wiosenna z cukinią i makaronem () (bez mleka) 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki młode gotowane () 180 g Łosoś pieczony 120 g (<u>RYB.</u>) Sos cytrynowy (bez mleka) 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 100 g Szpinak gotowany z olejem* 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml	Zupa wiosenna z cukinią i makaronem () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki młode gotowane () 180 g Łosoś pieczony 120 g (<u>RYB.</u>) Sos cytrynowy 80 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Szpinak gotowany z olejem* 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 100 g (<u>SEL.</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml	Płynna obiad*(-)-SIED 500 ml (<u>SEL.</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Zupa wiosenna z cukinią i makaronem () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki młode gotowane () 180 g Łosoś pieczony 120 g (<u>RYB.</u>) Sos cytrynowy 80 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Szpinak gotowany z olejem* 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 100 g (<u>SEL.</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml			

Jadłospisy za okres od dnia 2025-06-23 do dnia 2025-06-29 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- Podstawowa/Ogólna	SIE- Podstawowa wzbogacona	SIE- Położnicza podstawowa	SIE- Położnicza łatwostrawna	SIE- Z ogr. łatwoprzyswajalnych węglowodanów	SIE- Z ogr. łatwoprzyswajalnych węgl. b/ml	SIE- Cukrzyca lekko strawna	SIE- Płynna 3x/Płynna wzb. 5x	SIE- Płynna wzbogacona b/ml	SIE- Papkowata
2025-06-27 piątek	PD		Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (<u>MLE</u> , Mieszanka studencka 30 g (<u>OZI, ORZ</u> ,)	Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (<u>MLE</u> , Biszkopty 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JĘCZ</u> ,)	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt				Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (<u>MLE</u> ,)	Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml	Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (<u>MLE</u> ,)
	Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ,) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u> ,) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u> ,) Hummus 50 g (<u>SEZ</u> ,) Ogórek świeży 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ,) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u> ,) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u> ,) Miód (25g) 1 szt Ogórek świeży 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u> ,) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u> ,) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u> ,) Miód (25g) 1 szt Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u> ,) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u> ,) Hummus 50 g (<u>SEZ</u> ,) Ogórek świeży 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ,) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u> ,) Hummus 50 g (<u>SEZ</u> ,) Ogórek świeży 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u> ,) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u> ,) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Szynka z piersią indyczą- wędlna drobiowa grubo rozdrobniona, parzona,w osłonce niejadalanej 25 g (<u>SOJ, SEL</u> ,)	Płynna kolacja *)(-SIED 500 ml (<u>SEL</u> ,) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u> ,) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u> ,) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u> ,) Miód (25g) 1 szt Kalafior gotowany* 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt		
	PN	Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 30 g				Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ,) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u> ,) Twarożek z ziołami 40 g (<u>MLE</u> ,) Sałata zielona 10 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ,) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Szynka z piersią indyczą- wędlna drobiowa grubo rozdrobniona, parzona,w osłonce niejadalanej 25 g (<u>SOJ, SEL</u> ,) Sałata zielona 10 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ,) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u> ,) Twarożek z ziołami 40 g (<u>MLE</u> ,) Sałata zielona 10 g	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 30 g	

Jadłospisy za okres od dnia 2025-06-23 do dnia 2025-06-29 KUCHNIA SIEDLCE

	SIE- Podstawowa/Ogóln a	SIE- Podstawowa wzbogacona	SIE- Położnicza podstawowa	SIE- Położnicza łatwostrawna	SIE- Z ogr. łatwoprzyswajalnych węglowodanów	SIE- Z ogr. łatwoprzyswajalnych węgl. b/ml	SIE- Cukrzyca lekko strawna	SIE- Płynna 3x/Płynna wzb. 5x	SIE- Płynna wzbogacona b/ml	SIE- Papkowata
2025-06-27 piątek	Wartość energetyczna: 2383.20 kcal; Białko ogółem: 107.09 g; Tłuszcz: 70.10 g; Kw. tł. nasy.: 21.18 g; Węglowodany ogółem: 341.58 g; W tym cukry: 110.20 g; Błonnik pok.: 26.57 g; Sól: 7.02 g; WW: 31.56 Por; : 17.97 %; : 57.33 %; Ener. z T: 26.47 %; Ener. z Bł.: 2.23 %; K: 4030.34 mg;	Wartość energetyczna: 2644.80 kcal; Białko ogółem: 119.39 g; Tłuszcz: 82.55 g; Kw. tł. nasy.: 23.58 g; Węglowodany ogółem: 373.08 g; W tym cukry: 132.85 g; Błonnik pok.: 27.02 g; Sól: 7.17 g; WW: 34.71 Por; : 18.06 %; : 56.43 %; Ener. z T: 28.09 %; Ener. z Bł.: 2.04 %; K: 4298.84 mg;	Wartość energetyczna: 2558.55 kcal; Białko ogółem: 115.12 g; Tłuszcz: 69.00 g; Kw. tł. nasy.: 22.28 g; Węglowodany ogółem: 388.06 g; W tym cukry: 133.35 g; Błonnik pok.: 27.02 g; Sól: 6.37 g; WW: 36.21 Por; : 18.00 %; : 60.67 %; Ener. z T: 24.27 %; Ener. z Bł.: 2.11 %; K: 4310.34 mg;	Wartość energetyczna: 2550.60 kcal; Białko ogółem: 113.22 g; Tłuszcz: 63.92 g; Kw. tł. nasy.: 22.68 g; Węglowodany ogółem: 401.21 g; W tym cukry: 139.98 g; Błonnik pok.: 22.50 g; Sól: 6.74 g; WW: 38.07 Por; : 17.76 %; : 62.92 %; Ener. z T: 22.56 %; Ener. z Bł.: 1.76 %; K: 4089.06 mg;	Wartość energetyczna: 2129.27 kcal; Białko ogółem: 111.83 g; Tłuszcz: 77.20 g; Kw. tł. nasy.: 25.78 g; Węglowodany ogółem: 263.75 g; W tym cukry: 45.70 g; Błonnik pok.: 37.88 g; Sól: 9.47 g; WW: 22.66 Por; : 21.01 %; : 49.55 %; Ener. z T: 32.63 %; Ener. z Bł.: 3.56 %; K: 4089.98 mg;	Wartość energetyczna: 1880.56 kcal; Białko ogółem: 90.96 g; Tłuszcz: 65.17 g; Kw. tł. nasy.: 12.73 g; Węglowodany ogółem: 249.31 g; W tym cukry: 33.74 g; Błonnik pok.: 37.89 g; Sól: 9.88 g; WW: 21.15 Por; : 19.35 %; : 53.03 %; Ener. z T: 31.19 %; Ener. z Bł.: 4.03 %; K: 3801.66 mg;	Wartość energetyczna: 1974.86 kcal; Białko ogółem: 101.60 g; Tłuszcz: 59.03 g; Kw. tł. nasy.: 19.95 g; Węglowodany ogółem: 271.82 g; W tym cukry: 44.23 g; Błonnik pok.: 27.81 g; Sól: 10.26 g; WW: 24.50 Por; : 20.58 %; : 55.06 %; Ener. z T: 26.90 %; Ener. z Bł.: 2.82 %; K: 3598.24 mg;	Wartość energetyczna: 2201.29 kcal; Białko ogółem: 101.86 g; Tłuszcz: 84.84 g; Kw. tł. nasy.: 20.98 g; Węglowodany ogółem: 275.27 g; W tym cukry: 90.92 g; Błonnik pok.: 30.16 g; Sól: 2.27 g; WW: 24.37 Por; : 18.51 %; : 50.02 %; Ener. z T: 34.69 %; Ener. z Bł.: 2.74 %; K: 5570.95 mg;	Wartość energetyczna: 1894.56 kcal; Białko ogółem: 73.94 g; Tłuszcz: 68.81 g; Kw. tł. nasy.: 8.76 g; Węglowodany ogółem: 259.14 g; W tym cukry: 64.23 g; Błonnik pok.: 29.72 g; Sól: 1.56 g; WW: 22.72 Por; : 15.61 %; : 54.71 %; Ener. z T: 32.69 %; Ener. z Bł.: 3.14 %; K: 4455.35 mg;	Wartość energetyczna: 2515.41 kcal; Białko ogółem: 112.26 g; Tłuszcz: 64.45 g; Kw. tł. nasy.: 22.57 g; Węglowodany ogółem: 387.20 g; W tym cukry: 135.06 g; Błonnik pok.: 27.01 g; Sól: 7.01 g; WW: 36.13 Por; : 17.85 %; : 61.57 %; Ener. z T: 23.06 %; Ener. z Bł.: 2.15 %; K: 4103.26 mg;
2025-06-28 sobota	Śniadanie Ryż na mleku 300 ml (MLE.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Ser żółty 25 g (MLE.) Parówki z szynki-kielbasa wieprzowa,homoge nizowana,wędzona, parzona 60 g Ketchup 20 g (SEL.) Sałata lodowa 20 g Pomidorki koktajlowe 80 g Jabłko 150 g	Śniadanie Ryż na mleku 300 ml (MLE.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Ser żółty 25 g (MLE.) Parówki z szynki-kielbasa wieprzowa,homoge nizowana,wędzona, parzona 60 g Ketchup 20 g (SEL.) Sałata lodowa 20 g Pomidorki koktajlowe 80 g	Śniadanie Ryż na mleku 300 ml (MLE.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany żytnio-pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Ser żółty 25 g (MLE.) Parówki z szynki-kielbasa wieprzowa,homoge nizowana,wędzona, parzona 60 g Ketchup 20 g (SEL.) Pomidorki koktajlowe 80 g Sałata lodowa 20 g	Śniadanie Ryż na mleku 300 ml (MLE.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka z piersią kurczaka-wędl.z drob.gr.rozd.parzo. w ośl.niejadalnej 50 g (SOJ.) Ser żółty 25 g (MLE.) Pomidorki koktajlowe 80 g Sałata lodowa 20 g	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka z piersią kurczaka-wędl.z drob.gr.rozd.parzo. w ośl.niejadalnej 50 g (SOJ.) Ser żółty 25 g (MLE.) Pomidorki koktajlowe 80 g Sałata lodowa 20 g	Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynka z piersią kurczaka-wędl.z drob.gr.rozd.parzo. w ośl.niejadalnej 50 g (SOJ.) Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 25 g (SOJ.) Pomidorki koktajlowe 80 g Sałata lodowa 20 g	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka z piersią kurczaka-wędl.z drob.gr.rozd.parzo. w ośl.niejadalnej 50 g (SOJ.) Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 25 g (SOJ.) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g	Płynna śniadanie mleczna-SIED 500 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Płynna śniadanie bezmleczna-SIED 500 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż na mleku 300 ml (MLE.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka z piersią kurczaka-wędl.z drob.gr.rozd.parzo. w ośl.niejadalnej 50 g (SOJ.) Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 25 g (SOJ.) Marchew gotowana z olejem () 100 g
II ŚN		Jabłko 150 g		Jabłko pieczone 150 g		Jabłko 150 g	Jabłko pieczone 150 g	Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml		Jabłko pieczone 1szt. 1 szt

Jadłospisy za okres od dnia 2025-06-23 do dnia 2025-06-29 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- Podstawowa/Ogólna	SIE- Podstawowa wzbogacona	SIE- Położnicza podstawowa	SIE- Położnicza łatwostrawna	SIE- Z ogr. łatwoprzyswajalnych węglowodanów	SIE- Z ogr. łatwoprzyswajalnych węgl. b/ml	SIE- Cukrzyca lekko strawna	SIE- Płynna 3x/Płynna wzb. 5x	SIE- Płynna wzbogacona b/ml	SIE- Papkowata
2025-06-28 sobota	Obiad	Grochowa z ziemniakami () 300 ml (<u>GLU PSZ. SEL.</u>) Kasza gryczana 180 g Gulasz wołowy 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Buraczki gotowane () 100 g Ogórek kiszony z cebulką z olejem 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml		Jarzynowa z ziemniakami () 300 ml (<u>GLU PSZ. MLE. SEL.</u>) Kasza gryczana 180 g Gulasz wołowy 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Buraczki gotowane () 100 g Ogórek kiszony z cebulką z olejem 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami - dieta () 300 ml (<u>MLE. SEL.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (<u>GLU JĘCZ.</u>) Gulasz wołowy 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Buraczki gotowane () 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Grochowa z ziemniakami () 300 ml (<u>GLU PSZ. SEL.</u>) Kasza gryczana 180 g Gulasz wołowy 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Buraczki gotowane () 100 g Ogórek kiszony z cebulką z olejem 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml	Grochowa z ziemniakami () 300 ml (<u>GLU PSZ. SEL.</u>) Kasza gryczana 180 g Gulasz wołowy 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Ogórek kiszony z cebulką z olejem 100 g Buraczki gotowane () 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami - dieta () 300 ml (<u>MLE. SEL.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (<u>GLU JĘCZ.</u>) Gulasz wołowy 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Buraczki gotowane () 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml	Płynna obiad*(-)-SIED 500 ml (<u>SEL.</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami - dieta () 300 ml (<u>MLE. SEL.</u>) Ryż na sypko 180 g Gulasz wołowy 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Buraczki gotowane () 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	
	PD		Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Pudding z nasion chia z mango 200 g (<u>MLE.</u>)	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt			Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml			

Jadłospisy za okres od dnia 2025-06-23 do dnia 2025-06-29 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- Podstawowa/Ogólna	SIE- Podstawowa wzbogacona	SIE- Położnicza podstawowa	SIE- Położnicza łatwostrawna	SIE- Z ogr. łatwoprzyswajalnych węglowodanów	SIE- Z ogr. łatwoprzyswajalnych węgl. b/ml	SIE- Cukrzyca lekko strawna	SIE- Płynna 3x/Płynna wzb. 5x	SIE- Płynna wzbogacona b/ml	SIE- Papkowata
2025-06-28 sobota	Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Szynkowa Extra-wędzonka wieprzowa,wędzona,z wodą dodaną. 25 g (<u>SOJ. może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Twarożek 80 g (<u>MLE.</u>) Surówka z rzodkwi i czarnuszeki 80 g Mix sałat 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Szynkowa Extra-wędzonka wieprzowa,wędzona ,z wodą dodaną. 25 g (<u>SOJ. może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Twarożek 80 g (<u>MLE.</u>) Mix sałat 20 g Surówka z rzodkwi i czarnuszeki 80 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Szynkowa Extra-wędzonka wieprzowa,wędzona ,z wodą dodaną. 25 g (<u>SOJ. może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Twarożek 80 g (<u>MLE.</u>) Mix sałat 20 g Pomidor 80 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Szynkowa Extra-wędzonka wieprzowa,wędzona ,z wodą dodaną. 25 g (<u>SOJ. może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Twarożek 80 g (<u>MLE.</u>) Surówka z rzodkwi i czarnuszeki 80 g Mix sałat 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 75 g Surówka z rzodkwi i czarnuszeki 80 g Mix sałat 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Szynkowa Extra-wędzonka wieprzowa,wędzona ,z wodą dodaną. 25 g (<u>SOJ. może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Twarożek 80 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 80 g Mix sałat 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna kolacja *()-SIED 500 ml (<u>SEL.</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Twarożek 80 g (<u>MLE.</u>) Szynkowa Extra-wędzonka wieprzowa,wędzona ,z wodą dodaną. 25 g (<u>SOJ. może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Brokuł gotowany* 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt		
	PN	Ciasto drożdżowe 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, S02.</u>)				Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Baton szynkowy z kurcząt 25 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.</u>) Sałata zielona 10 g	Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 25 g (<u>SOJ.</u>) Sałata zielona 10 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Baton szynkowy z kurcząt 25 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.</u>) Sałata zielona 10 g	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Sok pomarańczowy 0,2L-kartonik 1 szt	

Jadłospisy za okres od dnia 2025-06-23 do dnia 2025-06-29 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- Podstawowa/Ogólna	SIE- Podstawowa wzbogacona	SIE- Położnicza podstawowa	SIE- Położnicza łatwostrawna	SIE- Z ogr. łatwoprzyswajalnych węglowodanów	SIE- Z ogr. łatwoprzyswajalnych węgl. b/ml	SIE- Cukrzyca lekko strawna	SIE- Płynna 3x/Płynna wzb. 5x	SIE- Płynna wzbogacona b/ml	SIE- Papkowata
2025-06-28 sobota		Wartość energetyczna: 2636.02 kcal; Białko ogółem: 113.02 g; Tłuszcz: 90.27 g; Kw. tł. nasy.: 34.06 g; Węglowodany ogółem: 357.31 g; W tym cukry: 82.27 g; Błonnik pok.: 37.65 g; Sól: 9.76 g; WW: 32.02 Por; : 17.15 %; : 54.22 %; Ener. z T: 30.82 %; Ener. z Bł.: 2.86 %; K: 3847.93 mg;	Wartość energetyczna: 2698.72 kcal; Białko ogółem: 115.80 g; Tłuszcz: 90.31 g; Kw. tł. nasy.: 34.07 g; Węglowodany ogółem: 368.89 g; W tym cukry: 82.78 g; Błonnik pok.: 40.79 g; Sól: 9.76 g; WW: 32.87 Por; : 17.16 %; : 54.68 %; Ener. z T: 30.12 %; Ener. z Bł.: 3.02 %; K: 3860.03 mg;	Wartość energetyczna: 2702.52 kcal; Białko ogółem: 116.18 g; Tłuszcz: 92.88 g; Kw. tł. nasy.: 35.78 g; Węglowodany ogółem: 365.65 g; W tym cukry: 96.24 g; Błonnik pok.: 34.67 g; Sól: 9.96 g; WW: 33.16 Por; : 17.20 %; : 54.12 %; Ener. z T: 30.93 %; Ener. z Bł.: 2.57 %; K: 4033.85 mg;	Wartość energetyczna: 2432.04 kcal; Białko ogółem: 112.38 g; Tłuszcz: 62.60 g; Kw. tł. nasy.: 24.11 g; Węglowodany ogółem: 381.07 g; W tym cukry: 103.35 g; Błonnik pok.: 30.42 g; Sól: 8.27 g; WW: 35.16 Por; : 18.48 %; : 62.68 %; Ener. z T: 23.17 %; Ener. z Bł.: 2.50 %; K: 4178.52 mg;	Wartość energetyczna: 2243.02 kcal; Białko ogółem: 112.73 g; Tłuszcz: 77.92 g; Kw. tł. nasy.: 28.59 g; Węglowodany ogółem: 304.06 g; W tym cukry: 47.86 g; Błonnik pok.: 47.72 g; Sól: 9.39 g; WW: 25.64 Por; : 20.10 %; : 54.22 %; Ener. z T: 31.27 %; Ener. z Bł.: 4.25 %; K: 4137.95 mg;	Wartość energetyczna: 2030.03 kcal; Białko ogółem: 97.27 g; Tłuszcz: 65.84 g; Kw. tł. nasy.: 13.63 g; Węglowodany ogółem: 293.72 g; W tym cukry: 39.16 g; Błonnik pok.: 47.89 g; Sól: 10.92 g; WW: 24.61 Por; : 19.17 %; : 57.87 %; Ener. z T: 29.19 %; Ener. z Bł.: 4.72 %; K: 3750.60 mg;	Wartość energetyczna: 2065.05 kcal; Białko ogółem: 101.06 g; Tłuszcz: 55.08 g; Kw. tł. nasy.: 22.52 g; Węglowodany ogółem: 315.06 g; W tym cukry: 54.60 g; Błonnik pok.: 34.30 g; Sól: 9.56 g; WW: 28.08 Por; : 19.57 %; : 61.03 %; Ener. z T: 24.00 %; Ener. z Bł.: 3.32 %; K: 3699.04 mg;	Wartość energetyczna: 2101.36 kcal; Białko ogółem: 87.20 g; Tłuszcz: 77.06 g; Kw. tł. nasy.: 16.19 g; Węglowodany ogółem: 278.80 g; W tym cukry: 83.89 g; Błonnik pok.: 29.72 g; Sól: 2.00 g; WW: 24.73 Por; : 16.60 %; : 53.07 %; Ener. z T: 33.00 %; Ener. z Bł.: 2.83 %; K: 5021.85 mg;	Wartość energetyczna: 1894.56 kcal; Białko ogółem: 73.94 g; Tłuszcz: 68.81 g; Kw. tł. nasy.: 8.76 g; Węglowodany ogółem: 259.14 g; W tym cukry: 64.23 g; Błonnik pok.: 29.72 g; Sól: 1.56 g; WW: 22.72 Por; : 15.61 %; : 54.71 %; Ener. z T: 32.69 %; Ener. z Bł.: 3.14 %; K: 4455.35 mg;	Wartość energetyczna: 2334.68 kcal; Białko ogółem: 101.32 g; Tłuszcz: 53.19 g; Kw. tł. nasy.: 20.95 g; Węglowodany ogółem: 386.74 g; W tym cukry: 130.66 g; Błonnik pok.: 30.82 g; Sól: 7.94 g; WW: 35.59 Por; : 17.36 %; : 66.26 %; Ener. z T: 20.50 %; Ener. z Bł.: 2.64 %; K: 3943.26 mg;
2025-06-29 niedziela		Śniadanie Płatki pszenne na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ. MLE.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ. GLU ZYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ. GLU ZYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Ser mozzarella 50 g (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g Kiwi 1 szt 1 szt Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Śniadanie Płatki pszenne na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ. MLE.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ. GLU ZYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ. GLU ZYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Ser mozzarella 50 g (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Śniadanie Płatki pszenne na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ. MLE.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ. GLU ZYT.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ. GLU ZYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Ser mozzarella 50 g (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Sałata zielona 20 g Papryka świeża 80 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Śniadanie Płatki pszenne na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ. MLE.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ. GLU ZYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Ser mozzarella 50 g (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<u>MLE.</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ. GLU ZYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Ser mozzarella 50 g (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ. GLU ZYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 75 g Sałata zielona 20 g Papryka świeża 80 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<u>MLE.</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ. GLU ZYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Ser mozzarella 50 g (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Płynna śniadanie mleczna-SIED 500 ml (<u>GLU PSZ. JAJ. MLE.</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Płynna śniadanie bezmleczna-SIED 500 ml (<u>GLU PSZ. JAJ. MLE.</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Płatki pszenne na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ. MLE.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ. GLU ZYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Ser mozzarella 50 g (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Dynia z wody 100 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml
II ŚN			Kiwi 1 szt 1 szt	Banan 150 g	Jabłko 150 g	Jabłko pieczone 150 g	Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml	Banan 150 g			

Jadłospisy za okres od dnia 2025-06-23 do dnia 2025-06-29 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- Podstawowa/Ogólna	SIE- Podstawowa wzbogacona	SIE- Położnicza podstawowa	SIE- Położnicza łatwostrawna	SIE- Z ogr. łatwoprzyswajalnych węglowodanów	SIE- Z ogr. łatwoprzyswajalnych węgl. b/ml	SIE- Cukrzyca lekko strawna	SIE- Płynna 3x/Płynna wzb. 5x	SIE- Płynna wzbogacona b/ml	SIE- Papkowata	
2025-06-29 niedziela	Obiad	Rosół z makaronem () 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki młode gotowane () 180 g udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 130 g Surówka z kapusty białej z olejem b/c () 100 g Brokuł gotowany* 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml			Rosół z makaronem () 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki młode gotowane () 180 g Udziec z kurczaka gotowany z/k z/s 130 g Brokuł gotowany* 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Rosół z makaronem () 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki młode gotowane () 180 g udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 130 g Brokuł gotowany* 100 g Surówka z kapusty białej z olejem b/c () 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml	Rosół z makaronem () 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki młode gotowane () 180 g udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 130 g Brokuł gotowany* 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml	Rosół z makaronem () 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki młode gotowane () 180 g Udziec z kurczaka gotowany z/k z/s 130 g Brokuł gotowany* 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml	Płynna obiad*(-)-SIED 500 ml (<u>SEL.</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Rosół z makaronem () 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki młode gotowane () 180 g Pulpet drobiowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Brokuł gotowany* 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml		
	PD	Kisiel o smaku wiśniowym z jabłkiem z/c 200 ml				Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt Pieczywo chrupkie ekstrudowane-żytnie 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)		Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt Podpłomyki b/c 20 g (<u>GLU PSZ, MLE.</u>)		Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml		
	Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Szynka zielonogórska- wp. parzona 50 g (<u>SOJ.</u>) Dżem 25 g 1 szt Pomidor 80 g Rukola 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Szynka zielonogórska- wp. parzona 50 g (<u>SOJ.</u>) Dżem 25 g 2 szt Pomidor 80 g Rukola 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Szynka zielonogórska- wp. parzona 50 g (<u>SOJ.</u>) Dżem 25 g 1 szt Pomidor 80 g Rukola 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Szynka zielonogórska- wp. parzona 50 g (<u>SOJ.</u>) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 25 g (<u>SOJ. może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Pomidor 80 g Rukola 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g (<u>SOJ.</u>) Szynka zielonogórska- wp. parzona 75 g (<u>SOJ.</u>) Pomidor 80 g Rukola 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Szynka zielonogórska- wp. parzona 50 g (<u>SOJ.</u>) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 25 g (<u>SOJ. może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Rukola 20 g Pomidor 80 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna kolacja*(-)-SIED 500 ml (<u>SEL.</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Szynka zielonogórska- wp. parzona 50 g (<u>SOJ.</u>) Dżem 25 g 1 szt Buraczki gotowane () 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt			

Jadłospisy za okres od dnia 2025-06-23 do dnia 2025-06-29 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- Podstawowa/Ogólna	SIE- Podstawowa wzbogacona	SIE- Położnicza podstawowa	SIE- Położnicza łatwostrawna	SIE- Z ogr. łatwoprzyswajalnych węglowodanów	SIE- Z ogr. łatwoprzyswajalnych węgl. b/ml	SIE- Cukrzyca lekko strawna	SIE- Płynna 3x/Płynna wzb. 5x	SIE- Płynna wzbogacona b/ml	SIE- Papkowata
2025-06-29 niedziela	PN	Mus owocowy 100g-produkt pasteryzowany 1 szt				Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Ser żółty 25 g (MLE.) Sałata zielona 10 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Sałata zielona 10 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Sałata zielona 10 g	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt		Mus owocowy 100g-produkt pasteryzowany 1 szt
		Wartość energetyczna: 2130.08 kcal; Białko ogółem: 107.44 g; Tłuszcz: 66.89 g; Kw. tł. nasy.: 22.96 g; Węglowodany ogółem: 288.82 g; W tym cukry: 79.68 g; Błonnik pok.: 32.82 g; Sól: 7.68 g; WW: 25.68 Por; : 20.18 %; : 54.24 %; Ener. z T: 28.26 %; Ener. z Bł.: 3.08 %; K: 3917.90 mg;	Wartość energetyczna: 2277.48 kcal; Białko ogółem: 107.64 g; Tłuszcz: 67.05 g; Kw. tł. nasy.: 23.12 g; Węglowodany ogółem: 325.51 g; W tym cukry: 105.73 g; Błonnik pok.: 33.65 g; Sól: 7.72 g; WW: 29.28 Por; : 18.90 %; : 57.17 %; Ener. z T: 26.50 %; Ener. z Bł.: 2.95 %; K: 3919.37 mg;	Wartość energetyczna: 2318.98 kcal; Białko ogółem: 107.77 g; Tłuszcz: 67.18 g; Kw. tł. nasy.: 23.12 g; Węglowodany ogółem: 336.01 g; W tym cukry: 115.23 g; Błonnik pok.: 33.65 g; Sól: 7.72 g; WW: 30.38 Por; : 18.59 %; : 57.96 %; Ener. z T: 26.07 %; Ener. z Bł.: 2.90 %; K: 3919.37 mg;	Wartość energetyczna: 2363.55 kcal; Białko ogółem: 111.31 g; Tłuszcz: 63.69 g; Kw. tł. nasy.: 22.89 g; Węglowodany ogółem: 347.35 g; W tym cukry: 120.72 g; Błonnik pok.: 25.88 g; Sól: 7.68 g; WW: 32.15 Por; : 18.84 %; : 58.78 %; Ener. z T: 24.25 %; Ener. z Bł.: 2.19 %; K: 4115.71 mg;	Wartość energetyczna: 2205.72 kcal; Białko ogółem: 119.70 g; Tłuszcz: 77.42 g; Kw. tł. nasy.: 29.10 g; Węglowodany ogółem: 274.55 g; W tym cukry: 43.10 g; Błonnik pok.: 44.86 g; Sól: 8.74 g; WW: 23.04 Por; : 21.71 %; : 49.79 %; Ener. z T: 31.59 %; Ener. z Bł.: 4.07 %; K: 3987.70 mg;	Wartość energetyczna: 1960.21 kcal; Białko ogółem: 107.07 g; Tłuszcz: 59.89 g; Kw. tł. nasy.: 16.62 g; Węglowodany ogółem: 263.88 g; W tym cukry: 35.95 g; Błonnik pok.: 44.01 g; Sól: 9.03 g; WW: 21.95 Por; : 21.85 %; : 53.85 %; Ener. z T: 27.50 %; Ener. z Bł.: 4.49 %; K: 3969.21 mg;	Wartość energetyczna: 2163.44 kcal; Białko ogółem: 119.15 g; Tłuszcz: 71.13 g; Kw. tł. nasy.: 25.27 g; Węglowodany ogółem: 271.14 g; W tym cukry: 33.48 g; Błonnik pok.: 27.70 g; Sól: 9.38 g; WW: 24.24 Por; : 22.03 %; : 50.13 %; Ener. z T: 29.59 %; Ener. z Bł.: 2.56 %; K: 3382.74 mg;	Wartość energetyczna: 2052.42 kcal; Białko ogółem: 90.44 g; Tłuszcz: 79.06 g; Kw. tł. nasy.: 17.38 g; Węglowodany ogółem: 258.78 g; W tym cukry: 71.01 g; Błonnik pok.: 29.70 g; Sól: 2.04 g; WW: 22.75 Por; : 17.63 %; : 50.43 %; Ener. z T: 34.67 %; Ener. z Bł.: 2.89 %; K: 5142.25 mg;	Wartość energetyczna: 1894.56 kcal; Białko ogółem: 73.94 g; Tłuszcz: 68.81 g; Kw. tł. nasy.: 8.76 g; Węglowodany ogółem: 259.14 g; W tym cukry: 64.23 g; Błonnik pok.: 29.72 g; Sól: 1.56 g; WW: 22.72 Por; : 15.61 %; : 54.71 %; Ener. z T: 32.69 %; Ener. z Bł.: 3.14 %; K: 4455.35 mg;	Wartość energetyczna: 2261.17 kcal; Białko ogółem: 99.57 g; Tłuszcz: 53.89 g; Kw. tł. nasy.: 19.07 g; Węglowodany ogółem: 354.30 g; W tym cukry: 120.76 g; Błonnik pok.: 27.95 g; Sól: 8.18 g; WW: 32.51 Por; : 17.61 %; : 62.68 %; Ener. z T: 21.45 %; Ener. z Bł.: 2.47 %; K: 4093.53 mg;

Jadłospisy za okres od dnia 2025-06-23 do dnia 2025-06-29 KUCHNIA SIEDLCE

	SIE- Papkowata b/ml	SIE- Łatwo strawna	SIE- Bezmleczna	SIE- Niskotłuszczowa	SIE- O kontr. zaw.kwasów tłuszczowych	SIE- Bogatobiałkowa	SIE- Bogatobiałkowa bezmleczna	SIE- Niskobiałkowa do 50 g białka	SIE- Niskobiałkowa do 30 g białka	SIE- Kleikowa
2025-06-23 poniedziałek	Śniadanie	Kasza manna na wodzie 300 ml (GLU PSZ.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ZYT.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 50 g (SOJ.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 100 g (SEL.)	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (MLE, GLU JĘCZ.) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ZYT.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 50 g (SOJ.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Pomidor 80 g Mix sałat 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt	Kasza manna na wodzie 300 ml (GLU PSZ.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ZYT.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 50 g (SOJ.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Pomidor b/skórki 80 g Mix sałat 20 g Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (MLE, GLU JĘCZ.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 50 g (SOJ.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Pomidor 80 g Mix sałat 20 g	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (MLE, GLU JĘCZ.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ZYT.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 50 g (SOJ.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Pomidor 80 g Mix sałat 20 g	Kasza manna na wodzie 300 ml (GLU PSZ.) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ZYT.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 50 g (SOJ.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Pomidor 80 g Mix sałat 20 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 100 g (SEZ, może zawierać: ORZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 20 g (SOJ.) Pomidor 80 g Mix sałat 20 g Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt	Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Chleb bezglutenowy 100 g (SEZ, może zawierać: ORZ.) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 20 g (SOJ.) Pomidor 80 g Mix sałat 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt	Kleik ryżowy na wodzie 200 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Suchary b/c 30 g (GLU PSZ, SOJ, MLE.)
	II ŚN	Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt			Arbuz 100 g	Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml (MLE.) Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt	Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt Galaretko o smaku brzoskwiniowym 200 g			
	Obiad	Brokułowa z ryżem (bez mleka) () 300 ml (SEL.) Ziemniaki młode gotowane () 180 g Pulpet drobiowy 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos ziołowy () 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Marchew gotowana z olejem () 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml	Brokułowa z ryżem () 300 ml (MLE, SEL.) Gulasz warzywny z tofu dieta* 150 g (GLU PSZ, SOJ, SEL.) Ziemniaki młode gotowane () 180 g Marchew gotowana z olejem () 100 g Sałatka wiosenna - diety 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml	Brokułowa z ryżem (bez mleka) () 300 ml (SEL.) Gulasz warzywny z tofu dieta* 150 g (GLU PSZ, SOJ, SEL.) Ziemniaki młode gotowane () 180 g Marchew gotowana z olejem () 100 g Sałatka wiosenna - diety 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml	Brokułowa z ryżem () 300 ml (MLE, SEL.) Pulpet drobiowy 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos ziołowy () 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki młode gotowane () 180 g Marchew gotowana z olejem () 100 g Sałatka wiosenna - diety 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml	Brokułowa z ryżem () 300 ml (MLE, SEL.) Gulasz warzywny z ciecierzycą* 150 g (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki młode gotowane () 180 g Marchew gotowana z olejem () 100 g Sałatka wiosenna - diety 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml	Brokułowa z ryżem (bez mleka) () 300 ml (MLE, SEL.) Gulasz warzywny z tofu dieta* 150 g (GLU PSZ, SOJ, SEL.) Ziemniaki młode gotowane () 180 g Marchew gotowana z olejem () 100 g Sałatka wiosenna - diety 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml	Brokułowa z ryżem () 300 ml (MLE, SEL.) Gulasz warzywny z tofu dieta* 150 g Marchew gotowana z olejem () 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Herbata czarna ekspresowa z/c 500 ml Suchary b/c 30 g (GLU PSZ, SOJ, MLE.)	

Jadłospisy za okres od dnia 2025-06-23 do dnia 2025-06-29 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- Papkowata b/ml	SIE- Łatwo strawna	SIE- Bezmleczna	SIE- Niskotłuszczowa	SIE- O kontr. zaw.kwasów tłuszczowych	SIE- Bogatobiałkowa	SIE- Bogatobiałkowa bezmleczna	SIE- Niskobiałkowa do 50 g białka	SIE- Niskobiałkowa do 30 g białka	SIE- Kleikowa
2025-06-23 poniedziałek	PD	Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml				Podpłomyki b/c 20 g (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)		Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona,w osłonce niejadalanej 20 g (<u>SOJ, SEL.</u>) Sałata zielona 10 g			
	Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 75 g (<u>SOJ.</u>) Szpinak gotowany z olejem* 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Pasta z twarogu z natką pietruszki 80 g (<u>MLE.</u>) Schab Benedykta wp parzony z dodatkiem wody 25 g (<u>GLU PSZ, SOJ, SEL, może zawierać: JAJ, OZI, MLE, GOR, SEZ.</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<u>MLE.</u>)	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 75 g (<u>SOJ.</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Pasta z twarogu z natką pietruszki 80 g (<u>MLE.</u>) Schab Benedykta wp parzony z dodatkiem wody 25 g (<u>GLU PSZ, SOJ, SEL, może zawierać: JAJ, OZI, MLE, GOR, SEZ.</u>) Pomidor b/skórki 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<u>MLE.</u>)	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Paprykarz szczeciński 80 g (<u>RYB, SOJ.</u>) Schab Benedykta wp parzony z dodatkiem wody 25 g (<u>GLU PSZ, SOJ, SEL, może zawierać: JAJ, OZI, MLE, GOR, SEZ.</u>) Rzodkiew biała 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<u>MLE.</u>)	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Pasta z twarogu z natką pietruszki 80 g (<u>MLE.</u>) Schab Benedykta wp parzony z dodatkiem wody 25 g (<u>GLU PSZ, SOJ, SEL, może zawierać: JAJ, OZI, MLE, GOR, SEZ.</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<u>MLE.</u>)	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (<u>SOJ.</u>) Szynka zielonogórska- wp. parzona 25 g (<u>SOJ.</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 100 g (<u>SEZ, może zawierać: ORZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Schab Benedykta wp parzony z dodatkiem wody 20 g (<u>GLU PSZ, SOJ, SEL, może zawierać: JAJ, OZI, MLE, GOR, SEZ.</u>) Miód (25g) 2 szt Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Kleik ryżowy na wodzie 200 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Suchary b/c 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u>)	

Jadłospisy za okres od dnia 2025-06-23 do dnia 2025-06-29 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- Papkowata b/ml	SIE- Łatwo strawna	SIE- Bezmleczna	SIE- Niskotłuszczowa	SIE- O kontr. zaw.kwasów tłuszczowych	SIE- Bogatobiałkowa	SIE- Bogatobiałkowa bezmleczna	SIE- Niskobiałkowa do 50 g białka	SIE- Niskobiałkowa do 30 g białka	SIE- Kleikowa
2025-06-23 poniedziałek	PN	Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt	Wafle ryżowe 30 g Dżem 25 g 1 szt								Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
		Wartość energetyczna: 2071.27 kcal; Białko ogółem: 79.13 g; Tłuszcz: 58.87 g; Kw. tł. nasy.: 12.53 g; Węglowodany ogółem: 320.64 g; W tym cukry: 88.36 g; Błonnik pok.: 31.96 g; Sól: 9.24 g; WW: 28.87 Por; : 15.28 %; : 61.92 %; Ener. z T: 25.58 %; Ener. z Bł.: 3.09 %; K: 3159.70 mg;	Wartość energetyczna: 2178.32 kcal; Białko ogółem: 79.52 g; Tłuszcz: 65.72 g; Kw. tł. nasy.: 24.32 g; Węglowodany ogółem: 327.37 g; W tym cukry: 84.16 g; Błonnik pok.: 28.05 g; Sól: 7.72 g; WW: 30.10 Por; : 14.60 %; : 60.11 %; Ener. z T: 27.15 %; Ener. z Bł.: 2.58 %; K: 3516.33 mg;	Wartość energetyczna: 1906.45 kcal; Białko ogółem: 63.90 g; Tłuszcz: 54.95 g; Kw. tł. nasy.: 11.09 g; Węglowodany ogółem: 299.75 g; W tym cukry: 64.72 g; Błonnik pok.: 26.18 g; Sól: 8.37 g; WW: 27.48 Por; : 13.41 %; : 62.89 %; Ener. z T: 25.94 %; Ener. z Bł.: 2.75 %; K: 2851.02 mg;	Wartość energetyczna: 2169.76 kcal; Białko ogółem: 90.27 g; Tłuszcz: 49.87 g; Kw. tł. nasy.: 18.24 g; Węglowodany ogółem: 350.94 g; W tym cukry: 83.29 g; Błonnik pok.: 28.02 g; Sól: 7.00 g; WW: 32.48 Por; : 16.64 %; : 64.70 %; Ener. z T: 20.69 %; Ener. z Bł.: 2.58 %; K: 3738.83 mg;	Wartość energetyczna: 2314.79 kcal; Białko ogółem: 83.89 g; Tłuszcz: 74.53 g; Kw. tł. nasy.: 18.73 g; Węglowodany ogółem: 349.63 g; W tym cukry: 105.97 g; Błonnik pok.: 42.42 g; Sól: 8.45 g; WW: 30.95 Por; : 14.50 %; : 60.42 %; Ener. z T: 28.98 %; Ener. z Bł.: 3.66 %; K: 4715.93 mg;	Wartość energetyczna: 2579.52 kcal; Białko ogółem: 96.69 g; Tłuszcz: 74.44 g; Kw. tł. nasy.: 29.10 g; Węglowodany ogółem: 394.33 g; W tym cukry: 131.81 g; Błonnik pok.: 28.54 g; Sól: 8.10 g; WW: 36.80 Por; : 14.99 %; : 61.15 %; Ener. z T: 25.97 %; Ener. z Bł.: 2.21 %; K: 4068.76 mg;	Wartość energetyczna: 2186.79 kcal; Białko ogółem: 72.55 g; Tłuszcz: 60.30 g; Kw. tł. nasy.: 12.92 g; Węglowodany ogółem: 348.76 g; W tym cukry: 83.71 g; Błonnik pok.: 28.02 g; Sól: 9.49 g; WW: 32.21 Por; : 13.27 %; : 63.79 %; Ener. z T: 24.82 %; Ener. z Bł.: 2.56 %; K: 2868.81 mg;	Wartość energetyczna: 1764.88 kcal; Białko ogółem: 29.48 g; Tłuszcz: 45.36 g; Kw. tł. nasy.: 13.87 g; Węglowodany ogółem: 316.87 g; W tym cukry: 66.57 g; Błonnik pok.: 31.65 g; Sól: 3.24 g; WW: 28.51 Por; : 6.68 %; : 71.82 %; Ener. z T: 23.13 %; Ener. z Bł.: 3.59 %; K: 2907.42 mg;	Wartość energetyczna: 887.22 kcal; Białko ogółem: 19.86 g; Tłuszcz: 7.47 g; Kw. tł. nasy.: 0.18 g; Węglowodany ogółem: 184.88 g; W tym cukry: 34.15 g; Błonnik pok.: 2.73 g; Sól: 0.25 g; WW: 18.29 Por; : 8.95 %; : 83.35 %; Ener. z T: 7.57 %; Ener. z Bł.: 0.62 %; K: 159.20 mg;	

Jadłospisy za okres od dnia 2025-06-23 do dnia 2025-06-29 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- Pakowata b/ml	SIE- Łatwo strawna	SIE- Bezmleczna	SIE- Niskotłuszczowa	SIE- O kontr. zaw.kwasów tłuszczowych	SIE- Bogatobiałkowa	SIE- Bogatobiałkowa bezmleczna	SIE- Niskobiałkowa do 50 g białka	SIE- Niskobiałkowa do 30 g białka	SIE- Kleikowa
2025-06-24 wtorek	Śniadanie	Kasza kukurydziana na wodzie 300 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT,</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 75 g Kalaflor gotowany* 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (<u>MLE,</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Ser mozzarella kulki 35 g (<u>MLE,</u>) Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy,grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,</u>) Pomidor 80 g Rukola 20 g Banan 150 g	Kasza kukurydziana na wodzie 300 ml (<u>MLE,</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT,</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Dżem 25 g 1 szt Rukola 20 g Pomidor 80 g Banan 150 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (<u>MLE,</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE,</u>) Ser mozzarella kulki 35 g (<u>MLE,</u>) Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy,grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,</u>) Rukola 20 g Pomidor b/skórki 80 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Banan 150 g	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (<u>MLE,</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT,</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Ser mozzarella kulki 35 g (<u>MLE,</u>) Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy,grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,</u>) Rukola 20 g Pomidor 80 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (<u>MLE,</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Ser mozzarella kulki 35 g (<u>MLE,</u>) Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy,grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,</u>) Rukola 20 g Pomidor 80 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Kasza kukurydziana na wodzie 300 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT,</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ,</u>) Pomidor 80 g Rukola 20 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 100 g (<u>SEZ, może zawierać: ORZ,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy,grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 30 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,</u>) Dżem 25 g 2 szt Rukola 20 g Pomidor 80 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Banan 150 g	Chleb bezglutenowy 100 g (<u>SEZ, może zawierać: ORZ,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy,grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 20 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,</u>) Dżem 25 g 2 szt Rukola 20 g Pomidor 80 g Banan 150 g	Kleik ryżowy na wodzie 200 g Suchary b/c 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE,</u>) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml
	II ŚN	Banan 150 g				Banan 150 g	Banan 150 g Jogurt brzoskwiowy 150g 1 szt (<u>MLE,</u>)	Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml Banan 150 g			

Jadłospisy za okres od dnia 2025-06-23 do dnia 2025-06-29 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- Papkowata b/ml	SIE- Łatwo strawna	SIE- Bezmleczna	SIE- Niskotłuszczowa	SIE- O kontr. zaw.kwasów tłuszczowych	SIE- Bogatobiałkowa	SIE- Bogatobiałkowa bezmleczna	SIE- Niskobiałkowa do 50 g białka	SIE- Niskobiałkowa do 30 g białka	SIE- Kleikowa
2025-06-24 wtorek	Obiad	Solferino (bez mleka) () 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki młode gotowane () 180 g Pulpet wieprzowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos szpinakowy* 80 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Dynia duszona z olejem* 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Solferino () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Szynka wieprzowa gotowana 100 g Makaron 180 g (<u>GLU PSZ.</u>) Szynka wieprzowa gotowana 100 g Sos szpinakowy* 80 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g Dynia duszona z olejem* 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Solferino (bez mleka) () 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Makaron 180 g (<u>GLU PSZ.</u>) Szynka wieprzowa gotowana 100 g Sos szpinakowy* 80 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g Dynia duszona z olejem* 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Solferino () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Makaron 180 g (<u>GLU PSZ.</u>) Szynka wieprzowa gotowana 100 g Sos szpinakowy* 80 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Dynia duszona z olejem* 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Pieczarkowa z ziemniakami () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Makaron pełnoziarnisty 180 g (<u>GLU PSZ.</u>) Szynka wieprzowa gotowana 100 g Sos szpinakowy* 80 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g Dynia duszona z olejem* 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml	Solferino () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Makaron 180 g (<u>GLU PSZ.</u>) Szynka wieprzowa gotowana 100 g Sos szpinakowy* 80 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g Dynia duszona z olejem* 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Solferino (bez mleka) () 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Makaron 180 g (<u>GLU PSZ.</u>) Szynka wieprzowa gotowana 100 g Sos szpinakowy* 80 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g Dynia duszona z olejem* 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Solferino () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Makaron 180 g (<u>GLU PSZ.</u>) Szynka wieprzowa gotowana 50 g Sos szpinakowy* 80 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Dynia duszona z olejem* 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Solferino (bez mleka) () 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Makaron bezglutenowy niskobiałkowy PKU 180 g Szynka wieprzowa gotowana 30 g Sos szpinakowy* 80 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Dynia duszona z olejem* 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Herbata czarna ekspresowa z/c 500 ml Suchary b/c 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u>)
	PD	Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml				Ciasto drożdżowe 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, S02.</u>) Jogurt brzoskwiniowy 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)	Serek homogenizowany o smaku waniliowym 140g 1 szt (<u>MLE.</u>) Ciasto drożdżowe 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, S02.</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Szynka gotowana wieprzowa wędzona parzona,zawiera wodę dodaną, w siatce niejadalnej 20 g (<u>GLU PSZ, SOJ.</u>) Sałata zielona 10 g			

Jadłospisy za okres od dnia 2025-06-23 do dnia 2025-06-29 KUCHNIA SIEDLCE

	SIE- Papkowata b/ml	SIE- Łatwo strawna	SIE- Bezmleczna	SIE- Niskotłuszczowa	SIE- O kontr. zaw.kwasów tłuszczowych	SIE- Bogatobiałkowa	SIE- Bogatobiałkowa bezmleczna	SIE- Niskobiałkowa do 50 g białka	SIE- Niskobiałkowa do 30 g białka	SIE- Kleikowa
2025-06-24 wtorek	Kolacja	Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz .parzo.z dodat.wody w ost.niejad 50 g Dżem 25 g 1 szt Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 100 g (<u>SEL.</u>) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Serek a'la homogenizowany z ziołami 80 g (<u>MLE.</u>) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 25 g (<u>SOJ. może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE. SEL, GOR.</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Serek a'la homogenizowany z ziołami 80 g (<u>MLE.</u>) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 25 g (<u>SOJ. może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE. SEL, GOR.</u>) Pomidor b/skórki 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Serek a'la homogenizowany z ziołami 80 g (<u>MLE.</u>) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 25 g (<u>SOJ. może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE. SEL, GOR.</u>) Ogórek świeży 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Serek a'la homogenizowany z ziołami 80 g (<u>MLE.</u>) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 25 g (<u>SOJ. może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE. SEL, GOR.</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz .parzo.z dodat.wody w ost.niejad 50 g Dżem 25 g 1 szt Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Chleb bezglutenowy 100 g (<u>SEZ. może zawierać: ORZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 25 g (<u>SOJ. może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE. SEL, GOR.</u>) Dżem 25 g 1 szt Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 100 g (<u>SEZ. może zawierać: ORZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 20 g (<u>SOJ. może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE. SEL, GOR.</u>) Dżem 25 g 1 szt Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Kleik ryżowy na wodzie 200 g Suchary b/c 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u>)
PN	Mus owocowy 100g-produkt pasteryzowany 1 szt									Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	Wartość energetyczna: 2247.16 kcal; Białko ogółem: 84.04 g; Tłuszcz: 52.55 g; Kw. tł. nasy.: 12.84 g; Węglowodany ogółem: 369.04 g; W tym cukry: 110.31 g; Błonnik pok.: 30.83 g; Sól: 8.49 g; WW: 33.76 Por; : 14.96 %; : 65.69 %; Ener. z T: 21.05 %; Ener. z Bł.: 2.74 %; K: 4291.00 mg;	Wartość energetyczna: 2288.66 kcal; Białko ogółem: 112.26 g; Tłuszcz: 54.61 g; Kw. tł. nasy.: 25.83 g; Węglowodany ogółem: 344.61 g; W tym cukry: 92.45 g; Błonnik pok.: 24.29 g; Sól: 6.19 g; WW: 32.10 Por; : 19.62 %; : 60.23 %; Ener. z T: 21.47 %; Ener. z Bł.: 2.12 %; K: 3882.43 mg;	Wartość energetyczna: 2114.11 kcal; Białko ogółem: 87.64 g; Tłuszcz: 44.01 g; Kw. tł. nasy.: 11.55 g; Węglowodany ogółem: 350.89 g; W tym cukry: 95.56 g; Błonnik pok.: 24.29 g; Sól: 6.74 g; WW: 32.74 Por; : 16.58 %; : 66.39 %; Ener. z T: 18.73 %; Ener. z Bł.: 2.30 %; K: 3436.09 mg;	Wartość energetyczna: 2256.38 kcal; Białko ogółem: 115.75 g; Tłuszcz: 45.79 g; Kw. tł. nasy.: 20.31 g; Węglowodany ogółem: 350.39 g; W tym cukry: 95.70 g; Błonnik pok.: 22.53 g; Sól: 5.48 g; WW: 32.87 Por; : 20.52 %; : 62.12 %; Ener. z T: 18.26 %; Ener. z Bł.: 2.00 %; K: 4079.93 mg;	Wartość energetyczna: 2415.27 kcal; Białko ogółem: 120.22 g; Tłuszcz: 65.66 g; Kw. tł. nasy.: 23.30 g; Węglowodany ogółem: 345.44 g; W tym cukry: 87.01 g; Błonnik pok.: 40.67 g; Sól: 6.72 g; WW: 30.63 Por; : 19.91 %; : 57.21 %; Ener. z T: 24.47 %; Ener. z Bł.: 3.37 %; K: 4492.91 mg;	Wartość energetyczna: 2769.76 kcal; Białko ogółem: 128.82 g; Tłuszcz: 69.42 g; Kw. tł. nasy.: 32.24 g; Węglowodany ogółem: 414.37 g; W tym cukry: 132.04 g; Błonnik pok.: 25.97 g; Sól: 6.91 g; WW: 39.00 Por; : 18.60 %; : 59.84 %; Ener. z T: 22.56 %; Ener. z Bł.: 1.88 %; K: 4182.43 mg;	Wartość energetyczna: 2427.70 kcal; Białko ogółem: 100.28 g; Tłuszcz: 54.05 g; Kw. tł. nasy.: 14.59 g; Węglowodany ogółem: 394.23 g; W tym cukry: 103.18 g; Błonnik pok.: 26.16 g; Sól: 2.27 g; WW: 36.82 Por; : 16.52 %; : 64.95 %; Ener. z T: 20.62 %; Ener. z Bł.: 2.15 %; K: 3522.28 mg;	Wartość energetyczna: 1888.59 kcal; Białko ogółem: 50.67 g; Tłuszcz: 43.27 g; Kw. tł. nasy.: 14.20 g; Węglowodany ogółem: 328.74 g; W tym cukry: 104.07 g; Błonnik pok.: 26.01 g; Sól: 2.27 g; WW: 30.35 Por; : 10.73 %; : 69.63 %; Ener. z T: 20.73 %; Ener. z Bł.: 2.75 %; K: 3014.36 mg;	Wartość energetyczna: 1769.17 kcal; Białko ogółem: 32.56 g; Tłuszcz: 40.76 g; Kw. tł. nasy.: 14.15 g; Węglowodany ogółem: 320.41 g; W tym cukry: 104.44 g; Błonnik pok.: 24.79 g; Sól: 1.96 g; WW: 29.62 Por; : 7.36 %; : 72.44 %; Ener. z T: 20.73 %; Ener. z Bł.: 2.80 %; K: 2783.41 mg;	Wartość energetyczna: 887.22 kcal; Białko ogółem: 19.86 g; Tłuszcz: 7.47 g; Kw. tł. nasy.: 0.18 g; Węglowodany ogółem: 184.88 g; W tym cukry: 34.15 g; Błonnik pok.: 2.73 g; Sól: 0.25 g; 1.96 g; WW: 18.29 Por; : 8.95 %; : 83.35 %; Ener. z T: 7.57 %; Ener. z Bł.: 0.62 %; K: 159.20 mg;

Jadłospisy za okres od dnia 2025-06-23 do dnia 2025-06-29 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- Papkowata b/ml	SIE- Łatwo strawna	SIE- Bezmleczna	SIE- Niskotłuszczowa	SIE- O kontr. zaw.kwasów tłuszczowych	SIE- Bogatobiałkowa	SIE- Bogatobiałkowa bezmleczna	SIE- Niskobiałkowa do 50 g białka	SIE- Niskobiałkowa do 30 g białka	SIE- Kleikowa
2025-06-25 środa	Śniadanie	Płatki ryżowe na wodzie 300 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynka zielonogórska- wp. parzona 75 g (<u>SOJ.</u>) Kalafior gotowany* 100 g	Makaron na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Szynka zielonogórska- wp. parzona 50 g (<u>SOJ.</u>) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 25 g (<u>SOJ.</u>) Pomidor 80 g Jabłko pieczone 150 g Mix sałat 20 g	Płatki ryżowe na wodzie 300 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynka zielonogórska- wp. parzona 50 g (<u>SOJ.</u>) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 25 g (<u>SOJ.</u>) Pomidor 80 g Jabłko pieczone 150 g Mix sałat 20 g	Makaron na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLUPSZ.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Szynka zielonogórska- wp. parzona 50 g (<u>SOJ.</u>) Dżem 25 g 1 szt Pomidor b/skórki 80 g Mix sałat 20 g Jabłko pieczone 150 g	Makaron na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynka zielonogórska- wp. parzona 50 g (<u>SOJ.</u>) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 25 g (<u>SOJ.</u>) Pomidor 80 g Mix sałat 20 g	Makaron na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Szynka zielonogórska- wp. parzona 50 g (<u>SOJ.</u>) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 25 g (<u>SOJ.</u>) Pomidor 80 g Mix sałat 20 g	Płatki ryżowe na wodzie 300 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynka zielonogórska- wp. parzona 50 g (<u>SOJ.</u>) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 25 g (<u>SOJ.</u>) Pomidor 80 g Mix sałat 20 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 100 g (<u>SEZ, może zawierać: ORZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Szynka zielonogórska- wp. parzona 50 g (<u>SOJ.</u>) Dżem 25 g 1 szt Pomidor 80 g Jabłko pieczone 150 g Mix sałat 20 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 100 g (<u>SEZ, może zawierać: ORZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Szynka zielonogórska- wp. parzona 20 g (<u>SOJ.</u>) Dżem 25 g 2 szt Pomidor 80 g Jabłko pieczone 150 g Mix sałat 20 g	Kleik ryżowy na wodzie 200 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Suchary b/c 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u>)
	II ŚN	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt				Jabłko 150 g	Jabłko pieczone 150 g				

Jadłospisy za okres od dnia 2025-06-23 do dnia 2025-06-29 KUCHNIA SIEDLCE

	SIE- Papkowata b/ml	SIE- Łatwo strawna	SIE- Bezmleczna	SIE- Niskotłuszczowa	SIE- O kontr. zaw.kwasów tłuszczowych	SIE- Bogatobiałkowa	SIE- Bogatobiałkowa bezmleczna	SIE- Niskobiałkowa do 50 g białka	SIE- Niskobiałkowa do 30 g białka	SIE- Kleikowa
Obiad	Gryzikowa () 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki młode gotowane () 180 g Zrazik drobiowy z udźca pieczony mielony 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos jarzynowy () 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml Brokuł gotowany* 200 g	Gryzikowa () 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Zrazik drobiowy z udźca pieczony mielony 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Ziemniaki młode gotowane () 180 g Sos jarzynowy () 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml Brokuł gotowany* 100 g	Gryzikowa () 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki młode gotowane () 180 g Zrazik drobiowy z udźca pieczony mielony 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos jarzynowy () 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml Brokuł gotowany* 100 g	Gryzikowa () 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki młode gotowane () 180 g Zrazik drobiowy z udźca pieczony mielony 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos jarzynowy () 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 100 g Brokuł gotowany* 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Gryzikowa () 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki młode gotowane () 180 g Zrazik drobiowy z udźca pieczony mielony 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos jarzynowy () 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 100 g Brokuł gotowany* 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Gryzikowa () 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki młode gotowane () 180 g Zrazik drobiowy z udźca pieczony mielony 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos jarzynowy () 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 100 g Brokuł gotowany* 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Gryzikowa () 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki młode gotowane () 180 g Zrazik drobiowy z udźca pieczony mielony 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos jarzynowy () 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 100 g Brokuł gotowany* 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Gryzikowa () 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Zrazik drobiowy z udźca pieczony mielony 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos jarzynowy () 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki młode gotowane () 180 g Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml Brokuł gotowany* 100 g	Gryzikowa () 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Zrazik drobiowy z udźca pieczony mielony 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos jarzynowy () 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki młode gotowane () 180 g Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml Brokuł gotowany* 100 g	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Herbata czarna granulowana z/c 500 ml Suchary b/c 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u>)
PD	Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml				Budyń o smaku waniliowym z/c 200 ml (<u>MLE.</u>)		Budyń o smaku waniliowym na napoju owsianym z/c 200 ml (<u>GLU OW.</u>)			
Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Połędwica Sopotka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 25 g (<u>SOJ.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Połędwica Sopotka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 25 g (<u>SOJ.</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Połędwica Sopotka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 25 g (<u>SOJ.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Połędwica Sopotka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 25 g (<u>SOJ.</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Miód (25g) 1 szt Połędwica Sopotka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g (<u>SOJ.</u>) Pomidor b/skórki 80 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Chleb razowy pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Połędwica Sopotka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 25 g (<u>SOJ.</u>) Pasztet z soczewicy () 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Pomidorki koktajlowe 80 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Połędwica Sopotka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 25 g (<u>SOJ.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Połędwica Sopotka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 25 g (<u>SOJ.</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Połędwica Sopotka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 25 g (<u>SOJ.</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Chleb bezglutenowy 100 g (<u>SEZ, może zawierać: ORZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Połędwica Sopotka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 20 g (<u>SOJ.</u>) Miód (25g) 2 szt Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Chleb bezglutenowy 100 g (<u>SEZ, może zawierać: ORZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Połędwica Sopotka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 20 g (<u>SOJ.</u>) Miód (25g) 2 szt Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Kleik ryżowy na wodzie 200 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Suchary b/c 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u>)

Jadłospisy za okres od dnia 2025-06-23 do dnia 2025-06-29 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- Papkowata b/ml	SIE- Łatwo strawna	SIE- Bezmleczna	SIE- Niskotłuszczowa	SIE- O kontr. zaw.kwasów tłuszczowych	SIE- Bogatobiałkowa	SIE- Bogatobiałkowa bezmleczna	SIE- Niskobiałkowa do 50 g białka	SIE- Niskobiałkowa do 30 g białka	SIE- Kleikowa
2025-06-25 środa	PN	Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt	Mleko Smakowe UHT 1,5% tł 0,2l 1 szt (<u>MLE</u>) Biszkopty 30 g (<u>GLU PSZ. JAJ. MLE, GLU JĘCZ.</u>)	Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt Wafle ryżowe 30 g	Mleko Smakowe UHT 1,5% tł 0,2l 1 szt (<u>MLE</u>) Biszkopty 30 g (<u>GLU PSZ. JAJ, MLE, GLU JĘCZ.</u>)		Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt Wafle ryżowe 30 g			Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	
		Wartość energetyczna: 2037.47 kcal; Białko ogółem: 78.99 g; Tłuszcz: 50.05 g; Kw. tł. nasy.: 11.23 g; Węglowodany ogółem: 326.12 g; W tym cukry: 90.94 g; Błonnik pok.: 22.35 g; Sól: 7.47 g; WW: 30.23 Por; : 15.51 %; : 64.02 %; Ener. z T: 22.11 %; Ener. z Bł.: 2.19 %; K: 2770.71 mg;	Wartość energetyczna: 2206.03 kcal; Białko ogółem: 91.82 g; Tłuszcz: 64.23 g; Kw. tł. nasy.: 22.56 g; Węglowodany ogółem: 333.04 g; W tym cukry: 83.41 g; Błonnik pok.: 23.00 g; Sól: 7.80 g; WW: 30.95 Por; : 16.65 %; : 60.39 %; Ener. z T: 26.20 %; Ener. z Bł.: 2.08 %; K: 3504.90 mg;	Wartość energetyczna: 2096.13 kcal; Białko ogółem: 78.34 g; Tłuszcz: 54.79 g; Kw. tł. nasy.: 11.35 g; Węglowodany ogółem: 332.72 g; W tym cukry: 82.23 g; Błonnik pok.: 24.03 g; Sól: 7.30 g; WW: 30.76 Por; : 14.95 %; : 63.49 %; Ener. z T: 23.52 %; Ener. z Bł.: 2.29 %; K: 3150.15 mg;	Wartość energetyczna: 2199.97 kcal; Białko ogółem: 86.90 g; Tłuszcz: 51.36 g; Kw. tł. nasy.: 15.77 g; Węglowodany ogółem: 365.29 g; W tym cukry: 94.21 g; Błonnik pok.: 21.43 g; Sól: 6.89 g; WW: 34.45 Por; : 15.80 %; : 66.42 %; Ener. z T: 21.01 %; Ener. z Bł.: 1.95 %; K: 3540.06 mg;	Wartość energetyczna: 2522.14 kcal; Białko ogółem: 104.39 g; Tłuszcz: 77.48 g; Kw. tł. nasy.: 18.61 g; Węglowodany ogółem: 374.94 g; W tym cukry: 94.86 g; Błonnik pok.: 34.62 g; Sól: 8.40 g; WW: 34.06 Por; : 16.56 %; : 59.46 %; Ener. z T: 27.65 %; Ener. z Bł.: 2.74 %; K: 4458.62 mg;	Wartość energetyczna: 2407.43 kcal; Białko ogółem: 98.49 g; Tłuszcz: 68.25 g; Kw. tł. nasy.: 24.94 g; Węglowodany ogółem: 367.60 g; W tym cukry: 108.41 g; Błonnik pok.: 23.04 g; Sól: 8.02 g; WW: 34.42 Por; : 16.36 %; : 61.08 %; Ener. z T: 25.52 %; Ener. z Bł.: 1.91 %; K: 3788.83 mg;	Wartość energetyczna: 2336.47 kcal; Białko ogółem: 83.77 g; Tłuszcz: 70.97 g; Kw. tł. nasy.: 12.16 g; Węglowodany ogółem: 372.78 g; W tym cukry: 104.23 g; Błonnik pok.: 25.67 g; Sól: 7.94 g; WW: 34.56 Por; : 14.34 %; : 63.82 %; Ener. z T: 27.34 %; Ener. z Bł.: 2.20 %; K: 3152.08 mg;	Wartość energetyczna: 1845.48 kcal; Białko ogółem: 47.04 g; Tłuszcz: 55.44 g; Kw. tł. nasy.: 18.45 g; Węglowodany ogółem: 295.05 g; W tym cukry: 87.68 g; Błonnik pok.: 25.54 g; Sól: 3.76 g; WW: 26.83 Por; : 10.20 %; : 63.95 %; Ener. z T: 27.03 %; Ener. z Bł.: 2.77 %; K: 2822.30 mg;	Wartość energetyczna: 1884.23 kcal; Białko ogółem: 31.97 g; Tłuszcz: 45.76 g; Kw. tł. nasy.: 16.00 g; Węglowodany ogółem: 342.35 g; W tym cukry: 98.15 g; Błonnik pok.: 25.48 g; Sól: 2.73 g; WW: 31.66 Por; : 6.79 %; : 72.68 %; Ener. z T: 21.86 %; Ener. z Bł.: 2.71 %; K: 2705.96 mg;	Wartość energetyczna: 887.22 kcal; Białko ogółem: 19.66 g; Tłuszcz: 7.47 g; Kw. tł. nasy.: 0.18 g; Węglowodany ogółem: 184.88 g; W tym cukry: 34.15 g; Błonnik pok.: 2.73 g; Sól: 0.19 g; WW: 18.29 Por; : 8.86 %; : 83.35 %; Ener. z T: 7.57 %; Ener. z Bł.: 0.62 %; K: 127.46 mg;

Jadłospisy za okres od dnia 2025-06-23 do dnia 2025-06-29 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- Pakowata b/ml	SIE- Łatwo strawna	SIE- Bezmleczna	SIE- Niskotłuszczowa	SIE- O kontr. zaw.kwasów tłuszczowych	SIE- Bogatobiałkowa	SIE- Bogatobiałkowa bezmleczna	SIE- Niskobiałkowa do 50 g białka	SIE- Niskobiałkowa do 30 g białka	SIE- Kleikowa
2025-06-26 czwartek	Śniadanie	Płatki owsiane na wodzie 300 ml (<u>GLU OW.</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz .parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Dżem 25 g 1 szt Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (<u>SEL.</u>)	Płatki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz .parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt (<u>MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE.</u>) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Banan 150 g	Płatki owsiane na wodzie 300 ml (<u>GLU OW.</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz .parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 25 g (<u>SOJ.</u>) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Banan 150 g	Płatki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz .parzo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt (<u>MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE.</u>) Pomidor b/skórki 80 g Sałata lodowa 20 g Banan 150 g	Płatki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u>) Bułka graham-pszena 50g 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz .parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt (<u>MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE.</u>) Papryka świeża 80 g Sałata lodowa 20 g	Płatki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz .parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt (<u>MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE.</u>) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g	Płatki owsiane na wodzie 300 ml (<u>GLU OW.</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 100 g (<u>SEZ, może zawierać: ORZ.</u>) Masło extra 82% 15g (<u>MLE.</u>) Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt (<u>MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE.</u>) Dżem 25 g 4 szt Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Banan 150 g	Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 100 g (<u>SEZ, może zawierać: ORZ.</u>) Masło extra 82% 15g (<u>MLE.</u>) Dżem 25 g 2 szt Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Banan 150 g	Kleik ryżowy na wodzie 200 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Suchary b/c 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u>)	
	II ŚN	Banan 150 g				Banan 150 g					

Jadłospisy za okres od dnia 2025-06-23 do dnia 2025-06-29 KUCHNIA SIEDLCE

	SIE- Papkowata b/ml	SIE- Łatwo strawna	SIE- Bezmleczna	SIE- Niskotłuszczowa	SIE- O kontr. zaw.kwasów tłuszczowych	SIE- Bogatobiałkowa	SIE- Bogatobiałkowa bezmleczna	SIE- Niskobiałkowa do 50 g białka	SIE- Niskobiałkowa do 30 g białka	SIE- Kleikowa
2025-06-26 czwartek	Obiad	Ziemniaczana (bez mleka) () 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Ryż na sypko 200 g Pulpet wieprzowy 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos pomidorowy 80 ml (GLU PSZ.) Seler z pietruszką gotowany z olejem () 200 g (GLU PSZ, SEL.) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Ziemniaczana () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Risotto z mięsem wieprzowym i warzywami () 300 g (SEL.) Seler z pietruszką gotowany z olejem () 100 g (GLU PSZ, SEL.) Sałata zielona z jogurtem 60 g (MLE.) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Ziemniaczana (bez mleka) () 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Risotto z mięsem wieprzowym i warzywami () 300 g (SEL.) Seler z pietruszką gotowany z olejem () 200 g (GLU PSZ, SEL.) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Ziemniaczana () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Risotto z mięsem wieprzowym i warzywami () 300 g (SEL.) Seler z pietruszką gotowany z olejem () 200 g (GLU PSZ, SEL.) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Barszcz biały z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT.) Risotto (ryż brązowy) z mięsem wieprzowym i warzywami () 300 g (SEL.) Seler z pietruszką gotowany z olejem () 100 g (GLU PSZ, SEL.) Sałata zielona z jogurtem 60 g (MLE.) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Ziemniaczana () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Risotto z mięsem wieprzowym i warzywami () 300 g (SEL.) Seler z pietruszką gotowany z olejem () 200 g (GLU PSZ, SEL.) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Ziemniaczana (bez mleka) () 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Risotto z mięsem wieprzowym i warzywami () 200 g (SEL.) Seler z pietruszką gotowany z olejem () 100 g (GLU PSZ, SEL.) Sałata zielona z jogurtem 60 g (MLE.) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Ziemniaczana (bez mleka) () 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Risotto z mięsem wieprzowym i warzywami () 150 g (SEL.) Seler z pietruszką gotowany z olejem () 100 g (GLU PSZ, SEL.) Sałata zielona z jogurtem 60 g (MLE.) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Herbata czarna granulowana z/c 500 ml Suchary b/c 30 g (GLU PSZ, SOJ, MLE.)
	PD	Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml			Maślanka truskawkowa 150 ml (MLE.) Herbatniki 30 g (GLU PSZ, SOJ, MLE.)		Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Szynka zielonogórska- wp. parzona 20 g (SOJ.) Sałata zielona 20 g			

Jadłospisy za okres od dnia 2025-06-23 do dnia 2025-06-29 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- Papkowata b/ml	SIE- Łatwo strawna	SIE- Bezmleczna	SIE- Niskotłuszczowa	SIE- O kontr. zaw.kwasów tłuszczowych	SIE- Bogatobiałkowa	SIE- Bogatobiałkowa bezmleczna	SIE- Niskobiałkowa do 50 g białka	SIE- Niskobiałkowa do 30 g białka	SIE- Kleikowa
2025-06-26 czwartek	Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ,</u> (<u>GLU PSZ,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT,</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynka Delikatesowa z kurczaka produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 75 g Kalafior gotowany* 100 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Makaron z serem 300 g (<u>GLU PSZ,</u> <u>MLE,</u>) Mus z truskawek* 100 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ,</u> (<u>GLU PSZ,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT,</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynka Delikatesowa z kurczaka produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 75 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Makaron z serem 300 g (<u>GLU PSZ,</u> <u>MLE,</u>) Mus z truskawek* 100 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Makaron z serem b/c 300 g (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Mus z truskawek* 100 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Makaron z serem 300 g (<u>GLU PSZ,</u> <u>MLE,</u>) Mus z truskawek* 100 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ,</u> (<u>GLU PSZ,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT,</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynka Delikatesowa z kurczaka produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 75 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Chleb bezglutenowy 100 g (<u>SEZ, może zawierać: ORZ,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Szynka Delikatesowa z kurczaka produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 30 g Miód (25g) 2 szt Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Chleb bezglutenowy 100 g (<u>SEZ, może zawierać: ORZ,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Szynka Delikatesowa z kurczaka produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 20 g Miód (25g) 2 szt Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g	Kleik ryżowy na wodzie 200 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Suchary b/c 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ,</u> <u>MLE,</u>)
	PN	Mus- przecier owocowy jabłko 100g (tubka) 1 szt	Bułka maślana 1 szt 1 szt (<u>GLU PSZ,</u> <u>JAJ, MLE,</u>)	Mus- przecier owocowy jabłko 100g (tubka) 1 szt	Bułka maślana 1 szt 1 szt (<u>GLU PSZ,</u> <u>JAJ, MLE,</u>)	Mus- przecier owocowy jabłko 100g (tubka) 1 szt		Bułka maślana 1 szt 1 szt (<u>GLU PSZ,</u> <u>JAJ, MLE,</u>)	Mus- przecier owocowy jabłko 100g (tubka) 1 szt	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	
		Wartość energetyczna: 2389.17 kcal; Białko ogółem: 87.59 g; Tłuszcz: 53.36 g; Kw. tł. nasy.: 12.55 g; Węglowodany ogółem: 406.43 g; W tym cukry: 119.17 g; Błonnik pok.: 34.02 g; Sól: 7.93 g; WW: 37.29 Por.; : 14.66 %; : 68.04 %; Ener. z T: 20.10 %; Ener. z Bł.: 2.85 %; K: 3670.77 mg;	Wartość energetyczna: 2620.60 kcal; Białko ogółem: 102.26 g; Tłuszcz: 62.02 g; Kw. tł. nasy.: 22.40 g; Węglowodany ogółem: 426.70 g; W tym cukry: 116.86 g; Błonnik pok.: 29.66 g; Sól: 5.94 g; WW: 39.91 Por.; : 15.61 %; : 65.13 %; Ener. z T: 21.30 %; Ener. z Bł.: 2.26 %; K: 4029.22 mg;	Wartość energetyczna: 2166.28 kcal; Białko ogółem: 84.40 g; Tłuszcz: 51.87 g; Kw. tł. nasy.: 11.62 g; Węglowodany ogółem: 355.78 g; W tym cukry: 93.62 g; Błonnik pok.: 33.16 g; Sól: 8.18 g; WW: 32.39 Por.; : 15.58 %; : 65.69 %; Ener. z T: 21.55 %; Ener. z Bł.: 3.06 %; K: 3845.71 mg;	Wartość energetyczna: 2362.91 kcal; Białko ogółem: 91.84 g; Tłuszcz: 53.48 g; Kw. tł. nasy.: 17.73 g; Węglowodany ogółem: 392.93 g; W tym cukry: 125.73 g; Błonnik pok.: 32.15 g; Sól: 3.94 g; WW: 36.30 Por.; : 15.55 %; : 66.52 %; Ener. z T: 20.37 %; Ener. z Bł.: 2.72 %; K: 4283.27 mg;	Wartość energetyczna: 2690.00 kcal; Białko ogółem: 110.61 g; Tłuszcz: 68.79 g; Kw. tł. nasy.: 22.09 g; Węglowodany ogółem: 422.66 g; W tym cukry: 95.70 g; Błonnik pok.: 40.80 g; Sól: 6.02 g; WW: 38.41 Por.; : 16.45 %; : 62.85 %; Ener. z T: 23.02 %; Ener. z Bł.: 3.03 %; K: 4445.63 mg;	Wartość energetyczna: 2862.40 kcal; Białko ogółem: 109.52 g; Tłuszcz: 67.57 g; Kw. tł. nasy.: 24.32 g; Węglowodany ogółem: 467.74 g; W tym cukry: 126.91 g; Błonnik pok.: 30.05 g; Sól: 6.31 g; WW: 43.99 Por.; : 15.30 %; : 65.36 %; Ener. z T: 21.25 %; Ener. z Bł.: 2.10 %; K: 4066.12 mg;	Wartość energetyczna: 2353.74 kcal; Białko ogółem: 90.76 g; Tłuszcz: 57.17 g; Kw. tł. nasy.: 13.17 g; Węglowodany ogółem: 385.09 g; W tym cukry: 93.89 g; Błonnik pok.: 35.19 g; Sól: 9.41 g; WW: 35.13 Por.; : 15.42 %; : 65.44 %; Ener. z T: 21.86 %; Ener. z Bł.: 2.99 %; K: 3881.89 mg;	Wartość energetyczna: 2389.29 kcal; Białko ogółem: 48.04 g; Tłuszcz: 64.06 g; Kw. tł. nasy.: 25.18 g; Węglowodany ogółem: 415.70 g; W tym cukry: 122.15 g; Błonnik pok.: 28.86 g; Sól: 2.92 g; WW: 39.00 Por.; : 8.04 %; : 69.59 %; Ener. z T: 24.13 %; Ener. z Bł.: 2.42 %; K: 3283.83 mg;	Wartość energetyczna: 1897.00 kcal; Białko ogółem: 31.14 g; Tłuszcz: 49.58 g; Kw. tł. nasy.: 19.44 g; Węglowodany ogółem: 339.19 g; W tym cukry: 107.20 g; Błonnik pok.: 26.26 g; Sól: 1.53 g; WW: 31.49 Por.; : 6.57 %; : 71.52 %; Ener. z T: 23.52 %; Ener. z Bł.: 2.77 %; K: 3030.70 mg;	Wartość energetyczna: 887.22 kcal; Białko ogółem: 19.66 g; Tłuszcz: 7.47 g; Kw. tł. nasy.: 0.18 g; Węglowodany ogółem: 184.88 g; W tym cukry: 34.15 g; Błonnik pok.: 2.73 g; Sól: 0.19 g; WW: 18.29 Por.; : 8.86 %; : 83.35 %; Ener. z T: 7.57 %; Ener. z Bł.: 0.62 %; K: 127.46 mg;

Jadłospisy za okres od dnia 2025-06-23 do dnia 2025-06-29 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- Papkowata b/ml	SIE- Łatwo strawna	SIE- Bezmleczna	SIE- Niskotłuszczowa	SIE- O kontr. zaw.kwasów tłuszczowych	SIE- Bogatobiałkowa	SIE- Bogatobiałkowa bezmleczna	SIE- Niskobiałkowa do 50 g białka	SIE- Niskobiałkowa do 30 g białka	SIE- Kleikowa
2025-06-27 piątek	Śniadanie	Kasza manna na wodzie 300 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Kawa zbożowa z/c 250 ml (<u>GLU ŻYT. GLU JĘCZ.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynka zielonogórska- wp. parzona 50 g (<u>SOJ.</u>) Dżem 25 g 1 szt Marchew gotowana z olejem () 100 g	Kasza manna na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ. MLE.</u>) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE. GLU ŻYT. GLU JĘCZ.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Serek wiejski lekki 3% tł 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) Dżem 25 g 1 szt Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Mus- przecier owocowy jabłko 100g (tubka) 1 szt	Kasza manna na wodzie 300 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Kawa zbożowa z/c 250 ml (<u>GLU ŻYT. GLU JĘCZ.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynka zielonogórska- wp. parzona 50 g (<u>SOJ.</u>) Dżem 25 g 1 szt Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Mus- przecier owocowy jabłko 100g (tubka) 1 szt	Kasza manna na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ. MLE.</u>) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>GLU ŻYT. GLU JĘCZ.</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Serek wiejski lekki 3% tł 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) Dżem 25 g 1 szt Sałata zielona 20 g Pomidor b/skórki 80 g Mus- przecier owocowy jabłko 100g (tubka) 1 szt	Kasza manna na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ. MLE.</u>) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE. GLU ŻYT. GLU JĘCZ.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Serek wiejski lekki 3% tł 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) Dżem 25 g 1 szt Kiełki rzodkiewki 20 g Pomidor 80 g	Kasza manna na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ. MLE.</u>) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE. GLU ŻYT. GLU JĘCZ.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Serek wiejski lekki 3% tł 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) Dżem 25 g 1 szt Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g	Kawa zbożowa z/c 250 ml (<u>GLU ŻYT. GLU JĘCZ.</u>) Chleb bezglutenowy 100 g (<u>SEŻ. może zawierać: ORZ.</u>) Masło extra 82% 15g (<u>MLE.</u>) Szynka zielonogórska- wp. parzona 25 g (<u>SOJ.</u>) Dżem 25 g 1 szt Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Mus- przecier owocowy jabłko 100g (tubka) 1 szt	Kawa zbożowa z/c 250 ml (<u>GLU ŻYT. GLU JĘCZ.</u>) Chleb bezglutenowy 100 g (<u>SEŻ. może zawierać: ORZ.</u>) Masło extra 82% 15g (<u>MLE.</u>) Dżem 25 g 2 szt Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Mus- przecier owocowy jabłko 100g (tubka) 1 szt	Kleik ryżowy na wodzie 200 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Suchary b/c 30 g (<u>GLU PSZ. SOJ. MLE.</u>)	
	II ŚN	Mus- przecier owocowy jabłko 100g (tubka) 1 szt				Mus- przecier owocowy jabłko 100g (tubka) 1 szt	Mus- przecier owocowy jabłko 100g (tubka) 1 szt Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<u>MLE.</u>)	Mus- przecier owocowy jabłko 100g (tubka) 1 szt Galaretko o smaku truskawkowym 200 g			
	Obiad	Zupa wiosenna z cukinią i makaronem () (bez mleka) 300 ml (<u>GLU PSZ. SEL.</u>) Ziemniaki młode gotowane () 180 g Łosoś pieczony 120 g (<u>RYB.</u>) Sos cytrynowy (bez mleka) 80 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Szpinak gotowany z olejem* 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 100 g (<u>SEL.</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml	Zupa wiosenna z cukinią i makaronem () 300 ml (<u>GLU PSZ. MLE. SEL.</u>) Ziemniaki młode gotowane () 180 g Łosoś pieczony 120 g (<u>RYB.</u>) Sos cytrynowy 80 ml (<u>GLU PSZ. MLE.</u>) Szpinak gotowany z olejem* 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 100 g (<u>SEL.</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml	Zupa wiosenna z cukinią i makaronem () (bez mleka) 300 ml (<u>GLU PSZ. SEL.</u>) Ziemniaki młode gotowane () 180 g Łosoś pieczony 120 g (<u>RYB.</u>) Sos cytrynowy (bez mleka) 80 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Szpinak gotowany z olejem* 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 100 g (<u>SEL.</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml	Zupa wiosenna z cukinią i makaronem () 300 ml (<u>GLU PSZ. MLE. SEL.</u>) Ziemniaki młode gotowane () 180 g Łosoś pieczony 120 g (<u>RYB.</u>) Sos cytrynowy 80 ml (<u>GLU PSZ. MLE.</u>) Szpinak gotowany z olejem* 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 100 g (<u>SEL.</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml	Zupa wiosenna z cukinią i makaronem () 300 ml (<u>GLU PSZ. MLE. SEL.</u>) Ziemniaki młode gotowane () 180 g Łosoś pieczony 120 g (<u>RYB.</u>) Sos cytrynowy 80 ml (<u>GLU PSZ. MLE.</u>) Szpinak gotowany z olejem* 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 100 g (<u>SEL.</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml	Zupa wiosenna z cukinią i makaronem () 300 ml (<u>GLU PSZ. MLE. SEL.</u>) Ziemniaki młode gotowane () 180 g Łosoś pieczony 120 g (<u>RYB.</u>) Sos cytrynowy 80 ml (<u>GLU PSZ. MLE.</u>) Szpinak gotowany z olejem* 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 100 g (<u>SEL.</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml	Zupa wiosenna z cukinią i makaronem () (bez mleka) 300 ml (<u>GLU PSZ. SEL.</u>) Ziemniaki młode gotowane () 180 g Łosoś pieczony 120 g (<u>RYB.</u>) Sos cytrynowy (bez mleka) 80 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Szpinak gotowany z olejem* 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 100 g (<u>SEL.</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml	Zupa wiosenna z cukinią i makaronem () 300 ml (<u>GLU PSZ. MLE. SEL.</u>) Ziemniaki młode gotowane () 180 g Łosoś pieczony 50 g (<u>RYB.</u>) Sos cytrynowy 80 ml (<u>GLU PSZ. MLE.</u>) Szpinak gotowany z olejem* 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 100 g (<u>SEL.</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml	Zupa wiosenna z cukinią i makaronem () 300 ml (<u>GLU PSZ. MLE. SEL.</u>) Ziemniaki młode gotowane () 180 g Łosoś pieczony 30 g (<u>RYB.</u>) Sos cytrynowy 80 ml (<u>GLU PSZ. MLE.</u>) Szpinak gotowany z olejem* 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 100 g (<u>SEL.</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Herbata czarna ekspresowa z/c 500 ml Suchary b/c 30 g (<u>GLU PSZ. SOJ. MLE.</u>)

Jadłospisy za okres od dnia 2025-06-23 do dnia 2025-06-29 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- Papkowata b/ml	SIE- Łatwo strawna	SIE- Bezmleczna	SIE- Niskotłuszczowa	SIE- O kontr. zaw.kwasów tłuszczowych	SIE- Bogatobiałkowa	SIE- Bogatobiałkowa bezmleczna	SIE- Niskobiałkowa do 50 g białka	SIE- Niskobiałkowa do 30 g białka	SIE- Kleikowa
2025-06-27 piątek	PD	Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml				Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)		Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml			
	Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Miód (25g) 1 szt Kalafior gotowany* 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Miód (25g) 1 szt Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Miód (25g) 1 szt Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniiona, parzona,w osłonce niejadalanej 50 g (<u>SOJ. SEL.</u>) Miód (25g) 1 szt Pomidor b/skórki 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Hummus 50 g (<u>SEZ.</u>) Ogórek świeży 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Miód (25g) 1 szt Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Miód (25g) 1 szt Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 100 g (<u>SEZ, może zawierać: ORZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Miód (25g) 1 szt Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 100 g (<u>SEZ, może zawierać: ORZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniiona, parzona,w osłonce niejadalanej 20 g (<u>SOJ, SEL.</u>) Miód (25g) 1 szt Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Kleik ryżowy na wodzie 200 g Suchary b/c 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u>) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml
PN	Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 30 g								Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 30 g Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	

Jadłospisy za okres od dnia 2025-06-23 do dnia 2025-06-29 KUCHNIA SIEDLCE

	SIE- Papkowata b/ml	SIE- Łatwo strawna	SIE- Bezmleczna	SIE- Niskotłuszczowa	SIE- O kontr. zaw.kwasów tłuszczowych	SIE- Bogatobiałkowa	SIE- Bogatobiałkowa bezmleczna	SIE- Niskobiałkowa do 50 g białka	SIE- Niskobiałkowa do 30 g białka	SIE- Kleikowa
2025-06-27 piątek	Wartość energetyczna: 2173.45 kcal; Białko ogółem: 80.27 g; Tłuszcz: 49.02 g; Kw. tł. nasy.: 9.68 g; Węglowodany ogółem: 364.68 g; W tym cukry: 106.32 g; Błonnik pok.: 26.40 g; Sól: 6.50 g; WW: 33.84 Por.; : 14.77 %; : 67.12 %; Ener. z T: 20.30 %; Ener. z Bł.: 2.43 %; K: 3247.94 mg;	Wartość energetyczna: 2341.80 kcal; Białko ogółem: 102.72 g; Tłuszcz: 58.34 g; Kw. tł. nasy.: 20.04 g; Węglowodany ogółem: 361.01 g; W tym cukry: 108.63 g; Błonnik pok.: 22.05 g; Sól: 6.44 g; WW: 34.05 Por.; : 17.55 %; : 61.66 %; Ener. z T: 22.42 %; Ener. z Bł.: 1.88 %; K: 3820.56 mg;	Wartość energetyczna: 2023.90 kcal; Białko ogółem: 78.78 g; Tłuszcz: 46.66 g; Kw. tł. nasy.: 9.55 g; Węglowodany ogółem: 331.76 g; W tym cukry: 85.56 g; Błonnik pok.: 21.87 g; Sól: 6.03 g; WW: 31.08 Por.; : 15.57 %; : 65.57 %; Ener. z T: 20.75 %; Ener. z Bł.: 2.16 %; K: 3232.14 mg;	Wartość energetyczna: 2185.83 kcal; Białko ogółem: 100.04 g; Tłuszcz: 43.87 g; Kw. tł. nasy.: 11.78 g; Węglowodany ogółem: 356.99 g; W tym cukry: 102.22 g; Błonnik pok.: 20.48 g; Sól: 6.53 g; WW: 33.85 Por.; : 18.31 %; : 65.33 %; Ener. z T: 18.06 %; Ener. z Bł.: 1.87 %; K: 3632.72 mg;	Wartość energetyczna: 2382.80 kcal; Białko ogółem: 114.25 g; Tłuszcz: 72.65 g; Kw. tł. nasy.: 17.27 g; Węglowodany ogółem: 334.08 g; W tym cukry: 111.67 g; Błonnik pok.: 31.52 g; Sól: 6.78 g; WW: 30.41 Por.; : 19.18 %; : 56.08 %; Ener. z T: 27.44 %; Ener. z Bł.: 2.65 %; K: 4312.43 mg;	Wartość energetyczna: 2514.80 kcal; Białko ogółem: 114.12 g; Tłuszcz: 64.09 g; Kw. tł. nasy.: 23.63 g; Węglowodany ogółem: 383.71 g; W tym cukry: 135.38 g; Błonnik pok.: 22.50 g; Sól: 6.69 g; WW: 36.35 Por.; : 18.15 %; : 61.03 %; Ener. z T: 22.94 %; Ener. z Bł.: 1.79 %; K: 4211.06 mg;	Wartość energetyczna: 2277.08 kcal; Białko ogółem: 85.47 g; Tłuszcz: 47.42 g; Kw. tł. nasy.: 9.86 g; Węglowodany ogółem: 385.95 g; W tym cukry: 102.54 g; Błonnik pok.: 21.89 g; Sól: 6.60 g; WW: 36.52 Por.; : 15.01 %; : 67.80 %; Ener. z T: 18.74 %; Ener. z Bł.: 1.92 %; K: 3233.74 mg;	Wartość energetyczna: 1860.10 kcal; Białko ogółem: 43.68 g; Tłuszcz: 52.92 g; Kw. tł. nasy.: 17.21 g; Węglowodany ogółem: 306.67 g; W tym cukry: 84.84 g; Błonnik pok.: 23.77 g; Sól: 2.73 g; WW: 28.31 Por.; : 9.39 %; : 65.95 %; Ener. z T: 25.60 %; Ener. z Bł.: 2.56 %; K: 2751.22 mg;	Wartość energetyczna: 1795.32 kcal; Białko ogółem: 31.24 g; Tłuszcz: 46.79 g; Kw. tł. nasy.: 15.48 g; Węglowodany ogółem: 317.44 g; W tym cukry: 94.34 g; Błonnik pok.: 23.77 g; Sól: 2.42 g; WW: 29.47 Por.; : 6.96 %; : 70.73 %; Ener. z T: 23.45 %; Ener. z Bł.: 2.65 %; K: 2579.60 mg;	Wartość energetyczna: 887.22 kcal; Białko ogółem: 19.86 g; Tłuszcz: 7.47 g; Kw. tł. nasy.: 0.18 g; Węglowodany ogółem: 184.88 g; W tym cukry: 34.15 g; Błonnik pok.: 2.73 g; Sól: 0.25 g; WW: 18.29 Por.; : 8.95 %; : 83.35 %; Ener. z T: 7.57 %; Ener. z Bł.: 0.62 %; K: 159.20 mg;
2025-06-28 sobota	Śniadanie Kasza kukurydziana na wodzie 300 ml Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ., GLU ZYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynka z piersią kurczaka-wędl.z drob.gr.rozd.parzo. w osł.niejadalnej 50 g (SOJ.) Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 25 g (SOJ.) Marchew gotowana z olejem () 100 g	Ryż na mleku 300 ml (MLE.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ., GLU ZYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka z piersią kurczaka-wędl.z drob.gr.rozd.parzo. w osł.niejadalnej 50 g (SOJ.) Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 25 g (SOJ.) Sałata lodowa 20 g Pomidor 80 g Jabłko pieczone 150 g	Kasza kukurydziana na wodzie 300 ml Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ., GLU ZYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynka z piersią kurczaka-wędl.z drob.gr.rozd.parzo. w osł.niejadalnej 50 g (SOJ.) Miód (25g) 1 szt Pomidor b/skórki 80 g Sałata lodowa 20 g Jabłko pieczone 150 g	Ryż na mleku 300 ml (MLE.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU PSZ., GLU ZYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynka z piersią kurczaka-wędl.z drob.gr.rozd.parzo. w osł.niejadalnej 50 g (SOJ.) Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 25 g (SOJ.) Pomidorki koktajlowe 80 g Sałata lodowa 20 g	Ryż na mleku 300 ml (MLE.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU PSZ., GLU ZYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynka z piersią kurczaka-wędl.z drob.gr.rozd.parzo. w osł.niejadalnej 50 g (SOJ.) Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 25 g (SOJ.) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g	Ryż na mleku 300 ml (MLE.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ., GLU ZYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynka z piersią kurczaka-wędl.z drob.gr.rozd.parzo. w osł.niejadalnej 50 g (SOJ.) Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 25 g (SOJ.) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g	Kasza kukurydziana na wodzie 300 ml Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ., GLU ZYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynka z piersią kurczaka-wędl.z drob.gr.rozd.parzo. w osł.niejadalnej 30 g (SOJ.) Miód (25g) 1 szt Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Jabłko pieczone 150 g	Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 100 g (SEZ. może zawierać: ORZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynka z piersią kurczaka-wędl.z drob.gr.rozd.parzo. w osł.niejadalnej 30 g (SOJ.) Miód (25g) 1 szt Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Jabłko pieczone 150 g	Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynka z piersią kurczaka-wędl.z drob.gr.rozd.parzo. w osł.niejadalnej 20 g (SOJ.) Miód (25g) 1 szt Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Jabłko pieczone 150 g	Kleik ryżowy na wodzie 200 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Suchary b/c 30 g (GLU PSZ., SOJ., MLE.)
II ŚN	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt				Jabłko 150 g	Jabłko pieczone 150 g Koktajl bananowy 200 ml (MLE.)	Jabłko pieczone 150 g Galaretka o smaku brzoskwińowym 200 g			

Jadłospisy za okres od dnia 2025-06-23 do dnia 2025-06-29 KUCHNIA SIEDLCE

	SIE- Papkowata b/ml	SIE- Łatwo strawna	SIE- Bezmleczna	SIE- Niskotłuszczowa	SIE- O kontr. zaw.kwasów tłuszczowych	SIE- Bogatobiałkowa	SIE- Bogatobiałkowa bezmleczna	SIE- Niskobiałkowa do 50 g białka	SIE- Niskobiałkowa do 30 g białka	SIE- Kleikowa
2025-06-28 sobota	Obiad	Selerowa z ziemniakami (bez mleka) () 300 ml (SEL.) Ryż na sypko 180 g Gulasz wołowy 150 g (GLU PSZ.) Buraczki gotowane () 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami (bez mleka) () 300 ml (MLE. SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (GLU JĘCZ.) Gulasz wołowy 150 g (GLU PSZ.) Buraczki gotowane () 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami (bez mleka) () 300 ml (SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (GLU JĘCZ.) Gulasz wołowy 150 g (GLU PSZ.) Buraczki gotowane () 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami () 300 ml (MLE. SEL.) Gulasz wołowy 150 g (GLU PSZ.) Kasza gryczana 180 g Ogórek kiszony z cebulką z olejem 100 g Buraczki gotowane () 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami - dieta () 300 ml (MLE. SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (GLU JĘCZ.) Gulasz wołowy 150 g (GLU PSZ.) Buraczki gotowane () 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami (bez mleka) () 300 ml (SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (GLU JĘCZ.) Gulasz wołowy 150 g (GLU PSZ.) Buraczki gotowane () 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami - dieta () 300 ml (MLE. SEL.) Ryż na sypko 180 g Gulasz wołowy 80 g (GLU PSZ.) Buraczki gotowane () 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami (bez mleka) () 300 ml (SEL.) Gulasz wołowy 50 g (GLU PSZ.) Ryż na sypko 180 g Buraczki gotowane () 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Herbata czarna ekspresowa z/c 500 ml Suchary b/c 30 g (GLU PSZ. SOJ. MLE.)
PD	Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml				Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ. GLU ZYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Szyunka gotowana wieprzowa wędzona parzona,zawiera wodę dodaną, w siatce niejadalnej 20 g (GLU PSZ. SOJ.) Sałata zielona 10 g	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml			

Jadłospisy za okres od dnia 2025-06-23 do dnia 2025-06-29 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- Papkowata b/ml	SIE- Łatwo strawna	SIE- Bezmleczna	SIE- Niskotłuszczowa	SIE- O kontr. zaw.kwasów tłuszczowych	SIE- Bogatobiałkowa	SIE- Bogatobiałkowa bezmleczna	SIE- Niskobiałkowa do 50 g białka	SIE- Niskobiałkowa do 30 g białka	SIE- Kleikowa
2025-06-28 sobota	Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz .parzo.z dodat.wody w osł.niejad 75 g Brokuł gotowany* 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa,wędzona .z wodą dodaną. 25 g (<u>SOJ. może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Twarożek 80 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 80 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz .parzo.z dodat.wody w osł.niejad 75 g Mix sałat 20 g Pomidor 80 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa,wędzona .z wodą dodaną. 25 g (<u>SOJ. może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Twarożek 80 g (<u>MLE.</u>) Pomidor b/skórki 80 g Mix sałat 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa,wędzona .z wodą dodaną. 25 g (<u>SOJ. może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Twarożek 80 g (<u>MLE.</u>) Surówka z rzodkwi i czarnuszki 80 g Mix sałat 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa,wędzona .z wodą dodaną. 30 g (<u>SOJ. może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Dżem 25g 1 szt Pomidor 80 g Mix sałat 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 100 g (<u>SEZ. może zawierać: ORZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa,wędzona .z wodą dodaną. 20 g (<u>SOJ. może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Dżem 25 g 1 szt Pomidor 80 g Mix sałat 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 100 g (<u>SEZ. może zawierać: ORZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa,wędzona .z wodą dodaną. 20 g (<u>SOJ. może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Dżem 25 g 1 szt Pomidor 80 g Mix sałat 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Kleik ryżowy na wodzie 200 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Suchary b/c 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u>)	
	PN	Sok pomarańczowy 0,2L-kartonik 1 szt	Ciasto drożdżowe 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, S02.</u>)	Sok pomarańczowy 0,2L-kartonik 1 szt	Ciasto drożdżowe 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, S02.</u>)			Sok pomarańczowy 0,2L-kartonik 1 szt	Ciasto drożdżowe 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, S02.</u>)	Sok pomarańczowy 0,2L-kartonik 1 szt	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt

Jadłospisy za okres od dnia 2025-06-23 do dnia 2025-06-29 KUCHNIA SIEDLCE

	SIE- Papkowata b/ml	SIE- Łatwo strawna	SIE- Bezmleczna	SIE- Niskotłuszczowa	SIE- O kontr. zaw.kwasów tłuszczowych	SIE- Bogatobiałkowa	SIE- Bogatobiałkowa bezmleczna	SIE- Niskobiałkowa do 50 g białka	SIE- Niskobiałkowa do 30 g białka	SIE- Kleikowa
2025-06-28 sobota	Wartość energetyczna: 2132.23 kcal; Białko ogółem: 86.64 g; Tłuszcz: 44.28 g; Kw. tł. nasy.: 10.03 g; Węglowodany ogółem: 370.88 g; W tym cukry: 115.01 g; Błonnik pok.: 30.80 g; Sól: 9.17 g; WW: 33.95 Por.; : 16.25 %; : 69.58 %; Ener. z T: 18.69 %; Ener. z Bł.: 2.89 %; K: 3480.92 mg;	Wartość energetyczna: 2268.34 kcal; Białko ogółem: 103.36 g; Tłuszcz: 56.76 g; Kw. tł. nasy.: 22.17 g; Węglowodany ogółem: 359.65 g; W tym cukry: 89.56 g; Błonnik pok.: 29.57 g; Sól: 8.07 g; WW: 33.10 Por.; : 18.23 %; : 63.42 %; Ener. z T: 22.52 %; Ener. z Bł.: 2.61 %; K: 3860.42 mg;	Wartość energetyczna: 1939.69 kcal; Białko ogółem: 84.52 g; Tłuszcz: 40.89 g; Kw. tł. nasy.: 9.91 g; Węglowodany ogółem: 331.49 g; W tym cukry: 94.41 g; Błonnik pok.: 28.57 g; Sól: 8.84 g; WW: 30.31 Por.; : 17.43 %; : 68.36 %; Ener. z T: 18.97 %; Ener. z Bł.: 2.95 %; K: 3410.17 mg;	Wartość energetyczna: 2271.14 kcal; Białko ogółem: 101.54 g; Tłuszcz: 48.09 g; Kw. tł. nasy.: 16.68 g; Węglowodany ogółem: 381.09 g; W tym cukry: 91.37 g; Błonnik pok.: 28.17 g; Sól: 6.71 g; WW: 35.41 Por.; : 17.88 %; : 67.12 %; Ener. z T: 19.06 %; Ener. z Bł.: 2.48 %; K: 3974.18 mg;	Wartość energetyczna: 2429.85 kcal; Białko ogółem: 116.96 g; Tłuszcz: 77.53 g; Kw. tł. nasy.: 18.54 g; Węglowodany ogółem: 348.20 g; W tym cukry: 54.35 g; Błonnik pok.: 46.67 g; Sól: 10.09 g; WW: 30.24 Por.; : 19.25 %; : 57.32 %; Ener. z T: 28.72 %; Ener. z Bł.: 3.84 %; K: 4224.05 mg;	Wartość energetyczna: 2485.50 kcal; Białko ogółem: 112.84 g; Tłuszcz: 60.26 g; Kw. tł. nasy.: 24.21 g; Węglowodany ogółem: 395.70 g; W tym cukry: 110.82 g; Błonnik pok.: 33.53 g; Sól: 8.29 g; WW: 36.32 Por.; : 18.16 %; : 63.68 %; Ener. z T: 21.82 %; Ener. z Bł.: 2.70 %; K: 4344.78 mg;	Wartość energetyczna: 2221.54 kcal; Białko ogółem: 84.81 g; Tłuszcz: 40.15 g; Kw. tł. nasy.: 9.64 g; Węglowodany ogółem: 402.84 g; W tym cukry: 139.37 g; Błonnik pok.: 28.60 g; Sól: 8.10 g; WW: 37.49 Por.; : 15.27 %; : 72.53 %; Ener. z T: 16.27 %; Ener. z Bł.: 2.57 %; K: 3423.27 mg;	Wartość energetyczna: 1993.83 kcal; Białko ogółem: 48.67 g; Tłuszcz: 53.20 g; Kw. tł. nasy.: 17.78 g; Węglowodany ogółem: 343.34 g; W tym cukry: 83.33 g; Błonnik pok.: 28.80 g; Sól: 3.71 g; WW: 31.49 Por.; : 9.76 %; : 68.88 %; Ener. z T: 24.01 %; Ener. z Bł.: 2.89 %; K: 2980.76 mg;	Wartość energetyczna: 1785.84 kcal; Białko ogółem: 35.32 g; Tłuszcz: 41.76 g; Kw. tł. nasy.: 15.58 g; Węglowodany ogółem: 327.74 g; W tym cukry: 102.79 g; Błonnik pok.: 27.57 g; Sól: 2.54 g; WW: 30.03 Por.; : 7.91 %; : 73.41 %; Ener. z T: 21.04 %; Ener. z Bł.: 3.09 %; K: 2875.56 mg;	Wartość energetyczna: 887.22 kcal; Białko ogółem: 19.86 g; Tłuszcz: 7.47 g; Kw. tł. nasy.: 0.18 g; Węglowodany ogółem: 184.88 g; W tym cukry: 34.15 g; Błonnik pok.: 2.73 g; Sól: 0.25 g; WW: 18.29 Por.; : 8.95 %; : 83.35 %; Ener. z T: 7.57 %; Ener. z Bł.: 0.62 %; K: 159.20 mg;
2025-06-29 niedziela	Śniadanie Płatki pszenne na wodzie 300 ml (GLU PSZ.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 75 g Dynia z wody 100 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Płatki pszenne na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Ser mozzarella 50 g (MLE.) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Banan 150 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Płatki pszenne na wodzie 300 ml (GLU PSZ.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor b/skórki 80 g Sałata zielona 20 g Banan 150 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Płatki pszenne na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE.) Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Ser mozzarella 50 g (MLE.) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Kiwi 1 szt 1 szt	Banan 150 g Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.)	Banan 150 g Galaretka o smaku truskawkowym 200 g	Chleb bezglutenowy 100 g (SEZ. może zawierać: ORZ.) Masło extra 82% 15g (MLE.) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Banan 150 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 100 g (SEZ. może zawierać: ORZ.) Masło extra 82% 15g (MLE.) Dżem 25 g 2 szt Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 20 g Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Banan 150 g	Kleik ryżowy na wodzie 200 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Suchary b/c 30 g (GLU PSZ, SOJ. MLE.)
II ŚN	Banan 150 g									

Jadłospisy za okres od dnia 2025-06-23 do dnia 2025-06-29 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- Papkowata b/ml	SIE- Łatwo strawna	SIE- Bezmleczna	SIE- Niskotłuszczowa	SIE- O kontr. zaw.kwasów tłuszczowych	SIE- Bogatobiałkowa	SIE- Bogatobiałkowa bezmleczna	SIE- Niskobiałkowa do 50 g białka	SIE- Niskobiałkowa do 30 g białka	SIE- Kleikowa
2025-06-29 niedziela	Obiad	Rosół z makaronem () 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki młode gotowane () 180 g Pulpet drobiowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Brokuł gotowany* 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Rosół z makaronem () 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki młode gotowane () 180 g Udziec z kurczaka gotowany z/k z/s 130 g Brokuł gotowany* 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Ryżowa () 300 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Ziemniaki młode gotowane () 180 g Udziec z kurczaka gotowany z/k z/s 130 g Brokuł gotowany* 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Rosół z makaronem () 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki młode gotowane () 180 g Udziec z kurczaka gotowany z/k z/s 130 g Surówka z kapusty białej z olejem b/c () 100 g Brokuł gotowany* 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml	Rosół z makaronem () 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki młode gotowane () 180 g Udziec z kurczaka gotowany z/k z/s 130 g Brokuł gotowany* 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml			Ryżowa () 300 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Ziemniaki młode gotowane () 180 g Udziec z kurczaka gotowany z/k z/s 60 g Brokuł gotowany* 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Ryżowa (bez mleka) () 300 ml (<u>SEL.</u>) Pulpet drobiowy 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Ziemniaki młode gotowane () 180 g Brokuł gotowany* 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Herbata czarna granulowana z/c 500 ml Suchary b/c 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u>)
	PD	Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml				Kisiel o smaku wiśniowym z jabłkiem z/c 200 ml	Budyń o smaku waniliowym z/c 200 ml (<u>MLE.</u>)	Kisiel o smaku wiśniowym z jabłkiem z/c 200 ml			
	Kolacja	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynka zielonogórska- wp. parzona 50 g (<u>SOJ.</u>) Dżem 25 g 1 szt Buraczki gotowane () 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Dżem 25 g 1 szt Szynka zielonogórska- wp. parzona 50 g (<u>SOJ.</u>) Pomidor 80 g Rukola 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Dżem 25 g 1 szt Szynka zielonogórska- wp. parzona 50 g (<u>SOJ.</u>) Pomidor 80 g Rukola 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Dżem 25 g 1 szt Szynka zielonogórska- wp. parzona 50 g (<u>SOJ.</u>) Pomidor b/skórki 80 g Rukola 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynka zielonogórska- wp. parzona 50 g (<u>SOJ.</u>) Dżem 25 g 1 szt Pomidor 80 g Rukola 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Dżem 25 g 1 szt Szynka zielonogórska- wp. parzona 50 g (<u>SOJ.</u>) Pomidor 80 g Rukola 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Dżem 25 g 1 szt Szynka zielonogórska- wp. parzona 50 g (<u>SOJ.</u>) Pomidor 80 g Rukola 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb bezglutenowy 100 g (<u>SEZ, może zawierać: ORZ.</u>) Masło extra 82% 15g (<u>MLE.</u>) Szynka zielonogórska- wp. parzona 20 g (<u>SOJ.</u>) Pomidor 80 g Rukola 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Kleik ryżowy na wodzie 200 g Suchary b/c 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u>) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	

Jadłospisy za okres od dnia 2025-06-23 do dnia 2025-06-29 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- Papkowata b/ml	SIE- Łatwo strawna	SIE- Bezmleczna	SIE- Niskotłuszczowa	SIE- O kontr. zaw.kwasów tłuszczowych	SIE- Bogatobiałkowa	SIE- Bogatobiałkowa bezmleczna	SIE- Niskobiałkowa do 50 g białka	SIE- Niskobiałkowa do 30 g białka	SIE- Kleikowa
2025-06-29 niedziela	PN	Mus owocowy 100g-produkt pasteryzowany 1 szt									Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
		Wartość energetyczna: 1972.63 kcal; Białko ogółem: 82.86 g; Tłuszcz: 39.01 g; Kw. tł. nasy.: 9.93 g; Węglowodany ogółem: 332.60 g; W tym cukry: 100.12 g; Błonnik pok.: 27.95 g; Sól: 8.59 g; WW: 30.34 Por.; : 16.80 %; : 67.44 %; Ener. z T: 17.80 %; Ener. z Bł.: 2.83 %; K: 3735.86 mg;	Wartość energetyczna: 2216.15 kcal; Białko ogółem: 111.11 g; Tłuszcz: 63.53 g; Kw. tł. nasy.: 22.73 g; Węglowodany ogółem: 310.66 g; W tym cukry: 94.66 g; Błonnik pok.: 25.06 g; Sól: 7.64 g; WW: 28.55 Por.; : 20.05 %; : 56.07 %; Ener. z T: 25.80 %; Ener. z Bł.: 2.26 %; K: 4114.24 mg;	Wartość energetyczna: 1927.61 kcal; Białko ogółem: 94.40 g; Tłuszcz: 48.65 g; Kw. tł. nasy.: 13.59 g; Węglowodany ogółem: 288.95 g; W tym cukry: 74.02 g; Błonnik pok.: 25.06 g; Sól: 8.05 g; WW: 26.38 Por.; : 19.59 %; : 59.96 %; Ener. z T: 22.72 %; Ener. z Bł.: 2.60 %; K: 3756.57 mg;	Wartość energetyczna: 2088.50 kcal; Białko ogółem: 108.57 g; Tłuszcz: 53.39 g; Kw. tł. nasy.: 16.46 g; Węglowodany ogółem: 303.58 g; W tym cukry: 87.23 g; Błonnik pok.: 23.11 g; Sól: 6.93 g; WW: 28.07 Por.; : 20.79 %; : 58.14 %; Ener. z T: 23.01 %; Ener. z Bł.: 2.21 %; K: 4141.14 mg;	Wartość energetyczna: 2137.14 kcal; Białko ogółem: 107.70 g; Tłuszcz: 66.95 g; Kw. tł. nasy.: 16.78 g; Węglowodany ogółem: 293.33 g; W tym cukry: 80.27 g; Błonnik pok.: 38.75 g; Sól: 7.33 g; WW: 25.58 Por.; : 20.16 %; : 54.90 %; Ener. z T: 28.19 %; Ener. z Bł.: 3.63 %; K: 4192.83 mg;	Wartość energetyczna: 2507.55 kcal; Białko ogółem: 124.08 g; Tłuszcz: 70.55 g; Kw. tł. nasy.: 26.91 g; Węglowodany ogółem: 354.52 g; W tym cukry: 125.96 g; Błonnik pok.: 25.10 g; Sól: 8.10 g; WW: 32.92 Por.; : 19.79 %; : 56.55 %; Ener. z T: 25.32 %; Ener. z Bł.: 2.00 %; K: 4698.18 mg;	Wartość energetyczna: 2205.34 kcal; Białko ogółem: 97.57 g; Tłuszcz: 48.81 g; Kw. tł. nasy.: 13.75 g; Węglowodany ogółem: 354.64 g; W tym cukry: 100.08 g; Błonnik pok.: 25.88 g; Sól: 8.09 g; WW: 32.88 Por.; : 17.70 %; : 64.33 %; Ener. z T: 19.92 %; Ener. z Bł.: 2.35 %; K: 3758.04 mg;	Wartość energetyczna: 1619.30 kcal; Białko ogółem: 50.88 g; Tłuszcz: 49.68 g; Kw. tł. nasy.: 20.59 g; Węglowodany ogółem: 246.04 g; W tym cukry: 62.10 g; Błonnik pok.: 24.66 g; Sól: 4.12 g; WW: 22.03 Por.; : 12.57 %; : 60.78 %; Ener. z T: 27.61 %; Ener. z Bł.: 3.05 %; K: 3183.10 mg;	Wartość energetyczna: 1625.44 kcal; Białko ogółem: 35.34 g; Tłuszcz: 43.44 g; Kw. tł. nasy.: 18.29 g; Węglowodany ogółem: 278.43 g; W tym cukry: 89.03 g; Błonnik pok.: 24.80 g; Sól: 2.74 g; WW: 25.37 Por.; : 8.70 %; : 68.52 %; Ener. z T: 24.06 %; Ener. z Bł.: 3.05 %; K: 3077.87 mg;	Wartość energetyczna: 887.22 kcal; Białko ogółem: 19.66 g; Tłuszcz: 7.47 g; Kw. tł. nasy.: 0.18 g; Węglowodany ogółem: 184.88 g; W tym cukry: 34.15 g; Błonnik pok.: 2.73 g; Sól: 0.19 g; WW: 18.29 Por.; : 8.86 %; : 83.35 %; Ener. z T: 7.57 %; Ener. z Bł.: 0.62 %; K: 127.46 mg;

Jadłospisy za okres od dnia 2025-06-23 do dnia 2025-06-29 KUCHNIA SIEDLCE

	SIE- Kleikowa rozszerzona	SIE- Dzieci 1-3 lat Podstawowa	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż podstawa	SIE- Bogatoreszkowa	SIE- Bezglutenowa	SIE- Wegetariańska	SIE- Pooperacyjna	SIE- Dzieci 1-3 lat Łatwo strawna	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż łatwostrawna	SIE- Z ogr.subst.pobudz.w ydz.soków żołądkowych
2025-06-23 poniedziałek	Śniadanie	Kleik ryżowy na wodzie 200 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Suchary b/c 30 g (<u>GLU PSZ. SOJ. MLE.</u>)	Płatki jęczmienne na mleku 250 ml (<u>MLE. GLU JĘCZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ. GLU ZYT.</u>) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw osłonce niejadalnej 25 g (<u>SOJ.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Pomidor 80 g Mix sałat 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (<u>MLE. GLU JĘCZ.</u>) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ. GLU ZYT.</u>) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw osłonce niejadalnej 50 g (<u>SOJ.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Pomidor 80 g Mix sałat 20 g	Ryż na mleku 300 ml (<u>MLE.</u>) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 100 g (<u>SEZ. może zawierać: ORZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw osłonce niejadalnej 50 g (<u>SOJ.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Pomidor 80 g Mix sałat 20 g Arbuz 100 g	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (<u>MLE. GLU JĘCZ.</u>) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ. GLU ZYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Hummus 80 g (<u>SEZ.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Pomidor 80 g Mix sałat 20 g Arbuz 100 g	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (<u>MLE. GLU JĘCZ.</u>) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw osłonce niejadalnej 50 g (<u>SOJ.</u>) Miód (25g) 1 szt	Płatki jęczmienne na mleku 250 ml (<u>MLE. GLU JĘCZ.</u>) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ. GLU ZYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw osłonce niejadalnej 25 g (<u>SOJ.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Pomidor 80 g Mix sałat 20 g	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (<u>MLE. GLU JĘCZ.</u>) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ. GLU ZYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw osłonce niejadalnej 50 g (<u>SOJ.</u>) Miód (25g) 1 szt Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Pomidor 80 g Mix sałat 20 g Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (<u>MLE. GLU JĘCZ.</u>) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ. GLU ZYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw osłonce niejadalnej 50 g (<u>SOJ.</u>) Miód (25g) 1 szt Pomidor b/skórki 80 g Mix sałat 20 g Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt
	II ŚN	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Suchary b/c 15 g (<u>GLU PSZ. SOJ. MLE.</u>) Kleik ryżowy na wodzie 200 g	Arbuz 100 g				Jabłko pieczone 150 g	Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt		
	Obiad	Ryżowa (bez mleka) () 300 ml (<u>SEL.</u>) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Brokułowa z ryżem () 250 ml (<u>MLE. SEL.</u>) Pierogi leniwe 200 g (<u>GLU PSZ. JAJ. MLE.</u>) Mus z jabłek () b/c 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Brokułowa z ryżem () 300 ml (<u>MLE. SEL.</u>) Pierogi leniwe 300 g (<u>GLU PSZ. JAJ. MLE.</u>) Mus z jabłek () b/c 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Brokułowa z ryżem () 300 ml (<u>MLE. SEL.</u>) Gulasz warzywny z ciecierzycą * 150 g (<u>GLU PSZ. SEL.</u>) Ziemniaki młode gotowane () 180 g Marchew gotowana z olejem () 100 g Sałatka wiosenna - diety 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Brokułowa z ryżem () 300 ml (<u>MLE. SEL.</u>) Gulasz warzywny z ciecierzycą * 150 g (<u>GLU PSZ. SEL.</u>) Ziemniaki młode gotowane () 180 g Marchew gotowana z olejem () 100 g Sałatka wiosenna - diety 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Ryżowa (bez mleka) () 300 ml (<u>SEL.</u>) Pulpet drobiowy 100 g (<u>GLU PSZ. JAJ.</u>) Sos ziołowy () 80 ml (<u>GLU PSZ. SEL.</u>) Ziemniaki młode gotowane () 180 g Marchew gotowana z olejem () 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Brokułowa z ryżem () 250 ml (<u>MLE. SEL.</u>) Pierogi leniwe 200 g (<u>GLU PSZ. JAJ. MLE.</u>) Mus z jabłek () b/c 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Brokułowa z ryżem () 300 ml (<u>MLE. SEL.</u>) Pierogi leniwe 300 g (<u>GLU PSZ. JAJ. MLE.</u>) Mus z jabłek () b/c 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Brokułowa z ryżem () 300 ml (<u>MLE. SEL.</u>) Pulpet drobiowy 100 g (<u>GLU PSZ. JAJ.</u>) Sos ziołowy () 80 ml (<u>GLU PSZ. SEL.</u>) Ziemniaki młode gotowane () 180 g Marchew gotowana z olejem () 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml

Jadłospisy za okres od dnia 2025-06-23 do dnia 2025-06-29 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- Kleikowa rozszerzona	SIE- Dzieci 1-3 lat Podstawowa	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż podstawa	SIE- Bogatoresztkowa	SIE- Bezglutenowa	SIE- Wegetariańska	SIE- Pooperacyjna	SIE- Dzieci 1-3 lat Łatwo strawna	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż łatwostrawna	SIE- Z ogr.subst.pobudz.w ydz.soków żołądkowych
2025-06-23 poniedziałek	PD	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Suchary b/c 15 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u>) Kleik ryżowy na wodzie 200 g	Podpłomyki b/c 20 g (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)					Podpłomyki b/c 20 g (<u>GLU PSZ, MLE.</u>)	Podpłomyki b/c 20 g (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)		
	Kolacja	Kleik ryżowy na wodzie 200 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Suchary b/c 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u>)	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt (<u>MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE.</u>) Schab Benedykta wp parzony z dodatkiem wody 25 g (<u>GLU PSZ, SOJ, SEL, może zawierać: JAJ, OZI, MLE, GOR, SEZ.</u>) Rzodkiew biała 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<u>MLE.</u>)	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Paprykarz szczeciński 80 g (<u>RYB, SOJ.</u>) Schab Benedykta wp parzony z dodatkiem wody 25 g (<u>GLU PSZ, SOJ, SEL, może zawierać: RYB, OZI, MLE.</u>) Schab Benedykta wp parzony z dodatkiem wody 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, SEL, może zawierać: JAJ, OZI, MLE, GOR, SEZ.</u>) Rzodkiew biała 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<u>MLE.</u>)	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Paprykarz szczeciński 80 g (<u>RYB, SOJ.</u>) Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 25 g (<u>SOJ.</u>) Rzodkiew biała 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<u>MLE.</u>)	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Paprykarz szczeciński 80 g (<u>RYB, SOJ.</u>) Ser żółty 25 g (<u>MLE.</u>) Rzodkiew biała 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<u>MLE.</u>)	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt (<u>MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE.</u>) Schab Benedykta wp parzony z dodatkiem wody 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, SEL, może zawierać: JAJ, OZI, MLE, GOR, SEZ.</u>) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt (<u>MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE.</u>) Schab Benedykta wp parzony z dodatkiem wody 25 g (<u>GLU PSZ, SOJ, SEL, może zawierać: JAJ, OZI, MLE, GOR, SEZ.</u>) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<u>MLE.</u>)	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Schab Benedykta wp parzony z dodatkiem wody 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, SEL, może zawierać: JAJ, OZI, MLE, GOR, SEZ.</u>) Pomidor b/skórki 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<u>MLE.</u>)		

Jadłospisy za okres od dnia 2025-06-23 do dnia 2025-06-29 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- Kleikowa rozszerzona	SIE- Dzieci 1-3 lat Podstawowa	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż podstawa	SIE- Bogatoreszkowa	SIE- Bezglutenowa	SIE- Wegetariańska	SIE- Pooperacyjna	SIE- Dzieci 1-3 lat Łatwo strawna	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż łatwostrawna	SIE- Z ogr.subst.pobudz.w ydz.soków żołądkowych
2025-06-23 poniedziałek	PN	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Wafle ryżowe 30 g Dżem 25 g 1 szt								
		Wartość energetyczna: 1065.96 kcal; Białko ogółem: 22.96 g; Tłuszcz: 7.83 g; Kw. tł. nasy.: 0.25 g; Węglowodany ogółem: 226.66 g; W tym cukry: 44.09 g; Błonnik pok.: 4.91 g; Sól: 0.67 g; WW: 22.27 Por; : 8.61 %; : 85.05 %; Ener. z T: 6.61 %; Ener. z Bł.: 0.92 %; K: 286.12 mg;	Wartość energetyczna: 1873.27 kcal; Białko ogółem: 70.77 g; Tłuszcz: 54.17 g; Kw. tł. nasy.: 27.15 g; Węglowodany ogółem: 286.38 g; W tym cukry: 100.34 g; Błonnik pok.: 17.65 g; Sól: 3.99 g; WW: 27.08 Por; : 15.11 %; : 61.15 %; Ener. z T: 26.03 %; Ener. z Bł.: 1.88 %; K: 2454.01 mg;	Wartość energetyczna: 2386.00 kcal; Białko ogółem: 93.16 g; Tłuszcz: 64.26 g; Kw. tł. nasy.: 30.73 g; Węglowodany ogółem: 371.48 g; W tym cukry: 103.92 g; Błonnik pok.: 22.55 g; Sól: 6.97 g; WW: 35.12 Por; : 15.62 %; : 62.28 %; Ener. z T: 24.24 %; Ener. z Bł.: 1.89 %; K: 2815.50 mg;	Wartość energetyczna: 2388.23 kcal; Białko ogółem: 84.03 g; Tłuszcz: 75.03 g; Kw. tł. nasy.: 25.07 g; Węglowodany ogółem: 366.73 g; W tym cukry: 123.05 g; Błonnik pok.: 42.42 g; Sól: 8.38 g; WW: 32.65 Por; : 14.07 %; : 61.42 %; Ener. z T: 28.27 %; Ener. z Bł.: 3.55 %; K: 4721.27 mg;	Wartość energetyczna: 2217.09 kcal; Białko ogółem: 59.88 g; Tłuszcz: 75.99 g; Kw. tł. nasy.: 21.42 g; Węglowodany ogółem: 331.36 g; W tym cukry: 96.60 g; Błonnik pok.: 30.42 g; Sól: 5.71 g; WW: 30.18 Por; : 10.80 %; : 59.78 %; Ener. z T: 30.85 %; Ener. z Bł.: 2.74 %; K: 3849.18 mg;	Wartość energetyczna: 2463.04 kcal; Białko ogółem: 77.67 g; Tłuszcz: 91.21 g; Kw. tł. nasy.: 26.82 g; Węglowodany ogółem: 346.91 g; W tym cukry: 98.80 g; Błonnik pok.: 36.87 g; Sól: 8.75 g; WW: 31.16 Por; : 12.61 %; : 56.34 %; Ener. z T: 33.33 %; Ener. z Bł.: 2.99 %; K: 4173.77 mg;	Wartość energetyczna: 2221.11 kcal; Białko ogółem: 79.05 g; Tłuszcz: 57.50 g; Kw. tł. nasy.: 24.15 g; Węglowodany ogółem: 359.25 g; W tym cukry: 85.56 g; Błonnik pok.: 25.98 g; Sól: 7.12 g; WW: 33.44 Por; : 14.24 %; : 64.70 %; Ener. z T: 23.30 %; Ener. z Bł.: 2.34 %; K: 3153.60 mg;	Wartość energetyczna: 1840.73 kcal; Białko ogółem: 69.57 g; Tłuszcz: 53.89 g; Kw. tł. nasy.: 27.13 g; Węglowodany ogółem: 277.52 g; W tym cukry: 85.27 g; Błonnik pok.: 16.59 g; Sól: 3.98 g; WW: 26.29 Por; : 15.12 %; : 60.31 %; Ener. z T: 26.35 %; Ener. z Bł.: 1.80 %; K: 2136.87 mg;	Wartość energetyczna: 2353.46 kcal; Białko ogółem: 91.95 g; Tłuszcz: 63.97 g; Kw. tł. nasy.: 30.72 g; Węglowodany ogółem: 362.62 g; W tym cukry: 88.85 g; Błonnik pok.: 21.49 g; Sól: 6.96 g; WW: 34.33 Por; : 15.63 %; : 61.63 %; Ener. z T: 24.46 %; Ener. z Bł.: 1.83 %; K: 2498.36 mg;	Wartość energetyczna: 2223.19 kcal; Białko ogółem: 83.05 g; Tłuszcz: 60.10 g; Kw. tł. nasy.: 25.54 g; Węglowodany ogółem: 348.73 g; W tym cukry: 80.55 g; Błonnik pok.: 27.97 g; Sól: 7.49 g; WW: 32.25 Por; : 14.94 %; : 62.74 %; Ener. z T: 24.33 %; Ener. z Bł.: 2.52 %; K: 3637.93 mg;

Jadłospisy za okres od dnia 2025-06-23 do dnia 2025-06-29 KUCHNIA SIEDLCE

	SIE- Kleikowa rozszerzona	SIE- Dzieci 1-3 lat Podstawowa	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż podstawa	SIE- Bogatoreszkowa	SIE- Bezglutenowa	SIE- Wegetariańska	SIE- Pooperacyjna	SIE- Dzieci 1-3 lat Łatwo strawna	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż łatwostrawna	SIE- Z ogr.subst.pobudz.w ydz.soków żołądkowych
2025-06-24 wtorek	Śniadanie	Kleik ryżowy na wodzie 200 g Suchary b/c 30 g (GLU PSZ, SOJ, MLE) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Kasza kukurydziana na mleku 250 ml (MLE) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Szyńka z piersi kurczaka-produkt drobiowy,grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 25 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR) Ser mozzarella kulki 35 g (MLE) Rukola 20 g Pomidor 80 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE) Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU PSZ, GLU ZYT) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Ser mozzarella kulki 35 g (MLE) Szyńka z piersi kurczaka-produkt drobiowy,grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR) Rukola 20 g Pomidor 80 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE) Chleb bezglutenowy 100 g (SEZ, może zawierać: ORZ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Ser mozzarella kulki 35 g (MLE) Szyńkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Rukola 20 g Pomidor 80 g Banan 150 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Ser mozzarella kulki 35 g (MLE) Hummus 80 g (SEZ) Rukola 20 g Pomidor 80 g Banan 150 g	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Ser mozzarella kulki 35 g (MLE) Szyńka z piersi kurczaka-produkt drobiowy,grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Kasza kukurydziana na mleku 250 ml (MLE) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Ser mozzarella kulki 35 g (MLE) Szyńka z piersi kurczaka-produkt drobiowy,grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 25 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR) Pomidor 80 g Rukola 20 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Ser mozzarella kulki 35 g (MLE) Szyńka z piersi kurczaka-produkt drobiowy,grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR) Salata zielona 20 g Pomidor b/skórki 80 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Banan 150 g	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Ser mozzarella kulki 35 g (MLE) Szyńka z piersi kurczaka-produkt drobiowy,grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Banan 150 g
II ŚN	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Suchary b/c 15 g (GLU PSZ, SOJ, MLE) Kleik ryżowy na wodzie 200 g	Banan 150 g					Banan 150 g			

Jadłospisy za okres od dnia 2025-06-23 do dnia 2025-06-29 KUCHNIA SIEDLCE

	SIE- Kleikowa rozszerzona	SIE- Dzieci 1-3 lat Podstawowa	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż podstawa	SIE- Bogatoresztkowa	SIE- Bezglutenowa	SIE- Wegetariańska	SIE- Pooperacyjna	SIE- Dzieci 1-3 lat Łatwo strawna	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż łatwostrawna	SIE- Z ogr.subst.pobudz.w ydz.soków żołądkowych
2025-06-24 wtorek	Obiad	Marchewkowa z ziemniakami (bez mleka) 300 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Pieczarkowa z ziemniakami () 250 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Makaron 90 g (<u>GLU PSZ.</u>) Szynka wieprzowa gotowana 50 g Sos szpinakowy* 80 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Dynia duszona z olejem* 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 50 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Pieczarkowa z ziemniakami () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Makaron pełnoziarnisty 180 g (<u>GLU PSZ.</u>) Szynka wieprzowa gotowana 100 g Sos szpinakowy* 80 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g Dynia duszona z olejem* 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Pieczarkowa z ziemniakami (bez glutenu)*() 300 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Makaron bezglutenowy 180 g Szynka wieprzowa gotowana 100 g Sos szpinakowy (bez glutenu)* 80 ml Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g Dynia duszona z olejem* 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Pieczarkowa z ziemniakami () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Makaron pełnoziarnisty ze szpinakiem i serem żółtym * 300 g (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g Dynia duszona z olejem* 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Solferino () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Makaron 180 g (<u>GLU PSZ.</u>) Szynka wieprzowa gotowana 100 g Sos szpinakowy* 80 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Dynia duszona z olejem* 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Solferino () 250 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Makaron 90 g (<u>GLU PSZ.</u>) Szynka wieprzowa gotowana 50 g Sos szpinakowy* 80 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Dynia duszona z olejem* 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Solferino () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Makaron 180 g (<u>GLU PSZ.</u>) Szynka wieprzowa gotowana 100 g Sos szpinakowy* 80 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Dynia duszona z olejem* 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	
	PD	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Suchary b/c 15 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u>) Kleik ryżowy na wodzie 200 g	Serek homogenizowany o smaku waniliowym 140g 1 szt (<u>MLE.</u>) Ciasto drożdżowe 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, S02.</u>)	Jogurt brzoskwiowy 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) Ciasto drożdżowe 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, S02.</u>)			Jogurt brzoskwiowy 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)	Serek homogenizowany o smaku waniliowym 140g 1 szt (<u>MLE.</u>) Ciasto drożdżowe 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, S02.</u>)		

Jadłospisy za okres od dnia 2025-06-23 do dnia 2025-06-29 KUCHNIA SIEDLCE

	SIE- Kleikowa rozszerzona	SIE- Dzieci 1-3 lat Podstawowa	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż podstawa	SIE- Bogatoresztkowa	SIE- Bezglutenowa	SIE- Wegetariańska	SIE- Pooperacyjna	SIE- Dzieci 1-3 lat Łatwo strawna	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż łatwostrawna	SIE- Z ogr.subst.pobudz.w ydz.soków żołądkowych	
2025-06-24 wtorek	Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Kleik ryżowy na wodzie 200 g Suchary b/c 30 g <u>(GLU PSZ. SOJ. MLE.)</u>	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g <u>(GLU PSZ.)</u> Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt <u>(MLE.)</u> Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 25 g <u>(SOJ. może zawierać: GLU PSZ. JAJ. MLE. SEL. GOR.)</u> Serek a'la homogenizowany z ziołami 40 g <u>(MLE.)</u> Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g <u>(GLU PSZ. GLU ŻYT.)</u> Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt <u>(MLE.)</u> Serek a'la homogenizowany z ziołami 80 g <u>(MLE.)</u> Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 25 g <u>(SOJ. może zawierać: GLU PSZ. JAJ. MLE. SEL. GOR.)</u> Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 100 g <u>(SEŻ. może zawierać: ORZ.)</u> Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt <u>(MLE.)</u> Serek a'la homogenizowany z ziołami 80 g <u>(MLE.)</u> Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz .parzo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g Ogórek świeży 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g <u>(GLU PSZ. GLU ŻYT.)</u> Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g <u>(GLU PSZ. GLU ŻYT.)</u> Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt <u>(MLE.)</u> Serek a'la homogenizowany z ziołami 80 g <u>(MLE.)</u> Dżem 25 g 1 szt Ogórek świeży 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g <u>(GLU PSZ.)</u> Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt <u>(MLE.)</u> Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 25 g <u>(SOJ. może zawierać: GLU PSZ. JAJ. MLE. SEL. GOR.)</u> Serek a'la homogenizowany z ziołami 80 g <u>(MLE.)</u> Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g <u>(GLU PSZ.)</u> Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt <u>(MLE.)</u> Serek a'la homogenizowany z ziołami 40 g <u>(MLE.)</u> Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 25 g <u>(SOJ. może zawierać: GLU PSZ. JAJ. MLE. SEL. GOR.)</u> Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g <u>(GLU PSZ.)</u> Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g <u>(GLU PSZ. GLU ŻYT.)</u> Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt <u>(MLE.)</u> Serek a'la homogenizowany z ziołami 80 g <u>(MLE.)</u> Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 25 g <u>(SOJ. może zawierać: GLU PSZ. JAJ. MLE. SEL. GOR.)</u> Serek a'la homogenizowany z ziołami 80 g <u>(MLE.)</u> Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g <u>(GLU PSZ.)</u> Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt <u>(MLE.)</u> Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 25 g <u>(SOJ. może zawierać: GLU PSZ. JAJ. MLE. SEL. GOR.)</u> Serek a'la homogenizowany z ziołami 80 g <u>(MLE.)</u> Pomidor b/skórki 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	
	PN	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Mus owocowy 100g-produkt pasteryzowany 1 szt					Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 30 g	Mus owocowy 100g-produkt pasteryzowany 1 szt		
		Wartość energetyczna: 1061.16 kcal; Białko ogółem: 23.08 g; Tłuszcz: 7.81 g; Kw. tł. nasy.: 0.25 g; Węglowodany ogółem: 226.10 g; W tym cukry: 45.55 g; Błonnik pok.: 6.20 g; Sól: 0.73 g; WW: 22.07 Por; : 8.70 %; : 85.23 %; Ener. z T: 6.63 %; Ener. z Bł.: 1.17 %; K: 619.27 mg;	Wartość energetyczna: 1946.28 kcal; Białko ogółem: 83.41 g; Tłuszcz: 52.96 g; Kw. tł. nasy.: 25.91 g; Węglowodany ogółem: 289.39 g; W tym cukry: 99.58 g; Błonnik pok.: 18.19 g; Sól: 4.24 g; WW: 27.27 Por; : 17.14 %; : 59.48 %; Ener. z T: 24.49 %; Ener. z Bł.: 1.87 %; K: 2934.52 mg;	Wartość energetyczna: 2634.05 kcal; Białko ogółem: 124.89 g; Tłuszcz: 65.56 g; Kw. tł. nasy.: 29.82 g; Węglowodany ogółem: 393.69 g; W tym cukry: 107.07 g; Błonnik pok.: 25.75 g; Sól: 6.76 g; WW: 36.93 Por; : 18.97 %; : 59.78 %; Ener. z T: 22.40 %; Ener. z Bł.: 1.96 %; K: 3771.76 mg;	Wartość energetyczna: 2534.59 kcal; Białko ogółem: 120.36 g; Tłuszcz: 66.16 g; Kw. tł. nasy.: 29.64 g; Węglowodany ogółem: 374.02 g; W tym cukry: 115.57 g; Błonnik pok.: 40.67 g; Sól: 6.66 g; WW: 33.48 Por; : 18.99 %; : 59.03 %; Ener. z T: 23.49 %; Ener. z Bł.: 3.21 %; K: 4498.48 mg;	Wartość energetyczna: 2166.09 kcal; Białko ogółem: 92.30 g; Tłuszcz: 59.01 g; Kw. tł. nasy.: 25.22 g; Węglowodany ogółem: 319.16 g; W tym cukry: 87.40 g; Błonnik pok.: 26.10 g; Sól: 4.36 g; WW: 29.21 Por; : 17.04 %; : 58.94 %; Ener. z T: 24.52 %; Ener. z Bł.: 2.41 %; K: 3390.00 mg;	Wartość energetyczna: 2508.21 kcal; Białko ogółem: 82.40 g; Tłuszcz: 87.78 g; Kw. tł. nasy.: 31.77 g; Węglowodany ogółem: 353.07 g; W tym cukry: 101.11 g; Błonnik pok.: 35.31 g; Sól: 6.55 g; WW: 31.92 Por; : 13.14 %; : 56.31 %; Ener. z T: 31.50 %; Ener. z Bł.: 2.82 %; K: 3439.59 mg;	Wartość energetyczna: 2468.05 kcal; Białko ogółem: 119.73 g; Tłuszcz: 57.73 g; Kw. tł. nasy.: 28.13 g; Węglowodany ogółem: 371.03 g; W tym cukry: 113.28 g; Błonnik pok.: 18.51 g; Sól: 5.73 g; WW: 35.35 Por; : 19.41 %; : 60.13 %; Ener. z T: 21.05 %; Ener. z Bł.: 1.50 %; K: 3864.79 mg;	Wartość energetyczna: 1968.78 kcal; Białko ogółem: 83.58 g; Tłuszcz: 52.66 g; Kw. tł. nasy.: 25.91 g; Węglowodany ogółem: 294.00 g; W tym cukry: 102.67 g; Błonnik pok.: 17.90 g; Sól: 4.22 g; WW: 27.74 Por; : 16.98 %; : 59.73 %; Ener. z T: 24.07 %; Ener. z Bł.: 1.82 %; K: 3080.41 mg;	Wartość energetyczna: 2670.58 kcal; Białko ogółem: 125.43 g; Tłuszcz: 64.90 g; Kw. tł. nasy.: 29.82 g; Węglowodany ogółem: 401.12 g; W tym cukry: 111.71 g; Błonnik pok.: 25.33 g; Sól: 6.73 g; WW: 37.68 Por; : 18.79 %; : 60.08 %; Ener. z T: 21.87 %; Ener. z Bł.: 1.90 %; K: 3989.77 mg;	Wartość energetyczna: 2332.30 kcal; Białko ogółem: 115.92 g; Tłuszcz: 54.05 g; Kw. tł. nasy.: 25.79 g; Węglowodany ogółem: 350.66 g; W tym cukry: 95.83 g; Błonnik pok.: 22.63 g; Sól: 5.48 g; WW: 32.87 Por; : 19.88 %; : 60.14 %; Ener. z T: 20.86 %; Ener. z Bł.: 1.94 %; K: 4091.81 mg;

Jadłospisy za okres od dnia 2025-06-23 do dnia 2025-06-29 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- Kleikowa rozszerzona	SIE- Dzieci 1-3 lat Podstawowa	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż podstawa	SIE- Bogatoresztkowa	SIE- Bezglutenowa	SIE- Wegetariańska	SIE- Pooperacyjna	SIE- Dzieci 1-3 lat Łatwo strawna	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż łatwostrawna	SIE- Z ogr.subst.pobudz.w ydz.soków żołądkowych
2025-06-25 środa	Śniadanie	Kleik ryżowy na wodzie 200 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Suchary b/c 30 g <u>(GLU PSZ, SOJ, MLE.)</u>	Makaron na mleku 250 ml <u>(GLU PSZ, MLE.)</u> Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g <u>(GLU PSZ.)</u> Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt <u>(MLE.)</u> Ser żółty 25 g <u>(MLE.)</u> Szynka zielonogórska- wp. parzona 25 g <u>(SOJ.)</u> Pomidor 80 g Mix sałat 20 g	Makaron na mleku 300 ml <u>(GLU PSZ, MLE.)</u> Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g <u>(GLU PSZ.)</u> Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g <u>(GLU PSZ, GLU ŻYT.)</u> Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt <u>(MLE.)</u> Ser żółty 25 g <u>(MLE.)</u> Szynka zielonogórska- wp. parzona 50 g <u>(SOJ.)</u> Ser żółty 25 g <u>(MLE.)</u> Szynka zielonogórska- wp. parzona 50 g <u>(SOJ.)</u> Pomidor 80 g Mix sałat 20 g	Makaron na mleku 300 ml <u>(GLU PSZ, MLE.)</u> Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g <u>(GLU PSZ, GLU ŻYT.)</u> Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt <u>(MLE.)</u> Ser żółty 25 g <u>(MLE.)</u> Szynka zielonogórska- wp. parzona 50 g <u>(SOJ.)</u> Ser żółty 25 g <u>(MLE.)</u> Pomidor 80 g Mix sałat 20 g	Kasza jaglana na mleku 300 ml <u>(MLE.)</u> Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 100 g <u>(SEŻ, może zawierać: ORŻ.)</u> Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt <u>(MLE.)</u> Ser żółty 25 g <u>(MLE.)</u> Szynka zielonogórska- wp. parzona 50 g <u>(SOJ.)</u> Pomidor 80 g Jabłko 150 g Mix sałat 20 g	Makaron na mleku 300 ml <u>(GLU PSZ, MLE.)</u> Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g <u>(GLU PSZ, GLU ŻYT.)</u> Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g <u>(GLU PSZ, GLU ŻYT.)</u> Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt <u>(MLE.)</u> Ser żółty 50 g <u>(MLE.)</u> Dżem 25 g 1 szt Pomidor 80 g Jabłko 150 g Mix sałat 20 g	Ryż na mleku 300 ml <u>(MLE.)</u> Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g <u>(GLU PSZ.)</u> Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt <u>(MLE.)</u> Szynka zielonogórska- wp. parzona 50 g <u>(SOJ.)</u> Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 25 g <u>(SOJ.)</u>	Makaron na mleku 250 ml <u>(GLU PSZ, MLE.)</u> Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g <u>(GLU PSZ.)</u> Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt <u>(MLE.)</u> Szynka zielonogórska- wp. parzona 25 g <u>(SOJ.)</u> Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 25 g <u>(SOJ.)</u> Pomidor 80 g Mix sałat 20 g	Makaron na mleku 300 ml <u>(GLU PSZ, MLE.)</u> Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g <u>(GLU PSZ.)</u> Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g <u>(GLU PSZ, GLU ŻYT.)</u> Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt <u>(MLE.)</u> Szynka zielonogórska- wp. parzona 50 g <u>(SOJ.)</u> Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 25 g <u>(SOJ.)</u> Pomidor 80 g Mix sałat 20 g	Makaron na mleku 300 ml <u>(GLU PSZ, MLE.)</u> Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g <u>(GLU PSZ.)</u> Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt <u>(MLE.)</u> Szynka zielonogórska- wp. parzona 50 g <u>(SOJ.)</u> Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 25 g <u>(SOJ.)</u> Pomidor b/skórki 80 g Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Mix sałat 20 g
	II ŚN	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Suchary b/c 15 g <u>(GLU PSZ, SOJ, MLE.)</u> Kleik ryżowy na wodzie 200 g	Jabłko 150 g						Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Jabłko pieczone 150 g	

Jadłospisy za okres od dnia 2025-06-23 do dnia 2025-06-29 KUCHNIA SIEDLCE

	SIE- Kleikowa rozszerzona	SIE- Dzieci 1-3 lat Podstawowa	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż podstawa	SIE- Bogatoreszkowa	SIE- Bezglutenowa	SIE- Wegetariańska	SIE- Pooperacyjna	SIE- Dzieci 1-3 lat Łatwo strawna	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż łatwostrawna	SIE- Z ogr.subst.pobudz.w ydz.soków żołądkowych
Obiad	Grysikowa () 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Grysikowa () 250 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki młode gotowane () 90 g Zrazik drobiowy z udźca pieczony mielony 50 g (<u>GLUPSZ, JAJ.</u>) Sos jarzynowy () 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 100 g Brokuł gotowany* 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Grysikowa () 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki młode gotowane () 180 g Kotlet mielony drobiowy 100 g (<u>GLUPSZ, JAJ.</u>) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 100 g Brokuł gotowany* 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Grysikowa () 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki młode gotowane () 180 g Kotlet mielony drobiowy 100 g (<u>GLUPSZ, JAJ.</u>) Brokuł gotowany* 100 g Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Ryżowa () 300 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Ziemniaki młode gotowane () 180 g Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony (bez glutenu) 100 g (<u>JAJ.</u>) Sos jarzynowy (bez glutenu) () 80 ml (<u>SEL.</u>) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 100 g Brokuł gotowany* 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Grysikowa () 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki młode gotowane () 180 g Kotlety gryczane z ciecierz. () 300 g (<u>GLUPSZ.</u>) Sos jarzynowy () 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 100 g Brokuł gotowany* 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Grysikowa () 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki młode gotowane () 180 g Zrazik drobiowy z udźca pieczony mielony 100 g (<u>GLUPSZ, JAJ.</u>) Sos jarzynowy () 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 100 g Brokuł gotowany* 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Grysikowa () 250 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki młode gotowane () 90 g Zrazik drobiowy z udźca pieczony mielony 50 g (<u>GLUPSZ, JAJ.</u>) Sos jarzynowy () 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 50 g Brokuł gotowany* 50 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Grysikowa () 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki młode gotowane () 180 g Zrazik drobiowy z udźca pieczony mielony 100 g (<u>GLUPSZ, JAJ.</u>) Sos jarzynowy () 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 100 g Brokuł gotowany* 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Grysikowa () 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki młode gotowane () 180 g Zrazik drobiowy z udźca pieczony mielony 100 g (<u>GLUPSZ, JAJ.</u>) Sos jarzynowy () 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 100 g Brokuł gotowany* 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml
PD	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Suchary b/c 15 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u>) Kleik ryżowy na wodzie 200 g	Budyń o smaku waniliowym z/c 200 ml (<u>MLE.</u>)					Budyń o smaku waniliowym z/c 200 ml (<u>MLE.</u>)			
Kolacja	Kleik ryżowy na wodzie 200 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Suchary b/c 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u>)	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Połędwica Sopotcka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 25 g (<u>SOJ.</u>) Paszтет z soczewicy () 40 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Pomidorki koktajlowe 80 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Paszтет z soczewicy () 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Połędwica Sopotcka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 25 g (<u>SOJ.</u>) Pomidorki koktajlowe 80 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Chleb razowy pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Miód (25g) 1 szt Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Pomidorki koktajlowe 80 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Chleb bezglutenowy 100 g (<u>SEZ, może zawierać: ORZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Miód (25g) 1 szt Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Pomidorki koktajlowe 80 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Paszтет z soczewicy () 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Sałata zielona 20 g Pomidorki koktajlowe 80 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Połędwica Sopotcka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g (<u>SOJ.</u>) Miód (25g) 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Połędwica Sopotcka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 25 g (<u>SOJ.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Połędwica Sopotcka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Połędwica Sopotcka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 25 g (<u>SOJ.</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Miód (25g) 1 szt Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Sałata zielona 20 g Pomidorki koktajlowe 80 g

Jadłospisy za okres od dnia 2025-06-23 do dnia 2025-06-29 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- Kleikowa rozszerzona	SIE- Dzieci 1-3 lat Podstawowa	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż podstawa	SIE- Bogatoreszkowa	SIE- Bezglutenowa	SIE- Wegetariańska	SIE- Pooperacyjna	SIE- Dzieci 1-3 lat Łatwo strawna	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż łatwostrawna	SIE- Z ogr.subst.pobudz.w ydz.soków żołądkowych
2025-06-25 środa	PN	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Mleko Smakowe UHT 1,5% tł 0,2l 1 szt (<u>MLE.</u>) Biszkopty 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JĘCZ.</u>)			Mleko Smakowe UHT 1,5% tł 0,2l 1 szt (<u>MLE.</u>) Wafle ryżowe 30 g	Mleko Smakowe UHT 1,5% tł 0,2l 1 szt (<u>MLE.</u>) Biszkopty 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JĘCZ.</u>)	Biszkopty 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JĘCZ.</u>)	Mleko Smakowe UHT 1,5% tł 0,2l 1 szt (<u>MLE.</u>) Biszkopty 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JĘCZ.</u>)		
		Wartość energetyczna: 1067.54 kcal; Białko ogółem: 23.42 g; Tłuszcz: 7.96 g; Kw. tł. nasy.: 0.25 g; Węglowodany ogółem: 226.17 g; W tym cukry: 44.06 g; Błonnik pok.: 4.93 g; Sól: 0.64 g; WW: 22.20 Por; : 8.77 %; : 84.74 %; Ener. z T: 6.71 %; Ener. z Bł.: 0.92 %; K: 271.37 mg;	Wartość energetyczna: 1933.78 kcal; Białko ogółem: 73.99 g; Tłuszcz: 61.56 g; Kw. tł. nasy.: 26.40 g; Węglowodany ogółem: 286.69 g; W tym cukry: 101.57 g; Błonnik pok.: 17.57 g; Sól: 4.84 g; WW: 26.94 Por; : 15.30 %; : 59.30 %; Ener. z T: 28.65 %; Ener. z Bł.: 1.82 %; K: 2861.84 mg;	Wartość energetyczna: 2817.74 kcal; Białko ogółem: 109.94 g; Tłuszcz: 91.22 g; Kw. tł. nasy.: 30.34 g; Węglowodany ogółem: 409.76 g; W tym cukry: 110.58 g; Błonnik pok.: 31.09 g; Sól: 7.84 g; WW: 37.87 Por; : 15.61 %; : 58.17 %; Ener. z T: 29.14 %; Ener. z Bł.: 2.21 %; K: 4289.94 mg;	Wartość energetyczna: 2751.32 kcal; Białko ogółem: 108.94 g; Tłuszcz: 91.22 g; Kw. tł. nasy.: 30.37 g; Węglowodany ogółem: 396.23 g; W tym cukry: 102.70 g; Błonnik pok.: 35.14 g; Sól: 8.26 g; WW: 36.12 Por; : 15.84 %; : 57.60 %; Ener. z T: 29.84 %; Ener. z Bł.: 2.55 %; K: 4453.27 mg;	Wartość energetyczna: 2216.22 kcal; Białko ogółem: 81.77 g; Tłuszcz: 66.71 g; Kw. tł. nasy.: 26.52 g; Węglowodany ogółem: 327.47 g; W tym cukry: 74.59 g; Błonnik pok.: 26.00 g; Sól: 4.30 g; WW: 30.02 Por; : 14.76 %; : 59.10 %; Ener. z T: 27.09 %; Ener. z Bł.: 2.35 %; K: 3529.71 mg;	Wartość energetyczna: 3066.16 kcal; Białko ogółem: 97.58 g; Tłuszcz: 120.91 g; Kw. tł. nasy.: 34.09 g; Węglowodany ogółem: 420.82 g; W tym cukry: 97.36 g; Błonnik pok.: 42.61 g; Sól: 6.59 g; WW: 37.78 Por; : 12.73 %; : 54.90 %; Ener. z T: 35.49 %; Ener. z Bł.: 2.78 %; K: 3404.78 mg;	Wartość energetyczna: 2218.87 kcal; Białko ogółem: 89.75 g; Tłuszcz: 55.72 g; Kw. tł. nasy.: 21.06 g; Węglowodany ogółem: 355.63 g; W tym cukry: 100.04 g; Błonnik pok.: 18.46 g; Sól: 7.69 g; WW: 33.70 Por; : 16.18 %; : 64.11 %; Ener. z T: 22.60 %; Ener. z Bł.: 1.66 %; K: 3269.32 mg;	Wartość energetyczna: 1782.08 kcal; Białko ogółem: 71.77 g; Tłuszcz: 52.45 g; Kw. tł. nasy.: 22.22 g; Węglowodany ogółem: 270.22 g; W tym cukry: 100.68 g; Błonnik pok.: 15.10 g; Sól: 5.04 g; WW: 25.51 Por; : 16.11 %; : 60.65 %; Ener. z T: 26.49 %; Ener. z Bł.: 1.69 %; K: 2713.05 mg;	Wartość energetyczna: 2407.43 kcal; Białko ogółem: 98.49 g; Tłuszcz: 68.25 g; Kw. tł. nasy.: 24.94 g; Węglowodany ogółem: 367.60 g; W tym cukry: 108.41 g; Błonnik pok.: 23.04 g; Sól: 8.02 g; WW: 34.42 Por; : 16.36 %; : 61.08 %; Ener. z T: 25.52 %; Ener. z Bł.: 1.91 %; K: 3788.83 mg;	Wartość energetyczna: 2184.12 kcal; Białko ogółem: 89.53 g; Tłuszcz: 54.70 g; Kw. tł. nasy.: 20.93 g; Węglowodany ogółem: 346.67 g; W tym cukry: 84.72 g; Błonnik pok.: 20.86 g; Sól: 7.75 g; WW: 32.58 Por; : 16.40 %; : 63.49 %; Ener. z T: 22.54 %; Ener. z Bł.: 1.91 %; K: 3453.79 mg;

Jadłospisy za okres od dnia 2025-06-23 do dnia 2025-06-29 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- Kleikowa rozszerzona	SIE- Dzieci 1-3 lat Podstawowa	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż podstawa	SIE- Bogatoresztkowa	SIE- Bezglutenowa	SIE- Wegetariańska	SIE- Pooperacyjna	SIE- Dzieci 1-3 lat Łatwo strawna	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż łatwostrawna	SIE- Z ogr.subst.pobudz.w ydz.soków żołądkowych
2025-06-26 czwartek	Śniadanie	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Kleik ryżowy na wodzie 200 g Suchary b/c 30 g <u>(GLU PSZ, SOJ, MLE.)</u>	Płatki owsiane na mleku 250 ml <u>(MLE, GLU OW.)</u> Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt <u>(GLU PSZ, GLU ZYT.)</u> Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt <u>(MLE.)</u> Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz .parzo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt <u>(MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE.)</u> Papryka świeża 80 g Sałata lodowa 20 g	Płatki owsiane na mleku 300 ml <u>(MLE, GLU OW.)</u> Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bułka graham-pszenna 50g 1 szt <u>(GLU PSZ, GLU ZYT.)</u> Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g <u>(GLU PSZ, GLU ZYT.)</u> Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt <u>(MLE.)</u> Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz .parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt <u>(MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE.)</u> Papryka świeża 80 g Sałata lodowa 20 g	Płatki owsiane na mleku 300 ml <u>(MLE, GLU OW.)</u> Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g <u>(GLU PSZ, GLU ZYT.)</u> Bułka graham-pszenna 50g 1 szt <u>(GLU PSZ.)</u> Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt <u>(MLE.)</u> Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz .parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt <u>(MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE.)</u> Papryka świeża 80 g Sałata lodowa 20 g	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml <u>(MLE.)</u> Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 100 g <u>(SEZ, może zawierać: ORZ.)</u> Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt <u>(MLE.)</u> Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz .parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt <u>(MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE.)</u> Papryka świeża 80 g Sałata lodowa 20 g Banan 150 g	Płatki owsiane na mleku 300 ml <u>(MLE, GLU OW.)</u> Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g <u>(GLU PSZ, GLU ZYT.)</u> Bułka graham-pszenna 50g 1 szt <u>(GLU PSZ.)</u> Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt <u>(MLE.)</u> Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz .parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt <u>(MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE.)</u> Papryka świeża 80 g Sałata lodowa 20 g Banan 150 g	Płatki owsiane na mleku 300 ml <u>(MLE, GLU OW.)</u> Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt <u>(GLU PSZ, GLU ZYT.)</u> Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt <u>(MLE.)</u> Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz .parzo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt <u>(MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE.)</u> Sałata lodowa 20 g Pomidor 80 g	Płatki owsiane na mleku 300 ml <u>(MLE, GLU OW.)</u> Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt <u>(GLU PSZ, GLU ZYT.)</u> Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt <u>(MLE.)</u> Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz .parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt <u>(MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE.)</u> Sałata lodowa 20 g Pomidor 80 g	Płatki owsiane na mleku 300 ml <u>(MLE, GLU OW.)</u> Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt <u>(GLU PSZ, GLU ZYT.)</u> Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt <u>(MLE.)</u> Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz .parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt <u>(MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE.)</u> Pomidor b/skórki 80 g Sałata lodowa 20 g Banan 150 g	
	II ŚN	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Suchary b/c 15 g <u>(GLU PSZ, SOJ, MLE.)</u> Kleik ryżowy na wodzie 200 g	Banan 150 g					Banan 150 g			

Jadłospisy za okres od dnia 2025-06-23 do dnia 2025-06-29 KUCHNIA SIEDLCE

	SIE- Kleikowa rozszerzona	SIE- Dzieci 1-3 lat Podstawowa	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż podstawa	SIE- Bogatoresztkowa	SIE- Bezglutenowa	SIE- Wegetariańska	SIE- Pooperacyjna	SIE- Dzieci 1-3 lat Łatwo strawna	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż łatwostrawna	SIE- Z ogr.subst.pobudz.w ydz.soków żołądkowych
2025-06-26 czwartek	Obiad	Ziemniaczana (bez mleka) () 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Barszcz biały z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT.) Risotto (ryż brązowy) z mięsem wieprzowym i warzywami () 300 g (SEL.) Seler z pietruszką gotowany z olejem () 100 g (GLU PSZ, SEL.) Sałata zielona z jogurtem 60 g (MLE.) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Barszcz biały z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT.) Risotto (ryż brązowy) z mięsem wieprzowym i warzywami () 300 g (SEL.) Seler z pietruszką gotowany z olejem () (bez glutenu) 100 g (SEL.) Sałata zielona z jogurtem 60 g (MLE.) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Ziemniaczana (bez glutenu) () 300 ml (MLE, SEL.) Risotto (ryż brązowy) z mięsem wieprzowym i warzywami () 300 g (SEL.) Seler z pietruszką gotowany z olejem () (bez glutenu) 100 g (SEL.) Sałata zielona z jogurtem 60 g (MLE.) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Barszcz biały z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT.) Risotto (ryż brązowy) wegetariańskie* 300 g (SEL.) Seler z pietruszką gotowany z olejem () 100 g (GLU PSZ, SEL.) Sałata zielona z jogurtem 60 g (MLE.) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Ziemniaczana () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryż na sypko 180 g Sos własny () 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Pulpet wieprzowy 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Seler z pietruszką gotowany z olejem () 200 g (GLU PSZ, SEL.) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Ziemniaczana () 250 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Risotto z mięsem wieprzowym i warzywami () 150 g (SEL.) Seler z pietruszką gotowany z olejem () 50 g (GLU PSZ, SEL.) Sałata zielona z jogurtem 30 g (MLE.) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Ziemniaczana () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Risotto z mięsem wieprzowym i warzywami () 300 g (SEL.) Seler z pietruszką gotowany z olejem () 100 g (GLU PSZ, SEL.) Sałata zielona z jogurtem 60 g (MLE.) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Ziemniaczana () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Risotto z mięsem wieprzowym i warzywami () 300 g (SEL.) Seler z pietruszką gotowany z olejem () 200 g (GLU PSZ, SEL.) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml
	PD	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Suchary b/c 15 g (GLU PSZ, SOJ, MLE.) Kleik ryżowy na wodzie 200 g	Maślanka truskawkowa 150 ml (MLE.) Herbatniki 30 g (GLU PSZ, SOJ, MLE.)				Maślanka truskawkowa 150 ml (MLE.)	Maślanka truskawkowa 100 ml (MLE.) Herbatniki 30 g (GLU PSZ, SOJ, MLE.)	Maślanka truskawkowa 150 ml (MLE.) Herbatniki 30 g (GLU PSZ, SOJ, MLE.)	

Jadłospisy za okres od dnia 2025-06-23 do dnia 2025-06-29 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- Kleikowa rozszerzona	SIE- Dzieci 1-3 lat Podstawowa	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż. podstawa	SIE- Bogatoresztkowa	SIE- Bezglutenowa	SIE- Wegetariańska	SIE- Pooperacyjna	SIE- Dzieci 1-3 lat Łatwo strawna	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż. łatwostrawna	SIE- Z ogr.subst.pobudz.w ydz.soków żołądkowych
2025-06-26 czwartek	Kolacja	Kleik ryżowy na wodzie 200 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Suchary b/c 30 g (GLU PSZ, SOJ, MLE,)	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Pierogi z serem* 200 g (GLU PSZ, MLE,) Mus z truskawek* 50 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Pierogi z serem* 300 g (GLU PSZ, MLE,) Mus z truskawek* 100 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Makaron z serem 300 g (GLU PSZ, MLE,) Mus z truskawek* 100 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Makaron bezglutenowy z serem 300 g (MLE,) Mus z truskawek* 100 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Makaron z serem 300 g (GLU PSZ, MLE,) Mus z truskawek* 100 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ, MLE,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Szynka Delikatesowa z kurczaka produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 25 g Twarożek 80 g (MLE,)	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Pierogi z serem* 200 g (GLU PSZ, MLE,) Mus z truskawek* 50 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Pierogi z serem* 300 g (GLU PSZ, MLE,) Mus z truskawek* 100 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Makaron z serem 300 g (GLU PSZ, MLE,) Mus z truskawek* 100 g
	PN	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Bułka maślana 1 szt 1 szt (GLU PSZ, JAJ, MLE,)			Mus- przecier owocowy jabłko 100g (tubka) 1 szt	Bułka maślana 1 szt 1 szt (GLU PSZ, JAJ, MLE,)				
		Wartość energetyczna: 1139.04 kcal; Białko ogółem: 24.68 g; Tłuszcz: 7.87 g; Kw. tł. nasy.: 0.24 g; Węglowodany ogółem: 244.19 g; W tym cukry: 44.54 g; Błonnik pok.: 7.01 g; Sól: 0.67 g; WW: 23.82 Por; : 8.67 %; : 85.75 %; Ener. z T: 6.22 %; Ener. z Bł.: 1.23 %; K: 1040.31 mg;	Wartość energetyczna: 2343.79 kcal; Białko ogółem: 84.48 g; Tłuszcz: 57.11 g; Kw. tł. nasy.: 21.36 g; Węglowodany ogółem: 377.83 g; W tym cukry: 105.85 g; Błonnik pok.: 28.66 g; Sól: 4.17 g; WW: 35.01 Por; : 14.42 %; : 64.48 %; Ener. z T: 21.93 %; Ener. z Bł.: 2.45 %; K: 3111.10 mg;	Wartość energetyczna: 3049.62 kcal; Białko ogółem: 118.60 g; Tłuszcz: 72.52 g; Kw. tł. nasy.: 25.70 g; Węglowodany ogółem: 489.12 g; W tym cukry: 119.80 g; Błonnik pok.: 43.17 g; Sól: 6.24 g; WW: 44.66 Por; : 15.56 %; : 64.15 %; Ener. z T: 21.40 %; Ener. z Bł.: 2.83 %; K: 4077.00 mg;	Wartość energetyczna: 2796.03 kcal; Białko ogółem: 110.32 g; Tłuszcz: 68.56 g; Kw. tł. nasy.: 25.16 g; Węglowodany ogółem: 450.02 g; W tym cukry: 122.23 g; Błonnik pok.: 40.83 g; Sól: 5.97 g; WW: 41.14 Por; : 15.78 %; : 64.38 %; Ener. z T: 22.07 %; Ener. z Bł.: 2.92 %; K: 4447.22 mg;	Wartość energetyczna: 2313.56 kcal; Białko ogółem: 81.24 g; Tłuszcz: 58.63 g; Kw. tł. nasy.: 20.49 g; Węglowodany ogółem: 373.73 g; W tym cukry: 123.69 g; Błonnik pok.: 33.94 g; Sól: 3.45 g; WW: 34.12 Por; : 14.05 %; : 66.58 %; Ener. z T: 22.81 %; Ener. z Bł.: 2.93 %; K: 3833.69 mg;	Wartość energetyczna: 2565.68 kcal; Białko ogółem: 82.76 g; Tłuszcz: 64.40 g; Kw. tł. nasy.: 20.97 g; Węglowodany ogółem: 427.03 g; W tym cukry: 121.78 g; Błonnik pok.: 38.81 g; Sól: 5.27 g; WW: 39.01 Por; : 12.90 %; : 66.58 %; Ener. z T: 22.59 %; Ener. z Bł.: 3.03 %; K: 4014.28 mg;	Wartość energetyczna: 2733.18 kcal; Białko ogółem: 112.68 g; Tłuszcz: 68.69 g; Kw. tł. nasy.: 29.40 g; Węglowodany ogółem: 429.71 g; W tym cukry: 97.08 g; Błonnik pok.: 27.84 g; Sól: 7.25 g; WW: 40.32 Por; : 16.49 %; : 62.89 %; Ener. z T: 22.62 %; Ener. z Bł.: 2.04 %; K: 3821.13 mg;	Wartość energetyczna: 2244.39 kcal; Białko ogółem: 79.84 g; Tłuszcz: 52.68 g; Kw. tł. nasy.: 20.04 g; Węglowodany ogółem: 368.08 g; W tym cukry: 102.26 g; Błonnik pok.: 23.51 g; Sól: 4.11 g; WW: 34.54 Por; : 14.23 %; : 65.60 %; Ener. z T: 21.12 %; Ener. z Bł.: 2.09 %; K: 2899.47 mg;	Wartość energetyczna: 3062.59 kcal; Białko ogółem: 117.90 g; Tłuszcz: 71.73 g; Kw. tł. nasy.: 24.86 g; Węglowodany ogółem: 494.31 g; W tym cukry: 115.30 g; Błonnik pok.: 34.94 g; Sól: 6.35 g; WW: 46.01 Por; : 15.40 %; : 64.56 %; Ener. z T: 21.08 %; Ener. z Bł.: 2.28 %; K: 3835.20 mg;	Wartość energetyczna: 2660.99 kcal; Białko ogółem: 104.36 g; Tłuszcz: 63.30 g; Kw. tł. nasy.: 22.25 g; Węglowodany ogółem: 434.86 g; W tym cukry: 120.85 g; Błonnik pok.: 33.63 g; Sól: 5.53 g; WW: 40.29 Por; : 15.69 %; : 65.37 %; Ener. z T: 21.41 %; Ener. z Bł.: 2.53 %; K: 4409.20 mg;

Jadłospisy za okres od dnia 2025-06-23 do dnia 2025-06-29 KUCHNIA SIEDLCE

	SIE- Kleikowa rozszerzona	SIE- Dzieci 1-3 lat Podstawowa	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż podstawa	SIE- Bogatoreszkowa	SIE- Bezglutenowa	SIE- Wegetariańska	SIE- Pooperacyjna	SIE- Dzieci 1-3 lat Łatwo strawna	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż łatwostrawna	SIE- Z ogr.subst.pobudz.w ydz.soków żołądkowych
2025-06-27 piątek	Śniadanie	Kleik ryżowy na wodzie 200 g Suchary b/c 30 g (GLU PSZ, SOJ, MLE) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Płatki kukurydżiane na mleku 250 ml (MLE) Kakao z mlekiem z/c 250 ml (MLE) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Serek wiejski lekki 3% tł 150g 1 szt (MLE) Dżem 25 g 1 szt Kielki rzodkiewki 20 g Pomidor 80 g	Płatki kukurydżiane na mleku 300 ml (MLE) Kakao z mlekiem z/c 250 ml (MLE) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Serek wiejski lekki 3% tł 150g 1 szt (MLE) Dżem 25 g 1 szt Kielki rzodkiewki 20 g Pomidor 80 g	Kasza manna na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ) Chleb razowy żytnio-pszen 100 g (GLU PSZ, GLU ZYT) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Serek wiejski lekki 3% tł 150g 1 szt (MLE) Dżem 25 g 1 szt Kielki rzodkiewki 20 g Pomidor 80 g Arbuz 100 g	Płatki kukurydżiane na mleku 300 ml (MLE) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT) Chleb razowy żytnio-pszen 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Serek wiejski lekki 3% tł 150g 1 szt (MLE) Dżem 25 g 1 szt Pomidor 80 g Arbuz 100 g	Kasza manna na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Serek wiejski lekki 3% tł 150g 1 szt (MLE) Dżem 25 g 1 szt	Płatki kukurydżiane na mleku 250 ml (MLE) Kakao z mlekiem z/c 250 ml (MLE) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Serek wiejski lekki 3% tł 150g 1 szt (MLE) Dżem 25 g 1 szt Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g	Płatki kukurydżiane na mleku 300 ml (MLE) Kakao z mlekiem z/c 250 ml (MLE) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Serek wiejski lekki 3% tł 150g 1 szt (MLE) Dżem 25 g 1 szt Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g	Kasza manna na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Serek wiejski lekki 3% tł 150g 1 szt (MLE) Dżem 25 g 1 szt Pomidor b/skórki 80 g Sałata zielona 20 g Mus- przecier owocowy jabłko 100g (tubka) 1 szt
	II ŚN	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Suchary b/c 15 g (GLU PSZ, SOJ, MLE) Kleik ryżowy na wodzie 200 g	Arbuz 100 g				Jabłko pieczone 150 g	Mus- przecier owocowy jabłko 100g (tubka) 1 szt		
2025-06-27 piątek	Obiad	Grysikowa () 300 ml (GLU PSZ, SEL) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Zupa wiosenna z cukinią i makaronem () 250 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Ziemniaki młode gotowane () 90 g Łosoś pieczony 60 g (RYB) Sos cytrynowy 80 ml (GLU PSZ, MLE) Surówka z kapusty czerwonej z olejem 100 g Szosin gotowany z olejem* 100 g (GLU PSZ) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Zupa wiosenna z cukinią i makaronem () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Ziemniaki młode gotowane () 180 g Łosoś pieczony 120 g (RYB) Sos cytrynowy 80 ml (GLU PSZ, MLE) Surówka z kapusty czerwonej z olejem 100 g Szosin gotowany z olejem* 100 g (GLU PSZ) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Zupa wiosenna z cukinią i makaronem () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Ziemniaki młode gotowane () 180 g Łosoś pieczony 120 g (RYB) Sos cytrynowy 80 ml (GLU PSZ, MLE) Surówka z kapusty czerwonej z olejem 100 g Szosin gotowany z olejem* 100 g (GLU PSZ) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Zupa wiosenna z cukinią i makaronem () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Ziemniaki młode gotowane () 180 g Łosoś pieczony 120 g (RYB) Sos cytrynowy 80 ml (GLU PSZ, MLE) Surówka z kapusty czerwonej z olejem 100 g Szosin gotowany z olejem* 100 g (GLU PSZ) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Zupa wiosenna z cukinią i makaronem () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Ziemniaki młode gotowane () 180 g Łosoś pieczony 120 g (RYB) Sos cytrynowy 80 ml (GLU PSZ, MLE) Surówka z kapusty czerwonej z olejem 100 g Szosin gotowany z olejem* 100 g (GLU PSZ) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Zupa wiosenna z cukinią i makaronem () 250 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Ziemniaki młode gotowane () 90 g Łosoś pieczony 60 g (RYB) Sos cytrynowy 40 ml (GLU PSZ, MLE) Szosin gotowany z olejem* 100 g (GLU PSZ) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 50 g (SEL) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Zupa wiosenna z cukinią i makaronem () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Ziemniaki młode gotowane () 180 g Łosoś pieczony 120 g (RYB) Sos cytrynowy 80 ml (GLU PSZ, MLE) Szosin gotowany z olejem* 100 g (GLU PSZ) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 100 g (SEL) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Zupa wiosenna z cukinią i makaronem () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Ziemniaki młode gotowane () 180 g Łosoś pieczony 120 g (RYB) Sos cytrynowy 80 ml (GLU PSZ, MLE) Szosin gotowany z olejem* 100 g (GLU PSZ) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g (SEL) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml

Jadłospisy za okres od dnia 2025-06-23 do dnia 2025-06-29 KUCHNIA SIEDLCE

	SIE- Kleikowa rozszerzona	SIE- Dzieci 1-3 lat Podstawowa	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż podstawa	SIE- Bogatoreszkowa	SIE- Bezglutenowa	SIE- Wegetariańska	SIE- Pooperacyjna	SIE- Dzieci 1-3 lat Łatwo strawna	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż łatwostrawna	SIE- Z ogr.subst.pobudz.w ydz.soków żołądkowych
2025-06-27 piątek	PD	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Suchary b/c 15 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u>) Kleik ryżowy na wodzie 200 g				Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (<u>MLE</u>)				
	Kolacja	Kleik ryżowy na wodzie 200 g Suchary b/c 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u>) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>) Miód (25g) 1 szt Ogórek świeży 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>) Hummus 50 g (<u>SEZ</u>) Ogórek świeży 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 100 g (<u>SEZ, może zawierać: ORZ</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>) Hummus 50 g (<u>SEZ</u>) Ogórek świeży 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>) Hummus 50 g (<u>SEZ</u>) Ogórek świeży 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Twaróg półtłusty 100 g (<u>MLE</u>) Miód (25g) 1 szt Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>) Miód (25g) 1 szt Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>) Miód (25g) 1 szt Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalanej 50 g (<u>SOJ, SEL</u>) Miód (25g) 1 szt Pomidor b/skórki 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PN	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 30 g				Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 30 g	Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 30 g		

Jadłospisy za okres od dnia 2025-06-23 do dnia 2025-06-29 KUCHNIA SIEDLCE

	SIE- Kleikowa rozszerzona	SIE- Dzieci 1-3 lat Podstawowa	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż. podstawa	SIE- Bogatoresztkowa	SIE- Bezglutenowa	SIE- Wegetariańska	SIE- Pooperacyjna	SIE- Dzieci 1-3 lat Łatwo strawna	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż. łatwostrawna	SIE- Z ogr.subst.pobudz.w ydz.soków żołądkowych
2025-06-27 piątek	Wartość energetyczna: 1067.54 kcal; Białko ogółem: 23.52 g; Tłuszcz: 7.96 g; Kw. tł. nasy.: 0.25 g; Węglowodany ogółem: 226.17 g; W tym cukry: 44.06 g; Błonnik pok.: 4.93 g; Sól: 0.67 g; WW: 22.20 Por; : 8.81 %; : 84.74 %; Ener. z T: 6.71 %; Ener. z Bł.: 0.92 %; K: 287.24 mg;	Wartość energetyczna: 1970.16 kcal; Białko ogółem: 87.14 g; Tłuszcz: 53.41 g; Kw. tł. nasy.: 21.84 g; Węglowodany ogółem: 294.36 g; W tym cukry: 131.13 g; Błonnik pok.: 14.69 g; Sól: 4.50 g; WW: 28.06 Por; : 17.69 %; : 59.76 %; Ener. z T: 24.40 %; Ener. z Bł.: 1.49 %; K: 3180.24 mg;	Wartość energetyczna: 2507.87 kcal; Białko ogółem: 115.33 g; Tłuszcz: 61.48 g; Kw. tł. nasy.: 23.32 g; Węglowodany ogółem: 385.27 g; W tym cukry: 138.63 g; Błonnik pok.: 21.59 g; Sól: 6.59 g; WW: 36.46 Por; : 18.39 %; : 61.45 %; Ener. z T: 22.06 %; Ener. z Bł.: 1.72 %; K: 4270.00 mg;	Wartość energetyczna: 2479.20 kcal; Białko ogółem: 115.39 g; Tłuszcz: 74.25 g; Kw. tł. nasy.: 23.58 g; Węglowodany ogółem: 354.48 g; W tym cukry: 134.45 g; Błonnik pok.: 32.12 g; Sól: 6.71 g; WW: 32.36 Por; : 18.62 %; : 57.19 %; Ener. z T: 26.95 %; Ener. z Bł.: 2.59 %; K: 4577.84 mg;	Wartość energetyczna: 2292.53 kcal; Białko ogółem: 93.12 g; Tłuszcz: 70.18 g; Kw. tł. nasy.: 19.17 g; Węglowodany ogółem: 324.43 g; W tym cukry: 103.75 g; Błonnik pok.: 21.57 g; Sól: 4.48 g; WW: 30.25 Por; : 16.25 %; : 56.61 %; Ener. z T: 27.55 %; Ener. z Bł.: 1.88 %; K: 3506.99 mg;	Wartość energetyczna: 2397.20 kcal; Białko ogółem: 107.84 g; Tłuszcz: 69.90 g; Kw. tł. nasy.: 21.18 g; Węglowodany ogółem: 343.58 g; W tym cukry: 109.90 g; Błonnik pok.: 24.02 g; Sól: 7.25 g; WW: 32.01 Por; : 17.99 %; : 57.33 %; Ener. z T: 26.24 %; Ener. z Bł.: 2.00 %; K: 3958.84 mg;	Wartość energetyczna: 2339.25 kcal; Białko ogółem: 118.02 g; Tłuszcz: 58.80 g; Kw. tł. nasy.: 21.56 g; Węglowodany ogółem: 347.55 g; W tym cukry: 107.68 g; Błonnik pok.: 21.16 g; Sól: 5.53 g; WW: 32.85 Por; : 20.18 %; : 59.43 %; Ener. z T: 22.62 %; Ener. z Bł.: 1.81 %; K: 3674.95 mg;	Wartość energetyczna: 1926.19 kcal; Białko ogółem: 84.37 g; Tłuszcz: 51.67 g; Kw. tł. nasy.: 21.86 g; Węglowodany ogółem: 289.12 g; W tym cukry: 129.63 g; Błonnik pok.: 14.23 g; Sól: 4.44 g; WW: 27.67 Por; : 17.52 %; : 60.04 %; Ener. z T: 24.14 %; Ener. z Bł.: 1.48 %; K: 2993.28 mg;	Wartość energetyczna: 2505.72 kcal; Białko ogółem: 112.63 g; Tłuszcz: 63.47 g; Kw. tł. nasy.: 23.51 g; Węglowodany ogółem: 383.22 g; W tym cukry: 136.96 g; Błonnik pok.: 23.67 g; Sól: 7.01 g; WW: 36.15 Por; : 17.98 %; : 61.17 %; Ener. z T: 22.80 %; Ener. z Bł.: 1.89 %; K: 4215.72 mg;	Wartość energetyczna: 2379.82 kcal; Białko ogółem: 104.02 g; Tłuszcz: 58.00 g; Kw. tł. nasy.: 19.22 g; Węglowodany ogółem: 371.35 g; W tym cukry: 115.11 g; Błonnik pok.: 23.73 g; Sól: 7.06 g; WW: 34.93 Por; : 17.48 %; : 62.42 %; Ener. z T: 21.94 %; Ener. z Bł.: 1.99 %; K: 4056.72 mg;
2025-06-28 sobota	Kleik ryżowy na wodzie 200 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Suchary b/c 30 g (GLU PSZ. SOJ. MLE.)	Kasza manna na mleku 250 ml (GLU PSZ. MLE.) Mus z malin* 20 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Parówki z szynki-kielbasa wieprzowa, homoge nizowana, wędzona, parzona 60 g Ser żółty 25 g (MLE.) Pomidorki koktajlowe 80 g Sałata lodowa 20 g (SEL.)	Kasza manna na mleku 300 ml (GLU PSZ. MLE.) Mus z malin* 10 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ. GLU ZYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Ser żółty 25 g (MLE.) Parówki z szynki-kielbasa wieprzowa, homoge nizowana, wędzona, parzona 60 g Ketchup 20 g (SEL.) Pomidorki koktajlowe 80 g Sałata lodowa 20 g (SEL.)	Ryż na mleku 300 ml (MLE.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU PSZ. GLU ZYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka z piersią kurczaka-wędł.z drob.gr.rozd.parzo. 50 g (SOJ.) Ser żółty 25 g (MLE.) Pomidorki koktajlowe 80 g Sałata lodowa 20 g Jabłko 150 g	Ryż na mleku 300 ml (MLE.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 100 g (SEZ, może zawierać: ORZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka z piersią kurczaka-wędł.z drob.gr.rozd.parzo. 50 g (SOJ.) Ser żółty 25 g (MLE.) Pomidorki koktajlowe 80 g Sałata lodowa 20 g Jabłko 150 g	Ryż na mleku 300 ml (MLE.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ. GLU ZYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ. GLU ZYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka z piersią kurczaka-wędł.z drob.gr.rozd.parzo. 50 g (SOJ.) Miód (25g) 1 szt	Ryż na mleku 300 ml (MLE.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka z piersią kurczaka-wędł.z drob.gr.rozd.parzo. 50 g (SOJ.) Miód (25g) 1 szt	Kasza manna na mleku 250 ml (GLU PSZ. MLE.) Mus z malin* 20 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka z piersią kurczaka-wędł.z drob.gr.rozd.parzo. 25 g (SOJ.) Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 25 g (SOJ.) Sałata lodowa 20 g Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g	Kasza manna na mleku 300 ml (GLU PSZ. MLE.) Mus z malin* 20 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ. GLU ZYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka z piersią kurczaka-wędł.z drob.gr.rozd.parzo. 50 g (SOJ.) Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 25 g (SOJ.) Sałata lodowa 20 g Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g	Ryż na mleku 300 ml (MLE.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka z piersią kurczaka-wędł.z drob.gr.rozd.parzo. 50 g (SOJ.) Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 25 g (SOJ.) Sałata lodowa 20 g Pomidor b/skórki 80 g Jabłko pieczone 1szt. 1 szt
II ŚN	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Suchary b/c 15 g (GLU PSZ. SOJ. MLE.) Kleik ryżowy na wodzie 200 g	Jabłko 150 g					Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Jabłko pieczone 150 g		

Jadłospisy za okres od dnia 2025-06-23 do dnia 2025-06-29 KUCHNIA SIEDLCE

	SIE- Kleikowa rozszerzona	SIE- Dzieci 1-3 lat Podstawowa	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż podstawa	SIE- Bogatoresztkowa	SIE- Bezglutenowa	SIE- Wegetariańska	SIE- Pooperacyjna	SIE- Dzieci 1-3 lat Łatwo strawna	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż łatwostrawna	SIE- Z ogr.subst.pobudz.w ydz.soków żołądkowych
2025-06-28 sobota	Obiad	Selerowa z ziemniakami (bez mleka) () 300 ml (SEL.) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami - dieta () 250 ml (MLE. SEL.) Ryż na sypko 90 g Gulasz wołowy 80 g (GLUPSZ.) Buraczki gotowane () 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami - dieta () 300 ml (MLE. SEL.) Ryż na sypko 180 g Gulasz wołowy 150 g (GLUPSZ.) Buraczki gotowane () 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Grochowa z ziemniakami () 300 ml (GLUPSZ. SEL.) Kasza gryczana 180 g Gulasz wołowy 150 g (GLUPSZ.) Ogórek kiszony z cebulką z olejem 100 g Buraczki gotowane () 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Grochowa z ziemniakami (bez glutenu) * 300 ml (SEL.) Ryż na sypko 180 g Gulasz wołowy (bez glutenu) 150 g Ogórek kiszony z cebulką z olejem 100 g Buraczki gotowane () 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Grochowa z ziemniakami () 300 ml (GLUPSZ. SEL.) Kasza gryczana 180 g Gulasz sojowy z warzywami * 150 g (GLUPSZ. SOJ. SEL.) Ogórek kiszony z cebulką z olejem 100 g Buraczki gotowane () 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami - dieta () 300 ml (MLE. SEL.) Ryż na sypko 180 g Gulasz wołowy 80 g (GLUPSZ. JAJ.) Klopsik wieprzowy 100 g (GLUPSZ. JAJ.) Marchew gotowana z olejem () 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami - dieta () 300 ml (MLE. SEL.) Ryż na sypko 180 g Gulasz wołowy 150 g (GLUPSZ.) Buraczki gotowane () 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	
	PD	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Suchary b/c 15 g (GLUPSZ. SOJ. MLE.) Kleik ryżowy na wodzie 200 g	Pudding z nasion chia z mango 200 g (MLE.)	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt			Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml	Pudding z nasion chia z mango 200 g (MLE.)		

Jadłospisy za okres od dnia 2025-06-23 do dnia 2025-06-29 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- Kleikowa rozszerzona	SIE- Dzieci 1-3 lat Podstawowa	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż podstawa	SIE- Bogatoresztkowa	SIE- Bezglutenowa	SIE- Wegetariańska	SIE- Pooperacyjna	SIE- Dzieci 1-3 lat Łatwo strawna	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż łatwostrawna	SIE- Z ogr.subst.pobudz.w ydz.soków żołądkowych
2025-06-28 sobota	Kolacja	Kleik ryżowy na wodzie 200 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Suchary b/c 30 g (GLU PSZ, SOJ, MLE.)	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynkowa Extra-wędzonka, wędzonka, z wodą dodaną. 25 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Twarożek 80 g (MLE.) Pomidor 80 g Mix sałat 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynkowa Extra-wędzonka, wędzonka, z wodą dodaną. 25 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Twarożek 80 g (MLE.) Mix sałat 20 g Pomidor 80 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynkowa Extra-wędzonka, wędzonka, z wodą dodaną. 25 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Twarożek 80 g (MLE.) Surówka z rzodkwi i czarnuszki 80 g Mix sałat 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 100 g (SEZ, może zawierać: ORZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz .parzo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g Twarożek 80 g (MLE.) Surówka z rzodkwi i czarnuszki 80 g Mix sałat 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Twarożek 80 g (MLE.) Miód (25g) 1 szt Surówka z rzodkwi i czarnuszki 80 g Mix sałat 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynkowa Extra-wędzonka, wędzonka, z wodą dodaną. 25 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Twarożek 80 g (MLE.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynkowa Extra-wędzonka, wędzonka, z wodą dodaną. 25 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Twarożek 80 g (MLE.) Pomidor 80 g Mix sałat 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynkowa Extra-wędzonka, wędzonka, z wodą dodaną. 25 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Twarożek 80 g (MLE.) Pomidor b/skórki 80 g Mix sałat 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	
	PN	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ciasto drożdżowe 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, S02.)			Sok pomarańczowy 0,2L-kartonik 1 szt	Ciasto drożdżowe 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, S02.)				

Jadłospisy za okres od dnia 2025-06-23 do dnia 2025-06-29 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- Kleikowa rozszerzona	SIE- Dzieci 1-3 lat Podstawowa	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż podstawa	SIE- Bogatoreszkowa	SIE- Bezglutenowa	SIE- Wegetariańska	SIE- Pooperacyjna	SIE- Dzieci 1-3 lat Łatwo strawna	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż łatwostrawna	SIE- Z ogr.subst.pobudz.w ydz.soków żołądkowych
2025-06-28 sobota		Wartość energetyczna: 1116.14 kcal; Białko ogółem: 24.70 g; Tłuszcz: 7.97 g; Kw. tł. nasy.: 0.25 g; Węglowodany ogółem: 239.38 g; W tym cukry: 45.83 g; Błonnik pok.: 9.17 g; Sól: 0.81 g; WW: 23.13 Por; : 8.85 %; : 85.79 %; Ener. z T: 6.43 %; Ener. z Bł.: 1.64 %; K: 1067.17 mg;	Wartość energetyczna: 2096.97 kcal; Białko ogółem: 90.14 g; Tłuszcz: 73.23 g; Kw. tł. nasy.: 32.66 g; Węglowodany ogółem: 278.39 g; W tym cukry: 94.65 g; Błonnik pok.: 21.47 g; Sól: 6.10 g; WW: 25.80 Por; : 17.20 %; : 53.10 %; Ener. z T: 31.43 %; Ener. z Bł.: 2.05 %; K: 3232.30 mg;	Wartość energetyczna: 2705.44 kcal; Białko ogółem: 115.80 g; Tłuszcz: 81.76 g; Kw. tł. nasy.: 34.80 g; Węglowodany ogółem: 389.13 g; W tym cukry: 106.43 g; Błonnik pok.: 29.23 g; Sól: 8.27 g; WW: 36.08 Por; : 17.12 %; : 57.53 %; Ener. z T: 27.20 %; Ener. z Bł.: 2.16 %; K: 4158.42 mg;	Wartość energetyczna: 2631.82 kcal; Białko ogółem: 116.00 g; Tłuszcz: 90.71 g; Kw. tł. nasy.: 34.07 g; Węglowodany ogółem: 353.81 g; W tym cukry: 74.40 g; Błonnik pok.: 45.89 g; Sól: 9.30 g; WW: 30.87 Por; : 17.63 %; : 53.77 %; Ener. z T: 31.02 %; Ener. z Bł.: 3.49 %; K: 4138.83 mg;	Wartość energetyczna: 2272.37 kcal; Białko ogółem: 89.10 g; Tłuszcz: 72.10 g; Kw. tł. nasy.: 25.77 g; Węglowodany ogółem: 333.79 g; W tym cukry: 97.38 g; Błonnik pok.: 27.84 g; Sól: 5.51 g; WW: 30.59 Por; : 15.68 %; : 58.76 %; Ener. z T: 28.56 %; Ener. z Bł.: 2.45 %; K: 3048.45 mg;	Wartość energetyczna: 2634.26 kcal; Białko ogółem: 101.04 g; Tłuszcz: 81.55 g; Kw. tł. nasy.: 25.97 g; Węglowodany ogółem: 386.61 g; W tym cukry: 80.66 g; Błonnik pok.: 47.02 g; Sól: 7.97 g; WW: 33.98 Por; : 15.34 %; : 58.70 %; Ener. z T: 27.86 %; Ener. z Bł.: 3.57 %; K: 3376.08 mg;	Wartość energetyczna: 2530.86 kcal; Białko ogółem: 94.98 g; Tłuszcz: 68.26 g; Kw. tł. nasy.: 24.04 g; Węglowodany ogółem: 406.95 g; W tym cukry: 96.91 g; Błonnik pok.: 27.10 g; Sól: 6.76 g; WW: 38.12 Por; : 15.01 %; : 64.32 %; Ener. z T: 24.27 %; Ener. z Bł.: 2.14 %; K: 3105.74 mg;	Wartość energetyczna: 1843.16 kcal; Białko ogółem: 84.11 g; Tłuszcz: 52.35 g; Kw. tł. nasy.: 21.51 g; Węglowodany ogółem: 275.38 g; W tym cukry: 92.33 g; Błonnik pok.: 20.86 g; Sól: 5.13 g; WW: 25.55 Por; : 18.25 %; : 59.76 %; Ener. z T: 25.56 %; Ener. z Bł.: 2.26 %; K: 3173.36 mg;	Wartość energetyczna: 2476.47 kcal; Białko ogółem: 113.13 g; Tłuszcz: 63.60 g; Kw. tł. nasy.: 24.08 g; Węglowodany ogółem: 388.56 g; W tym cukry: 105.10 g; Błonnik pok.: 29.28 g; Sól: 7.92 g; WW: 36.02 Por; : 18.27 %; : 62.76 %; Ener. z T: 23.11 %; Ener. z Bł.: 2.36 %; K: 4119.79 mg;	Wartość energetyczna: 2324.16 kcal; Białko ogółem: 106.16 g; Tłuszcz: 57.78 g; Kw. tł. nasy.: 22.10 g; Węglowodany ogółem: 366.93 g; W tym cukry: 90.36 g; Błonnik pok.: 25.54 g; Sól: 7.04 g; WW: 34.26 Por; : 18.27 %; : 63.15 %; Ener. z T: 22.37 %; Ener. z Bł.: 2.20 %; K: 3854.80 mg;
2025-06-29 niedziela		Śniadanie									
		Kleik ryżowy na wodzie 200 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Suchary b/c 30 g <u>(GLU PSZ. SOJ. MLE.)</u>	Płatki pszenne na mleku 250 ml <u>(GLU PSZ. MLE.)</u> Bułka pszenna długa krojona 50 g <u>(GLU PSZ.)</u> Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt <u>(MLE.)</u> Ser mozzarella 50 g <u>(MLE.)</u> Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 25 g Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Płatki pszenne na mleku 300 ml <u>(GLU PSZ. MLE.)</u> Bułka pszenna długa krojona 50 g <u>(GLU PSZ.)</u> Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g <u>(GLU PSZ. GLU ŻYT.)</u> Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt <u>(MLE.)</u> Ser mozzarella 50 g <u>(MLE.)</u> Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Płatki pszenne na mleku 300 ml <u>(GLU PSZ. MLE.)</u> Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g <u>(GLU PSZ. GLU ŻYT.)</u> Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt <u>(MLE.)</u> Ser mozzarella 50 g <u>(MLE.)</u> Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 25 g Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Kasza jaglana na mleku 300 ml <u>(MLE.)</u> Chleb bezglutenowy 100 g <u>(SEZ. może zawierać: ORZ.)</u> Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt <u>(MLE.)</u> Ser mozzarella 50 g <u>(MLE.)</u> Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 25 g Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Banan 150 g	Płatki pszenne na mleku 300 ml <u>(GLU PSZ. MLE.)</u> Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g <u>(GLU PSZ. GLU ŻYT.)</u> Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g <u>(GLU PSZ. GLU ŻYT.)</u> Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt <u>(MLE.)</u> Ser mozzarella 50 g <u>(MLE.)</u> Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt <u>(MLE.)</u> Poledwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkiw wody wędzona parzona 50 g <u>(GLU PSZ. SOJ.)</u> Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g	Płatki pszenne na mleku 300 ml <u>(GLU PSZ. MLE.)</u> Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g <u>(GLU PSZ.)</u> Płatki pszenne na mleku 250 ml <u>(GLU PSZ. MLE.)</u> Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt <u>(MLE.)</u> Ser mozzarella 50 g <u>(MLE.)</u> Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 25 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Płatki pszenne na mleku 300 ml <u>(GLU PSZ. MLE.)</u> Bułka pszenna długa krojona 50 g <u>(GLU PSZ.)</u> Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g <u>(GLU PSZ. GLU ŻYT.)</u> Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt <u>(MLE.)</u> Ser mozzarella 50 g <u>(MLE.)</u> Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g Banan 150 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Płatki pszenne na mleku 300 ml <u>(GLU PSZ. MLE.)</u> Bułka pszenna długa krojona 100 g <u>(GLU PSZ.)</u> Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt <u>(MLE.)</u> Ser mozzarella 50 g <u>(MLE.)</u> Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor b/skórki 80 g Sałata zielona 20 g Banan 150 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	
II ŚN		Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Suchary b/c 15 g <u>(GLU PSZ. SOJ. MLE.)</u> Kleik ryżowy na wodzie 200 g	Kiwi 1 szt 1 szt						Banan 150 g		

Jadłospisy za okres od dnia 2025-06-23 do dnia 2025-06-29 KUCHNIA SIEDLCE

	SIE- Kleikowa rozszerzona	SIE- Dzieci 1-3 lat Podstawowa	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż podstawa	SIE- Bogatoresztkowa	SIE- Bezglutenowa	SIE- Wegetariańska	SIE- Pooperacyjna	SIE- Dzieci 1-3 lat Łatwo strawna	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż łatwostrawna	SIE- Z ogr.subst.pobudz.w ydz.soków żołądkowych
2025-06-29 niedziela	Obiad	Ryżowa (bez mleka) () 300 ml (<u>SEL.</u>) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Rosół z makaronem () 250 ml (<u>GLU PSZ. SEL.</u>) Ziemniaki młode gotowane () 90 g Pieczone nuggetsy z kurczaka 50 g (<u>JAJ.</u>) Brokuł gotowany* 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Rosół z makaronem () 300 ml (<u>GLU PSZ. SEL.</u>) Ziemniaki młode gotowane () 180 g udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 130 g Surówka z kapusty białej z olejem b/c () 100 g Brokuł gotowany* 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Rosół z makaronem () 300 ml (<u>SEL.</u>) Ziemniaki młode gotowane () 180 g udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 130 g Surówka z kapusty białej z olejem b/c () 100 g Brokuł gotowany* 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Ryżowa () 300 ml (<u>MLE. SEL.</u>) Ziemniaki młode gotowane () 180 g Kotlety sojowe 100 g (<u>SOJ.</u>) Surówka z kapusty białej z olejem b/c () 100 g Brokuł gotowany* 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Ryżowa () 300 ml (<u>MLE. SEL.</u>) Ziemniaki młode gotowane () 180 g Udziec z kurczaka gotowany z/k z/s 130 g Brokuł gotowany* 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Rosół z makaronem () 250 ml (<u>GLU PSZ. SEL.</u>) Ziemniaki młode gotowane () 90 g Pieczone nuggetsy z kurczaka 50 g (<u>JAJ.</u>) Brokuł gotowany* 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Rosół z makaronem () 300 ml (<u>GLU PSZ. SEL.</u>) Ziemniaki młode gotowane () 180 g udziec z kurczaka gotowany z/k z/s 130 g Brokuł gotowany* 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Rosół z makaronem () 300 ml (<u>GLU PSZ. SEL.</u>) Ziemniaki młode gotowane () 180 g udziec z kurczaka gotowany z/k z/s 130 g Brokuł gotowany* 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml
		Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Suchary b/c 15 g (<u>GLU PSZ. SOJ. MLE.</u>) Kleik ryżowy na wodzie 200 g	Kisiel o smaku wiśniowym z jabłkiem z/c 200 ml				Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml	Kisiel o smaku wiśniowym z jabłkiem z/c 200 ml		
	Kolacja	Kleik ryżowy na wodzie 200 g Suchary b/c 30 g (<u>GLU PSZ. SOJ. MLE.</u>) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Dżem 25 g 1 szt Szynka zielonogórska- wp. parzona 30 g (<u>SOJ.</u>) Pomidor 80 g Rukola 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (<u>GLU PSZ. GLU ZYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Szynka zielonogórska- wp. parzona 50 g (<u>SOJ.</u>) Dżem 25 g 1 szt Pomidor 80 g Rukola 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 100 g (<u>SEZ. może zawierać: ORZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Szynka zielonogórska- wp. parzona 50 g (<u>SOJ.</u>) Dżem 25 g 1 szt Pomidor 80 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Rukola 20 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ. GLU ZYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ. GLU ZYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Dżem 25 g 1 szt Pomidor 80 g Rukola 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Szynka zielonogórska- wp. parzona 50 g (<u>SOJ.</u>) Dżem 25 g 1 szt Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Szynka zielonogórska- wp. parzona 30 g (<u>SOJ.</u>) Dżem 25 g 1 szt Pomidor 80 g Rukola 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ. GLU ZYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Szynka zielonogórska- wp. parzona 50 g (<u>SOJ.</u>) Dżem 25 g 1 szt Pomidor 80 g Rukola 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ. GLU ZYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Szynka zielonogórska- wp. parzona 50 g (<u>SOJ.</u>) Dżem 25 g 1 szt Pomidor b/skórki 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt

Jadłospisy za okres od dnia 2025-06-23 do dnia 2025-06-29 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- Kleikowa rozszerzona	SIE- Dzieci 1-3 lat Podstawowa	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż podstawa	SIE- Bogatoreszkowa	SIE- Bezglutenowa	SIE- Wegetariańska	SIE- Pooperacyjna	SIE- Dzieci 1-3 lat Łatwo strawna	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż łatwostrawna	SIE- Z ogr.subst.pobudz.w ydz.soków żołądkowych
2025-06-29 niedziela	PN	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Mus owocowy 100g-produkt pasteryzowany 1 szt					Wafle ryżowe 30 g	Mus owocowy 100g-produkt pasteryzowany 1 szt		
		Wartość energetyczna: 1065.96 kcal; Białko ogółem: 22.86 g; Tłuszcz: 7.83 g; Kw. tł. nasy.: 0.25 g; Węglowodany ogółem: 226.66 g; W tym cukry: 44.09 g; Błonnik pok.: 4.91 g; Sól: 0.64 g; WW: 22.27 Por; : 8.58 %; : 85.05 %; Ener. z T: 6.61 %; Ener. z Bł.: 0.92 %; K: 270.25 mg;	Wartość energetyczna: 1669.25 kcal; Białko ogółem: 70.04 g; Tłuszcz: 47.87 g; Kw. tł. nasy.: 16.51 g; Węglowodany ogółem: 246.85 g; W tym cukry: 97.14 g; Błonnik pok.: 18.89 g; Sól: 4.06 g; WW: 22.87 Por; : 16.78 %; : 59.15 %; Ener. z T: 25.81 %; Ener. z Bł.: 2.26 %; K: 2535.79 mg;	Wartość energetyczna: 2346.68 kcal; Białko ogółem: 104.92 g; Tłuszcz: 64.07 g; Kw. tł. nasy.: 19.03 g; Węglowodany ogółem: 348.64 g; W tym cukry: 106.73 g; Błonnik pok.: 28.37 g; Sól: 7.59 g; WW: 32.10 Por; : 17.88 %; : 59.43 %; Ener. z T: 24.57 %; Ener. z Bł.: 2.42 %; K: 3645.01 mg;	Wartość energetyczna: 2216.56 kcal; Białko ogółem: 107.84 g; Tłuszcz: 67.45 g; Kw. tł. nasy.: 23.12 g; Węglowodany ogółem: 311.93 g; W tym cukry: 98.85 g; Błonnik pok.: 38.75 g; Sól: 7.26 g; WW: 27.43 Por; : 19.46 %; : 56.29 %; Ener. z T: 27.39 %; Ener. z Bł.: 3.50 %; K: 4198.20 mg;	Wartość energetyczna: 2208.23 kcal; Białko ogółem: 91.97 g; Tłuszcz: 72.89 g; Kw. tł. nasy.: 22.24 g; Węglowodany ogółem: 301.92 g; W tym cukry: 97.51 g; Błonnik pok.: 27.80 g; Sól: 3.94 g; WW: 27.42 Por; : 16.66 %; : 54.69 %; Ener. z T: 29.71 %; Ener. z Bł.: 2.52 %; K: 3916.43 mg;	Wartość energetyczna: 2152.05 kcal; Białko ogółem: 86.13 g; Tłuszcz: 68.61 g; Kw. tł. nasy.: 19.03 g; Węglowodany ogółem: 305.21 g; W tym cukry: 79.37 g; Błonnik pok.: 39.80 g; Sól: 6.41 g; WW: 26.63 Por; : 16.01 %; : 56.73 %; Ener. z T: 28.69 %; Ener. z Bł.: 3.70 %; K: 3321.31 mg;	Wartość energetyczna: 2220.93 kcal; Białko ogółem: 103.99 g; Tłuszcz: 53.46 g; Kw. tł. nasy.: 22.89 g; Węglowodany ogółem: 340.12 g; W tym cukry: 108.04 g; Błonnik pok.: 19.66 g; Sól: 8.26 g; WW: 32.09 Por; : 18.73 %; : 61.26 %; Ener. z T: 21.66 %; Ener. z Bł.: 1.77 %; K: 3611.89 mg;	Wartość energetyczna: 1745.54 kcal; Białko ogółem: 70.19 g; Tłuszcz: 47.54 g; Kw. tł. nasy.: 16.51 g; Węglowodany ogółem: 266.64 g; W tym cukry: 115.63 g; Błonnik pok.: 18.57 g; Sól: 4.06 g; WW: 24.86 Por; : 16.08 %; : 61.10 %; Ener. z T: 24.51 %; Ener. z Bł.: 2.13 %; K: 2855.75 mg;	Wartość energetyczna: 2385.75 kcal; Białko ogółem: 105.99 g; Tłuszcz: 60.91 g; Kw. tł. nasy.: 18.83 g; Węglowodany ogółem: 363.98 g; W tym cukry: 122.12 g; Błonnik pok.: 27.20 g; Sól: 7.74 g; WW: 33.67 Por; : 17.77 %; : 61.03 %; Ener. z T: 22.98 %; Ener. z Bł.: 2.28 %; K: 4008.35 mg;	Wartość energetyczna: 2225.96 kcal; Białko ogółem: 112.56 g; Tłuszcz: 63.64 g; Kw. tł. nasy.: 22.73 g; Węglowodany ogółem: 311.26 g; W tym cukry: 95.13 g; Błonnik pok.: 24.34 g; Sól: 7.29 g; WW: 28.69 Por; : 20.23 %; : 55.93 %; Ener. z T: 25.73 %; Ener. z Bł.: 2.19 %; K: 4160.29 mg;

Oznaczenia wskaźników odż.:

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