

Jadłospisy za okres od dnia 2024-02-26 do dnia 2024-03-03 KUCHNIA SIEDLCE

	SIE- Podstawowa/Ogólna	SIE- Podstawowa wzbogacona	SIE- Położnicza podstawowa	SIE- Położnicza łatwostrawna	SIE- Z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów	
2024-02-26 poniedziałek	Śniadanie	Platki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka graham-pszenna 60g 1 szt (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona, parzona, z dod. wody, białka wp 30 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Mandarynka 100 g	Platki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka graham-pszenna 60g 1 szt (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona, parzona, z dod. wody, białka wp 30 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Platki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka graham-pszenna 60g 1 szt (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona, parzona, z dod. wody, białka wp 30 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Platki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona, parzona, z dod. wody, białka wp 30 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Maślanka 150 ml (MLE.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka graham-pszenna 60g 1 szt (GLU PSZ.) Chleb razowy żytnio-pszenny 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona, parzona, z dod. wody, białka wp 30 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g
	II ŚN	Mandarynka 100 g				
	Obiad	Grochowa z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Ryż brązowy z jabłkiem prażonym i cynamonem 300 g Sos jogurtowy naturalny 100 g (MLE.) Surówka z marchwi z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Grochowa z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Naleśniki z serem 300 g (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Sos jogurtowy naturalny 50 g (MLE.) Surówka z marchwi z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Solferino () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryż z jabłkiem prażonym i cynamonem 300 g Sos jogurtowy naturalny 100 g (MLE.) Surówka z marchwi z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Grochowa z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Ryż na sypko (brązowy) 180 g Pulpet drobiowy 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos ziołowy* 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Surówka z marchwi z olejem b/c () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	
	PD	Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml (MLE.) Biszkopty b/m 30 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ.)				Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 20 g Sałata zielona 20 g
Kolacja	Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Pasta z twarogu i cebuli 80 g (MLE.) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g Papryka świeża 80 g Mix sałat 20 g Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (MLE.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Pasta z twarogu i cebuli 80 g (MLE.) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g Papryka świeża 80 g Mix sałat 20 g Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (MLE.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Pasta z twarogu z koperkiem 80 g (MLE.) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g Pomidor b/skórki 80 g Mix sałat 20 g Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (MLE.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Pasta z twarogu i cebuli 80 g (MLE.) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g Papryka świeża 80 g Mix sałat 20 g Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt		

Jadłospisy za okres od dnia 2024-02-26 do dnia 2024-03-03 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- Podstawowa/Ogólna	SIE- Podstawowa wzbogacona	SIE- Położnicza podstawowa	SIE- Położnicza łatwostrawna	SIE- Z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów	
2024-02-26 poniedziałek	PN	Wafle ryżowe 30 g Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (MLE)				Wafle ryżowe 30 g Sok pomidorowy 0,3l 1 szt	
		Wartość energetyczna: 2515.09 kcal; Białko ogółem: 99.75 g; Tłuszcz: 60.86 g; Kw. tł. nasy.: 25.17 g; Węglowodany ogółem: 409.49 g; W tym cukry: 126.56 g; Błonnik pok.: 45.14 g; Sól: 6.71 g; WW: 36.47 Por; : 15.86 %; : 57.95 %; Ener. z T: 21.78 %; Ener. z Bł.: 3.59 %; K: 4366.17 mg;	Wartość energetyczna: 2833.49 kcal; Białko ogółem: 108.85 g; Tłuszcz: 67.01 g; Kw. tł. nasy.: 27.56 g; Węglowodany ogółem: 465.95 g; W tym cukry: 151.56 g; Błonnik pok.: 45.18 g; Sól: 6.94 g; WW: 42.12 Por; : 15.37 %; : 59.40 %; Ener. z T: 21.29 %; Ener. z Bł.: 3.19 %; K: 4650.10 mg;	Wartość energetyczna: 3191.31 kcal; Białko ogółem: 133.64 g; Tłuszcz: 82.94 g; Kw. tł. nasy.: 31.49 g; Węglowodany ogółem: 490.92 g; W tym cukry: 149.97 g; Błonnik pok.: 36.80 g; Sól: 6.79 g; WW: 45.57 Por; : 16.75 %; : 56.92 %; Ener. z T: 23.39 %; Ener. z Bł.: 2.31 %; K: 4504.90 mg;	Wartość energetyczna: 2767.04 kcal; Białko ogółem: 104.53 g; Tłuszcz: 62.03 g; Kw. tł. nasy.: 27.26 g; Węglowodany ogółem: 463.78 g; W tym cukry: 148.10 g; Błonnik pok.: 30.38 g; Sól: 7.17 g; WW: 43.39 Por; : 15.11 %; : 62.65 %; Ener. z T: 20.18 %; Ener. z Bł.: 2.20 %; K: 4299.26 mg;	Wartość energetyczna: 2410.08 kcal; Białko ogółem: 109.68 g; Tłuszcz: 69.48 g; Kw. tł. nasy.: 25.09 g; Węglowodany ogółem: 355.26 g; W tym cukry: 57.17 g; Błonnik pok.: 53.86 g; Sól: 8.19 g; WW: 30.26 Por; : 18.20 %; : 50.02 %; Ener. z T: 25.95 %; Ener. z Bł.: 4.47 %; K: 4530.24 mg;	
2024-02-27 wtorek	Śniadanie	Makaron na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Pasta z ryby gotowanej (miruna) z warzywami* 80 g (RYB, SEL) Ser żółty 25 g (MLE) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Jabłko 150 g	Makaron na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Pasta z ryby gotowanej (miruna) z warzywami* 80 g (RYB, SEL) Ser żółty 25 g (MLE) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Makaron na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Chleb razowy żytnio-pszenny 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Pasta z ryby gotowanej (miruna) z warzywami* 80 g (RYB, SEL) Ser żółty 25 g (MLE) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Makaron na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Pasta z ryby gotowanej (miruna) z warzywami* 80 g (RYB, SEL) Baton szynkowy z kurcząt 25 g (może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Pasta z ryby gotowanej (miruna) z warzywami* 80 g (RYB, SEL) Baton szynkowy z kurcząt 25 g (może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	
	II ŚN					Jabłko 150 g	
	Obiad	Kapuśniak z kapusty kiszzonej () 300 ml (GLU PSZ, SEL, GOR) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (GLU JEJCZ) Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g (GLU PSZ, JAJ) Sos ziołowy () 80 ml (GLU PSZ, SEL) Surówka z rzepy, jabłka i marchewki () 100 g (MLE) Buraczki oprószone () 100 g (GLU PSZ) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml			Wielowarzywna z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Bitka wieprzowa z szynki duszona 100 g (GLU PSZ) Sos własny () 80 ml (GLU PSZ, SEL) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (GLU JEJCZ) Buraczki oprószone () 200 g (GLU PSZ) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml		Kapuśniak z kapusty kiszzonej () 300 ml (GLU PSZ, SEL, GOR) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (GLU JEJCZ) Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g (GLU PSZ, JAJ) Sos ziołowy () 80 ml (GLU PSZ, SEL) Surówka z rzepy, jabłka i marchewki () 100 g (MLE) Buraczki oprószone () 100 g (GLU PSZ) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml

Jadłospisy za okres od dnia 2024-02-26 do dnia 2024-03-03 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- Podstawowa/Ogólna	SIE- Podstawowa wzbogacona	SIE- Położnicza podstawowa	SIE- Położnicza łatwostrawna	SIE- Z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów
2024-02-27 wtorek	PD			Ciasto drożdżowe 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SO2</u>) Jogurt brzoskwinowy 150g 1 szt (<u>MLE</u>)		Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalanej 20 g (<u>SOJ, SEL</u>) Sałata zielona 20 g
	Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 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 Drobiowa, produkt drobno rozdrobniony 50 g Ser mozzarella kulki 35 g (<u>MLE</u>) Pomidor koktajlowy 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 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Szynka Drobiowa, produkt drobno rozdrobniony 50 g Ser mozzarella kulki 35 g (<u>MLE</u>) Pomidor koktajlowy 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>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Szynka Drobiowa, produkt drobno rozdrobniony 50 g Ser mozzarella kulki 35 g (<u>MLE</u>) Pomidor koktajlowy 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 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Szynka Drobiowa, produkt drobno rozdrobniony 50 g Ser mozzarella kulki 35 g (<u>MLE</u>) Pomidor koktajlowy 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	
2024-02-28 środa	PN	Sok przecierowy warzywno-owocowy 0,33 l 1 szt Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 30 g				
	Śniadanie	Wartość energetyczna: 3091.03 kcal; Białko ogółem: 107.41 g; Tłuszcz: 67.76 g; Kw. tł. nasy.: 31.44 g; Węglowodany ogółem: 410.18 g; W tym cukry: 109.35 g; Błonnik pok.: 37.79 g; Sól: 7.82 g; WW: 37.38 Por; : 13.90 %; : 48.19 %; Ener. z T: 19.73 %; Ener. z Bł.: 2.45 %; K: 3652.81 mg;	Wartość energetyczna: 3398.53 kcal; Białko ogółem: 116.01 g; Tłuszcz: 76.96 g; Kw. tł. nasy.: 34.11 g; Węglowodany ogółem: 457.18 g; W tym cukry: 118.35 g; Błonnik pok.: 39.39 g; Sól: 8.38 g; WW: 41.98 Por; : 13.65 %; : 49.17 %; Ener. z T: 20.38 %; Ener. z Bł.: 2.32 %; K: 3952.81 mg;	Wartość energetyczna: 3416.63 kcal; Białko ogółem: 117.35 g; Tłuszcz: 76.94 g; Kw. tł. nasy.: 34.09 g; Węglowodany ogółem: 459.41 g; W tym cukry: 118.47 g; Błonnik pok.: 37.11 g; Sól: 8.19 g; WW: 42.43 Por; : 13.74 %; : 49.44 %; Ener. z T: 20.27 %; Ener. z Bł.: 2.17 %; K: 3925.11 mg;	Wartość energetyczna: 3264.90 kcal; Białko ogółem: 119.17 g; Tłuszcz: 70.91 g; Kw. tł. nasy.: 26.65 g; Węglowodany ogółem: 428.83 g; W tym cukry: 121.48 g; Błonnik pok.: 28.52 g; Sól: 7.20 g; WW: 40.18 Por; : 14.60 %; : 49.05 %; Ener. z T: 19.55 %; Ener. z Bł.: 1.75 %; K: 3994.14 mg;	Wartość energetyczna: 2900.23 kcal; Białko ogółem: 102.64 g; Tłuszcz: 65.95 g; Kw. tł. nasy.: 27.73 g; Węglowodany ogółem: 376.58 g; W tym cukry: 77.47 g; Błonnik pok.: 48.91 g; Sól: 8.04 g; WW: 32.96 Por; : 14.16 %; : 45.19 %; Ener. z T: 20.47 %; Ener. z Bł.: 3.37 %; K: 3952.05 mg;
		Ryż na mleku 300 ml (<u>MLE</u>) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 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 homo. naturalny 80 g (<u>MLE</u>) Dżem 25 g 1 szt Papryka świeża 80 g Mix sałat 20 g Banan 150 g	Ryż na mleku 300 ml (<u>MLE</u>) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 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 homo. naturalny 80 g (<u>MLE</u>) Dżem 25 g 1 szt Papryka świeża 80 g Mix sałat 20 g	Ryż na mleku 300 ml (<u>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 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Serek homo. naturalny 80 g (<u>MLE</u>) Dżem 25 g 1 szt Papryka świeża 80 g Mix sałat 20 g	Ryż na mleku 300 ml (<u>MLE</u>) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 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 homo. naturalny 80 g (<u>MLE</u>) Dżem 25 g 1 szt Pomidor 80 g Mix sałat 20 g	Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>) Kawa zbożowa b/c 250 ml (<u>GLU ŻYT, GLU JĘCZ</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Serek homo. naturalny 80 g (<u>MLE</u>) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g Papryka świeża 80 g Mix sałat 20 g

Jadłospisy za okres od dnia 2024-02-26 do dnia 2024-03-03 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- Podstawowa/Ogólna	SIE- Podstawowa wzbogacona	SIE- Położnicza podstawowa	SIE- Położnicza łatwostrawna	SIE- Z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów
2024-02-28 środa	II ŚN			Banan 150 g		Jabłko 150 g
	Obiad	Grycikowa () 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki () 180 g Eskalopka z kurczaka 100 g (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Salatka szwedzka () 100 g (GOR.) Dyńia z wody 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt			Grycikowa () 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki () 180 g Filet z kurczaka pieczony 100 g (GLU PSZ.) Sos koperkowy () 80 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Dyńia z wody 100 g Cukinia pieczona z olejem * 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Grycikowa () 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki () 180 g Filet z kurczaka pieczony 100 g (GLU PSZ.) Sos koperkowy () 80 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Salatka szwedzka () 100 g (GOR.) Dyńia z wody 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD		Wafelki 30 g (GLU PSZ, SOJ, MLE.) Maślanka truskawkowa 200 ml (MLE.)			Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 20 g Salata zielona 10 g
	Kolejacja	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 50 g (SOJ.) Pasztet drobiowy z kurnej półki 50 g (GLU PSZ, JAJ, SEL.) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Pasztet drobiowy z kurnej półki 50 g (GLU PSZ, JAJ, SEL.) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 50 g (SOJ.) Pomidor 80 g Salata zielona 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 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 50 g (SOJ.) Pasztet drobiowy z kurnej półki 50 g (GLU PSZ, JAJ, SEL.) Pomidor 80 g Salata zielona 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 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 50 g (SOJ.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 50 g (SOJ.) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PN		Bułka maślana 1 szt 1 szt (GLU PSZ, JAJ, MLE.)			
		Wartość energetyczna: 2573.42 kcal; Białko ogółem: 106.52 g; Tłuszcz: 64.34 g; Kw. tł. nasy.: 20.90 g; Węglowodany ogółem: 405.33 g; W tym cukry: 102.96 g; Błonnik pok.: 31.78 g; Sól: 9.16 g; WW: 37.50 Por; : 16.56 %; : 58.06 %; Ener. z T: 22.50 %; Ener. z Bł.: 2.47 %; K: 4418.06 mg;	Wartość energetyczna: 2883.42 kcal; Białko ogółem: 114.48 g; Tłuszcz: 76.64 g; Kw. tł. nasy.: 28.60 g; Węglowodany ogółem: 447.33 g; W tym cukry: 102.96 g; Błonnik pok.: 31.78 g; Sól: 9.50 g; WW: 41.70 Por; : 15.88 %; : 57.65 %; Ener. z T: 23.92 %; Ener. z Bł.: 2.20 %; K: 4418.06 mg;	Wartość energetyczna: 2906.92 kcal; Białko ogółem: 115.78 g; Tłuszcz: 76.54 g; Kw. tł. nasy.: 28.59 g; Węglowodany ogółem: 450.58 g; W tym cukry: 102.76 g; Błonnik pok.: 28.48 g; Sól: 9.40 g; WW: 42.35 Por; : 15.93 %; : 58.08 %; Ener. z T: 23.70 %; Ener. z Bł.: 1.96 %; K: 4334.56 mg;	Wartość energetyczna: 2845.54 kcal; Białko ogółem: 124.37 g; Tłuszcz: 66.41 g; Kw. tł. nasy.: 29.18 g; Węglowodany ogółem: 447.56 g; W tym cukry: 99.83 g; Błonnik pok.: 24.10 g; Sól: 8.44 g; WW: 42.44 Por; : 17.48 %; : 59.53 %; Ener. z T: 21.00 %; Ener. z Bł.: 1.69 %; K: 4669.26 mg;	Wartość energetyczna: 2128.62 kcal; Białko ogółem: 115.72 g; Tłuszcz: 50.83 g; Kw. tł. nasy.: 22.72 g; Węglowodany ogółem: 319.21 g; W tym cukry: 43.72 g; Błonnik pok.: 39.75 g; Sól: 11.47 g; WW: 27.96 Por; : 21.75 %; : 52.51 %; Ener. z T: 21.49 %; Ener. z Bł.: 3.74 %; K: 4399.27 mg;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-02-26 do dnia 2024-03-03 KUCHNIA SIEDLCE

	SIE- Podstawowa/Ogólna	SIE- Podstawowa wzbogacona	SIE- Położnicza podstawowa	SIE- Położnicza łatwostrawna	SIE- Z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów	
2024-02-29 czwartek	Śniadanie	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Bułka graham-pszenna 60g 1 szt (GLU PSZ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g Paszтет z ciecierzycy () 60 g (GLU PSZ, JAJ) Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g Gruszka 150 g	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Bułka graham-pszenna 60g 1 szt (GLU PSZ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g Paszтет z ciecierzycy () 60 g (GLU PSZ, JAJ) Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bułka graham-pszenna 60g 1 szt (GLU PSZ) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g Paszтет z ciecierzycy () 60 g (GLU PSZ, JAJ) Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 30 g (może zawierać: MLE, GOR) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Maślanka 150 ml (MLE) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Bułka graham-pszenna 60g 1 szt (GLU PSZ) Chleb razowy żytnio-pszenny 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g Paszтет z ciecierzycy () 60 g (GLU PSZ, JAJ) Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g
		II ŚN		Gruszka 150 g	Jabłko pieczone 150 g	Gruszka 150 g
		Obiad	Barszcz ukraiński z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Makaron pełnoziarnisty z sosem mięsno-warzywnym, z mięsa drobiowego () 300 g (GLU PSZ, SEL) Surówka wielowarzywna z olejem () 100 g (SEL) Brokuł gotowany* 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml			Barszcz czerwony z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Makaron z sosem mięsno-warzywnym, z mięsa drobiowego () 300 g (GLU PSZ, SEL) Brokuł gotowany* 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml
PD			Kisiel o smaku wiśniowym z/c 200 ml Herbatniki 30 g (GLU PSZ, SOJ, MLE)		Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło extra 82% 5 g (MLE) Schab bednarza- wędzonka wp.wędzona,parzona z wodą dodaną 20 g (SOJ) Sałata zielona 20 g	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-02-26 do dnia 2024-03-03 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- Podstawowa/Ogólna	SIE- Podstawowa wzbogacona	SIE- Położnicza podstawowa	SIE- Położnicza łatwostrawna	SIE- Z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów
2024-02-29 czwartek	Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Zapiekanka z ryżu i jabłka () 200 g (<u>MLE.</u>) Surówka z marchwi () 150 g (<u>MLE.</u>) 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 Zapiekanka z ryżu i jabłka () 200 g (<u>MLE.</u>) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Surówka z marchwi () 150 g (<u>MLE.</u>) Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<u>MLE.</u>)		Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</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>) Ser żółty 25 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PN	Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt				Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 25 g (<u>SOJ.</u>) Sałata zielona 10 g
		Wartość energetyczna: 2262.37 kcal; Białko ogółem: 78.23 g; Tłuszcz: 57.22 g; Kw. tł. nasy.: 16.33 g; Węglowodany ogółem: 366.07 g; W tym cukry: 103.49 g; Błonnik pok.: 45.18 g; Sól: 7.01 g; WW: 32.05 Por; : 13.83 %; : 56.74 %; Ener. z T: 22.76 %; Ener. z Bł.: 3.99 %; K: 3847.42 mg;	Wartość energetyczna: 2545.30 kcal; Białko ogółem: 80.74 g; Tłuszcz: 60.52 g; Kw. tł. nasy.: 16.75 g; Węglowodany ogółem: 427.14 g; W tym cukry: 143.84 g; Błonnik pok.: 45.60 g; Sól: 7.28 g; WW: 38.14 Por; : 12.69 %; : 59.96 %; Ener. z T: 21.40 %; Ener. z Bł.: 3.58 %; K: 3886.19 mg;	Wartość energetyczna: 2347.32 kcal; Białko ogółem: 76.52 g; Tłuszcz: 47.20 g; Kw. tł. nasy.: 15.55 g; Węglowodany ogółem: 417.11 g; W tym cukry: 136.18 g; Błonnik pok.: 34.46 g; Sól: 6.31 g; WW: 38.24 Por; : 13.04 %; : 65.21 %; Ener. z T: 18.10 %; Ener. z Bł.: 2.94 %; K: 3953.06 mg;	Wartość energetyczna: 2413.44 kcal; Białko ogółem: 97.11 g; Tłuszcz: 74.87 g; Kw. tł. nasy.: 27.44 g; Węglowodany ogółem: 353.49 g; W tym cukry: 63.04 g; Błonnik pok.: 56.37 g; Sól: 10.89 g; WW: 29.78 Por; : 16.10 %; : 49.24 %; Ener. z T: 27.92 %; Ener. z Bł.: 4.67 %; K: 3962.12 mg;	
2024-03-01 piątek	Śniadanie	Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 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>) Dżem 25 g 1 szt Serek wiejski lekki 3% tł 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) Pomidor koktajlowy 80 g Sałata zielona 20 g Melon 100 g	Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 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>) Dżem 25 g 1 szt Serek wiejski lekki 3% tł 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) Pomidor koktajlowy 80 g Sałata zielona 20 g	Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Dżem 25 g 1 szt Serek wiejski lekki 3% tł 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) Pomidor koktajlowy 80 g Sałata zielona 20 g	Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 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>) Dżem 25 g 1 szt Serek wiejski lekki 3% tł 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) Pomidor b/skórki 80 g Sałata zielona 20 g	Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<u>MLE.</u>) Kawa zbożowa b/c 250 ml (<u>GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 120 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>) Pomidor koktajlowy 80 g Sałata zielona 20 g
	II ŚN	Melon 100 g				

Jadłospisy za okres od dnia 2024-02-26 do dnia 2024-03-03 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- Podstawowa/Ogólna	SIE- Podstawowa wzbogacona	SIE- Położnicza podstawowa	SIE- Położnicza łatwostrawna	SIE- Z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów	
2024-03-01 piątek	Obiad	Kalafiorowa z ryżem () 300 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki () 180 g Łosoś pieczony 120 g (RYB.) Sos koperkowy * 80 ml (GLU PSZ, MLE.) Surówka z kapusty kiszzonej z olejem () 100 g Warzywa po grecku () 100 g (GLU PSZ, SEL.) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml		Ryżowa () 300 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki () 180 g Łosoś pieczony 120 g (RYB.) Sos koperkowy * 80 ml (GLU PSZ, MLE.) Warzywa po grecku () 200 g (GLU PSZ, SEL.) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml		Kalafiorowa z ryżem () 300 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki () 180 g Łosoś pieczony 120 g (RYB.) Sos koperkowy * 80 ml (GLU PSZ, MLE.) Surówka z kapusty kiszzonej z olejem b/c () 100 g Warzywa po grecku () 100 g (GLU PSZ, SEL.) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml	
	PD		Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (MLE.)			Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Serek homo z natką pietruszki 40 g (MLE.) Salata zielona 20 g	
	Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 80 g (JAJ, MLE.) Ser żółty 25 g (MLE.) Papryka świeża 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 (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 80 g (JAJ, MLE.) Ser żółty 25 g (MLE.) Papryka świeża 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 (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Serek homo. naturalny 50 g (MLE.) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 80 g (JAJ, MLE.) 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 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 80 g (JAJ, MLE.) Ser żółty 25 g (MLE.) Papryka świeża 80 g Rukola 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt		
	PN	Biskvity b/m 30 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ.) Sok przecierowy warzywno-owocowy 0,33l 1 szt					Wafle ryżowe 30 g Sok przecierowy warzywno-owocowy 0,33l 1 szt
			Wartość energetyczna: 2586.29 kcal; Białko ogółem: 115.39 g; Tłuszcz: 69.49 g; Kw. tł. nasy.: 26.11 g; Węglowodany ogółem: 388.82 g; W tym cukry: 118.26 g; Błonnik pok.: 32.10 g; Sól: 8.33 g; WW: 35.82 Por; : 17.85 %; : 55.17 %; Ener. z T: 24.18 %; Ener. z Bł.: 2.48 %; K: 4709.41 mg;	Wartość energetyczna: 2676.29 kcal; Białko ogółem: 120.79 g; Tłuszcz: 71.74 g; Kw. tł. nasy.: 27.43 g; Węglowodany ogółem: 401.12 g; W tym cukry: 126.51 g; Błonnik pok.: 32.55 g; Sól: 8.51 g; WW: 37.02 Por; : 18.05 %; : 55.09 %; Ener. z T: 24.12 %; Ener. z Bł.: 2.43 %; K: 4977.91 mg;	Wartość energetyczna: 2704.39 kcal; Białko ogółem: 123.53 g; Tłuszcz: 71.82 g; Kw. tł. nasy.: 27.40 g; Węglowodany ogółem: 404.05 g; W tym cukry: 127.23 g; Błonnik pok.: 29.52 g; Sól: 7.99 g; WW: 37.62 Por; : 18.27 %; : 55.40 %; Ener. z T: 23.90 %; Ener. z Bł.: 2.18 %; K: 5006.21 mg;	Wartość energetyczna: 2682.50 kcal; Białko ogółem: 124.29 g; Tłuszcz: 62.26 g; Kw. tł. nasy.: 22.25 g; Węglowodany ogółem: 417.20 g; W tym cukry: 127.29 g; Błonnik pok.: 26.61 g; Sól: 7.44 g; WW: 39.21 Por; : 18.53 %; : 58.24 %; Ener. z T: 20.89 %; Ener. z Bł.: 1.98 %; K: 4941.92 mg;	Wartość energetyczna: 2313.55 kcal; Białko ogółem: 110.93 g; Tłuszcz: 67.73 g; Kw. tł. nasy.: 25.41 g; Węglowodany ogółem: 333.99 g; W tym cukry: 68.00 g; Błonnik pok.: 44.08 g; Sól: 7.92 g; WW: 29.12 Por; : 19.18 %; : 50.12 %; Ener. z T: 26.35 %; Ener. z Bł.: 3.81 %; K: 4791.72 mg;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-02-26 do dnia 2024-03-03 KUCHNIA SIEDLCE

	SIE- Podstawowa/Ogólna	SIE- Podstawowa wzbogacona	SIE- Położnicza podstawowa	SIE- Położnicza łatwostrawna	SIE- Z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów	
2024-03-02 sobota	Śniadanie	<p>Płatki pszenne na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 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>) Parówki z szynki-kielbasa wieprzowa, homogenizowana, wędzona, parzona 60 g Ketchup 20 g (<u>SEL,</u>) Szynka z pierśią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalanej 25 g (<u>SOJ, SEL,</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Banan 150 g</p>	<p>Płatki pszenne na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 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>) Parówki z szynki-kielbasa wieprzowa, homogenizowana, wędzona, parzona 60 g Ketchup 20 g (<u>SEL,</u>) Szynka z pierśią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalanej 25 g (<u>SOJ, SEL,</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g</p>	<p>Płatki pszenne na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Parówki z szynki-kielbasa wieprzowa, homogenizowana, wędzona, parzona 60 g Ketchup 20 g (<u>SEL,</u>) Szynka z pierśią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalanej 25 g (<u>SOJ, SEL,</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g</p>	<p>Płatki pszenne na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 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>) Szynka z pierśią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalanej 30 g (<u>SOJ, SEL,</u>) Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona, parzona, z dod. wody, białka wp 30 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g</p>	<p>Maślanka 150 ml (<u>MLE,</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona, parzona, z dod. wody, białka wp 30 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,</u>) Szynka z pierśią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalanej 50 g (<u>SOJ, SEL,</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g</p>
	II ŚN			Banan 150 g		Mandarynka 100 g
	Obiad		Ogórkowa z ziemniakami () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) kasza pęczak/sypko 180 g (<u>GLU PSZ,</u>) Gulasz z udźca kurczaka 150 g (<u>GLU PSZ,</u>) Buraczki gotowane drobno tarte () 100 g Surówka wykwinna z olejem b/c 100 g (<u>JAJ, GOR,</u>) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt		Ziemniaczana () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (<u>GLU JEĆZ,</u>) Gulasz z udźca kurczaka 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Buraczki gotowane drobno tarte () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ogórkowa z ziemniakami () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) kasza pęczak/sypko 180 g (<u>GLU PSZ,</u>) Gulasz z udźca kurczaka 150 g (<u>GLU PSZ,</u>) Buraczki gotowane drobno tarte() b/c 100 g Surówka wykwinna z olejem b/c 100 g (<u>JAJ, GOR,</u>) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
PD			Budyń o smaku waniliowym z/c 200 ml (<u>MLE,</u>)		Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE,</u>) Połudwica wiśniowa wędzona wieprzowa z dodatkim wody wędzona parzona 20 g (<u>GLU PSZ, SOJ,</u>) Sałata zielona 20 g	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-02-26 do dnia 2024-03-03 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- Podstawowa/Ogólna	SIE- Podstawowa wzbogacona	SIE- Położnicza podstawowa	SIE- Położnicza łatwostrawna	SIE- Z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów	
2024-03-02 sobota	Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 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>) Sałatka z ryżu i brokułów 200 g (<u>JAJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 50 g (<u>SOJ.</u>) 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 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Sałatka z ryżu i brokułów 200 g (<u>JAJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 50 g (<u>SOJ.</u>) 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 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Sałatka z ryżu i brokułów- dieta 200 g (<u>MLE, SEL.</u>) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 50 g (<u>SOJ.</u>) Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Sałatka z ryżu i brokułów 200 g (<u>JAJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 50 g (<u>SOJ.</u>) Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt		
	PN	Dżem 25 g 1 szt Ciasto drożdżowe 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SO2.</u>)					Chleb razowy żytnio-pszenny 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
		Wartość energetyczna: 2738.39 kcal; Białko ogółem: 91.60 g; Tłuszcz: 87.76 g; Kw. tł. nasy.: 27.78 g; Węglowodany ogółem: 403.41 g; W tym cukry: 96.94 g; Błonnik pok.: 44.98 g; Sól: 10.66 g; WW: 35.97 Por; : 13.38 %; : 52.36 %; Ener. z T: 28.84 %; Ener. z Bł.: 3.29 %; K: 3959.01 mg;	Wartość energetyczna: 2939.79 kcal; Białko ogółem: 98.27 g; Tłuszcz: 91.78 g; Kw. tł. nasy.: 30.16 g; Węglowodany ogółem: 437.97 g; W tym cukry: 121.94 g; Błonnik pok.: 45.02 g; Sól: 10.89 g; WW: 39.43 Por; : 13.37 %; : 53.47 %; Ener. z T: 28.10 %; Ener. z Bł.: 3.06 %; K: 4242.95 mg;	Wartość energetyczna: 2963.29 kcal; Białko ogółem: 99.57 g; Tłuszcz: 91.68 g; Kw. tł. nasy.: 30.15 g; Węglowodany ogółem: 441.22 g; W tym cukry: 121.74 g; Błonnik pok.: 41.72 g; Sól: 10.79 g; WW: 40.08 Por; : 13.44 %; : 53.93 %; Ener. z T: 27.85 %; Ener. z Bł.: 2.82 %; K: 4159.45 mg;	Wartość energetyczna: 2635.71 kcal; Białko ogółem: 96.08 g; Tłuszcz: 52.43 g; Kw. tł. nasy.: 21.91 g; Węglowodany ogółem: 460.14 g; W tym cukry: 125.33 g; Błonnik pok.: 32.21 g; Sól: 8.37 g; WW: 42.91 Por; : 14.58 %; : 64.94 %; Ener. z T: 17.90 %; Ener. z Bł.: 2.44 %; K: 4434.21 mg;	Wartość energetyczna: 2344.66 kcal; Białko ogółem: 95.81 g; Tłuszcz: 74.54 g; Kw. tł. nasy.: 23.66 g; Węglowodany ogółem: 339.62 g; W tym cukry: 45.90 g; Błonnik pok.: 56.34 g; Sól: 10.14 g; WW: 28.42 Por; : 16.35 %; : 48.33 %; Ener. z T: 28.61 %; Ener. z Bł.: 4.81 %; K: 4004.23 mg;	
2024-03-03 niedziela	Śniadanie	Kasza manna na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 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>) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g Twarożek z koperkiem 50 g (<u>MLE.</u>) Ogórek kiszony 80 g Mix sałat 20 g Jabłko 150 g	Kasza manna na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 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>) Twarożek z koperkiem 50 g (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g Ogórek kiszony 80 g Mix sałat 20 g	Kasza manna 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 razowy żytnio-pszenny 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</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 Twarożek z koperkiem 50 g (<u>MLE.</u>) Ogórek kiszony 70 g Mix sałat 20 g	Kasza manna na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 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>) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Twarożek z koperkiem 50 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-pszenny 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</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 Twarożek z koperkiem 50 g (<u>MLE.</u>) Ogórek kiszony 70 g Mix sałat 20 g	
	II ŚN	Jabłko 150 g					

Jadłospisy za okres od dnia 2024-02-26 do dnia 2024-03-03 KUCHNIA SIEDLCE

	SIE- Podstawowa/Ogólna	SIE- Podstawowa wzbogacona	SIE- Położnicza podstawowa	SIE- Położnicza łatwostrawna	SIE- Z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów
2024-03-03 niedziela	Obiad	Pomidorowa z makaronem () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Schab duszony 100 g Sos własny () 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki () 180 g Kapusta zasmażana 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	Pomidorowa z makaronem () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki () 180 g Schab duszony 100 g Sos własny () 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kapusta zasmażana 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	Pomidorowa z makaronem () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Schab duszony 100 g Sos własny () 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki () 180 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g (<u>SEL.</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Schab duszony 100 g Sos własny () 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki () 180 g Surówka z kapusty białej z olejem b/c () 100 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 100 g (<u>SEL.</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml
	PD		Maślanka truskawkowa 150 ml (<u>MLE.</u>) Podplomyki b/c 20 g (<u>GLU PSZ, MLE.</u>)		Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 20 g (<u>SOJ.</u>) Sałata zielona 20 g
	Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 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 Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (<u>SOJ.</u>) Ser mozzarella kulki 35 g (<u>MLE.</u>) Pomidor koktajlowy 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 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (<u>SOJ.</u>) Ser mozzarella kulki 35 g (<u>MLE.</u>) Pomidor koktajlowy 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 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (<u>SOJ.</u>) Ser mozzarella kulki 35 g (<u>MLE.</u>) Pomidor koktajlowy 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 150 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (<u>SOJ.</u>) Ser mozzarella kulki 35 g (<u>MLE.</u>) Pomidor koktajlowy 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PN	Mus owocowy 100g-produkt pasteryzowany 1 szt			Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g Sałata zielona 10 g
		Wartość energetyczna: 2213.63 kcal; Białko ogółem: 104.14 g; Tłuszcz: 57.58 g; Kw. tł. nasy.: 24.43 g; Węglowodany ogółem: 335.95 g; W tym cukry: 78.49 g; Błonnik pok.: 36.30 g; Sól: 9.80 g; WW: 30.04 Por; : 18.82 %; : 54.15 %; Ener. z T: 23.41 %; Ener. z Bł.: 3.28 %; K: 4226.35 mg;	Wartość energetyczna: 2401.43 kcal; Białko ogółem: 111.34 g; Tłuszcz: 60.77 g; Kw. tł. nasy.: 25.93 g; Węglowodany ogółem: 368.35 g; W tym cukry: 78.49 g; Błonnik pok.: 36.30 g; Sól: 9.95 g; WW: 33.28 Por; : 18.55 %; : 55.31 %; Ener. z T: 22.78 %; Ener. z Bł.: 3.02 %; K: 4226.35 mg;	Wartość energetyczna: 2474.17 kcal; Białko ogółem: 117.74 g; Tłuszcz: 63.70 g; Kw. tł. nasy.: 26.29 g; Węglowodany ogółem: 373.53 g; W tym cukry: 80.78 g; Błonnik pok.: 35.91 g; Sól: 10.45 g; WW: 33.82 Por; : 19.04 %; : 54.58 %; Ener. z T: 23.17 %; Ener. z Bł.: 2.90 %; K: 4425.90 mg;	Wartość energetyczna: 2501.17 kcal; Białko ogółem: 117.68 g; Tłuszcz: 63.52 g; Kw. tł. nasy.: 26.31 g; Węglowodany ogółem: 379.34 g; W tym cukry: 82.10 g; Błonnik pok.: 33.03 g; Sól: 9.57 g; WW: 34.71 Por; : 18.82 %; : 55.38 %; Ener. z T: 22.86 %; Ener. z Bł.: 2.64 %; K: 4406.24 mg;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-02-26 do dnia 2024-03-03 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- Z ogr. łatwoprzyswajalnych węgl. b/ml	SIE- Cukrzyca lekko strawna	SIE- Płynna 3x/Płynna wzb. 5x/Sonda 3x i 5x	SIE- Płynna wzbogacona b/ml/Sonda b/ml b/ml	SIE- Papkowata
2024-02-26 poniedziałek	Śniadanie	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka graham-pszenna 60g 1 szt (GLU PSZ.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 30 g (SOJ.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Maślanka 150 ml (MLE.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona,parzona,z dod.wody,białka wp 30 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Pomidor b/skórki 80 g Sałata zielona 20 g	Płynna śniadanie mleczna-SIED 500 ml (GLUPSZ, JAJ, MLE.)	Płynna śniadanie bezmleczna-SIED 500 ml (GLU PSZ, JAJ.)	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLUOW.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona,parzona,z dod.wody,białka wp 30 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Dyńia z wody 100 g
	II ŚN	Mandarynka 100 g	Jabłko pieczone 150 g	Budyń o smaku śmietankowym b/c 200 ml (MLE.)	Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml	Banan 150 g
	Obiad	Grochowa z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Ryż na sypko (brązowy) 180 g Pulpet drobiowy 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos ziołowy*b/ml 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Surówka z marchwi z olejem b/c () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Solferino () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryż na sypko 180 g Pulpet drobiowy 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos ziołowy* 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Surówka z marchwi z olejem b/c () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna obiad*(SEL.)-SIED 500 ml (SEL.)		Solferino () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryż z jabłkiem prażonym i cynamonem 300 g Sos jogurtowy naturalny 100 g (MLE.) Szpinak gotowany z olejem* 200 g (GLU PSZ.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 20 g Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 20 g Sałata zielona 20 g	Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml	Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml	Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml (MLE.)
Kolacja	Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 25 g (SOJ.) Papryka świeża 80 g Mix sałat 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Pasta z twarogu z koperkiem 80 g (MLE.) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g Pomidor b/skórki 80 g Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Mix sałat 20 g	Płynna kolacja *(SEL.)-SIED 500 ml (SEL.)		Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Pasta z twarogu z koperkiem 150 g (MLE.) Marchew gotowana z olejem () 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-02-26 do dnia 2024-03-03 KUCHNIA SIEDLCE

	SIE- Z ogr. łatwoprzyswajalnych węgl. b/ml	SIE- Cukrzyca lekko strawna	SIE- Płynna 3x/Płynna wzb. 5x/Sonda 3x i 5x	SIE- Płynna wzbogacona b/ml/Sonda b/ml b/ml	SIE- Papkowata	
2024-02-26 poniedziałek	PN	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% # 5 g Połudwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 25 g (SOJ.)	Wafle ryżowe 30 g Sok pomidorowy 0,3l 1 szt	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Biszkopty b/m 30 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ.)	
		Wartość energetyczna: 2222.58 kcal; Białko ogółem: 97.33 g; Tłuszcz: 63.70 g; Kw. tł. nasy.: 13.48 g; Węglowodany ogółem: 336.49 g; W tym cukry: 40.62 g; Błonnik pok.: 56.79 g; Sól: 10.37 g; WW: 28.04 Por; : 17.52 %; : 50.34 %; Ener. z T: 25.79 %; Ener. z Bł.: 5.11 %; K: 4028.36 mg;	Wartość energetyczna: 2421.69 kcal; Białko ogółem: 104.98 g; Tłuszcz: 64.22 g; Kw. tł. nasy.: 24.84 g; Węglowodany ogółem: 368.92 g; W tym cukry: 56.09 g; Błonnik pok.: 31.14 g; Sól: 9.25 g; WW: 33.87 Por; : 17.34 %; : 55.79 %; Ener. z T: 23.87 %; Ener. z Bł.: 2.57 %; K: 3683.99 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 %; : 46.34 %; Ener. z T: 33.52 %; Ener. z Bł.: 2.73 %; K: 5303.66 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 %; : 48.44 %; Ener. z T: 32.69 %; Ener. z Bł.: 3.14 %; K: 4454.96 mg;	Wartość energetyczna: 2630.72 kcal; Białko ogółem: 101.67 g; Tłuszcz: 59.09 g; Kw. tł. nasy.: 25.68 g; Węglowodany ogółem: 436.43 g; W tym cukry: 141.36 g; Błonnik pok.: 27.84 g; Sól: 6.35 g; WW: 40.94 Por; : 15.46 %; : 62.13 %; Ener. z T: 20.21 %; Ener. z Bł.: 2.12 %; K: 3936.43 mg;
2024-02-27 wtorek	Śniadanie	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% # 10 g Pasta z ryby gotowanej (miruna) z warzywami* 80 g (RYB, SEL.) Szynkowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,średnio rozdrobniona,wędzona,parzona 25 g Pomidor 80 g Salata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Pasta z ryby gotowanej (miruna) z warzywami* 80 g (RYB, SEL.) Baton szynkowy z kurcząt 25 g (może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.) Pomidor b/skórki 80 g Salata zielona 20 g	Płynna śniadanie mleczna-SIED 500 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE.)	Płynna śniadanie bezmleczna-SIED 500 ml (GLU PSZ, JAJ.)	Makaron na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Pasta z ryby gotowanej (miruna) z warzywami* 100 g (RYB, SEL.) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 100 g (SEL.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml
	II ŚN	Jabłko 150 g	Jabłko pieczone 150 g	Jogurt brzoskwinowy 150g 1 szt (MLE.)	Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml	Jabłko pieczone 150 g
	Obiad	Kapuśniak z kapusty kiszzonej () 300 ml (GLU PSZ, SEL, GOR.) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (GLU JĘCZ.) Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos ziołowy () 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Surówka z rzepy, jabłka i marchewki (bez mleka)() 100 g Buraczki oprószone () 100 g (GLU PSZ.) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml	Wielowarzywna z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (GLU JĘCZ.) Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Buraczki oprószone () 200 g (GLU PSZ.) Sos ziołowy () 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml	Płynna obiad*()-SIED 500 ml (SEL.)	Wielowarzywna z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki () 180 g Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos ziołowy () 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Buraczki oprószone () 200 g (GLU PSZ.) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-02-26 do dnia 2024-03-03 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- Z ogr. łatwoprzyswajalnych węgl. b/ml	SIE- Cukrzyca lekko strawna	SIE- Płynna 3x/Płynna wzb. 5x/Sonda 3x i 5x	SIE- Płynna wzbogacona b/ml/Sonda b/ml b/ml	SIE- Papkowata
2024-02-27 wtorek	PD	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona,w osłonce niejadalanej 20 g (SOJ, SEL.) Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona,w osłonce niejadalanej 20 g (SOJ, SEL.) Sałata zielona 20 g	Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml		Jogurt brzoskwiowy 150g 1 szt (MLE.)
	Kolacja	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynka Drobiowa, produkt drobno rozdrobniony 50 g Szynka zielonogórska- wp. parzona 30 g (SOJ.) Pomidor koktajlowy 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka Drobiowa, produkt drobno rozdrobniony 50 g Ser mozzarella kulki 35 g (MLE.) Pomidor koktajlowy 80 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Sałata zielona 20 g	Płynna kolacja *(-)-SIED 500 ml (SEL.)		Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Szynka Drobiowa, produkt drobno rozdrobniony 50 g Ser mozzarella kulki 35 g (MLE.) Brokuł gotowany* 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PN	Sok przecierowy warzywno-owocowy 0,33 l 1 szt Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 30 g	Sok przecierowy warzywno-owocowy 0,33 l 1 szt	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt		Sok przecierowy warzywno-owocowy 0,33 l 1 szt Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 30 g
		Wartość energetyczna: 2848.68 kcal; Białko ogółem: 99.25 g; Tłuszcz: 64.35 g; Kw. tł. nasy.: 14.73 g; Węglowodany ogółem: 370.48 g; W tym cukry: 72.31 g; Błonnik pok.: 48.91 g; Sól: 8.05 g; WW: 32.31 Por; : 13.94 %; : 45.15 %; Ener. z T: 20.33 %; Ener. z Bł.: 3.43 %; K: 3808.00 mg;	Wartość energetyczna: 2847.84 kcal; Białko ogółem: 102.80 g; Tłuszcz: 57.32 g; Kw. tł. nasy.: 25.49 g; Węglowodany ogółem: 374.29 g; W tym cukry: 78.17 g; Błonnik pok.: 30.87 g; Sól: 8.14 g; WW: 34.44 Por; : 14.44 %; : 48.24 %; Ener. z T: 18.11 %; Ener. z Bł.: 2.17 %; K: 3343.96 mg;	Wartość energetyczna: 2090.42 kcal; Białko ogółem: 90.24 g; Tłuszcz: 79.26 g; Kw. tł. nasy.: 17.51 g; Węglowodany ogółem: 268.08 g; W tym cukry: 75.91 g; Błonnik pok.: 30.15 g; Sól: 2.04 g; WW: 23.65 Por; : 17.27 %; : 45.53 %; Ener. z T: 34.12 %; Ener. z Bł.: 2.88 %; K: 5319.86 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 %; : 48.44 %; Ener. z T: 32.69 %; Ener. z Bł.: 3.14 %; K: 4454.96 mg;	Wartość energetyczna: 3243.18 kcal; Białko ogółem: 115.36 g; Tłuszcz: 51.84 g; Kw. tł. nasy.: 20.39 g; Węglowodany ogółem: 474.87 g; W tym cukry: 126.30 g; Błonnik pok.: 37.17 g; Sól: 8.47 g; WW: 43.82 Por; : 14.23 %; : 53.98 %; Ener. z T: 14.38 %; Ener. z Bł.: 2.29 %; K: 5231.36 mg;
2024-02-28 środa	Śniadanie	Kawa zbożowa b/c 250 ml (GLU ŻYT, GLU JECZ.) Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) 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 Papryka świeża 80 g Mix sałat 20 g	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.) Kawa zbożowa b/c 250 ml (GLU ŻYT, GLU JECZ.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Serek homo. naturalny 80 g (MLE.) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g Pomidor 80 g Mix sałat 20 g	Płynna śniadanie mleczna-SIED 500 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE.)	Płynna śniadanie bezmleczna-SIED 500 ml (GLU PSZ, JAJ.)	Ryż na mleku 300 ml (MLE.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Serek homo. naturalny 80 g (MLE.) Dżem 25 g 1 szt Szpinak gotowany z olejem* 100 g (GLU PSZ.)

Jadłospisy za okres od dnia 2024-02-26 do dnia 2024-03-03 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- Z ogr. łatwoprzyswajalnych węgl. b/ml	SIE- Cukrzyca lekko strawna	SIE- Płynna 3x/Płynna wzb. 5x/Sonda 3x i 5x	SIE- Płynna wzbogacona b/ml/Sonda b/ml b/ml	SIE- Papkowata
2024-02-28 środa	II ŚN	Jabłko 150 g	Jabłko pieczone 150 g	Budyń o smaku śmietankowym b/c 200 ml (MLE.)	Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml	Banan 150 g
	Obiad	Grysikowa () 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki () 180 g Filet z kurczaka pieczony 100 g (GLU PSZ.) Sos koperkowy (bez mleka) 80 ml (GLU PSZ.) Sałatka szwedzka () 100 g (GOR.) Dyńia z wody 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Grysikowa () 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki () 180 g Filet z kurczaka pieczony 100 g (GLU PSZ.) Sos koperkowy () 80 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Dyńia z wody 100 g Cukinia pieczona z olejem * 100 g	Płynna obiad*(-)-SIED 500 ml (SEL.)		Grysikowa () 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki () 180 g Pulpet drobiowy 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos koperkowy () 80 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Dyńia z wody 100 g Cukinia pieczona z olejem * 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Sałata zielona 10 g Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 20 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Sałata zielona 10 g Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 20 g	Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml	Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml	Maślanka truskawkowa 200 ml (MLE.)
	Kolacja	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynka zielonogórska- wp. parzona 25 g (SOJ.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 50 g (SOJ.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Pomidor b/skórki 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna kolacja *(-)-SIED 500 ml (SEL.)		Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 50 g (SOJ.) Buraczki gotowane drobno tarte () 100 g Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PN	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 25 g (SOJ.) Sałata zielona 10 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 25 g (SOJ.) Sałata zielona 10 g	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt		Bułka maślana 1 szt 1 szt (GLU PSZ, JAJ, MLE.)
			Wartość energetyczna: 1968.21 kcal; Białko ogółem: 99.25 g; Tłuszcz: 45.08 g; Kw. tł. nasy.: 11.80 g; Węglowodany ogółem: 308.18 g; W tym cukry: 36.98 g; Błonnik pok.: 39.75 g; Sól: 12.14 g; WW: 26.88 Por; : 20.17 %; : 54.55 %; Ener. z T: 20.61 %; Ener. z Bł.: 4.04 %; K: 4087.33 mg;	Wartość energetyczna: 2217.27 kcal; Białko ogółem: 115.93 g; Tłuszcz: 54.84 g; Kw. tł. nasy.: 22.92 g; Węglowodany ogółem: 326.11 g; W tym cukry: 38.63 g; Błonnik pok.: 28.34 g; Sól: 10.42 g; WW: 29.73 Por; : 20.91 %; : 53.72 %; Ener. z T: 22.26 %; Ener. z Bł.: 2.56 %; K: 4021.19 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 %; : 46.34 %; Ener. z T: 33.52 %; Ener. z Bł.: 2.73 %; K: 5303.66 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 %; : 48.44 %; Ener. z T: 32.69 %; Ener. z Bł.: 3.14 %; K: 4454.96 mg;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-02-26 do dnia 2024-03-03 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- Z ogr. łatwoprzyswajalnych węgl. b/ml	SIE- Cukrzyca lekko strawna	SIE- Płynna 3x/Płynna wzb. 5x/Sonda 3x i 5x	SIE- Płynna wzbogacona b/ml/Sonda b/ml b/ml	SIE- Papkowata
2024-02-29 czwartek	Śniadanie	Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka graham-pszenna 60g 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 30 g Paszтет z ciecierzycy () 60 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g	Maślanka 150 ml (<u>MLE.</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 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 30 g Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 30 g (<u>może zawierać: MLE, GOR.</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Płynna śniadanie mleczna-SIED 500 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>)	Płynna śniadanie bezmleczna-SIED 500 ml (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>)	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 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Marchew gotowana z olejem () 100 g Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 30 g Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 30 g (<u>może zawierać: MLE, GOR.</u>)
	II ŚN	Gruszka 150 g	Jabłko pieczone 150 g	Kefir 2% tł 200 ml (<u>MLE.</u>)	Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml	Jabłko pieczone 150 g
	Obiad	Barszcz ukraiński z ziemniakami (bez mleka) () 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Makaron pełnoziarnisty z sosem mięsno-warzywnym, z mięsa drobiowego () 300 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Surówka wielowarzywna z olejem b/c () 100 g (<u>SEL.</u>) Brokuł gotowany* 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Makaron z sosem mięsno-warzywnym, z mięsa drobiowego () 300 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Brokuł gotowany* 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Płynna obiad*()-SIED 500 ml (<u>SEL.</u>)		Barszcz czerwony z ziemniakami () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki () 180 g Pulpet wieprzowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos pomidorowy 80 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Brokuł gotowany* 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml
PD	Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Schab bednarza- wędzonka wp.wędzona,parzona z wodą dodaną 20 g (<u>SOJ.</u>) Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Schab bednarza- wędzonka wp.wędzona,parzona z wodą dodaną 20 g (<u>SOJ.</u>) Sałata zielona 20 g	Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml		Kisiel o smaku wiśniowym z/c 200 ml	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-02-26 do dnia 2024-03-03 KUCHNIA SIEDLCE

	SIE- Z ogr. łatwoprzyswajalnych węgl. b/ml	SIE- Cukrzyca lekko strawna	SIE- Płynna 3x/Płynna wzb. 5x/Sonda 3x i 5x	SIE- Płynna wzbogacona b/ml/Sonda b/ml b/ml	SIE- Papkowata	
2024-02-29 czwartek	Kolacja	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadanej 50 g (SOJ, SEL.) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 25 g (SOJ.) Pomidor 70 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadanej 50 g (SOJ, SEL.) Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona, parzona, z dod. wody, białka wp 25 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Pomidor b/skórki 70 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Sałata zielona 20 g	Płynna kolacja *(-)-SIED 500 ml (SEL.)	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 100 g (SEL.) Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona, parzona, z dod. wody, białka wp 25 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadanej 50 g (SOJ, SEL.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	
	PN	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 25 g (SOJ.) Sałata zielona 10 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 25 g (SOJ.) Sałata zielona 10 g	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt	
	Wartość energetyczna: 2283.11 kcal; Białko ogółem: 91.17 g; Tłuszcz: 65.84 g; Kw. tł. nasy.: 12.63 g; Węglowodany ogółem: 345.60 g; W tym cukry: 55.02 g; Błonnik pok.: 53.83 g; Sól: 11.08 g; WW: 29.21 Por; : 15.97 %; : 51.12 %; Ener. z T: 25.95 %; Ener. z Bł.: 4.72 %; K: 3556.42 mg;	Wartość energetyczna: 2240.01 kcal; Białko ogółem: 93.48 g; Tłuszcz: 53.51 g; Kw. tł. nasy.: 21.34 g; Węglowodany ogółem: 359.54 g; W tym cukry: 53.92 g; Błonnik pok.: 29.94 g; Sól: 10.08 g; WW: 32.98 Por; : 16.69 %; : 58.86 %; Ener. z T: 21.50 %; Ener. z Bł.: 2.67 %; K: 3320.76 mg;	Wartość energetyczna: 2102.42 kcal; Białko ogółem: 93.74 g; Tłuszcz: 81.06 g; Kw. tł. nasy.: 18.57 g; Węglowodany ogółem: 263.48 g; W tym cukry: 75.11 g; Błonnik pok.: 29.70 g; Sól: 2.13 g; WW: 23.25 Por; : 17.84 %; : 44.48 %; Ener. z T: 34.70 %; Ener. z Bł.: 2.82 %; K: 5263.86 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 %; : 48.44 %; Ener. z T: 32.69 %; Ener. z Bł.: 3.14 %; K: 4454.96 mg;	Wartość energetyczna: 2458.94 kcal; Białko ogółem: 95.20 g; Tłuszcz: 55.41 g; Kw. tł. nasy.: 20.80 g; Węglowodany ogółem: 410.16 g; W tym cukry: 114.40 g; Błonnik pok.: 37.16 g; Sól: 9.48 g; WW: 37.23 Por; : 15.49 %; : 60.68 %; Ener. z T: 20.28 %; Ener. z Bł.: 3.02 %; K: 5034.66 mg;	
2024-03-01 piątek	Śniadanie	Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadanej 75 g (SOJ, SEL.) Pomidor koktajlowy 80 g Kawa zbożowa b/c 250 ml (GLU ŻYT, GLU JECZ.) Sałata zielona 20 g	Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE.) Kawa zbożowa b/c 250 ml (GLU ŻYT, GLU JECZ.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Serek wiejski lekki 3% tł 150g 1 szt (MLE.) Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadanej 25 g (SOJ, SEL.) Pomidor koktajlowy 80 g Sałata zielona 20 g	Płynna śniadanie mleczna-SIED 500 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE.)	Płynna śniadanie bezmleczna-SIED 500 ml (GLU PSZ, JAJ.)	Zacierka na mleku 300 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Dżem 25 g 1 szt Serek wiejski lekki 3% tł 150g 1 szt (MLE.) Dyńia z wody 100 g
	II ŚN	Melon 100 g	Jabłko pieczone 150 g	Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml (MLE.)	Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml	Jabłko pieczone 150 g

Jadłospisy za okres od dnia 2024-02-26 do dnia 2024-03-03 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- Z ogr. łatwoprzyswajalnych węgl. b/ml	SIE- Cukrzyca lekko strawna	SIE- Płynna 3x/Płynna wzb. 5x/Sonda 3x i 5x	SIE- Płynna wzbogacona b/ml/Sonda b/ml b/ml	SIE- Papkowata
2024-03-01 piątek	Obiad	Kalafiorowa z ryżem (bez mleka) () 300 ml (SEL.) Ziemniaki () 180 g Łosoś pieczony 120 g (RYB.) Sos koperkowy *(bez mleka) 80 ml (GLU PSZ.) Surówka z kapusty kiszzonej z olejem b/c () 100 g Warzywa po grecku () 100 g (GLU PSZ. SEL.) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml	Ryżowa () 300 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki () 180 g Łosoś pieczony 120 g (RYB.) Sos koperkowy * 80 ml (GLU PSZ, MLE.) Warzywa po grecku () 200 g (GLU PSZ, SEL.) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml	Płynna obiad*(-)-SIED 500 ml (SEL.)		Ryżowa () 300 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki () 180 g Łosoś pieczony 120 g (RYB.) Sos koperkowy * 80 ml (GLU PSZ, MLE.) Warzywa po grecku () 200 g (GLU PSZ, SEL.) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml
	PD	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Południca Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 20 g (SOJ.) Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Serek homo z natką pietruszki 40 g (MLE.) Sałata zielona 20 g	Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml		Budyń o smaku czekoladowym z/c 150 ml (MLE.)
	Kolacja	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Jajko gotowane kl M 2 szt (JAJ.) Papryka świeża 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 (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 100 g (JAJ, MLE.) Pomidor b/skórki 80 g Rukola 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna kolacja*(-)-SIED 500 ml (SEL.)		Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 80 g (JAJ, MLE.) Brokuł gotowany* 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PN	Wafle ryżowe 30 g Sok przecierowy warzywno-owocowy 0,33 l 1 szt	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt		Biszkopty b/m 30 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ.) Sok przecierowy warzywno-owocowy 0,33 l 1 szt	
			Wartość energetyczna: 2088.48 kcal; Białko ogółem: 90.88 g; Tłuszcz: 54.92 g; Kw. tł. nasy.: 12.53 g; Węglowodany ogółem: 326.09 g; W tym cukry: 59.33 g; Błonnik pok.: 44.00 g; Sól: 8.38 g; WW: 28.29 Por; : 17.41 %; : 54.03 %; Ener. z T: 23.67 %; Ener. z Bł.: 4.21 %; K: 4621.95 mg;	Wartość energetyczna: 2424.75 kcal; Białko ogółem: 112.37 g; Tłuszcz: 59.29 g; Kw. tł. nasy.: 21.18 g; Węglowodany ogółem: 371.71 g; W tym cukry: 76.08 g; Błonnik pok.: 30.45 g; Sól: 8.32 g; WW: 34.22 Por; : 18.54 %; : 56.30 %; Ener. z T: 22.01 %; Ener. z Bł.: 2.51 %; K: 4079.52 mg;	Wartość energetyczna: 2203.82 kcal; Białko ogółem: 93.81 g; Tłuszcz: 81.09 g; Kw. tł. nasy.: 18.58 g; Węglowodany ogółem: 288.64 g; W tym cukry: 91.91 g; Błonnik pok.: 29.74 g; Sól: 2.17 g; WW: 25.72 Por; : 17.03 %; : 46.99 %; Ener. z T: 33.11 %; Ener. z Bł.: 2.70 %; K: 5303.79 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 %; : 48.44 %; Ener. z T: 32.69 %; Ener. z Bł.: 3.14 %; K: 4454.96 mg;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-02-26 do dnia 2024-03-03 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- Z ogr. łatwoprzyswajalnych węgl. b/ml	SIE- Cukrzyca lekko strawna	SIE- Płynna 3x/Płynna wzb. 5x/Sonda 3x i 5x	SIE- Płynna wzbogacona b/ml/Sonda b/ml b/ml	SIE- Papkowata
2024-03-02 sobota	Śniadanie	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynka gotowana wieprzowa wędzona parzona,zawiera wodę dodaną, w siatce niejadanej 30 g (GLU PSZ, SOJ.) Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona,w osłonce niejadanej 50 g (SOJ, SEL.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Maślanka 150 ml (MLE.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona,parzona,z dod.wody,białka wp 30 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona,w osłonce niejadanej 50 g (SOJ, SEL.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Płynna śniadanie mleczna-SIED 500 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE.)	Płynna śniadanie bezmleczna-SIED 500 ml (GLU PSZ, JAJ.)	Płatki pszenne na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona,w osłonce niejadanej 50 g (SOJ, SEL.) Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona,parzona,z dod.wody,białka wp 30 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Kalafior gotowany* 100 g
	II ŚN	Mandarynka 100 g	Jabłko pieczone 150 g	Budyń o smaku waniliowym b/c 200 ml (MLE.)	Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml	Banan 150 g
	Obiad	Ogórkowa z ziemniakami (bez mleka) () 300 ml (GLU PSZ, SEL.) kasza pęczak/sypko 180 g (GLU PSZ.) Gulasz z udźca kurczaka 150 g (GLU PSZ.) Buraczki gotowane drobno tarte() b/c 100 g Surówka wykwinna z olejem b/c 100 g (JAJ, GOR.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (GLU JĘCZ.) Gulasz z udźca kurczaka 150 g (GLU PSZ.) Buraczki gotowane drobno tarte() b/c 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna obiad*()-SIED 500 ml (SEL.)		Ziemniaczana () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki () 180 g Gulasz z udźca kurczaka 150 g (GLU PSZ.) Buraczki gotowane drobno tarte () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
PD	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Połudwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkim wody wędzona parzona 20 g (GLU PSZ, SOJ.) Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Połudwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkim wody wędzona parzona 20 g (GLU PSZ, SOJ.) Sałata zielona 20 g	Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml		Budyń o smaku waniliowym z/c 200 ml (MLE.)	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-02-26 do dnia 2024-03-03 KUCHNIA SIEDLCE

	SIE- Z ogr. łatwoprzyswajalnych węgl. b/ml	SIE- Cukrzyca lekko strawna	SIE- Płynna 3x/Płynna wzb. 5x/Sonda 3x i 5x	SIE- Płynna wzbogacona b/ml/Sonda b/ml b/ml	SIE- Papkowata	
2024-03-02 sobota	Kolacja	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Sałatka z ryżu i brokułów- dieta (b/ml) 200 g (SEL.) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Sałatka z ryżu i brokułów- dieta 200 g (MLE, SEL.) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 50 g (SOJ.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Sałata zielona 20 g	Płynna kolacja *(SEL.)-SIED 500 ml (SEL.)	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Sałatka z ryżu i brokułów- dieta 200 g (MLE, SEL.) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 50 g (SOJ.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	
	PN	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 25 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Baton szynkowy z kurcząt 25 g (może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.)	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Dżem 25 g 1 szt Ciasto drożdżowe 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, SOJ.)	
	Wartość energetyczna: 2267.61 kcal; Białko ogółem: 86.55 g; Tłuszcz: 74.14 g; Kw. tł. nasy.: 14.01 g; Węglowodany ogółem: 330.18 g; W tym cukry: 37.24 g; Błonnik pok.: 56.27 g; Sól: 10.89 g; WW: 27.39 Por; : 15.27 %; : 48.32 %; Ener. z T: 29.43 %; Ener. z Bł.: 4.96 %; K: 3721.65 mg;	Wartość energetyczna: 2350.03 kcal; Białko ogółem: 99.38 g; Tłuszcz: 53.21 g; Kw. tł. nasy.: 22.32 g; Węglowodany ogółem: 384.09 g; W tym cukry: 52.45 g; Błonnik pok.: 32.88 g; Sól: 10.47 g; WW: 35.16 Por; : 16.92 %; : 59.78 %; Ener. z T: 20.38 %; Ener. z Bł.: 2.80 %; K: 3698.10 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 %; : 46.34 %; Ener. z T: 33.52 %; Ener. z Bł.: 2.73 %; K: 5303.66 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 %; : 48.44 %; Ener. z T: 32.69 %; Ener. z Bł.: 3.14 %; K: 4454.96 mg;	Wartość energetyczna: 2704.61 kcal; Białko ogółem: 105.25 g; Tłuszcz: 53.90 g; Kw. tł. nasy.: 22.35 g; Węglowodany ogółem: 465.38 g; W tym cukry: 125.07 g; Błonnik pok.: 32.81 g; Sól: 9.02 g; WW: 43.32 Por; : 15.57 %; : 63.97 %; Ener. z T: 17.93 %; Ener. z Bł.: 2.43 %; K: 5517.50 mg;	
2024-03-03 niedziela	Śniadanie	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) 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 Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Ogórek kiszony 70 g Mix sałat 20 g	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Twarożek z koperkiem 50 g (MLE.) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 25 g Pomidor 80 g Mix sałat 20 g	Płynna śniadanie mleczna-SIED 500 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE.)	Płynna śniadanie bezmleczna-SIED 500 ml (GLU PSZ, JAJ.)	Kasza manna na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Twarożek z koperkiem 50 g (MLE.) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 25 g Dyńia z wody 100 g
	II ŚN	Jabłko 150 g	Jabłko pieczone 150 g	Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml	Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml	Jabłko pieczone 150 g

Jadłospisy za okres od dnia 2024-02-26 do dnia 2024-03-03 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- Z ogr. łatwoprzyswajalnych węgl. b/ml	SIE- Cukrzyca lekko strawna	SIE- Płynna 3x/Płynna wzb. 5x/Sonda 3x i 5x	SIE- Płynna wzbogacona b/ml/Sonda b/ml b/ml	SIE- Papkowata
2024-03-03 niedziela	Obiad	Pomidorowa z makaronem (bez mleka) () 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Schab duszony 100 g Sos własny () 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki () 180 g Surówka z kapusty białej z olejem b/c () 100 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 100 g (SEL.) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Schab duszony 100 g Sos własny () 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki () 180 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g (SEL.) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml	Płynna obiad*(-)-SIED 500 ml (SEL.)		Pomidorowa z makaronem () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki () 180 g Pulpet wieprzowy 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos własny () 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g (SEL.) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml
	PD	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw oslonce niejadalnej 20 g (SOJ.) Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw oslonce niejadalnej 20 g (SOJ.) Sałata zielona 20 g	Maślanka truskawkowa 150 ml (MLE.)	Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml	Maślanka truskawkowa 150 ml (MLE.)
	Kolacja	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 150 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (SOJ.) Pomidor koktajlowy 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (SOJ.) Ser mozzarella kulki 35 g (MLE.) Pomidor koktajlowy 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna kolacja*(-)-SIED 500 ml (SEL.)		Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (SOJ.) Ser mozzarella kulki 35 g (MLE.) Kalafor gotowany* 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PN	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g Sałata zielona 10 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g Sałata zielona 10 g	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt		Mus owocowy 100g-produkt pasteryzowany 1 szt
			Wartość energetyczna: 2222.59 kcal; Białko ogółem: 110.97 g; Tłuszcz: 64.01 g; Kw. tł. nasy.: 15.46 g; Węglowodany ogółem: 326.92 g; W tym cukry: 41.78 g; Błonnik pok.: 52.86 g; Sól: 13.62 g; WW: 27.48 Por; : 19.97 %; : 49.32 %; Ener. z T: 25.92 %; Ener. z Bł.: 4.76 %; K: 4662.96 mg;	Wartość energetyczna: 2405.71 kcal; Białko ogółem: 115.29 g; Tłuszcz: 70.49 g; Kw. tł. nasy.: 30.25 g; Węglowodany ogółem: 344.80 g; W tym cukry: 49.86 g; Błonnik pok.: 34.52 g; Sól: 11.27 g; WW: 31.10 Por; : 19.17 %; : 51.59 %; Ener. z T: 26.37 %; Ener. z Bł.: 2.87 %; K: 4383.29 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 %; : 45.88 %; Ener. z T: 33.77 %; Ener. z Bł.: 2.81 %; K: 5019.86 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 %; : 48.44 %; Ener. z T: 32.69 %; Ener. z Bł.: 3.14 %; K: 4454.96 mg;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-02-26 do dnia 2024-03-03 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- Papkowata b/ml	SIE- Łatwo strawna	SIE- Bezmleczna	SIE- Niskotłuszczowa	SIE- O kontr. zaw.kwasów tłuszczowych
2024-02-26 poniedziałek	Śniadanie	Kasza kukurydziana na wodzie 300 ml Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 30 g (SOJ.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Dyńia z wody 100 g	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLUOW.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona,parzona,z dod.wody,białka wp 30 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Pomidor b/skórki 80 g Sałata zielona 20 g Mandarynka 100 g	Kasza kukurydziana na wodzie 300 ml Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 25 g (SOJ.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Pomidor b/skórki 80 g Sałata zielona 20 g Mandarynka 100 g	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLUOW.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona,parzona,z dod.wody,białka wp 30 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Połędwica Sopotcka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 30 g (SOJ.) Banan 150 g Pomidor b/skórki 80 g Sałata zielona 20 g	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLUOW.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka graham-pszenna 60g 1 szt (GLU PSZ.) Chleb razowy żytnio-pszenny 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona,parzona,z dod.wody,białka wp 30 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Połędwica Sopotcka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 30 g (SOJ.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g
	II ŚN	Banan 150 g				Mandarynka 100 g
	Obiad	Solferino (bez mleka) () 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Ryż na sypko 180 g Pulpet drobiowy 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos ziołowy* 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Szpinak gotowany z olejem* 200 g (GLU PSZ.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Solferino () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryż z jabłkiem prażonym i cynamonem 300 g Sos jogurtowy naturalny 100 g (MLE.) Surówka z marchwi z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Solferino (bez mleka) () 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Ryż na sypko 180 g Pulpet drobiowy 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos ziołowy* b/ml 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Surówka z marchwi z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Solferino () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryż z jabłkiem prażonym i cynamonem 300 g Sos jogurtowy naturalny 100 g (MLE.) Marchew gotowana z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Solferino () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryż na sypko (brązowy) 180 g Pulpet drobiowy 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos ziołowy* 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Surówka z marchwi z olejem b/c () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD	Kisiel o smaku truskawkowym z/c 200 ml				Budyń o smaku śmietankowym b/c 200 ml (MLE.)
Kolacja	Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) 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 Marchew gotowana z olejem () 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Pasta z twarogu z koperkiem 80 g (MLE.) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g Pomidor b/skórki 80 g Mix sałat 20 g Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (MLE.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) 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 Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Pomidor b/skórki 80 g Mix sałat 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Pasta z twarogu z koperkiem 80 g (MLE.) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g Pomidor b/skórki 80 g Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (MLE.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Mix sałat 20 g	Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Pasta z twarogu i cebuli 80 g (MLE.) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g Papryka świeża 80 g Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (MLE.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Mix sałat 20 g	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-02-26 do dnia 2024-03-03 KUCHNIA SIEDLCE

	SIE- Papkowata b/ml	SIE- Łatwo strawna	SIE- Bezmleczna	SIE- Niskotłuszczowa	SIE- O kontr. zaw.kwasów tłuszczowych	
2024-02-26 poniedziałek	PN	Biszkopty b/m g (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ.</u>)	Wafle ryżowe 30 g Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (<u>MLE.</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% # 5 g Poledwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 25 g (<u>SOJ.</u>) Sałata zielona 5 g	Wafle ryżowe 30 g Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (<u>MLE.</u>)	
		Wartość energetyczna: 2282.02 kcal; Białko ogółem: 83.02 g; Tłuszcz: 51.00 g; Kw. tł. nasy.: 11.37 g; Węglowodany ogółem: 382.23 g; W tym cukry: 95.70 g; Błonnik pok.: 26.51 g; Sól: 9.21 g; WW: 35.62 Por; : 14.55 %; : 62.35 %; Ener. z T: 20.11 %; Ener. z Bł.: 2.32 %; K: 3142.37 mg;	Wartość energetyczna: 2447.99 kcal; Białko ogółem: 95.41 g; Tłuszcz: 55.87 g; Kw. tł. nasy.: 24.87 g; Węglowodany ogółem: 407.17 g; W tym cukry: 123.00 g; Błonnik pok.: 30.31 g; Sól: 6.94 g; WW: 37.73 Por; : 15.59 %; : 61.58 %; Ener. z T: 20.54 %; Ener. z Bł.: 2.48 %; K: 4005.65 mg;	Wartość energetyczna: 2258.74 kcal; Białko ogółem: 87.04 g; Tłuszcz: 59.44 g; Kw. tł. nasy.: 13.87 g; Węglowodany ogółem: 357.20 g; W tym cukry: 55.88 g; Błonnik pok.: 29.43 g; Sól: 9.58 g; WW: 32.79 Por; : 15.41 %; : 58.05 %; Ener. z T: 23.68 %; Ener. z Bł.: 2.61 %; K: 3109.15 mg;	Wartość energetyczna: 2424.07 kcal; Białko ogółem: 98.07 g; Tłuszcz: 41.95 g; Kw. tł. nasy.: 17.98 g; Węglowodany ogółem: 430.80 g; W tym cukry: 141.16 g; Błonnik pok.: 29.00 g; Sól: 6.20 g; WW: 40.33 Por; : 16.18 %; : 66.30 %; Ener. z T: 15.57 %; Ener. z Bł.: 2.39 %; K: 4572.40 mg;	Wartość energetyczna: 2508.25 kcal; Białko ogółem: 112.76 g; Tłuszcz: 67.85 g; Kw. tł. nasy.: 21.72 g; Węglowodany ogółem: 377.31 g; W tym cukry: 93.69 g; Błonnik pok.: 47.41 g; Sól: 7.29 g; WW: 33.15 Por; : 17.98 %; : 52.61 %; Ener. z T: 24.34 %; Ener. z Bł.: 3.78 %; K: 5033.82 mg;
2024-02-27 wtorek	Śniadanie	Kasza manna na wodzie 300 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% # 10 g Pasta z ryby gotowanej (miruna) z warzywami* 100 g (<u>RYB, SEL.</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 100 g (<u>SEL.</u>) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Jabłko pieczone 200 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 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Pasta z ryby gotowanej (miruna) z warzywami* 80 g (<u>RYB, SEL.</u>) Baton szynkowy z kurcząt 25 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.</u>) Pomidor b/skórki 80 g Sałata zielona 20 g Jabłko pieczone 150 g	Kasza manna na wodzie 300 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% # 10 g Pasta z ryby gotowanej (miruna) z warzywami* 80 g (<u>RYB, SEL.</u>) Szynkowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,średnio rozdrobniona,wędzona,parzona 25 g Pomidor b/skórki 80 g Sałata zielona 20 g Jabłko pieczone 150 g	Makaron na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Pasta z ryby gotowanej (miruna) z warzywami* 80 g (<u>RYB, SEL.</u>) Pomidor b/skórki 80 g Jabłko pieczone 150 g Baton szynkowy z kurcząt 25 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.</u>) Sałata zielona 20 g	Makaron na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Pasta z ryby gotowanej (miruna) z warzywami* 80 g (<u>RYB, SEL.</u>) Baton szynkowy z kurcząt 25 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g
	II ŚN				Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) Jabłko 150 g	
	Obiad	Wielowarzywna z ziemniakami (bez mleka) () 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki () 180 g Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos ziołowy () 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Buraczki oprószone () 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Wielowarzywna z ziemniakami () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (<u>GLU JECZ.</u>) Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos ziołowy () 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Buraczki oprószone () 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Wielowarzywna z ziemniakami (bez mleka) () 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (<u>GLU JECZ.</u>) Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos ziołowy () 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Buraczki oprószone () 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Wielowarzywna z ziemniakami () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (<u>GLU JECZ.</u>) Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos ziołowy () 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Buraczki oprószone () 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Kapuśniak z kapusty kiszzonej () 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL, GOR.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (<u>GLU JECZ.</u>) Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos ziołowy () 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Surówka z rzepy, jabłka i marchewki () 100 g (<u>MLE.</u>) Buraczki oprószone () 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml

Jadłospisy za okres od dnia 2024-02-26 do dnia 2024-03-03 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- Papkowata b/ml	SIE- Łatwo strawna	SIE- Bezmleczna	SIE- Niskotłuszczowa	SIE- O kontr. zaw.kwasów tłuszczowych
2024-02-27 wtorek	PD	Kisiel o smaku cytrynowym z/c 200 ml				Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% # 5g Szynka z piersią indyczą- wędlna drobiowa grubo rozdrobniona, parzona,w osłonce niejadanej 20 g (SOJ, SEL.) Sałata zielona 20 g
	Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% # 10g Szynka Drobiowa, produkt drobno rozdrobniony 50 g Szynka zielonogórska- wp. parzona 30 g (SOJ.) 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 (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka Drobiowa, produkt drobno rozdrobniony 50 g Ser mozzarella kulki 35 g (MLE.) Pomidor koktajlowy 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% # 10g Szynka z piersią indyczą- wędlna drobiowa grubo rozdrobniona, parzona,w osłonce niejadanej 50 g (SOJ, SEL.) Szynka zielonogórska- wp. parzona 30 g (SOJ.) Pomidor koktajlowy 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 120 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Dżem 25 g 1 szt Ser mozzarella kulki 35 g (MLE.) Pomidor koktajlowy 80 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Szynka Drobiowa, produkt drobno rozdrobniony 50 g Ser mozzarella kulki 35 g (MLE.) Pomidor koktajlowy 80 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Sałata zielona 20 g
	PN	Sok przecierowy warzywno-owocowy 0,33l 1 szt Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 30 g	Sok przecierowy warzywno-owocowy 0,33l 1 szt Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 30 g	Sok przecierowy warzywno-owocowy 0,33l 1 szt	Sok przecierowy warzywno-owocowy 0,33l 1 szt Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 30 g	Sok przecierowy warzywno-owocowy 0,33l 1 szt Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 30 g
		Wartość energetyczna: 3166.73 kcal; Białko ogółem: 100.35 g; Tłuszcz: 46.05 g; Kw. tł. nasy.: 11.02 g; Węglowodany ogółem: 484.13 g; W tym cukry: 139.15 g; Błonnik pok.: 37.54 g; Sól: 8.31 g; WW: 44.64 Por; : 12.68 %; : 56.41 %; Ener. z T: 13.09 %; Ener. z Bł.: 2.37 %; K: 4614.80 mg;	Wartość energetyczna: 3171.81 kcal; Białko ogółem: 110.42 g; Tłuszcz: 56.35 g; Kw. tł. nasy.: 24.45 g; Węglowodany ogółem: 449.07 g; W tym cukry: 113.09 g; Błonnik pok.: 31.09 g; Sól: 7.97 g; WW: 41.89 Por; : 13.92 %; : 52.71 %; Ener. z T: 15.99 %; Ener. z Bł.: 1.96 %; K: 3574.82 mg;	Wartość energetyczna: 2166.93 kcal; Białko ogółem: 90.89 g; Tłuszcz: 41.45 g; Kw. tł. nasy.: 11.16 g; Węglowodany ogółem: 368.74 g; W tym cukry: 91.26 g; Błonnik pok.: 29.23 g; Sól: 8.00 g; WW: 33.99 Por; : 16.78 %; : 62.67 %; Ener. z T: 17.21 %; Ener. z Bł.: 2.70 %; K: 3186.73 mg;	Wartość energetyczna: 2513.31 kcal; Białko ogółem: 101.47 g; Tłuszcz: 47.13 g; Kw. tł. nasy.: 18.58 g; Węglowodany ogółem: 431.44 g; W tym cukry: 124.21 g; Błonnik pok.: 27.34 g; Sól: 6.26 g; WW: 40.56 Por; : 16.15 %; : 64.31 %; Ener. z T: 16.88 %; Ener. z Bł.: 2.18 %; K: 3729.12 mg;	Wartość energetyczna: 3152.73 kcal; Białko ogółem: 116.77 g; Tłuszcz: 71.73 g; Kw. tł. nasy.: 24.46 g; Węglowodany ogółem: 412.65 g; W tym cukry: 91.90 g; Błonnik pok.: 49.51 g; Sól: 8.50 g; WW: 36.48 Por; : 14.82 %; : 46.07 %; Ener. z T: 20.48 %; Ener. z Bł.: 3.14 %; K: 4513.55 mg;
2024-02-28 środa	Śniadanie	Kasza manna na wodzie 300 ml (GLU PSZ.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% # 10g Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Dżem 25 g 1 szt Szpinak gotowany z olejem* 100 g (GLU PSZ.)	Ryż na mleku 300 ml (MLE.) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Serek homo. naturalny 80 g (MLE.) Dżem 25 g 1 szt Pomidor 80 g Banan 150 g Mix sałat 20 g	Kasza manna na wodzie 300 ml (GLU PSZ.) Kawa zbożowa z/c 250 ml (GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% # 10g Dżem 25 g 1 szt Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Pomidor 80 g Banan 150 g Mix sałat 20 g	Ryż na mleku 300 ml (MLE.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Serek homo. naturalny 80 g (MLE.) Dżem 25 g 1 szt Pomidor 80 g Banan 150 g Mix sałat 20 g	Ryż na mleku 300 ml (MLE.) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Serek homo. naturalny 80 g (MLE.) Dżem 25 g 1 szt Papryka świeża 80 g Mix sałat 20 g

Jadłospisy za okres od dnia 2024-02-26 do dnia 2024-03-03 KUCHNIA SIEDLCE

	SIE- Papkowata b/ml	SIE- Łatwo strawna	SIE- Bezmleczna	SIE- Niskotłuszczowa	SIE- O kontr. zaw.kwasów tłuszczowych
II ŚN	Banan 150 g				Banan 150 g
Obiad	Grysikowa () 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki () 180 g Pulpet drobiowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos koperkowy (bez mleka) 80 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Dyńia z wody 100 g Cukinia pieczona z olejem * 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Grysikowa () 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki () 180 g Filet z kurczaka pieczony 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Sos koperkowy () 80 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Dyńia z wody 100 g Cukinia pieczona z olejem * 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Grysikowa () 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki () 180 g Filet z kurczaka pieczony 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Sos koperkowy (bez mleka) 80 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Cukinia pieczona z olejem * 100 g Dyńia z wody 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Grysikowa () 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki () 180 g Filet z kurczaka pieczony 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Sos koperkowy () 80 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Dyńia z wody 100 g Cukinia pieczona z olejem * 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Grysikowa () 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki () 180 g Filet z kurczaka pieczony 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Sos koperkowy () 80 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Sałatka szwedzka () 100 g (<u>GOR.</u>) Dyńia z wody 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
PD	Wafelki 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u>)				Maślanka 200 ml (<u>MLE.</u>)
Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 50 g (<u>SOJ.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Buraczki gotowane drobno tarte () 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 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 50 g (<u>SOJ.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Pomidor b/skórki 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 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 50 g (<u>SOJ.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Pomidor b/skórki 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 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 50 g (<u>SOJ.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Pomidor b/skórki 80 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy pszenno-żytni 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 50 g (<u>SOJ.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Pomidor 80 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Sałata zielona 20 g
PN	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 25 g (<u>SOJ.</u>)	Bułka maślana 1 szt 1 szt (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 25 g (<u>SOJ.</u>) Sałata zielona 10 g	Bułka maślana 1 szt 1 szt (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>)	
	Wartość energetyczna: 2376.57 kcal; Białko ogółem: 90.52 g; Tłuszcz: 62.22 g; Kw. tł. nasy.: 17.75 g; Węglowodany ogółem: 374.69 g; W tym cukry: 77.11 g; Błonnik pok.: 25.83 g; Sól: 10.46 g; WW: 34.88 Por; : 15.23 %; : 58.72 %; Ener. z T: 23.56 %; Ener. z Bł.: 2.17 %; K: 3839.64 mg;	Wartość energetyczna: 2534.89 kcal; Białko ogółem: 116.38 g; Tłuszcz: 54.11 g; Kw. tł. nasy.: 21.48 g; Węglowodany ogółem: 405.41 g; W tym cukry: 99.73 g; Błonnik pok.: 24.06 g; Sól: 8.09 g; WW: 38.23 Por; : 18.36 %; : 60.18 %; Ener. z T: 19.21 %; Ener. z Bł.: 1.90 %; K: 4659.60 mg;	Wartość energetyczna: 2124.50 kcal; Białko ogółem: 97.91 g; Tłuszcz: 44.08 g; Kw. tł. nasy.: 10.47 g; Węglowodany ogółem: 344.05 g; W tym cukry: 71.69 g; Błonnik pok.: 23.89 g; Sól: 9.80 g; WW: 32.09 Por; : 18.43 %; : 60.28 %; Ener. z T: 18.67 %; Ener. z Bł.: 2.25 %; K: 3960.90 mg;	Wartość energetyczna: 2479.99 kcal; Białko ogółem: 117.76 g; Tłuszcz: 43.59 g; Kw. tł. nasy.: 14.26 g; Węglowodany ogółem: 414.10 g; W tym cukry: 94.36 g; Błonnik pok.: 22.50 g; Sól: 7.29 g; WW: 39.27 Por; : 18.99 %; : 63.16 %; Ener. z T: 15.82 %; Ener. z Bł.: 1.81 %; K: 4636.13 mg;	Wartość energetyczna: 2460.30 kcal; Białko ogółem: 122.55 g; Tłuszcz: 50.41 g; Kw. tł. nasy.: 16.62 g; Węglowodany ogółem: 393.38 g; W tym cukry: 96.34 g; Błonnik pok.: 32.92 g; Sól: 9.70 g; WW: 36.26 Por; : 19.92 %; : 58.60 %; Ener. z T: 18.44 %; Ener. z Bł.: 2.68 %; K: 5192.84 mg;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-02-26 do dnia 2024-03-03 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- Papkowata b/ml	SIE- Łatwo strawna	SIE- Bezmleczna	SIE- Niskotłuszczowa	SIE- O kontr. zaw.kwasów tłuszczowych
2024-02-29 czwartek	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 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) 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 Marchew gotowana z olejem () 100 g	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 30 g Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 30 g (może zawierać: MLE, GOR.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Jabłko pieczone 150 g	Kasza kukurydziana na wodzie 300 ml Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) 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 Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Jabłko pieczone 150 g	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 30 g Pomidor 80 g Jabłko pieczone 150 g Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 30 g (może zawierać: MLE, GOR.) Sałata zielona 20 g	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka graham-pszenna 60g 1 szt (GLU PSZ.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g Ogórek kiszony 80 g Paszтет z ciecierzycy () 60 g (GLU PSZ, JAJ.) Sałata zielona 20 g
	II ŚN	Jabłko pieczone 150 g				Gruszka 150 g
	Obiad	Barszcz czerwony z ziemniakami (bez mleka) () 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki () 180 g Pulpet wieprzowy 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos pomidorowy 80 ml (GLU PSZ.) Brokuł gotowany* 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Makaron z sosem mięsno-warzywnym, z mięsa drobiowego () 300 g (GLU PSZ, SEL.) Brokuł gotowany* 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami (bez mleka) () 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Makaron z sosem mięsno-warzywnym, z mięsa drobiowego () 300 g (GLU PSZ, SEL.) Brokuł gotowany* 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Makaron z sosem mięsno-warzywnym, z mięsa drobiowego () 300 g (GLU PSZ, SEL.) Brokuł gotowany* 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Barszcz ukraiński z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Makaron pełnoziarnisty z sosem mięsno-warzywnym, z mięsa drobiowego () 300 g (GLU PSZ, SEL.) Surówka wielowarzywna z olejem () 100 g (SEL.) Brokuł gotowany* 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml
PD	Kisiel o smaku wiśniowym z/c 200 ml				Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-02-26 do dnia 2024-03-03 KUCHNIA SIEDLCE

	SIE- Papkowata b/ml	SIE- Łatwo strawna	SIE- Bezmleczna	SIE- Niskotłuszczowa	SIE- O kontr. zaw.kwasów tłuszczowych	
2024-02-29 czwartek	Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 30 g (SOJ.) Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona,w osłonce niejadalanej 30 g (SOJ, SEL.) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 100 g (SEL.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Zapiekanka z ryżu i jabłka () 200 g (MLE.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Surówka z marchwi () 150 g (MLE.) Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE.)	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 30 g (SOJ.) Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona,w osłonce niejadalanej 30 g (SOJ, SEL.) Pomidor b/skórki 70 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Zapiekanka z ryżu i jabłka () 200 g (MLE.) Surówka z marchwi () 150 g (MLE.) Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona,w osłonce niejadalanej 50 g (SOJ, SEL.) Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona,parzona,z dod.wody,białka wp 25 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Pomidor 70 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE.)
	PN	Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt				
	Wartość energetyczna: 2298.25 kcal; Białko ogółem: 86.34 g; Tłuszcz: 48.01 g; Kw. tł. nasy.: 11.68 g; Węglowodany ogółem: 396.06 g; W tym cukry: 101.44 g; Błonnik pok.: 37.17 g; Sól: 10.25 g; WW: 35.79 Por; : 15.03 %; : 62.46 %; Ener. z T: 18.80 %; Ener. z Bł.: 3.23 %; K: 4598.25 mg;	Wartość energetyczna: 2069.69 kcal; Białko ogółem: 74.81 g; Tłuszcz: 44.05 g; Kw. tł. nasy.: 15.18 g; Węglowodany ogółem: 356.22 g; W tym cukry: 95.84 g; Błonnik pok.: 34.04 g; Sól: 6.20 g; WW: 32.16 Por; : 14.46 %; : 62.27 %; Ener. z T: 19.15 %; Ener. z Bł.: 3.29 %; K: 3914.30 mg;	Wartość energetyczna: 1974.36 kcal; Białko ogółem: 75.12 g; Tłuszcz: 40.09 g; Kw. tł. nasy.: 8.93 g; Węglowodany ogółem: 338.62 g; W tym cukry: 62.95 g; Błonnik pok.: 28.47 g; Sól: 9.08 g; WW: 30.93 Por; : 15.22 %; : 62.84 %; Ener. z T: 18.28 %; Ener. z Bł.: 2.88 %; K: 2926.13 mg;	Wartość energetyczna: 2037.29 kcal; Białko ogółem: 77.03 g; Tłuszcz: 39.41 g; Kw. tł. nasy.: 12.23 g; Węglowodany ogółem: 357.01 g; W tym cukry: 97.25 g; Błonnik pok.: 32.89 g; Sól: 5.32 g; WW: 32.38 Por; : 15.12 %; : 63.64 %; Ener. z T: 17.41 %; Ener. z Bł.: 3.23 %; K: 4047.45 mg;	Wartość energetyczna: 2294.98 kcal; Białko ogółem: 89.24 g; Tłuszcz: 62.74 g; Kw. tł. nasy.: 15.06 g; Węglowodany ogółem: 352.90 g; W tym cukry: 78.19 g; Błonnik pok.: 49.20 g; Sól: 8.79 g; WW: 30.40 Por; : 15.55 %; : 52.93 %; Ener. z T: 24.61 %; Ener. z Bł.: 4.29 %; K: 3832.18 mg;	
2024-03-01 piątek	Śniadanie	Kasza kukurydziana na wodzie 300 ml Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona,w osłonce niejadalanej 50 g (SOJ, SEL.) Dżem 25 g 1 szt Dyńia z wody 100 g	Zacierka na mleku 300 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Dżem 25 g 1 szt Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona,w osłonce niejadalanej 50 g (SOJ, SEL.) Pomidor koktajlowy 80 g Sałata zielona 20 g Melon 100 g	Kasza kukurydziana na wodzie 300 ml Kawa zbożowa z/c 250 ml (GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Dżem 25 g 1 szt Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona,w osłonce niejadalanej 50 g (SOJ, SEL.) Pomidor koktajlowy 80 g Sałata zielona 20 g Melon 100 g	Zacierka na mleku 300 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Dżem 25 g 1 szt Serek wiejski lekki 3% tł 150g 1 szt (MLE.) Pomidor koktajlowy 80 g Melon 100 g Sałata zielona 20 g	Zacierka na mleku 300 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Serek wiejski lekki 3% tł 150g 1 szt (MLE.) Pomidor koktajlowy 80 g Sałata zielona 20 g
	II ŚN	Melon 100 g				Melon 100 g

Jadłospisy za okres od dnia 2024-02-26 do dnia 2024-03-03 KUCHNIA SIEDLCE

	SIE- Papkowata b/ml	SIE- Łatwo strawna	SIE- Bezmleczna	SIE- Niskotłuszczowa	SIE- O kontr. zaw.kwasów tłuszczowych	
2024-03-01 piątek	Obiad	Ryżowa (bez mleka) () 300 ml (<u>SEL</u>) Ziemniaki () 180 g Łosoś pieczony 120 g (<u>RYB</u>) Sos koperkowy *(bez mleka) 80 ml (<u>GLU PSZ</u>) Warzywa po grecku () 200 g (<u>GLU PSZ SEL</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Ryżowa () 300 ml (<u>MLE SEL</u>) Ziemniaki () 180 g Łosoś pieczony 120 g (<u>RYB</u>) Sos koperkowy * 80 ml (<u>GLU PSZ MLE</u>) Warzywa po grecku () 200 g (<u>GLU PSZ SEL</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Ryżowa (bez mleka) () 300 ml (<u>SEL</u>) Ziemniaki () 180 g Łosoś pieczony 120 g (<u>RYB</u>) Sos koperkowy *(bez mleka) 80 ml (<u>GLU PSZ</u>) Warzywa po grecku () 200 g (<u>GLU PSZ SEL</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Ryżowa () 300 ml (<u>MLE SEL</u>) Ziemniaki () 180 g Łosoś pieczony 120 g (<u>RYB</u>) Sos koperkowy * 80 ml (<u>GLU PSZ MLE</u>) Warzywa po grecku () 200 g (<u>GLU PSZ SEL</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Kalafiorowa z ryżem () 300 ml (<u>MLE SEL</u>) Ziemniaki () 180 g Łosoś pieczony 120 g (<u>RYB</u>) Sos koperkowy * 80 ml (<u>GLU PSZ MLE</u>) Surówka z kapusty kiszzonej z olejem () 100 g Warzywa po grecku () 100 g (<u>GLU PSZ SEL</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml
		PD	Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml			Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (<u>MLE</u>)
2024-03-01 piątek	Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ GLU ŻYT</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ</u>) 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 70 g (<u>GLU PSZ GLU ŻYT</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 80 g (<u>JAJ MLE</u>) Serek homo. naturalny 30 g (<u>MLE</u>) Pomidor b/skórki 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 70 g (<u>GLU PSZ GLU ŻYT</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ</u>) Pomidor b/skórki 80 g Rukola 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 80 g (<u>JAJ MLE</u>) Pomidor b/skórki 80 g Miód (25g) 1 szt Rukola 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (<u>GLU PSZ GLU ŻYT</u>) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Pasta z jaj z koperkiem -dieta 80 g (<u>JAJ MLE</u>) Serek homo. naturalny 30 g (<u>MLE</u>) Papryka świeża 80 g Rukola 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
		PN	Biskopki b/m 30 g (<u>GLU PSZ JAJ SOJ</u>) Sok przecierowy warzywno-owocowy 0,33 l 1 szt			
	Wartość energetyczna: 2318.95 kcal; Białko ogółem: 88.21 g; Tłuszcz: 46.70 g; Kw. tł. nasy.: 10.46 g; Węglowodany ogółem: 395.82 g; W tym cukry: 111.51 g; Błonnik pok.: 27.68 g; Sól: 7.45 g; WW: 36.77 Por; : 15.22 %; : 63.50 %; Ener. z T: 18.13 %; Ener. z Bł.: 2.39 %; K: 3992.93 mg;	Wartość energetyczna: 2573.65 kcal; Białko ogółem: 116.07 g; Tłuszcz: 59.51 g; Kw. tł. nasy.: 20.93 g; Węglowodany ogółem: 404.15 g; W tym cukry: 118.93 g; Błonnik pok.: 26.12 g; Sól: 7.24 g; WW: 37.93 Por; : 18.04 %; : 58.75 %; Ener. z T: 20.81 %; Ener. z Bł.: 2.03 %; K: 4663.75 mg;	Wartość energetyczna: 2226.16 kcal; Białko ogółem: 87.00 g; Tłuszcz: 46.80 g; Kw. tł. nasy.: 10.44 g; Węglowodany ogółem: 374.85 g; W tym cukry: 94.81 g; Błonnik pok.: 25.92 g; Sól: 6.79 g; WW: 34.97 Por; : 15.63 %; : 62.70 %; Ener. z T: 18.92 %; Ener. z Bł.: 2.33 %; K: 4044.53 mg;	Wartość energetyczna: 2488.89 kcal; Białko ogółem: 110.67 g; Tłuszcz: 47.79 g; Kw. tł. nasy.: 13.62 g; Węglowodany ogółem: 414.62 g; W tym cukry: 113.78 g; Błonnik pok.: 24.05 g; Sól: 6.16 g; WW: 39.21 Por; : 17.79 %; : 62.77 %; Ener. z T: 17.28 %; Ener. z Bł.: 1.93 %; K: 4625.43 mg;	Wartość energetyczna: 2416.90 kcal; Białko ogółem: 118.42 g; Tłuszcz: 64.99 g; Kw. tł. nasy.: 17.14 g; Węglowodany ogółem: 356.50 g; W tym cukry: 92.19 g; Błonnik pok.: 39.69 g; Sól: 7.38 g; WW: 31.82 Por; : 19.60 %; : 52.43 %; Ener. z T: 24.20 %; Ener. z Bł.: 3.28 %; K: 5362.97 mg;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-02-26 do dnia 2024-03-03 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- Papkowata b/ml	SIE- Łatwo strawna	SIE- Bezmleczna	SIE- Niskotłuszczowa	SIE- O kontr. zaw.kwasów tłuszczowych
2024-03-02 sobota	Śniadanie	<p>Platki ryżowe na wodzie 300 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona,w osłonce niejadanej 50 g (SOJ, SEL.) Szynka gotowana wieprzowa wędzona parzona,zawiera wodę dodaną, w siatce niejadanej 30 g (GLU PSZ, SOJ.) Kalafior gotowany* 100 g</p>	<p>Platki pszenne na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona,parzona,z dod.wody,białka wp 30 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona,w osłonce niejadanej 30 g (SOJ, SEL.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Banan 150 g</p>	<p>Platki ryżowe na wodzie 300 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynka gotowana wieprzowa wędzona parzona,zawiera wodę dodaną, w siatce niejadanej 30 g (GLU PSZ, SOJ.) Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona,w osłonce niejadanej 50 g (SOJ, SEL.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Banan 150 g</p>	<p>Platki pszenne na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona,parzona,z dod.wody,białka wp 30 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona,w osłonce niejadanej 50 g (SOJ, SEL.) Pomidor 80 g Banan 150 g Sałata zielona 20 g</p>	<p>Platki pszenne na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona,parzona,z dod.wody,białka wp 30 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona,w osłonce niejadanej 50 g (SOJ, SEL.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g</p>
	II ŚN	Banan 150 g				Banan 150 g
	Obiad	<p>Ziemniaczana (bez mleka) () 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki () 180 g Gulasz z udźca kurczaka 150 g (GLU PSZ.) Buraczki gotowane drobno tarte () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt</p>	<p>Ziemniaczana () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (GLU JĘCZ.) Gulasz z udźca kurczaka 150 g (GLU PSZ.) Buraczki gotowane drobno tarte () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt</p>	<p>Ziemniaczana (bez mleka) () 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (GLU JĘCZ.) Gulasz z udźca kurczaka 150 g (GLU PSZ.) Buraczki gotowane drobno tarte () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt</p>	<p>Ziemniaczana () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (GLU JĘCZ.) Gulasz z udźca kurczaka 150 g (GLU PSZ.) Buraczki gotowane drobno tarte () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt</p>	<p>Ogórkowa z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) kasza pęczak/sypko 180 g (GLU PSZ.) Gulasz z udźca kurczaka 150 g (GLU PSZ.) Buraczki gotowane drobno tarte() b/c 100 g Surówka wykwinna z olejem b/c 100 g (JAJ, GOR.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt</p>
PD	Kisiel o smaku truskawkowym z/c 200 ml				Budyń o smaku waniliowym z/c 200 ml (MLE.)	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-02-26 do dnia 2024-03-03 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- Papkowata b/ml	SIE- Łatwo strawna	SIE- Bezmleczna	SIE- Niskotłuszczowa	SIE- O kontr. zaw.kwasów tłuszczowych
2024-03-02 sobota	Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Sałatka z ryżu i brokułów- dieta (b/ml) 200 g (SEL.) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 50 g (SOJ.) 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 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Sałatka z ryżu i brokułów- dieta 200 g (MLE, SEL.) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 50 g (SOJ.) 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 (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Sałatka z ryżu i brokułów- dieta (b/ml) 200 g (SEL.) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 50 g (SOJ.) Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Sałatka z ryżu i brokułów- dieta 200 g (MLE, SEL.) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 50 g (SOJ.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Sałatka z ryżu i brokułów- dieta 200 g (MLE, SEL.) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 50 g (SOJ.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Sałata zielona 20 g
	PN	Dżem 25 g 1 szt Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 30 g	Dżem 25 g 1 szt Ciasto drożdżowe 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, SO2.)	Dżem 25 g 1 szt Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 30 g	Dżem 25 g 1 szt Ciasto drożdżowe 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, SO2.)	
		Wartość energetyczna: 2570.19 kcal; Białko ogółem: 84.71 g; Tłuszcz: 52.40 g; Kw. tł. nasy.: 9.95 g; Węglowodany ogółem: 454.29 g; W tym cukry: 117.45 g; Błonnik pok.: 29.97 g; Sól: 8.57 g; WW: 42.44 Por; : 13.18 %; : 66.04 %; Ener. z T: 18.35 %; Ener. z Bł.: 2.33 %; K: 4757.89 mg;	Wartość energetyczna: 2492.40 kcal; Białko ogółem: 95.46 g; Tłuszcz: 51.48 g; Kw. tł. nasy.: 20.08 g; Węglowodany ogółem: 427.19 g; W tym cukry: 100.34 g; Błonnik pok.: 32.22 g; Sól: 8.23 g; WW: 39.60 Por; : 15.32 %; : 63.39 %; Ener. z T: 18.59 %; Ener. z Bł.: 2.59 %; K: 4261.58 mg;	Wartość energetyczna: 2425.91 kcal; Białko ogółem: 83.87 g; Tłuszcz: 54.59 g; Kw. tł. nasy.: 10.28 g; Węglowodany ogółem: 413.67 g; W tym cukry: 87.43 g; Błonnik pok.: 29.39 g; Sól: 8.40 g; WW: 38.48 Por; : 13.83 %; : 63.36 %; Ener. z T: 20.25 %; Ener. z Bł.: 2.42 %; K: 3784.04 mg;	Wartość energetyczna: 2430.33 kcal; Białko ogółem: 101.64 g; Tłuszcz: 44.08 g; Kw. tł. nasy.: 14.78 g; Węglowodany ogółem: 421.64 g; W tym cukry: 93.48 g; Błonnik pok.: 30.12 g; Sól: 7.77 g; WW: 39.29 Por; : 16.73 %; : 64.44 %; Ener. z T: 16.32 %; Ener. z Bł.: 2.48 %; K: 4415.71 mg;	Wartość energetyczna: 2588.09 kcal; Białko ogółem: 101.10 g; Tłuszcz: 65.58 g; Kw. tł. nasy.: 18.08 g; Węglowodany ogółem: 412.60 g; W tym cukry: 104.85 g; Błonnik pok.: 51.64 g; Sól: 8.85 g; WW: 36.25 Por; : 15.62 %; : 55.79 %; Ener. z T: 22.81 %; Ener. z Bł.: 3.99 %; K: 4606.45 mg;
2024-03-03 niedziela	Śniadanie	Kasza manna na wodzie 300 ml (GLU PSZ.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Dyńia z wody 100 g	Kasza manna na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Twarożek z koperkiem 50 g (MLE.) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 25 g Pomidor 80 g Mix sałat 20 g Jabłko pieczone 150 g	Kasza manna na wodzie 300 ml (GLU PSZ.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Dżem 25 g 2 szt Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Pomidor 80 g Mix sałat 20 g Jabłko pieczone 150 g	Kasza manna na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Masło extra 82% 5 g (MLE.) Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ.) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 25 g Twarożek z koperkiem 50 g (MLE.) Pomidor 80 g Jabłko pieczone 150 g Mix sałat 20 g	Kasza manna na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Twarożek z koperkiem 50 g (MLE.) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 25 g Ogórek kiszony 70 g Mix sałat 20 g
	II ŚN	Jabłko pieczone 150 g				Jabłko 150 g

Jadłospisy za okres od dnia 2024-02-26 do dnia 2024-03-03 KUCHNIA SIEDLCE

	SIE- Papkowata b/ml	SIE- Łatwo strawna	SIE- Bezmleczna	SIE- Niskotłuszczowa	SIE- O kontr. zaw.kwasów tłuszczowych	
2024-03-03 niedziela	Obiad	Pomidorowa z makaronem (bez mleka) () 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki () 180 g Pulpet wieprzowy 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos własny () 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g (SEL.) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki () 180 g Schab duszony 100 g Sos własny () 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki () 180 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g (SEL.) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem (bez mleka) () 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Schab duszony 100 g Sos własny () 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki () 180 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g (SEL.) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Schab duszony 100 g Sos własny () 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki () 180 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g (SEL.) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Schab duszony 100 g Sos własny () 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki () 180 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g (SEL.) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml
		PD	Kisiel o smaku wiśniowym z/c 200 ml			Maślanka 150 ml (MLE.) Podplomyki b/c 20 g (GLU PSZ, MLE.)
2024-03-03 niedziela	Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (SOJ.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Kalafor gotowany* 100 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 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (SOJ.) Ser mozzarella kulki 35 g (MLE.) Pomidor b/skórki 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 (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (SOJ.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Pomidor b/skórki 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 120 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (SOJ.) Dżem 25 g 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 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Ser mozzarella kulki 50 g (MLE.) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (SOJ.) Pomidor koktajlowy 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
		PN	Mus owocowy 100g-produkt pasteryzowany 1 szt			
	Wartość energetyczna: 2299.66 kcal; Białko ogółem: 90.31 g; Tłuszcz: 54.84 g; Kw. tł. nasy.: 12.88 g; Węglowodany ogółem: 374.90 g; W tym cukry: 99.02 g; Błonnik pok.: 35.10 g; Sól: 10.18 g; WW: 33.88 Por; : 15.71 %; : 59.11 %; Ener. z T: 21.46 %; Ener. z Bł.: 3.05 %; K: 3820.58 mg;	Wartość energetyczna: 2285.36 kcal; Białko ogółem: 107.19 g; Tłuszcz: 59.48 g; Kw. tł. nasy.: 24.47 g; Węglowodany ogółem: 345.49 g; W tym cukry: 82.23 g; Błonnik pok.: 33.00 g; Sól: 8.39 g; WW: 31.33 Por; : 18.76 %; : 54.69 %; Ener. z T: 23.42 %; Ener. z Bł.: 2.89 %; K: 4398.99 mg;	Wartość energetyczna: 2147.44 kcal; Białko ogółem: 92.93 g; Tłuszcz: 50.50 g; Kw. tł. nasy.: 11.15 g; Węglowodany ogółem: 346.43 g; W tym cukry: 86.07 g; Błonnik pok.: 32.78 g; Sól: 8.75 g; WW: 31.47 Por; : 17.31 %; : 58.42 %; Ener. z T: 21.17 %; Ener. z Bł.: 3.05 %; K: 4025.56 mg;	Wartość energetyczna: 2196.03 kcal; Białko ogółem: 105.00 g; Tłuszcz: 45.29 g; Kw. tł. nasy.: 14.50 g; Węglowodany ogółem: 357.36 g; W tym cukry: 92.83 g; Błonnik pok.: 30.90 g; Sól: 6.96 g; WW: 32.79 Por; : 19.12 %; : 59.46 %; Ener. z T: 18.56 %; Ener. z Bł.: 2.81 %; K: 4553.29 mg;	Wartość energetyczna: 2247.92 kcal; Białko ogółem: 114.69 g; Tłuszcz: 64.05 g; Kw. tł. nasy.: 21.55 g; Węglowodany ogółem: 324.34 g; W tym cukry: 62.73 g; Błonnik pok.: 46.08 g; Sól: 9.63 g; WW: 27.96 Por; : 20.41 %; : 49.52 %; Ener. z T: 25.64 %; Ener. z Bł.: 4.10 %; K: 5007.66 mg;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-02-26 do dnia 2024-03-03 KUCHNIA SIEDLCE

	SIE- Bogatobiałkowa	SIE- Bogatobiałkowa bezmleczna	SIE- Niskobiałkowa do 50 g białka	SIE- Niskobiałkowa do 30 g białka	SIE- Kleikowa	
2024-02-26 poniedziałek	Śniadanie	<p>Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Schab Ojca Grzegorza-wędłina wieprzowa wędzona, parzona, z dod. wody, białka wp 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Pomidor b/skórki 80 g Sałata zielona 20 g</p>	<p>Kasza kukurydziana na wodzie 300 ml Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 50 g (SOJ.) Pomidor b/skórki 80 g Sałata zielona 20 g</p>	<p>Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 120 g Masło extra 82% 15 g (MLE.) Schab Ojca Grzegorza-wędłina wieprzowa wędzona, parzona, z dod. wody, białka wp 30 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Mandarynka 100 g Dzem 25 g 1 szt Pomidor b/skórki 80 g Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml Sałata zielona 20 g</p>	<p>Kleik ryżowy na wodzie 200 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Suchary b/c 30 g (GLU PSZ, SOJ, MLE.)</p>	
	II ŚN	<p>Mandarynka 100 g</p>	<p>Mandarynka 100 g Wafle ryżowe 20 g</p>			
	Obiad	<p>Solferino () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryż z jabłkiem prażonym i cynamonem 300 g Sos jogurtowy naturalny 100 g (MLE.) Surówka z marchwi z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt</p>	<p>Solferino (bez mleka) () 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Ryż na sypko 180 g Pulpet drobiowy 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos zielony*b/ml 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Surówka z marchwi z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt</p>	<p>Solferino () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryż z jabłkiem prażonym i cynamonem 400 g Sos jogurtowy naturalny 100 g (MLE.) Surówka z marchwi z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt</p>	<p>Solferino () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryż z jabłkiem prażonym i cynamonem 250 g Sos jogurtowy naturalny 80 g (MLE.) Surówka z marchwi z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt</p>	<p>Kleik ryżowy na wodzie 300 g Herbata czarna granulowana z/c 500 ml Suchary b/c 30 g (GLU PSZ, SOJ, MLE.)</p>
	PD	<p>Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml (MLE.) Biszkopty b/m 30 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ.)</p>	<p>Kisiel o smaku cytrynowym z/c 200 ml Biszkopty b/m 30 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ.)</p>			
	Kolacja	<p>Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Pasta z twarogu z koperkiem 80 g (MLE.) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g Pomidor b/skórki 80 g Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (MLE.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Mix sałat 20 g</p>	<p>Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) 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 Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Pomidor b/skórki 80 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Mix sałat 20 g</p>	<p>Pomidor b/skórki 80 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 120 g Masło extra 82% 15 g (MLE.) Pasta z twarogu z koperkiem 80 g (MLE.) Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (MLE.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Mix sałat 20 g</p>	<p>Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 120 g Masło extra 82% 15 g (MLE.) Pasta z twarogu z koperkiem 50 g (MLE.) Pomidor b/skórki 80 g Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (MLE.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Mix sałat 20 g</p>	<p>Kleik ryżowy na wodzie 200 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Suchary b/c 30 g (GLU PSZ, SOJ, MLE.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt</p>

Jadłospisy za okres od dnia 2024-02-26 do dnia 2024-03-03 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- Bogatobiałkowa	SIE- Bogatobiałkowa bezmleczna	SIE- Niskobiałkowa do 50 g białka	SIE- Niskobiałkowa do 30 g białka	SIE- Kleikowa
2024-02-26 poniedziałek	PN	Wafle ryżowe 30 g Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (MLE)	Polędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 25 g (SOJ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% # 5 g Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Sałata zielona 5 g	Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (MLE) Wafle ryżowe 30 g	Wafle ryżowe 30 g Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (MLE)	
		Wartość energetyczna: 2791.47 kcal; Białko ogółem: 108.80 g; Tłuszcz: 62.78 g; Kw. tł. nasy.: 27.44 g; Węglowodany ogółem: 464.01 g; W tym cukry: 148.17 g; Błonnik pok.: 30.35 g; Sól: 7.16 g; WW: 43.43 Por; : 15.59 %; : 62.14 %; Ener. z T: 20.24 %; Ener. z Bł.: 2.17 %; K: 4289.59 mg;	Wartość energetyczna: 2628.21 kcal; Białko ogółem: 96.09 g; Tłuszcz: 62.90 g; Kw. tł. nasy.: 14.17 g; Węglowodany ogółem: 432.38 g; W tym cukry: 86.36 g; Błonnik pok.: 30.01 g; Sól: 10.29 g; WW: 40.26 Por; : 14.62 %; : 61.24 %; Ener. z T: 21.54 %; Ener. z Bł.: 2.28 %; K: 3103.62 mg;	Wartość energetyczna: 2451.99 kcal; Białko ogółem: 61.59 g; Tłuszcz: 60.23 g; Kw. tł. nasy.: 24.50 g; Węglowodany ogółem: 428.60 g; W tym cukry: 151.94 g; Błonnik pok.: 23.12 g; Sól: 2.12 g; WW: 40.69 Por; : 10.05 %; : 66.15 %; Ener. z T: 22.11 %; Ener. z Bł.: 1.89 %; K: 3506.63 mg;	Wartość energetyczna: 2217.72 kcal; Białko ogółem: 51.75 g; Tłuszcz: 57.52 g; Kw. tł. nasy.: 23.35 g; Węglowodany ogółem: 383.67 g; W tym cukry: 135.50 g; Błonnik pok.: 21.76 g; Sól: 1.96 g; WW: 36.31 Por; : 9.33 %; : 65.27 %; Ener. z T: 23.34 %; Ener. z Bł.: 1.96 %; K: 3341.89 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 %; : 82.12 %; Ener. z T: 7.57 %; Ener. z Bł.: 0.62 %; K: 127.46 mg;
2024-02-27 wtorek	Śniadanie	Makaron na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Pasta z ryby gotowanej (miruna) z warzywami* 80 g (RYB, SEL) Baton szynkowy z kurcząt 25 g (może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR) Pomidor b/skórki 80 g Sałata zielona 20 g	Kasza manna na wodzie 300 ml (GLU PSZ) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% # 10 g Pasta z ryby gotowanej (miruna) z warzywami* 80 g (RYB, SEL) Szynkowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,średnio rozdrobniona,wędzona,parzona 25 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 120 g Masło extra 82% 15 g (MLE) Pasta z ryby gotowanej (miruna) z warzywami* 50 g (RYB, SEL) Pomidor b/skórki 80 g Jabłko pieczone 150 g Biszkopty b/m 30 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ) Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Masło extra 82% 15 g (MLE) Chleb bezglutenowy 120 g Pasta z ryby gotowanej (miruna) z warzywami* 30 g (RYB, SEL) Pomidor b/skórki 80 g Jabłko pieczone 150 g Biszkopty b/m 30 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ) Sałata zielona 20 g	Kleik ryżowy na wodzie 200 g Suchary b/c 30 g (GLU PSZ, SOJ, MLE) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml
	II ŚN	Jabłko pieczone 150 g	Jabłko pieczone 150 g Biszkopty b/m 30 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ)			
	Obiad	Wielowarzywna z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (GLU JECZ) Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g (GLU PSZ, JAJ) Sos ziołowy () 80 ml (GLU PSZ, SEL) Buraczki oprószone () 200 g (GLU PSZ) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Wielowarzywna z ziemniakami (bez mleka) () 300 ml (GLU PSZ, SEL) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (GLU JECZ) Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g (GLU PSZ, JAJ) Buraczki oprószone () 200 g (GLU PSZ) Sos ziołowy (b/ml) 80 ml (GLU PSZ, SEL) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Wielowarzywna z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (GLU JECZ) Pieczeń rzymska wieprzowa 50 g (GLU PSZ, JAJ) Buraczki oprószone () 200 g (GLU PSZ) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml Sos ziołowy () 80 ml (GLU PSZ, SEL)	Wielowarzywna z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (GLU JECZ) Buraczki oprószone () 200 g (GLU PSZ) Pieczeń rzymska wieprzowa 30 g (GLU PSZ, JAJ) Sos ziołowy () 80 ml (GLU PSZ, SEL) 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 2024-02-26 do dnia 2024-03-03 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- Bogatobiałkowa	SIE- Bogatobiałkowa bezmleczna	SIE- Niskobiałkowa do 50 g białka	SIE- Niskobiałkowa do 30 g białka	SIE- Kleikowa	
2024-02-27 wtorek	PD	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>)				
	Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Szynka Drobiowa, produkt drobno rozdrobniony 50 g Ser mozzarella kulki 50 g (<u>MLE.</u>) Pomidor koktajlowy 80 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Sałata zielona 20 g	Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynka Drobiowa, produkt drobno rozdrobniony 50 g Szynka zielonogórska- wp. parzona 30 g (<u>SOJ.</u>) Pomidor koktajlowy 80 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 120 g Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Szynka Drobiowa, produkt drobno rozdrobniony 40 g Pomidor koktajlowy 80 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 120 g Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Pomidor koktajlowy 80 g Szynka Drobiowa, produkt drobno rozdrobniony 20 g Miód (25g) 1 szt Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Kleik ryżowy na wodzie 200 g Suchary b/c 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u>) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	
	PN	Sok przecierowy warzywno-owocowy 0,33 l 1 szt Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 30 g	Sok przecierowy warzywno-owocowy 0,33 l 1 szt	Sok przecierowy warzywno-owocowy 0,33 l 1 szt Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 30 g			
		Wartość energetyczna: 3387.32 kcal; Białko ogółem: 118.61 g; Tłuszcz: 67.62 g; Kw. tł. nasy.: 28.88 g; Węglowodany ogółem: 468.14 g; W tym cukry: 122.32 g; Błonnik pok.: 31.04 g; Sól: 7.95 g; WW: 43.87 Por; : 14.01 %; : 51.62 %; Ener. z T: 17.97 %; Ener. z Bł.: 1.83 %; K: 3874.82 mg;	Wartość energetyczna: 2982.64 kcal; Białko ogółem: 102.89 g; Tłuszcz: 49.88 g; Kw. tł. nasy.: 12.19 g; Węglowodany ogółem: 423.06 g; W tym cukry: 91.36 g; Błonnik pok.: 30.42 g; Sól: 7.36 g; WW: 39.33 Por; : 13.80 %; : 52.66 %; Ener. z T: 15.05 %; Ener. z Bł.: 2.04 %; K: 3196.27 mg;	Wartość energetyczna: 2577.95 kcal; Białko ogółem: 54.11 g; Tłuszcz: 52.72 g; Kw. tł. nasy.: 19.51 g; Węglowodany ogółem: 381.34 g; W tym cukry: 98.35 g; Błonnik pok.: 21.41 g; Sól: 2.23 g; WW: 36.04 Por; : 8.40 %; : 55.85 %; Ener. z T: 18.41 %; Ener. z Bł.: 1.66 %; K: 2821.97 mg;	Wartość energetyczna: 2367.28 kcal; Białko ogółem: 42.20 g; Tłuszcz: 49.25 g; Kw. tł. nasy.: 18.60 g; Węglowodany ogółem: 395.44 g; W tym cukry: 98.41 g; Błonnik pok.: 20.85 g; Sól: 2.02 g; WW: 37.51 Por; : 7.13 %; : 63.29 %; Ener. z T: 18.72 %; Ener. z Bł.: 1.76 %; K: 2719.74 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 %; : 82.12 %; Ener. z T: 7.57 %; Ener. z Bł.: 0.62 %; K: 159.20 mg;	
2024-02-28 środa	Śniadanie	Ryż na mleku 300 ml (<u>MLE.</u>) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Serek homo. naturalny 80 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 80 g Dżem 25 g 1 szt Mix sałat 20 g	Kasza manna na wodzie 300 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Kawa zbożowa z/c 250 ml (<u>GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynekowa dębowa kieł.wp.gr.rozdz.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Dżem 25 g 1 szt Pomidor 80 g Mix sałat 20 g	Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Chleb bezglutenowy 120 g Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Dżem 25 g 2 szt Banan 150 g Pomidor 80 g Podpłomyki b/c 30 g (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Mix sałat 20 g	Chleb bezglutenowy 120 g Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Dżem 25 g 2 szt Banan 150 g Pomidor 80 g Podpłomyki b/c 30 g (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Kawa zbożowa z/c 250 ml (<u>GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) 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>)	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-02-26 do dnia 2024-03-03 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- Bogatobiałkowa	SIE- Bogatobiałkowa bezmleczna	SIE- Niskobiałkowa do 50 g białka	SIE- Niskobiałkowa do 30 g białka	SIE- Kleikowa
2024-02-28 środa	II ŚN	Banan 150 g	Banan 150 g Wafle ryżowe 20 g			
	Obiad	Grysikowa () 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki () 180 g Filet z kurczaka pieczony 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Sos koperkowy () 80 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Dyńia z wody 100 g Cukinia pieczona z olejem * 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Grysikowa () 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki () 180 g Filet z kurczaka pieczony 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Sos koperkowy (bez mleka) 80 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Dyńia z wody 100 g Cukinia pieczona z olejem * 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Grysikowa () 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki () 180 g Filet z kurczaka pieczony 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Sos koperkowy () 80 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Dyńia z wody 100 g Cukinia pieczona z olejem * 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Grysikowa () 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki () 180 g Filet z kurczaka pieczony 30 g (<u>GLU PSZ.</u>) Sos koperkowy () 80 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Dyńia z wody 100 g Cukinia pieczona z olejem * 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	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	Maślanka truskawkowa 200 ml (<u>MLE.</u>) Wafelki 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 20 g Sałata zielona 10 g			
	Kolejacja	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 50 g (<u>SOJ.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Pomidor b/skórki 80 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynka zielonogórska- wp. parzona 25 g (<u>SOJ.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Pomidor b/skórki 80 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 120 g Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 50 g (<u>SOJ.</u>) Pomidor b/skórki 80 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 120 g Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 20 g (<u>SOJ.</u>) Pomidor b/skórki 80 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt 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>) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PN	Bułka maślana 1 szt 1 szt (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 25 g (<u>SOJ.</u>) Sałata zielona 10 g	Bułka maślana 1 szt 1 szt (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>)		
	Wartość energetyczna: 2844.89 kcal; Białko ogółem: 124.34 g; Tłuszcz: 66.41 g; Kw. tł. nasy.: 29.18 g; Węglowodany ogółem: 447.41 g; W tym cukry: 99.73 g; Błonnik pok.: 24.06 g; Sól: 8.43 g; WW: 42.43 Por; : 17.48 %; : 59.52 %; Ener. z T: 21.01 %; Ener. z Bł.: 1.69 %; K: 4659.60 mg;	Wartość energetyczna: 2352.10 kcal; Białko ogółem: 99.49 g; Tłuszcz: 48.79 g; Kw. tł. nasy.: 11.98 g; Węglowodany ogółem: 388.76 g; W tym cukry: 72.11 g; Błonnik pok.: 26.39 g; Sól: 10.50 g; WW: 36.30 Por; : 16.92 %; : 61.63 %; Ener. z T: 18.67 %; Ener. z Bł.: 2.24 %; K: 3978.99 mg;	Wartość energetyczna: 2289.83 kcal; Białko ogółem: 61.38 g; Tłuszcz: 57.98 g; Kw. tł. nasy.: 21.45 g; Węglowodany ogółem: 384.33 g; W tym cukry: 95.78 g; Błonnik pok.: 16.98 g; Sól: 4.25 g; WW: 36.88 Por; : 10.72 %; : 64.17 %; Ener. z T: 22.79 %; Ener. z Bł.: 1.48 %; K: 3822.23 mg;	Wartość energetyczna: 2141.59 kcal; Białko ogółem: 44.01 g; Tłuszcz: 53.09 g; Kw. tł. nasy.: 19.29 g; Węglowodany ogółem: 375.63 g; W tym cukry: 88.43 g; Błonnik pok.: 16.95 g; Sól: 3.24 g; WW: 35.99 Por; : 8.22 %; : 66.99 %; Ener. z T: 22.31 %; Ener. z Bł.: 1.58 %; K: 3498.29 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 %; : 82.12 %; Ener. z T: 7.57 %; Ener. z Bł.: 0.62 %; K: 127.46 mg;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-02-26 do dnia 2024-03-03 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- Bogatobiałkowa	SIE- Bogatobiałkowa bezmleczna	SIE- Niskobiałkowa do 50 g białka	SIE- Niskobiałkowa do 30 g białka	SIE- Kleikowa
2024-02-29 czwartek	Śniadanie	Kasza kukurydziana 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 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 30 g Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 30 g (może zawierać: MLE, GOR) Pomidor 80 g Sałata zielona 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 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) 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 Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 120 g Masło extra 82% 15 g (MLE) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Pomidor 80 g Jabłko pieczone 150 g Kisiel o smaku cytrynowym z/c 150 ml Sałata zielona 20 g	Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 120 g Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Pomidor 80 g Jabłko pieczone 150 g Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g Kisiel o smaku cytrynowym z/c 150 ml Sałata zielona 20 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 150 g				
	Obiad	Barszcz czerwony z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Makaron z sosem mięsno-warzywnym, z mięsa drobiowego () 300 g (GLU PSZ, SEL) Brokuł gotowany* 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami (bez mleka) () 300 ml (GLU PSZ, SEL) Makaron z sosem mięsno-warzywnym, z mięsa drobiowego () 300 g (GLU PSZ, SEL) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml Brokuł gotowany* 200 g	Barszcz czerwony z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Makaron niskobiałkowy PKU z sosem mięsno-warzywnym, z mięsa drobiowego () 200 g (GLU PSZ, SEL) Brokuł gotowany* 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Makaron bezglutenowy niskobiałkowy PKU 180 g Pulpet wieprzowy 40 g (GLU PSZ, JAJ) Sos pomidorowy 80 ml (GLU PSZ) 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 (GLU PSZ, SOJ, MLE)
PD	Kisiel o smaku wiśniowym z/c 200 ml 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 Schab bednarza- wędzonka wp.wędzona,parzona z wodą dodaną 20 g (SOJ) Sałata zielona 20 g				

Jadłospisy za okres od dnia 2024-02-26 do dnia 2024-03-03 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- Bogatobiałkowa	SIE- Bogatobiałkowa bezmleczna	SIE- Niskobiałkowa do 50 g białka	SIE- Niskobiałkowa do 30 g białka	SIE- Kleikowa
2024-02-29 czwartek	Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Zapiekanka z ryżu i jabłka () 200 g (<u>MLE.</u>) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Surówka z marchwi () 150 g (<u>MLE.</u>) 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 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 50 g (<u>SOJ.</u>) Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalanej 50 g (<u>SOJ, SEL.</u>) Pomidor b/skórki 70 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Surówka z marchwi () 150 g (<u>MLE.</u>)	Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalanej 50 g (<u>SOJ, SEL.</u>) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 120 g Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona, parzona, z dod. wody, białka wp 50 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Pomidor b/skórki 70 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalanej 25 g (<u>SOJ, SEL.</u>) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 120 g Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Pomidor b/skórki 70 g Miód (25g) 1 szt 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>) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PN	Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt				
		Wartość energetyczna: 2343.62 kcal; Białko ogółem: 77.62 g; Tłuszcz: 46.70 g; Kw. tł. nasy.: 15.41 g; Węglowodany ogółem: 417.13 g; W tym cukry: 136.78 g; Błonnik pok.: 34.36 g; Sól: 6.05 g; WW: 38.26 Por; : 13.25 %; : 65.33 %; Ener. z T: 17.93 %; Ener. z Bł.: 2.93 %; K: 4009.06 mg;	Wartość energetyczna: 2281.82 kcal; Białko ogółem: 90.36 g; Tłuszcz: 47.75 g; Kw. tł. nasy.: 11.30 g; Węglowodany ogółem: 388.38 g; W tym cukry: 77.20 g; Błonnik pok.: 37.04 g; Sól: 10.84 g; WW: 35.05 Por; : 15.84 %; : 61.59 %; Ener. z T: 18.83 %; Ener. z Bł.: 3.25 %; K: 3540.79 mg;	Wartość energetyczna: 1935.01 kcal; Białko ogółem: 49.06 g; Tłuszcz: 52.62 g; Kw. tł. nasy.: 19.37 g; Węglowodany ogółem: 320.08 g; W tym cukry: 84.75 g; Błonnik pok.: 18.92 g; Sól: 4.39 g; WW: 30.04 Por; : 10.14 %; : 62.26 %; Ener. z T: 24.48 %; Ener. z Bł.: 1.96 %; K: 2668.21 mg;	Wartość energetyczna: 1923.43 kcal; Białko ogółem: 33.91 g; Tłuszcz: 46.44 g; Kw. tł. nasy.: 17.41 g; Węglowodany ogółem: 344.49 g; W tym cukry: 85.32 g; Błonnik pok.: 18.02 g; Sól: 3.23 g; WW: 32.54 Por; : 7.05 %; : 67.89 %; Ener. z T: 21.73 %; Ener. z Bł.: 1.87 %; K: 2683.12 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 %; : 82.12 %; Ener. z T: 7.57 %; Ener. z Bł.: 0.62 %; K: 127.46 mg;
2024-03-01 piątek	Śniadanie	Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Dżem 25 g 1 szt Serek wiejski lekki 3% tł 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) Pomidor koktajlowy 80 g Sałata zielona 20 g	Kasza kukurydziana na wodzie 300 ml Kawa zbożowa z/c 250 ml (<u>GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalanej 50 g (<u>SOJ, SEL.</u>) Dżem 25 g 1 szt Pomidor koktajlowy 80 g Sałata zielona 20 g	Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Chleb bezglutenowy 120 g Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Dżem 25 g 1 szt Melon 100 g Pomidor koktajlowy 80 g Kisiel o smaku wiśniowym z/c 150 ml Serek wiejski lekki 3% tł 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) Sałata zielona 20 g	Chleb bezglutenowy 120 g Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Dżem 25 g 2 szt Melon 100 g Pomidor koktajlowy 80 g Kisiel o smaku wiśniowym z/c 150 ml Kawa zbożowa z/c 250 ml (<u>GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) 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>)
	II ŚN	Melon 100 g				

Jadłospisy za okres od dnia 2024-02-26 do dnia 2024-03-03 KUCHNIA SIEDLCE

	SIE- Bogatobiałkowa	SIE- Bogatobiałkowa bezmleczna	SIE- Niskobiałkowa do 50 g białka	SIE- Niskobiałkowa do 30 g białka	SIE- Kleikowa	
2024-03-01 piątek	Obiad	Ryżowa () 300 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki () 180 g Łosoś pieczony 120 g (RYB.) Sos koperkowy * 80 ml (GLU PSZ, MLE.) Warzywa po grecku () 200 g (GLU PSZ, SEL.) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Ryżowa (bez mleka) () 300 ml (SEL.) Ziemniaki () 180 g Łosoś pieczony 120 g (RYB.) Sos koperkowy *(bez mleka) 80 ml (GLU PSZ.) Warzywa po grecku () 200 g (GLU PSZ, SEL.) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Kalafiorowa z ryżem () 300 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki () 180 g Łosoś pieczony 40 g (RYB.) Sos koperkowy * 80 ml (GLU PSZ, MLE.) Warzywa po grecku () 200 g (GLU PSZ, SEL.) 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	Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (MLE.)	Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% # 5 g Połudwica Sopotcka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 20 g (SOJ.) Salata zielona 20 g			
	Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 80 g (JAJ, MLE.) Ser żółty 25 g (MLE.) Pomidor b/skórki 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 (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% # 10 g Jajko gotowane kl M 2 szt (JAJ.) Pomidor b/skórki 80 g Rukola 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 120 g Masło extra 82% 15 g (MLE.) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 80 g (JAJ, MLE.) Pomidor b/skórki 80 g Rukola 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 (GLU PSZ, SOJ, MLE.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	
	PN	Biszkopty b/m 30 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ.) Sok przecierowy warzywno-owocowy 0,33l 1 szt				
		Wartość energetyczna: 2730.89 kcal; Białko ogółem: 123.88 g; Tłuszcz: 68.43 g; Kw. tł. nasy.: 27.20 g; Węglowodany ogółem: 416.49 g; W tym cukry: 127.26 g; Błonnik pok.: 26.60 g; Sól: 7.94 g; WW: 39.14 Por; : 18.15 %; : 57.11 %; Ener. z T: 22.55 %; Ener. z Bł.: 1.95 %; K: 4939.50 mg;	Wartość energetyczna: 2422.83 kcal; Białko ogółem: 94.36 g; Tłuszcz: 52.04 g; Kw. tł. nasy.: 11.90 g; Węglowodany ogółem: 405.52 g; W tym cukry: 95.68 g; Błonnik pok.: 27.20 g; Sól: 7.79 g; WW: 37.93 Por; : 15.58 %; : 62.46 %; Ener. z T: 19.33 %; Ener. z Bł.: 2.25 %; K: 4136.71 mg;	Wartość energetyczna: 2325.87 kcal; Białko ogółem: 64.39 g; Tłuszcz: 64.51 g; Kw. tł. nasy.: 21.99 g; Węglowodany ogółem: 376.42 g; W tym cukry: 128.71 g; Błonnik pok.: 19.32 g; Sól: 3.60 g; WW: 35.83 Por; : 11.07 %; : 61.41 %; Ener. z T: 24.96 %; Ener. z Bł.: 1.66 %; K: 3770.30 mg;	Wartość energetyczna: 2169.37 kcal; Białko ogółem: 43.07 g; Tłuszcz: 57.14 g; Kw. tł. nasy.: 20.20 g; Węglowodany ogółem: 375.97 g; W tym cukry: 127.86 g; Błonnik pok.: 19.32 g; Sól: 2.38 g; WW: 35.78 Por; : 7.94 %; : 65.76 %; Ener. z T: 23.70 %; Ener. z Bł.: 1.78 %; K: 3558.80 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 %; : 82.12 %; Ener. z T: 7.57 %; Ener. z Bł.: 0.62 %; K: 159.20 mg;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-02-26 do dnia 2024-03-03 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- Bogatobiałkowa	SIE- Bogatobiałkowa bezmleczna	SIE- Niskobiałkowa do 50 g białka	SIE- Niskobiałkowa do 30 g białka	SIE- Kleikowa	
2024-03-02 sobota	Śniadanie	<p>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>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona, parzona, z dod. wody, białka wp 30 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Szyńka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w ostonce niejadanej 50 g (<u>SOJ, SEL.</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g</p>	<p>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 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szyńka gotowana wieprzowa wędzona parzona, zawiera wodę dodaną, w siatce niejadanej 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ.</u>) Szyńka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w ostonce niejadanej 50 g (<u>SOJ, SEL.</u>) Pomidor b/skórki 80 g Sałata zielona 20 g</p>	<p>Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 120 g Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona, parzona, z dod. wody, białka wp 25 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Pomidor 80 g Banan 150 g Dżem 25 g 1 szt Biskopki b/m 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ.</u>) Sałata zielona 20 g</p>	<p>Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Chleb bezglutenowy 120 g Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona, parzona, z dod. wody, białka wp 25 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Pomidor 80 g Banan 150 g Dżem 25 g 1 szt Biskopki b/m 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ.</u>) Sałata zielona 20 g</p>	<p>Kleik ryżowy na wodzie 200 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Suchary b/c 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u>)</p>	
	II ŚN	Banan 150 g	Banan 150 g Biskopki b/m 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ.</u>)				
	Obiad	<p>Ziemniaczana () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (<u>GLU JĘCZ.</u>) Gulasz z udźca kurczaka 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Buraczki gotowane drobno tarte () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt</p>	<p>Ziemniaczana (bez mleka) () 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (<u>GLU JĘCZ.</u>) Gulasz z udźca kurczaka 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Buraczki gotowane drobno tarte () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt</p>	<p>Ziemniaczana () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (<u>GLU JĘCZ.</u>) Gulasz z udźca kurczaka 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Buraczki gotowane drobno tarte () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt</p>	<p>Ziemniaczana (bez mleka) () 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (<u>GLU JĘCZ.</u>) Gulasz z udźca kurczaka 60 g (<u>GLU PSZ.</u>) Buraczki gotowane drobno tarte () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt</p>	<p>Kleik ryżowy na wodzie 300 g Herbata czarna ekspresowa z/c 500 ml Suchary b/c 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u>)</p>	
PD	Budyń o smaku waniliowym z/c 200 ml (<u>MLE.</u>)	<p>Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Sałata zielona 20 g</p>					

Jadłospisy za okres od dnia 2024-02-26 do dnia 2024-03-03 KUCHNIA SIEDLCE

	SIE- Bogatobiałkowa	SIE- Bogatobiałkowa bezmleczna	SIE- Niskobiałkowa do 50 g białka	SIE- Niskobiałkowa do 30 g białka	SIE- Kleikowa
2024-03-02 sobota	Kolacja Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Sałatka z ryżu i brokułów- dieta 200 g (MLE, SEL.) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 50 g (SOJ.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Sałatka z ryżu i brokułów- dieta (b/ml) 200 g (SEL.) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 50 g (SOJ.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 120 g Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 25 g (SOJ.) Pomidor b/skórki 70 g Miód (25g) 1 szt Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 120 g Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 20 g (SOJ.) Pomidor b/skórki 70 g Miód (25g) 1 szt Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Sałata zielona 20 g	Kleik ryżowy na wodzie 200 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Suchary b/c 30 g (GLU PSZ, SOJ, MLE.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PN Dżem 25 g 1 szt Ciasto drożdżowe 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, SO2.)	Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 30 g Dżem 25 g 1 szt	Dżem 25 g 1 szt Ciasto drożdżowe 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, SO2.)		
	Wartość energetyczna: 2712.45 kcal; Białko ogółem: 104.45 g; Tłuszcz: 56.08 g; Kw. tł. nasy.: 22.68 g; Węglowodany ogółem: 462.79 g; W tym cukry: 125.34 g; Błonnik pok.: 32.26 g; Sól: 8.90 g; WW: 43.17 Por; : 15.40 %; : 63.49 %; Ener. z T: 18.61 %; Ener. z Bł.: 2.38 %; K: 4545.52 mg;	Wartość energetyczna: 2780.57 kcal; Białko ogółem: 95.95 g; Tłuszcz: 66.27 g; Kw. tł. nasy.: 13.09 g; Węglowodany ogółem: 464.65 g; W tym cukry: 87.59 g; Błonnik pok.: 31.38 g; Sól: 9.39 g; WW: 43.36 Por; : 13.80 %; : 62.33 %; Ener. z T: 21.45 %; Ener. z Bł.: 2.26 %; K: 3877.05 mg;	Wartość energetyczna: 2345.70 kcal; Białko ogółem: 56.97 g; Tłuszcz: 61.42 g; Kw. tł. nasy.: 20.66 g; Węglowodany ogółem: 398.50 g; W tym cukry: 93.25 g; Błonnik pok.: 20.66 g; Sól: 2.80 g; WW: 37.96 Por; : 9.72 %; : 64.43 %; Ener. z T: 23.56 %; Ener. z Bł.: 1.76 %; K: 3509.48 mg;	Wartość energetyczna: 2222.47 kcal; Białko ogółem: 44.60 g; Tłuszcz: 54.82 g; Kw. tł. nasy.: 19.52 g; Węglowodany ogółem: 394.83 g; W tym cukry: 92.88 g; Błonnik pok.: 20.57 g; Sól: 2.49 g; WW: 37.61 Por; : 8.03 %; : 67.36 %; Ener. z T: 22.20 %; Ener. z Bł.: 1.85 %; K: 3298.55 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 %; : 82.12 %; Ener. z T: 7.57 %; Ener. z Bł.: 0.62 %; K: 159.20 mg;
2024-03-03 niedziela	Śniadanie Kasza manna na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Twarożek z koperkiem 100 g (MLE.) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 25 g Pomidor 80 g Mix sałat 20 g	Kasza manna na wodzie 300 ml (GLU PSZ.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Dżem 25 g 1 szt Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 80 g Mix sałat 20 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 120 g Masło extra 82% 15 g (MLE.) Twarożek 50 g (MLE.) Miód (25g) 1 szt Pomidor 80 g Jabłko pieczone 150 g Podplomyki b/c 30 g (GLU PSZ, MLE.) Mix sałat 20 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 120 g Masło extra 82% 15 g (MLE.) Twarożek 25 g (MLE.) Miód (25g) 1 szt Pomidor 80 g Jabłko pieczone 150 g Podplomyki b/c 30 g (GLU PSZ, MLE.) Mix sałat 20 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Kleik ryżowy na wodzie 200 g Suchary b/c 30 g (GLU PSZ, SOJ, MLE.)
	II ŚN Jabłko pieczone 150 g				

Jadłospisy za okres od dnia 2024-02-26 do dnia 2024-03-03 KUCHNIA SIEDLCE

	SIE- Bogatobiałkowa	SIE- Bogatobiałkowa bezmleczna	SIE- Niskobiałkowa do 50 g białka	SIE- Niskobiałkowa do 30 g białka	SIE- Kleikowa	
2024-03-03 niedziela	Obiad	Pomidorowa z makaronem () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Schab duszony 100 g Sos własny () 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki () 180 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g (<u>SEL.</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem (bez mleka) () 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Schab duszony 100 g Sos własny () 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki () 180 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g (<u>SEL.</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki () 180 g Schab duszony 50 g Sos własny () 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g (<u>SEL.</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki () 180 g Jajko sadzone kl M 1 szt (<u>JAJ, MLE.</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g (<u>SEL.</u>) 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	Maślanka truskawkowa 150 ml (<u>MLE.</u>) Podplomyki b/c 20 g (<u>GLU PSZ, MLE.</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% # 5 g Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 20 g (<u>SOJ.</u>) Sałata zielona 20 g			
	Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (<u>SOJ.</u>) Ser mozzarella kulki 50 g (<u>MLE.</u>) Pomidor b/skórki 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 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% # 10 g Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (<u>SOJ.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Pomidor b/skórki 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 120 g Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 25 g (<u>SOJ.</u>) Ser mozzarella kulki 50 g (<u>MLE.</u>) Pomidor b/skórki 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 120 g Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 20 g (<u>SOJ.</u>) Pomidor b/skórki 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>) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
PN	Mus owocowy 100g-produkt pasteryzowany 1 szt					
	Wartość energetyczna: 2569.65 kcal; Białko ogółem: 125.29 g; Tłuszcz: 67.49 g; Kw. tł. nasy.: 29.17 g; Węglowodany ogółem: 380.11 g; W tym cukry: 84.16 g; Błonnik pok.: 33.05 g; Sól: 8.85 g; WW: 34.81 Por; : 19.50 %; : 54.03 %; Ener. z T: 23.64 %; Ener. z Bł.: 2.57 %; K: 4462.19 mg;	Wartość energetyczna: 2308.49 kcal; Białko ogółem: 99.75 g; Tłuszcz: 57.80 g; Kw. tł. nasy.: 13.26 g; Węglowodany ogółem: 364.23 g; W tym cukry: 77.26 g; Błonnik pok.: 34.81 g; Sól: 9.66 g; WW: 33.01 Por; : 17.28 %; : 57.08 %; Ener. z T: 22.53 %; Ener. z Bł.: 3.02 %; K: 4061.74 mg;	Wartość energetyczna: 2192.90 kcal; Białko ogółem: 61.96 g; Tłuszcz: 68.41 g; Kw. tł. nasy.: 26.61 g; Węglowodany ogółem: 340.26 g; W tym cukry: 69.19 g; Błonnik pok.: 25.96 g; Sól: 3.63 g; WW: 31.52 Por; : 11.30 %; : 57.33 %; Ener. z T: 28.08 %; Ener. z Bł.: 2.37 %; K: 3638.48 mg;	Wartość energetyczna: 1991.08 kcal; Białko ogółem: 35.03 g; Tłuszcz: 61.74 g; Kw. tł. nasy.: 22.42 g; Węglowodany ogółem: 331.33 g; W tym cukry: 67.46 g; Błonnik pok.: 25.36 g; Sól: 2.79 g; WW: 30.63 Por; : 7.04 %; : 61.47 %; Ener. z T: 27.91 %; Ener. z Bł.: 2.55 %; K: 3355.56 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 %; : 82.12 %; Ener. z T: 7.57 %; Ener. z Bł.: 0.62 %; K: 127.46 mg;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-02-26 do dnia 2024-03-03 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- Kleikowa rozszerzona	SIE- Dzieci 1-3 lat Podstawowa	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż podstawa	SIE- Bogatoresztkowa	SIE- Bezglutenowa	
2024-02-26 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 owsiane na mleku 250 ml (<u>MLE, GLU OW,</u>) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka graham-pszenna 60g 1 szt (<u>GLU PSZ,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona, parzona, z dod. wody, białka wp 30 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ,</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Płatki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW,</u>) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka graham-pszenna 60g 1 szt (<u>GLU PSZ,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona, parzona, z dod. wody, białka wp 30 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ,</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Płatki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW,</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona, parzona, z dod. wody, białka wp 30 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ,</u>) Pomidor 80 g Bułka graham-pszenna 60g 1 szt (<u>GLU PSZ,</u>) Sałata zielona 20 g	Płatki kukurydziane na mleku 300 ml (<u>MLE,</u>) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 120 g Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 30 g (<u>SOJ,</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ,</u>) Mandarynka 100 g Pomidor 80 g Sałata zielona 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	Mandarynka 100 g				
	Obiad	Ziemniaczana (bez mleka) () 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Solferino () 250 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Naleśniki z serem 200 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>) Sos jogurtowy naturalny 100 g (<u>MLE,</u>) Surówka z marchwi z olejem () 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Grochowa z ziemniakami () 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Naleśniki z serem 300 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>) Sos jogurtowy naturalny 100 g (<u>MLE,</u>) Surówka z marchwi z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Solferino () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Ryż brązowy z jabłkiem prażonym i cynamonem 300 g Sos jogurtowy naturalny 100 g (<u>MLE,</u>) Surówka z marchwi z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Solferino (bez glutenu) () 300 ml (<u>MLE, SEL,</u>) Ryż z jabłkiem prażonym i cynamonem 300 g Sos jogurtowy naturalny 100 g (<u>MLE,</u>) Surówka z marchwi z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	
	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 śmietankowym z/c 200 ml (<u>MLE,</u>) Biszkopty b/m 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ,</u>)		Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml (<u>MLE,</u>) Podplomyki b/c 20 g (<u>GLU PSZ, 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>) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Pasta z twarogu z koperkiem 40 g (<u>MLE,</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 25 g Papryka świeża 80 g Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (<u>MLE,</u>) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Mix sałat 20 g	Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Pasta z twarogu z koperkiem 80 g (<u>MLE,</u>) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g Papryka świeża 80 g Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (<u>MLE,</u>) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Mix sałat 20 g	Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Pasta z twarogu z koperkiem 80 g (<u>MLE,</u>) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g Papryka świeża 80 g Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (<u>MLE,</u>) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Mix sałat 20 g	Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 120 g Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Pasta z twarogu i cebuli 80 g (<u>MLE,</u>) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g Papryka świeża 80 g Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (<u>MLE,</u>) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Mix sałat 20 g	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-02-26 do dnia 2024-03-03 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- Kleikowa rozszerzona	SIE- Dzieci 1-3 lat Podstawowa	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż podstawa	SIE- Bogatoresztkowa	SIE- Bezglutenowa
2024-02-26 poniedziałek	PN	Wafle ryżowe 30 g Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (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 %; : 83.29 %; Ener. z T: 6.22 %; Ener. z Bł.: 1.23 %; K: 1040.31 mg;	Wartość energetyczna: 2367.59 kcal; Białko ogółem: 102.12 g; Tłuszcz: 66.31 g; Kw. tł. nasy.: 28.03 g; Węglowodany ogółem: 347.13 g; W tym cukry: 130.83 g; Błonnik pok.: 21.76 g; Sól: 3.98 g; WW: 32.66 Por; : 17.25 %; : 54.97 %; Ener. z T: 25.21 %; Ener. z Bł.: 1.84 %; K: 3827.59 mg;	Wartość energetyczna: 3225.41 kcal; Białko ogółem: 136.75 g; Tłuszcz: 84.20 g; Kw. tł. nasy.: 32.25 g; Węglowodany ogółem: 493.30 g; W tym cukry: 151.62 g; Błonnik pok.: 36.55 g; Sól: 6.87 g; WW: 45.82 Por; : 16.96 %; : 56.64 %; Ener. z T: 23.50 %; Ener. z Bł.: 2.27 %; K: 4590.38 mg;	Wartość energetyczna: 2664.72 kcal; Białko ogółem: 105.30 g; Tłuszcz: 63.75 g; Kw. tł. nasy.: 27.57 g; Węglowodany ogółem: 436.38 g; W tym cukry: 146.88 g; Błonnik pok.: 48.44 g; Sól: 6.46 g; WW: 38.87 Por; : 15.81 %; : 58.23 %; Ener. z T: 21.53 %; Ener. z Bł.: 3.64 %; K: 5028.35 mg;	Wartość energetyczna: 2416.57 kcal; Białko ogółem: 77.92 g; Tłuszcz: 62.07 g; Kw. tł. nasy.: 23.71 g; Węglowodany ogółem: 396.78 g; W tym cukry: 126.28 g; Błonnik pok.: 24.96 g; Sól: 4.47 g; WW: 37.25 Por; : 12.90 %; : 61.54 %; Ener. z T: 23.12 %; Ener. z Bł.: 2.07 %; K: 3915.70 mg;
2024-02-27 wtorek	Śniadanie	Kleik ryżowy na wodzie 200 g Suchary b/c 30 g (GLU PSZ, SOJ, MLE) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Makaron na mleku 250 ml (GLU PSZ, MLE) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Pasta z ryby gotowanej (miruna) z warzywami* 40 g (RYB, SEL) Ser żółty 25 g (MLE) Pomidor b/skórki 80 g Sałata zielona 20 g	Makaron na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Pasta z ryby gotowanej (miruna) z warzywami* 80 g (RYB, SEL) Ser żółty 25 g (MLE) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Makaron na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Pasta z ryby gotowanej (miruna) z warzywami* 80 g (RYB, SEL) Ser żółty 25 g (MLE) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 120 g Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Pasta z ryby gotowanej (miruna) z warzywami* 80 g (RYB, SEL) Ser żółty 25 g (MLE) Pomidor 80 g Jabłko 150 g Sałata zielona 20 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	Jabłko 150 g			
	Obiad	Ryżowa (bez mleka) () 300 ml (SEL) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Wielowarzywna z ziemniakami () 250 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Kasza jęczmienna/sypko 90 g (GLU JECZ) Pieczeń rzymska wieprzowa 50 g (GLU PSZ, JAJ) Sos ziołowy () 80 ml (GLU PSZ, SEL) Buraczki oprószone () 100 g (GLU PSZ) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Wielowarzywna z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (GLU JECZ) Pieczeń rzymska wieprzowa 50 g (GLU PSZ, JAJ) Sos ziołowy () 80 ml (GLU PSZ, SEL) Surówka z rzepy, jabłka i marchewki () 100 g (MLE) Buraczki oprószone () 100 g (GLU PSZ) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Wielowarzywna z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (GLU JECZ) Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g (GLU PSZ, JAJ) Sos ziołowy () 80 ml (GLU PSZ, SEL) Surówka z rzepy, jabłka i marchewki () 100 g (MLE) Buraczki oprószone () 100 g (GLU PSZ) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Kapuśniak z kapusty kiszzonej (bez glutenu) () 300 ml (SEL) Ryż na sypko 180 g Pulpet wieprzowy (bez glutenu) 100 g (JAJ) Sos ziołowy (bez glutenu) () 80 ml (SEL) Surówka z rzepy, jabłka i marchewki () 100 g (MLE) Buraczki oprószone () (bez glutenu) 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml

Jadłospisy za okres od dnia 2024-02-26 do dnia 2024-03-03 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- Kleikowa rozszerzona	SIE- Dzieci 1-3 lat Podstawowa	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż podstawa	SIE- Bogatoresztkowa	SIE- Bezglutenowa	
2024-02-27 wtorek	PD	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Suchary b/c 15 g (GLU PSZ, SOJ, MLE,) Kleik ryżowy na wodzie 200 g	Ciasto drożdżowe 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, S02,) Jogurt brzoskwinowy 150g 1 szt (MLE,)				
	Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Kleik ryżowy na wodzie 200 g Suchary b/c 30 g (GLU PSZ, SOJ, 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,) Szynka Drobiowa, produkt drobno rozdrobniony 25 g Ser mozzarella kulki 20 g (MLE,) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Salata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ,) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Szynka Drobiowa, produkt drobno rozdrobniony 50 g Ser mozzarella kulki 35 g (MLE,) Pomidor koktajlowy 80 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Salata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Szynka Drobiowa, produkt drobno rozdrobniony 50 g Ser mozzarella kulki 35 g (MLE,) Pomidor koktajlowy 80 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Salata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 120 g Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Ser mozzarella kulki 35 g (MLE,) Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadanej 30 g (SOJ, SEL,) Pomidor koktajlowy 80 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Salata zielona 20 g	
	PN	Sok przecierowy warzywno-owocowy 0,33l 1 szt Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 30 g					
		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 %; : 83.21 %; Ener. z T: 6.61 %; Ener. z Bł.: 0.92 %; K: 286.12 mg;	Wartość energetyczna: 2294.10 kcal; Białko ogółem: 75.79 g; Tłuszcz: 54.55 g; Kw. tł. nasy.: 26.67 g; Węglowodany ogółem: 321.35 g; W tym cukry: 107.29 g; Błonnik pok.: 18.83 g; Sól: 4.17 g; WW: 30.39 Por; : 13.21 %; : 52.75 %; Ener. z T: 21.40 %; Ener. z Bł.: 1.64 %; K: 2694.77 mg;	Wartość energetyczna: 3253.18 kcal; Białko ogółem: 105.05 g; Tłuszcz: 65.54 g; Kw. tł. nasy.: 30.77 g; Węglowodany ogółem: 454.16 g; W tym cukry: 117.79 g; Błonnik pok.: 31.87 g; Sól: 7.40 g; WW: 42.42 Por; : 12.92 %; : 51.92 %; Ener. z T: 18.13 %; Ener. z Bł.: 1.96 %; K: 3557.07 mg;	Wartość energetyczna: 3307.25 kcal; Białko ogółem: 115.50 g; Tłuszcz: 71.42 g; Kw. tł. nasy.: 32.70 g; Węglowodany ogółem: 450.97 g; W tym cukry: 120.53 g; Błonnik pok.: 46.06 g; Sól: 7.20 g; WW: 40.72 Por; : 13.97 %; : 48.97 %; Ener. z T: 19.43 %; Ener. z Bł.: 2.79 %; K: 4322.17 mg;	Wartość energetyczna: 2571.74 kcal; Białko ogółem: 88.77 g; Tłuszcz: 79.58 g; Kw. tł. nasy.: 30.81 g; Węglowodany ogółem: 379.23 g; W tym cukry: 107.24 g; Błonnik pok.: 21.14 g; Sól: 4.37 g; WW: 35.93 Por; : 13.81 %; : 55.70 %; Ener. z T: 27.85 %; Ener. z Bł.: 1.64 %; K: 3343.23 mg;	
2024-02-28 środa	Śniadanie	Kleik ryżowy na wodzie 200 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Suchary b/c 30 g (GLU PSZ, SOJ, MLE,)	Ryż na mleku 250 ml (MLE,) Kakao z mlekiem 250 ml (MLE,) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Serek homo. naturalny 40 g (MLE,) Dżem 25 g 1 szt Pomidor 80 g Mix sałat 20 g	Ryż na mleku 300 ml (MLE,) Kakao z mlekiem 250 ml (MLE,) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ,) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Serek homo. naturalny 80 g (MLE,) Dżem 25 g 1 szt Papryka świeża 80 g Mix sałat 20 g	Ryż na mleku 300 ml (MLE,) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,) Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Serek homo. naturalny 80 g (MLE,) Dżem 25 g 1 szt Papryka świeża 80 g Mix sałat 20 g	Ryż na mleku 300 ml (MLE,) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 120 g Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Serek homo. naturalny 80 g (MLE,) Dżem 25 g 1 szt Banan 150 g Papryka świeża 80 g Mix sałat 20 g	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-02-26 do dnia 2024-03-03 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- Kleikowa rozszerzona	SIE- Dzieci 1-3 lat Podstawowa	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż podstawa	SIE- Bogatoresztkowa	SIE- Bezglutenowa	
2024-02-28 środa	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				
	Obiad	Grysikowa () 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Grysikowa () 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki () 90 g Eskalopka z kurczaka 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Sałatka szwedzka () 50 g (GOR.) Dyńa z wody 50 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Grysikowa () 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki () 180 g Eskalopka z kurczaka 100 g (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Sałatka szwedzka () 100 g (GOR.) Dyńa z wody 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Grysikowa () 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki () 180 g Filet z kurczaka pieczony 100 g (GLU PSZ.) Sos koperkowy () 80 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Sałatka szwedzka () 100 g (GOR.) Dyńa z wody 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Grysikowa () 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki () 180 g Filet z kurczaka gotowany 100 g Sos koperkowy (bez glutenu) 80 ml (MLE.) Sałatka szwedzka () 100 g (GOR.) Dyńa z wody 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Jarzynowa z makaronem (bez glutenu) () 300 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki () 180 g Filet z kurczaka gotowany 100 g Sos koperkowy (bez glutenu) 80 ml (MLE.) Sałatka szwedzka () 100 g (GOR.) Dyńa z wody 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Suchary b/c 15 g (GLU PSZ, SOJ, MLE.) Kleik ryżowy na wodzie 200 g	Wafelki 30 g (GLU PSZ, SOJ, MLE.) Maślanka truskawkowa 200 ml (MLE.)		Maślanka truskawkowa 200 ml (MLE.)		
	Kolacja	Kleik ryżowy na wodzie 200 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Suchary b/c 30 g (GLU PSZ, SOJ, 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.) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 50 g (SOJ.) Paszтет drobiowy z kurnej półki 30 g (GLU PSZ, JAJ, SEL.) Pomidor b/skórki 80 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 50 g (SOJ.) Paszтет drobiowy z kurnej półki 50 g (GLU PSZ, JAJ, SEL.) Pomidor 80 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb razowy pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Paszтет drobiowy z kurnej półki 50 g (GLU PSZ, JAJ, SEL.) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 50 g (SOJ.) Pomidor 80 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 120 g Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 50 g (SOJ.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Pomidor 80 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Sałata zielona 20 g	
	PN		Bułka maślana 1 szt 1 szt (GLU PSZ, JAJ, MLE.)				Chleb bezglutenowy 50 g Masło extra 82% 5 g (MLE.) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 25 g (SOJ.) Sałata zielona 10 g
		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 %; : 82.90 %; Ener. z T: 6.71 %; Ener. z Bł.: 0.92 %; K: 271.37 mg;	Wartość energetyczna: 2187.71 kcal; Białko ogółem: 84.43 g; Tłuszcz: 62.05 g; Kw. tł. nasy.: 27.60 g; Węglowodany ogółem: 329.71 g; W tym cukry: 97.74 g; Błonnik pok.: 15.46 g; Sól: 5.79 g; WW: 31.55 Por; : 15.44 %; : 57.46 %; Ener. z T: 25.53 %; Ener. z Bł.: 1.41 %; K: 3238.92 mg;	Wartość energetyczna: 2956.80 kcal; Białko ogółem: 119.23 g; Tłuszcz: 77.77 g; Kw. tł. nasy.: 29.54 g; Węglowodany ogółem: 454.95 g; W tym cukry: 106.51 g; Błonnik pok.: 25.28 g; Sól: 9.36 g; WW: 43.10 Por; : 16.13 %; : 58.13 %; Ener. z T: 23.67 %; Ener. z Bł.: 1.71 %; K: 4379.40 mg;	Wartość energetyczna: 2641.74 kcal; Białko ogółem: 125.22 g; Tłuszcz: 54.56 g; Kw. tł. nasy.: 21.78 g; Węglowodany ogółem: 426.86 g; W tym cukry: 104.02 g; Błonnik pok.: 32.92 g; Sól: 9.39 g; WW: 39.56 Por; : 18.96 %; : 59.65 %; Ener. z T: 18.59 %; Ener. z Bł.: 2.49 %; K: 4831.68 mg;	Wartość energetyczna: 2192.47 kcal; Białko ogółem: 90.56 g; Tłuszcz: 54.68 g; Kw. tł. nasy.: 19.75 g; Węglowodany ogółem: 338.16 g; W tym cukry: 86.30 g; Błonnik pok.: 17.49 g; Sól: 5.64 g; WW: 32.19 Por; : 16.52 %; : 58.50 %; Ener. z T: 22.44 %; Ener. z Bł.: 1.60 %; K: 4099.43 mg;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-02-26 do dnia 2024-03-03 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- Kleikowa rozszerzona	SIE- Dzieci 1-3 lat Podstawowa	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż podstawa	SIE- Bogatoresztkowa	SIE- Bezglutenowa
2024-02-29 czwartek	Śniadanie	Kleik ryżowy na wodzie 200 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Suchary b/c 30 g (GLU PSZ, SOJ, MLE,)	Kasza kukurydziana na mleku 250 ml (MLE,) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bułka graham-pszenna 60g 1 szt (GLU PSZ,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 25 g (może zawierać: MLE, GOR,) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE,) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bułka graham-pszenna 60g 1 szt (GLU PSZ,) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g Paszтет z ciecierzycy () 60 g (GLU PSZ, JAJ,) Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE,) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Bułka graham-pszenna 60g 1 szt (GLU PSZ,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g Pomidor 80 g Paszтет z ciecierzycy () 60 g (GLU PSZ, JAJ,) Sałata zielona 20 g	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE,) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 120 g Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 30 g Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 30 g (może zawierać: MLE, GOR,) Pomidor 80 g Gruszka 150 g Sałata zielona 20 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	Jabłko 150 g		Gruszka 150 g	
	Obiad	Grysikowa () 300 ml (GLU PSZ, SEL,) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami () 250 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Makaron z sosem mięsno-warzywnym, z mięsa drobiowego () 150 g (GLU PSZ, SEL,) Surówka wielowarzywna z olejem () 50 g (SEL,) Brokuł gotowany* 50 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Barszcz ukraiński z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Makaron z sosem mięsno-warzywnym, z mięsa drobiowego () 300 g (GLU PSZ, SEL,) Surówka wielowarzywna z olejem () 100 g (SEL,) Brokuł gotowany* 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Barszcz ukraiński z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Makaron pełnoziarnisty z sosem mięsno-warzywnym, z mięsa drobiowego () 300 g (GLU PSZ, SEL,) Surówka wielowarzywna z olejem () 100 g (SEL,) Brokuł gotowany* 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami (bez glutenu) () 300 ml (MLE, SEL,) Makaron bg z sosem mięsno-warzywnym, z mięsa drobiowego () 300 g (SEL,) Surówka wielowarzywna z olejem () 100 g (SEL,) 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 (GLU PSZ, SOJ, MLE,) Kleik ryżowy na wodzie 200 g	Herbatniki 30 g (GLU PSZ, SOJ, MLE,) Kisiel o smaku wiśniowym z/c 200 ml		Sok pomidorowy 0,3l 1 szt		

Jadłospisy za okres od dnia 2024-02-26 do dnia 2024-03-03 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- Kleikowa rozszerzona	SIE- Dzieci 1-3 lat Podstawowa	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż podstawa	SIE- Bogatoresztkowa	SIE- Bezglutenowa
2024-02-29 czwartek	Kolacja	Kleik ryżowy na wodzie 200 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Suchary b/c 30 g (GLU PSZ, SOJ, MLE,) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt		Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Zapiekanka z ryżu i jabłka () 200 g (MLE,) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Surówka z marchwi () 150 g (MLE,) Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE,)		Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Zapiekanka z ryżu i jabłka () 200 g (MLE,) Surówka z marchwi () 150 g (MLE,) Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE,) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PN		Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt			
		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 %; : 82.90 %; Ener. z T: 6.71 %; Ener. z Bł.: 0.92 %; K: 271.37 mg;	Wartość energetyczna: 1874.06 kcal; Białko ogółem: 56.25 g; Tłuszcz: 39.96 g; Kw. tł. nasy.: 13.99 g; Węglowodany ogółem: 331.19 g; W tym cukry: 133.79 g; Błonnik pok.: 29.17 g; Sól: 4.39 g; WW: 30.26 Por; : 12.01 %; : 64.46 %; Ener. z T: 19.19 %; Ener. z Bł.: 3.11 %; K: 3249.35 mg;	Wartość energetyczna: 2542.21 kcal; Białko ogółem: 79.96 g; Tłuszcz: 60.48 g; Kw. tł. nasy.: 16.69 g; Węglowodany ogółem: 430.41 g; W tym cukry: 142.10 g; Błonnik pok.: 42.29 g; Sól: 7.18 g; WW: 38.80 Por; : 12.58 %; : 61.07 %; Ener. z T: 21.41 %; Ener. z Bł.: 3.33 %; K: 3831.33 mg;	Wartość energetyczna: 2231.17 kcal; Białko ogółem: 79.13 g; Tłuszcz: 58.05 g; Kw. tł. nasy.: 16.46 g; Węglowodany ogółem: 357.78 g; W tym cukry: 96.91 g; Błonnik pok.: 48.88 g; Sól: 6.05 g; WW: 30.93 Por; : 14.19 %; : 55.38 %; Ener. z T: 23.42 %; Ener. z Bł.: 4.38 %; K: 4180.36 mg;	Wartość energetyczna: 2044.17 kcal; Białko ogółem: 61.74 g; Tłuszcz: 49.77 g; Kw. tł. nasy.: 14.79 g; Węglowodany ogółem: 348.59 g; W tym cukry: 99.81 g; Błonnik pok.: 31.76 g; Sól: 4.12 g; WW: 31.62 Por; : 12.08 %; : 62.00 %; Ener. z T: 21.91 %; Ener. z Bł.: 3.11 %; K: 3713.01 mg;
2024-03-01 piątek	Śniadanie	Kleik ryżowy na wodzie 200 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Suchary b/c 30 g (GLU PSZ, SOJ, MLE,)	Zacierka na mleku 250 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE,) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Dżem 25 g 1 szt Serek wiejski lekki 3% tł 150g 1 szt (MLE,) Pomidor koktajlowy 80 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,) Salata zielona 20 g	Zacierka na mleku 300 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE,) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ,) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Dżem 25 g 1 szt Serek wiejski lekki 3% tł 150g 1 szt (MLE,) Pomidor koktajlowy 80 g Salata zielona 20 g	Zacierka na mleku 300 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE,) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,) Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Dżem 25 g 1 szt Serek wiejski lekki 3% tł 150g 1 szt (MLE,) Pomidor koktajlowy 80 g Salata zielona 20 g	Kasza jaglana na mleku 300 ml (MLE,) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 120 g Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Dżem 25 g 1 szt Serek wiejski lekki 3% tł 150g 1 szt (MLE,) Pomidor koktajlowy 80 g Melon 100 g Salata zielona 20 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	Melon 100 g			

Jadłospisy za okres od dnia 2024-02-26 do dnia 2024-03-03 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- Kleikowa rozszerzona	SIE- Dzieci 1-3 lat Podstawowa	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż podstawa	SIE- Bogatoresztkowa	SIE- Bezglutenowa
2024-03-01 piątek	Obiad	Ryżowa (bez mleka) () 300 ml (<u>SEL</u>) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Kalafiorowa z ryżem () 250 ml (<u>MLE, SEL</u>) Ziemniaki () 90 g Łosoś pieczony 120 g (<u>RYB</u>) Sos koperkowy * 80 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Surówka z kapusty kiszzonej z olejem () 50 g Warzywa po grecku () 50 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Kalafiorowa z ryżem () 300 ml (<u>MLE, SEL</u>) Ziemniaki () 180 g Łosoś pieczony 120 g (<u>RYB</u>) Sos koperkowy * 80 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Surówka z kapusty kiszzonej z olejem () 100 g Warzywa po grecku () 100 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml		Kalafiorowa z ryżem () 300 ml (<u>MLE, SEL</u>) Ziemniaki () 180 g Łosoś pieczony 120 g (<u>RYB</u>) Sos koperkowy *(bez glutenu) 80 ml (<u>MLE</u>) Surówka z kapusty kiszzonej z olejem () 100 g Warzywa po grecku (bez glutenu) () 100 g (<u>SEL</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	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>) 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>) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 40 g (<u>JAJ, MLE</u>) Ser żółty 25 g (<u>MLE</u>) Papryka świeża 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 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 80 g (<u>JAJ, MLE</u>) Ser żółty 25 g (<u>MLE</u>) Papryka świeża 80 g Rukola 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 80 g (<u>JAJ, MLE</u>) Ser żółty 25 g (<u>MLE</u>) Papryka świeża 80 g Rukola 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 120 g Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>) Ser żółty 25 g (<u>MLE</u>) Papryka świeża 80 g Rukola 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PN	Biszkopty b/m 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ</u>) Sok przecierowy warzywno-owocowy 0,33 l 1 szt				Wafle ryżowe 30 g Sok przecierowy warzywno-owocowy 0,33 l 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 %; : 83.21 %; Ener. z T: 6.61 %; Ener. z Bł.: 0.92 %; K: 286.12 mg;	Wartość energetyczna: 2057.96 kcal; Białko ogółem: 102.81 g; Tłuszcz: 60.53 g; Kw. tł. nasy.: 24.80 g; Węglowodany ogółem: 281.80 g; W tym cukry: 117.80 g; Błonnik pok.: 15.43 g; Sól: 5.05 g; WW: 26.81 Por; : 19.98 %; : 51.77 %; Ener. z T: 26.47 %; Ener. z Bł.: 1.50 %; K: 3695.79 mg;	Wartość energetyczna: 2723.29 kcal; Białko ogółem: 123.39 g; Tłuszcz: 71.54 g; Kw. tł. nasy.: 27.40 g; Węglowodany ogółem: 407.62 g; W tym cukry: 126.11 g; Błonnik pok.: 25.95 g; Sól: 8.31 g; WW: 38.32 Por; : 18.12 %; : 56.06 %; Ener. z T: 23.64 %; Ener. z Bł.: 1.91 %; K: 4810.91 mg;	Wartość energetyczna: 2638.49 kcal; Białko ogółem: 121.07 g; Tłuszcz: 72.30 g; Kw. tł. nasy.: 27.43 g; Węglowodany ogółem: 393.98 g; W tym cukry: 128.75 g; Błonnik pok.: 39.69 g; Sól: 7.87 g; WW: 35.62 Por; : 18.35 %; : 53.71 %; Ener. z T: 24.66 %; Ener. z Bł.: 3.01 %; K: 5368.51 mg;	Wartość energetyczna: 2409.51 kcal; Białko ogółem: 90.73 g; Tłuszcz: 69.63 g; Kw. tł. nasy.: 22.61 g; Węglowodany ogółem: 359.58 g; W tym cukry: 109.06 g; Błonnik pok.: 19.83 g; Sól: 4.52 g; WW: 34.10 Por; : 15.06 %; : 56.40 %; Ener. z T: 26.01 %; Ener. z Bł.: 1.65 %; K: 4133.98 mg;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-02-26 do dnia 2024-03-03 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- Kleikowa rozszerzona	SIE- Dzieci 1-3 lat Podstawowa	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż podstawa	SIE- Bogatoresztkowa	SIE- Bezglutenowa	
2024-03-02 sobota	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>) 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>) Parówki z szynki-kielbasa wieprzowa, homogenizowana, wędzona, parzona 60 g Ketchup 20 g (<u>SEL,</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 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>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Parówki z szynki-kielbasa wieprzowa, homogenizowana, wędzona, parzona 60 g Ketchup 20 g (<u>SEL,</u>) Szynka z pierśią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadanej 25 g (<u>SOJ, SEL,</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Płatki pszenne na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszeny 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Parówki z szynki-kielbasa wieprzowa, homogenizowana, wędzona, parzona 60 g Pomidor 80 g Szynka z pierśią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadanej 25 g (<u>SOJ, SEL,</u>) Ketchup 20 g (<u>SEL,</u>) Sałata zielona 20 g	Płatki ryżowe błyskawiczne na mleku 300 g (<u>MLE,</u>) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 120 g Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Szynka z pierśią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadanej 50 g (<u>SOJ, SEL,</u>) Miód (25g) 1 szt Pomidor 80 g Banan 150 g Sałata zielona 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	Banan 150 g				
	Obiad	Ziemniaczana (bez mleka) () 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Ogórkowa z ziemniakami () 250 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) kasza pęczak/sypko 90 g (<u>GLU PSZ,</u>) Gulasz z udźca kurczaka 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Buraczki gotowane drobno tarte () 50 g Surówka wykwinna z olejem b/c 50 g (<u>JAJ, GOR,</u>) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ogórkowa z ziemniakami () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (<u>GLU JĘCZ,</u>) Gulasz z udźca kurczaka 150 g (<u>GLU PSZ,</u>) Buraczki gotowane drobno tarte () 100 g Surówka wykwinna z olejem b/c 100 g (<u>JAJ, GOR,</u>) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ogórkowa z ziemniakami () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) kasza pęczak/sypko 180 g (<u>GLU PSZ,</u>) Gulasz z udźca kurczaka 150 g (<u>GLU PSZ,</u>) Buraczki gotowane drobno tarte () 100 g Surówka wykwinna z olejem b/c 100 g (<u>JAJ, GOR,</u>) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ogórkowa z ziemniakami (bez glutenu) () 300 ml (<u>MLE, SEL,</u>) Ryż na sypko 180 g Gulasz z udźca kurczaka (bez glutenu) 150 g Buraczki gotowane drobno tarte () 100 g Surówka wykwinna z olejem b/c 100 g (<u>JAJ, GOR,</u>) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	
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>)					

Jadłospisy za okres od dnia 2024-02-26 do dnia 2024-03-03 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- Kleikowa rozszerzona	SIE- Dzieci 1-3 lat Podstawowa	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż podstawa	SIE- Bogatoresztkowa	SIE- Bezglutenowa
2024-03-02 sobota	Kolacja	Kleik ryżowy na wodzie 200 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Suchary b/c 30 g (GLU PSZ, SOJ, 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,) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 25 g (SOJ,) Salatka z ryżu i brokułów 100 g (JAJ, MLE, SEL, GOR,) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Salata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ,) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Salatka z ryżu i brokułów 200 g (JAJ, MLE, SEL, GOR,) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 50 g (SOJ,) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Salata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Salatka z ryżu i brokułów 200 g (JAJ, MLE, SEL, GOR,) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 50 g (SOJ,) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Salata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 120 g Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Salatka z ryżu i brokułów- dieta 200 g (MLE, SEL,) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 50 g (SOJ,) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Salata zielona 20 g
	PN		Ciasto drożdżowe 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, SO2,) Dżem 25 g 1 szt			Dżem 25 g 1 szt Ciasto drożdżowe 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, SO2,)
		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 %; : 83.29 %; Ener. z T: 6.22 %; Ener. z Bł.: 1.23 %; K: 1040.31 mg;	Wartość energetyczna: 2110.98 kcal; Białko ogółem: 68.30 g; Tłuszcz: 71.68 g; Kw. tł. nasy.: 27.02 g; Węglowodany ogółem: 300.95 g; W tym cukry: 109.53 g; Błonnik pok.: 22.74 g; Sól: 6.21 g; WW: 27.97 Por; : 12.94 %; : 52.72 %; Ener. z T: 30.56 %; Ener. z Bł.: 2.15 %; K: 3151.09 mg;	Wartość energetyczna: 2961.09 kcal; Białko ogółem: 100.51 g; Tłuszcz: 90.91 g; Kw. tł. nasy.: 30.03 g; Węglowodany ogółem: 447.53 g; W tym cukry: 121.56 g; Błonnik pok.: 31.71 g; Sól: 10.70 g; WW: 41.74 Por; : 13.58 %; : 56.17 %; Ener. z T: 27.63 %; Ener. z Bł.: 2.14 %; K: 4110.51 mg;	Wartość energetyczna: 2868.07 kcal; Białko ogółem: 98.55 g; Tłuszcz: 92.34 g; Kw. tł. nasy.: 30.16 g; Węglowodany ogółem: 422.35 g; W tym cukry: 115.70 g; Błonnik pok.: 52.16 g; Sól: 10.25 g; WW: 37.18 Por; : 13.74 %; : 51.63 %; Ener. z T: 28.98 %; Ener. z Bł.: 3.64 %; K: 4633.38 mg;	Wartość energetyczna: 2498.03 kcal; Białko ogółem: 71.90 g; Tłuszcz: 61.70 g; Kw. tł. nasy.: 18.59 g; Węglowodany ogółem: 419.64 g; W tym cukry: 95.63 g; Błonnik pok.: 19.24 g; Sól: 4.79 g; WW: 40.15 Por; : 11.51 %; : 64.12 %; Ener. z T: 22.23 %; Ener. z Bł.: 1.54 %; K: 3567.60 mg;
2024-03-03 niedziela	Śniadanie	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,) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Twarożek z koperkiem 30 g (MLE,) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 25 g Ogórek kiszony 80 g Mix sałat 20 g	Kasza manna na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE,) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ,) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Twarożek z koperkiem 50 g (MLE,) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 25 g Ogórek kiszony 80 g Mix sałat 20 g	Kasza manna na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE,) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 25 g Twarożek z koperkiem 50 g (MLE,) Ogórek kiszony 70 g Mix sałat 20 g	Płatki kukurydziane na mleku 300 ml (MLE,) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 120 g Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Twarożek z koperkiem 50 g (MLE,) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 25 g Ogórek kiszony 70 g Jabłko 150 g Mix sałat 20 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	Jabłko 150 g			

Jadłospisy za okres od dnia 2024-02-26 do dnia 2024-03-03 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- Kleikowa rozszerzona	SIE- Dzieci 1-3 lat Podstawowa	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż podstawa	SIE- Bogatoresztkowa	SIE- Bezglutenowa
2024-03-03 niedziela	Obiad	Marchewkowa z ziemniakami (bez mleka) 300 g (GLU PSZ, SEL.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem () 250 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Schab duszony 50 g Sos własny () 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki () 90 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 100 g (SEL.) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Schab duszony 100 g Sos własny () 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki () 180 g Kapusta zasmażana 100 g (GLU PSZ.) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 100 g (SEL.) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml		Pomidorowa z makaronem (bez glutenu) () 300 ml (MLE, SEL.) Schab duszony 100 g Sos własny (bez glutenu) 80 ml Ziemniaki () 180 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem (bez glutenu) () 200 g (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.) Podplomyki b/c 20 g (GLU PSZ, MLE.)		
	Kolacja	Kleik ryżowy na wodzie 200 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Suchary b/c 30 g (GLU PSZ, SOJ, 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.) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 25 g (SOJ.) Ser mozzarella kulki 35 g (MLE.) Pomidor koktajlowy 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 (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (SOJ.) Ser mozzarella kulki 35 g (MLE.) Pomidor koktajlowy 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 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 40 g (SOJ.) Ser mozzarella kulki 35 g (MLE.) Pomidor koktajlowy 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 120 g Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parlo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Ser mozzarella kulki 35 g (MLE.) Pomidor koktajlowy 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PN			Mus owocowy 100g-produkt pasteryzowany 1 szt		
		Wartość energetyczna: 1061.16 kcal; Białko ogółem: 22.98 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: 0.70 g; WW: 22.07 Por; : 8.66 %; : 82.89 %; Ener. z T: 6.63 %; Ener. z Bł.: 1.17 %; K: 603.40 mg;	Wartość energetyczna: 1683.96 kcal; Białko ogółem: 74.53 g; Tłuszcz: 47.51 g; Kw. tł. nasy.: 22.72 g; Węglowodany ogółem: 247.68 g; W tym cukry: 69.43 g; Błonnik pok.: 19.57 g; Sól: 5.94 g; WW: 22.82 Por; : 17.70 %; : 54.18 %; Ener. z T: 25.39 %; Ener. z Bł.: 2.32 %; K: 2733.62 mg;	Wartość energetyczna: 2447.41 kcal; Białko ogółem: 114.65 g; Tłuszcz: 60.45 g; Kw. tł. nasy.: 25.82 g; Węglowodany ogółem: 374.37 g; W tym cukry: 78.30 g; Błonnik pok.: 29.70 g; Sól: 9.56 g; WW: 34.53 Por; : 18.74 %; : 56.33 %; Ener. z T: 22.23 %; Ener. z Bł.: 2.43 %; K: 4059.35 mg;	Wartość energetyczna: 2317.83 kcal; Białko ogółem: 110.34 g; Tłuszcz: 60.94 g; Kw. tł. nasy.: 25.84 g; Węglowodany ogółem: 352.00 g; W tym cukry: 72.41 g; Błonnik pok.: 43.39 g; Sól: 8.66 g; WW: 30.96 Por; : 19.04 %; : 53.26 %; Ener. z T: 23.66 %; Ener. z Bł.: 3.74 %; K: 4606.88 mg;	Wartość energetyczna: 2377.92 kcal; Białko ogółem: 87.77 g; Tłuszcz: 82.66 g; Kw. tł. nasy.: 25.35 g; Węglowodany ogółem: 327.51 g; W tym cukry: 79.95 g; Błonnik pok.: 26.95 g; Sól: 7.06 g; WW: 30.05 Por; : 14.76 %; : 50.56 %; Ener. z T: 31.29 %; Ener. z Bł.: 2.27 %; K: 4070.78 mg;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-02-26 do dnia 2024-03-03 KUCHNIA SIEDLCE

	SIE- Wegetariańska	SIE- Pooperacyjna	SIE- Dzieci 1-3 lat Łatwo strawna	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż łatwostrawna	SIE- Z ogr.subst.pobudz.wydz.soków żołądkowych	
2024-02-26 poniedziałek	Śniadanie	<p>Platki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka graham-pszenna 60g 1 szt (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona,parzona,z dod.wody,białka wp 30 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Platki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.)</p>	<p>Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona,parzona,z dod.wody,białka wp 30 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Platki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.)</p>	<p>Platki owsiane na mleku 250 ml (MLE, GLU OW.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona,parzona,z dod.wody,białka wp 30 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Pomidor b/skórki 80 g Sałata zielona 20 g</p>	<p>Platki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona,parzona,z dod.wody,białka wp 30 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g</p>	<p>Platki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona,parzona,z dod.wody,białka wp 30 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Banan 150 g Pomidor b/skórki 80 g Sałata zielona 20 g</p>
	II ŚN	Banan 150 g	Mandarynka 100 g			
	Obiad	<p>Grochowa z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Ryż brązowy z jabłkiem prażonym i cynamonem 300 g Sos jogurtowy naturalny 100 g (MLE.) Surówka z marchwi z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt</p>	<p>Ziemniaczana (bez mleka) () 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Ryż na sypko 180 g Pulpet drobiowy 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos ziołowy* 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Szpinak gotowany z olejem* 200 g (GLU PSZ.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt</p>	<p>Solferino () 250 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryż z jabłkiem prażonym i cynamonem 200 g Sos jogurtowy naturalny 100 g (MLE.) Surówka z marchwi z olejem () 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt</p>	<p>Solferino () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryż z jabłkiem prażonym i cynamonem 300 g Sos jogurtowy naturalny 100 g (MLE.) Surówka z marchwi z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt</p>	<p>Solferino () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryż z jabłkiem prażonym i cynamonem 300 g Sos jogurtowy naturalny 100 g (MLE.) Marchew gotowana z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt</p>
	PD	Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml (MLE.)	Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml (MLE.) Biskopki b/m 30 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ.)			
	Kolacja	<p>Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Pasta z twarogu i cebuli 150 g (MLE.) Papryka świeża 80 g Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (MLE.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Mix sałat 20 g</p>	<p>Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Twarożek z ziołami 100 g (MLE.) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 25 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt</p>	<p>Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Pasta z twarogu z koperkiem 50 g (MLE.) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 25 g Pomidor b/skórki 80 g Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (MLE.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Mix sałat 20 g</p>	<p>Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Pasta z twarogu z koperkiem 50 g (MLE.) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g Pomidor b/skórki 80 g Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (MLE.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Mix sałat 20 g</p>	<p>Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Pasta z twarogu z koperkiem 80 g (MLE.) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g Pomidor b/skórki 80 g Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (MLE.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Mix sałat 20 g</p>

Jadłospisy za okres od dnia 2024-02-26 do dnia 2024-03-03 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- Wegetariańska	SIE- Pooperacyjna	SIE- Dzieci 1-3 lat Łatwo strawna	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż łatwostrawna	SIE- Z ogr.subst.pobudz.wydz.soków żołądkowych
2024-02-26 poniedziałek	PN	Wafle ryżowe 30 g Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (MLE)	Wafle ryżowe 30 g	Wafle ryżowe 30 g Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (MLE)		
		Wartość energetyczna: 2653.85 kcal; Białko ogółem: 107.63 g; Tłuszcz: 69.34 g; Kw. tł. nasy.: 31.34 g; Węglowodany ogółem: 417.89 g; W tym cukry: 129.07 g; Błonnik pok.: 45.71 g; Sól: 6.72 g; WW: 37.27 Por; : 16.22 %; : 56.10 %; Ener. z T: 23.51 %; Ener. z Bł.: 3.44 %; K: 4462.54 mg;	Wartość energetyczna: 2584.02 kcal; Białko ogółem: 111.23 g; Tłuszcz: 61.89 g; Kw. tł. nasy.: 24.81 g; Węglowodany ogółem: 404.20 g; W tym cukry: 95.98 g; Błonnik pok.: 19.15 g; Sól: 5.17 g; WW: 38.66 Por; : 17.22 %; : 59.60 %; Ener. z T: 21.56 %; Ener. z Bł.: 1.48 %; K: 3461.83 mg;	Wartość energetyczna: 2104.16 kcal; Białko ogółem: 84.97 g; Tłuszcz: 53.51 g; Kw. tł. nasy.: 25.06 g; Węglowodany ogółem: 330.61 g; W tym cukry: 125.90 g; Błonnik pok.: 19.07 g; Sól: 4.15 g; WW: 31.19 Por; : 16.15 %; : 59.22 %; Ener. z T: 22.89 %; Ener. z Bł.: 1.81 %; K: 3585.87 mg;	Wartość energetyczna: 2729.93 kcal; Białko ogółem: 99.40 g; Tłuszcz: 60.74 g; Kw. tł. nasy.: 26.47 g; Węglowodany ogółem: 462.62 g; W tym cukry: 147.09 g; Błonnik pok.: 30.37 g; Sól: 7.11 g; WW: 43.27 Por; : 14.56 %; : 63.33 %; Ener. z T: 20.02 %; Ener. z Bł.: 2.23 %; K: 4263.67 mg;	Wartość energetyczna: 2522.35 kcal; Białko ogółem: 96.38 g; Tłuszcz: 54.75 g; Kw. tł. nasy.: 24.93 g; Węglowodany ogółem: 427.81 g; W tym cukry: 138.94 g; Błonnik pok.: 31.20 g; Sól: 6.96 g; WW: 39.74 Por; : 15.28 %; : 62.90 %; Ener. z T: 19.54 %; Ener. z Bł.: 2.47 %; K: 4428.60 mg;
2024-02-27 wtorek	Śniadanie	Makaron na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Pasta z ryby gotowanej (miruna) z warzywami* 80 g (RYB, SEL) Ser żółty 25 g (MLE) Pomidor 80 g Jabłko 150 g Sałata zielona 20 g	Kasza manna na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Dżem 25 g 1 szt Baton szynkowy z kurcząt 50 g (może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR)	Makaron na mleku 250 ml (GLU PSZ, MLE) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Dżem 25 g 1 szt Baton szynkowy z kurcząt 25 g (może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR) Pomidor b/skórki 80 g Sałata zielona 20 g	Makaron na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Dżem 25 g 1 szt Baton szynkowy z kurcząt 50 g (może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Makaron na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Pasta z ryby gotowanej (miruna) z warzywami* 80 g (RYB, SEL) Baton szynkowy z kurcząt 25 g (może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR) Pomidor b/skórki 80 g Jabłko pieczone 150 g Sałata zielona 20 g
	II ŚN		Jabłko pieczone 150 g	Jabłko 150 g		
	Obiad	Kapuśniak z kapusty kiszzonej () 300 ml (GLU PSZ, SEL, GOR) Pierogi ukraińskie () 300 g (GLU PSZ, JAJ, MLE) Surówka z rzepy, jabłka i marchewki () 100 g (MLE) Buraczki oprószone () 100 g (GLU PSZ) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Ryżowa (bez mleka) () 300 ml (SEL) Ziemniaki () 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	Wielowarzywna z ziemniakami () 250 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Kasza jęczmienna/sypko 90 g (GLU JECZ) Bitka wieprzowa z szynki duszona 50 g (GLU PSZ) Sos ziołowy () 80 ml (GLU PSZ, SEL) Buraczki oprószone () 100 g (GLU PSZ) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Wielowarzywna z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (GLU JECZ) Bitka wieprzowa z szynki duszona 100 g (GLU PSZ) Sos ziołowy () 80 ml (GLU PSZ, SEL) Buraczki oprószone () 200 g (GLU PSZ) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Wielowarzywna z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (GLU JECZ) Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g (GLU PSZ, JAJ) Sos ziołowy () 80 ml (GLU PSZ, SEL) Buraczki oprószone () 200 g (GLU PSZ) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml

Jadłospisy za okres od dnia 2024-02-26 do dnia 2024-03-03 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- Wegetariańska	SIE- Pooperacyjna	SIE- Dzieci 1-3 lat Łatwo strawna	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż łatwostrawna	SIE- Z ogr.subst.pobudz.wydz.soków żołądkowych
2024-02-27 wtorek	PD		Budyń o smaku waniliowym z/c 200 ml (<u>MLE</u>)	Ciasto drożdżowe 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, S02</u>) Jogurt brzoskwiowy 150g 1 szt (<u>MLE</u>)		
	Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 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>) Pasztet sojowy z pomidorami 50 g (<u>SOJ, GOR</u>) Ser mozzarella kulki 35 g (<u>MLE</u>) Pomidor koktajlowy 80 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Szynka Drobiowa, produkt drobno rozdrobniony 50 g Ser mozzarella kulki 35 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>) Szynka Drobiowa, produkt drobno rozdrobniony 25 g Ser mozzarella kulki 20 g (<u>MLE</u>) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Szynka Drobiowa, produkt drobno rozdrobniony 50 g Ser mozzarella kulki 35 g (<u>MLE</u>) Pomidor koktajlowy 80 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Szynka Drobiowa, produkt drobno rozdrobniony 50 g Ser mozzarella kulki 35 g (<u>MLE</u>) Pomidor koktajlowy 80 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Sałata zielona 20 g
2024-02-28 środa	PN	Sok przecierowy warzywno-owocowy 0,33l 1 szt Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 30 g				
	Śniadanie	Wartość energetyczna: 2924.52 kcal; Białko ogółem: 95.48 g; Tłuszcz: 90.50 g; Kw. tł. nasy.: 31.35 g; Węglowodany ogółem: 446.56 g; W tym cukry: 112.32 g; Błonnik pok.: 38.80 g; Sól: 7.92 g; WW: 40.91 Por; : 13.06 %; : 55.77 %; Ener. z T: 27.85 %; Ener. z Bł.: 2.65 %; K: 4015.96 mg;	Wartość energetyczna: 3078.82 kcal; Białko ogółem: 97.31 g; Tłuszcz: 60.40 g; Kw. tł. nasy.: 24.44 g; Węglowodany ogółem: 429.23 g; W tym cukry: 138.14 g; Błonnik pok.: 25.37 g; Sól: 6.81 g; WW: 40.56 Por; : 12.64 %; : 52.47 %; Ener. z T: 17.66 %; Ener. z Bł.: 1.65 %; K: 3756.03 mg;	Wartość energetyczna: 2245.33 kcal; Białko ogółem: 70.01 g; Tłuszcz: 51.15 g; Kw. tł. nasy.: 21.48 g; Węglowodany ogółem: 322.30 g; W tym cukry: 115.89 g; Błonnik pok.: 17.71 g; Sól: 4.04 g; WW: 30.65 Por; : 12.47 %; : 54.26 %; Ener. z T: 20.50 %; Ener. z Bł.: 1.58 %; K: 2708.31 mg;	Wartość energetyczna: 3357.60 kcal; Białko ogółem: 113.86 g; Tłuszcz: 69.95 g; Kw. tł. nasy.: 26.49 g; Węglowodany ogółem: 460.32 g; W tym cukry: 129.90 g; Błonnik pok.: 28.84 g; Sól: 7.97 g; WW: 43.36 Por; : 13.56 %; : 51.40 %; Ener. z T: 18.75 %; Ener. z Bł.: 1.72 %; K: 3911.56 mg;	Wartość energetyczna: 3171.81 kcal; Białko ogółem: 110.42 g; Tłuszcz: 56.35 g; Kw. tł. nasy.: 24.45 g; Węglowodany ogółem: 449.07 g; W tym cukry: 113.09 g; Błonnik pok.: 31.09 g; Sól: 7.97 g; WW: 41.89 Por; : 13.92 %; : 52.71 %; Ener. z T: 15.99 %; Ener. z Bł.: 1.96 %; K: 3574.82 mg;
		Ryż na mleku 300 ml (<u>MLE</u>) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 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 homo. naturalny 80 g (<u>MLE</u>) Dżem 25 g 1 szt Banan 150 g Papryka świeża 80 g Mix sałat 20 g	Ryż na mleku 300 ml (<u>MLE</u>) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Serek homo. naturalny 80 g (<u>MLE</u>) Dżem 25 g 1 szt	Ryż na mleku 250 ml (<u>MLE</u>) Kakao z mlekiem 250 ml (<u>MLE</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Serek homo. naturalny 40 g (<u>MLE</u>) Dżem 25 g 1 szt Pomidor 80 g Mix sałat 20 g	Ryż na mleku 300 ml (<u>MLE</u>) Kakao z mlekiem 250 ml (<u>MLE</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Serek homo. naturalny 80 g (<u>MLE</u>) Dżem 25 g 1 szt Pomidor 80 g Mix sałat 20 g	Ryż na mleku 300 ml (<u>MLE</u>) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Serek homo. naturalny 80 g (<u>MLE</u>) Dżem 25 g 1 szt Pomidor 80 g Banan 150 g Mix sałat 20 g

Jadłospisy za okres od dnia 2024-02-26 do dnia 2024-03-03 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- Wegetariańska	SIE- Pooperacyjna	SIE- Dzieci 1-3 lat Łatwo strawna	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż łatwostrawna	SIE- Z ogr.subst.pobudz.wydz.soków żołądkowych	
2024-02-28 środa	II ŚN	Banan 150 g					
	Obiad	Grycikowa () 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Kotlety z buraka i kaszy jęczmiennej 300 g (GLU PSZ, JAJ, GLU JECZ.) Sałatka szwedzka () 100 g (GOR.) Dyńia z wody 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Grycikowa () 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki () 180 g Filet z kurczaka pieczony 100 g (GLU PSZ.) Sos koperkowy () 80 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Dyńia z wody 100 g Cukinia pieczona z olejem * 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Grycikowa () 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki () 90 g Filet z kurczaka pieczony 50 g (GLU PSZ.) Sos koperkowy () 80 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Dyńia z wody 50 g Cukinia pieczona z olejem * 50 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Grycikowa () 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki () 180 g Filet z kurczaka pieczony 100 g (GLU PSZ.) Sos koperkowy () 80 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Dyńia z wody 100 g Cukinia pieczona z olejem * 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt		
	PD	Maślanka truskawkowa 200 ml (MLE.)					
	Kolejacja	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Ser żółty 25 g (MLE.) Pomidor 80 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 50 g (SOJ.) Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalanej 50 g (SOJ, SEL.) 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.) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 50 g (SOJ.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Pomidor b/skórki 80 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 50 g (SOJ.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Pomidor b/skórki 80 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Sałata zielona 20 g		
	PN	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Twarożek 40 g (MLE.) Sałata zielona 10 g	Bułka maślana 1 szt 1 szt (GLU PSZ, JAJ, MLE.)				
		Wartość energetyczna: 2479.24 kcal; Białko ogółem: 86.22 g; Tłuszcz: 77.55 g; Kw. tł. nasy.: 29.62 g; Węglowodany ogółem: 373.60 g; W tym cukry: 106.94 g; Błonnik pok.: 35.31 g; Sól: 8.28 g; WW: 33.92 Por; : 13.91 %; : 54.58 %; Ener. z T: 28.15 %; Ener. z Bł.: 2.85 %; K: 3534.95 mg;	Wartość energetyczna: 2639.56 kcal; Białko ogółem: 121.62 g; Tłuszcz: 50.98 g; Kw. tł. nasy.: 20.66 g; Węglowodany ogółem: 432.13 g; W tym cukry: 89.18 g; Błonnik pok.: 19.80 g; Sól: 8.39 g; WW: 41.33 Por; : 18.43 %; : 62.48 %; Ener. z T: 17.38 %; Ener. z Bł.: 1.50 %; K: 4028.94 mg;	Wartość energetyczna: 2026.41 kcal; Białko ogółem: 89.34 g; Tłuszcz: 49.92 g; Kw. tł. nasy.: 23.00 g; Węglowodany ogółem: 311.84 g; W tym cukry: 97.50 g; Błonnik pok.: 15.47 g; Sól: 5.35 g; WW: 29.74 Por; : 17.63 %; : 58.50 %; Ener. z T: 22.17 %; Ener. z Bł.: 1.53 %; K: 3491.93 mg;	Wartość energetyczna: 2709.27 kcal; Białko ogółem: 124.93 g; Tłuszcz: 58.44 g; Kw. tł. nasy.: 24.45 g; Węglowodany ogółem: 430.53 g; W tym cukry: 103.68 g; Błonnik pok.: 24.16 g; Sól: 8.35 g; WW: 40.73 Por; : 18.45 %; : 60.00 %; Ener. z T: 19.41 %; Ener. z Bł.: 1.78 %; K: 4787.94 mg;	Wartość energetyczna: 2534.89 kcal; Białko ogółem: 116.38 g; Tłuszcz: 54.11 g; Kw. tł. nasy.: 21.48 g; Węglowodany ogółem: 405.41 g; W tym cukry: 99.73 g; Błonnik pok.: 24.06 g; Sól: 8.09 g; WW: 38.23 Por; : 18.36 %; : 60.18 %; Ener. z T: 19.21 %; Ener. z Bł.: 1.90 %; K: 4659.60 mg;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-02-26 do dnia 2024-03-03 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- Wegetariańska	SIE- Pooperacyjna	SIE- Dzieci 1-3 lat Łatwo strawna	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż łatwostrawna	SIE- Z ogr.subst.pobudz.wydz.soków żołądkowych
2024-02-29 czwartek	Śniadanie	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE,) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Bułka graham-pszena 60g 1 szt (GLU PSZ,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Paszlet z ciecierzycy () 100 g (GLU PSZ, JAJ,) Pomidor 80 g Gruszka 150 g Sałata zielona 20 g	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE,) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Serek homo. naturalny 100 g (MLE,)	Kasza kukurydziana na mleku 250 ml (MLE,) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 30 g Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 30 g (może zawierać: MLE, GOR,) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Kasza kukurydziana 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 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 30 g (może zawierać: MLE, GOR,) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Kasza kukurydziana 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 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g Jabłko pieczone 150 g Pomidor 80 g Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 30 g (może zawierać: MLE, GOR,) Sałata zielona 20 g
	II ŚN			Jabłko pieczone 150 g		
	Obiad	Barszcz ukraiński z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Makaron z warzywami* 300 g (GLU PSZ, MLE,) Surówka wielowarzywna z olejem () 100 g (SEL,) Brokuł gotowany* 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Ziemniaczana () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Ziemniaki () 180 g Pulpet wieprzowy 100 g (GLU PSZ, JAJ,) Sos pomidorowy 80 ml (GLU PSZ,) Brokuł gotowany* 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami () 250 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Makaron z sosem mięsno-warzywnym, z mięsa drobiowego () 150 g (GLU PSZ, SEL,) Brokuł gotowany* 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Makaron z sosem mięsno-warzywnym, z mięsa drobiowego () 300 g (GLU PSZ, SEL,) Brokuł gotowany* 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	
PD			Herbatniki 30 g (GLU PSZ, SOJ, MLE,) Kisiel o smaku wiśniowym z/c 200 ml			

Jadłospisy za okres od dnia 2024-02-26 do dnia 2024-03-03 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- Wegetariańska	SIE- Pooperacyjna	SIE- Dzieci 1-3 lat Łatwo strawna	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż łatwostrawna	SIE- Z ogr.subst.pobudz.wydz.soków żołądkowych
2024-02-29 czwartek	Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Zapiekanka z ryżu i jabłka () 200 g (<u>MLE</u>) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Surówka z marchwi () 150 g (<u>MLE</u>) Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<u>MLE</u>)	Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw osionce niejadalnej 50 g (<u>SOJ</u>) Bułka pszenna długa krojona 120 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt		Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Zapiekanka z ryżu i jabłka () 200 g (<u>MLE</u>) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Surówka z marchwi () 150 g (<u>MLE</u>) Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<u>MLE</u>)	
	PN	Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt				
		Wartość energetyczna: 2298.23 kcal; Białko ogółem: 70.13 g; Tłuszcz: 54.88 g; Kw. tł. nasy.: 15.92 g; Węglowodany ogółem: 391.25 g; W tym cukry: 105.81 g; Błonnik pok.: 46.73 g; Sól: 4.90 g; WW: 34.42 Por; : 12.21 %; : 59.96 %; Ener. z T: 21.49 %; Ener. z Bł.: 4.07 %; K: 3870.44 mg;	Wartość energetyczna: 2475.55 kcal; Białko ogółem: 95.45 g; Tłuszcz: 55.71 g; Kw. tł. nasy.: 21.94 g; Węglowodany ogółem: 408.00 g; W tym cukry: 108.40 g; Błonnik pok.: 24.14 g; Sól: 6.19 g; WW: 38.39 Por; : 15.42 %; : 62.02 %; Ener. z T: 20.25 %; Ener. z Bł.: 1.95 %; K: 4264.63 mg;	Wartość energetyczna: 1841.19 kcal; Białko ogółem: 57.54 g; Tłuszcz: 37.52 g; Kw. tł. nasy.: 13.75 g; Węglowodany ogółem: 328.83 g; W tym cukry: 130.03 g; Błonnik pok.: 26.78 g; Sól: 4.30 g; WW: 30.23 Por; : 12.50 %; : 65.62 %; Ener. z T: 18.34 %; Ener. z Bł.: 2.91 %; K: 3201.05 mg;	Wartość energetyczna: 2338.32 kcal; Białko ogółem: 76.82 g; Tłuszcz: 46.55 g; Kw. tł. nasy.: 15.35 g; Węglowodany ogółem: 416.96 g; W tym cukry: 136.78 g; Błonnik pok.: 34.36 g; Sól: 5.89 g; WW: 38.24 Por; : 13.14 %; : 65.45 %; Ener. z T: 17.92 %; Ener. z Bł.: 2.94 %; K: 4009.06 mg;	Wartość energetyczna: 2055.39 kcal; Białko ogółem: 74.31 g; Tłuszcz: 43.25 g; Kw. tł. nasy.: 14.93 g; Węglowodany ogółem: 355.90 g; W tym cukry: 96.44 g; Błonnik pok.: 33.94 g; Sól: 5.62 g; WW: 32.15 Por; : 14.46 %; : 62.66 %; Ener. z T: 18.94 %; Ener. z Bł.: 3.30 %; K: 3970.30 mg;
2024-03-01 piątek	Śniadanie	Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 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>) Dżem 25 g 1 szt Serek wiejski lekki 3% tł 150g 1 szt (<u>MLE</u>) Pomidor koktajlowy 80 g Melon 100 g Sałata zielona 20 g	Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Dżem 25 g 1 szt Serek wiejski lekki 3% tł 150g 1 szt (<u>MLE</u>)	Zacierka na mleku 250 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>) 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 Serek wiejski lekki 3% tł 150g 1 szt (<u>MLE</u>) Pomidor b/skórki 80 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>) Sałata zielona 20 g	Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Dżem 25 g 1 szt Serek wiejski lekki 3% tł 150g 1 szt (<u>MLE</u>) Pomidor b/skórki 80 g Sałata zielona 20 g	Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Dżem 25 g 1 szt Serek wiejski lekki 3% tł 150g 1 szt (<u>MLE</u>) Pomidor koktajlowy 80 g Melon 100 g Sałata zielona 20 g
	II ŚN		Jabłko pieczone 150 g	Melon 100 g		

Jadłospisy za okres od dnia 2024-02-26 do dnia 2024-03-03 KUCHNIA SIEDLCE

	SIE- Wegetariańska	SIE- Pooperacyjna	SIE- Dzieci 1-3 lat Łatwo strawna	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż łatwostrawna	SIE- Z ogr.subst.pobudz.wydz.soków żołądkowych	
2024-03-01 piątek	Obiad	Kalafiorowa z ryżem () 300 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Ziemniaki () 180 g Łosoś pieczony 120 g (<u>RYB.</u>) Sos koperkowy * 80 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Surówka z kapusty kiszzonej z olejem () 100 g Warzywa po grecku () 100 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Ryżowa (bez mleka) () 300 ml (<u>SEL.</u>) Ziemniaki () 180 g Łosoś pieczony 120 g (<u>RYB.</u>) Sos koperkowy * 80 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Warzywa po grecku () 200 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Ryżowa () 300 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Ziemniaki () 90 g Łosoś pieczony 120 g (<u>RYB.</u>) Sos koperkowy * 80 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Warzywa po grecku () 100 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Ryżowa () 300 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Ziemniaki () 180 g Łosoś pieczony 120 g (<u>RYB.</u>) Sos koperkowy * 80 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Warzywa po grecku () 200 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	
	PD		Budyń o smaku czekoladowym z/c 150 ml (<u>MLE.</u>)	Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)		
	Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 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>) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 80 g (<u>JAJ, MLE.</u>) Ser żółty 25 g (<u>MLE.</u>) Papryka świeża 80 g Rukola 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g (<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 homo. naturalny 30 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>) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 50 g (<u>JAJ, MLE.</u>) Pomidor b/skórki 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 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 80 g (<u>JAJ, MLE.</u>) Pomidor b/skórki 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 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 80 g (<u>JAJ, MLE.</u>) Pomidor b/skórki 80 g Serek homo. naturalny 30 g (<u>MLE.</u>) Rukola 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PN	Biszkopty b/m 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ.</u>) Sok przecierowy warzywno-owocowy 0,33 l 1 szt	Biszkopty b/m 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ.</u>)	Biszkopty b/m 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ.</u>) Sok przecierowy warzywno-owocowy 0,33 l 1 szt	Biszkopty b/m 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ.</u>) Sok przecierowy warzywno-owocowy 0,33 l 1 szt	
		Wartość energetyczna: 2586.29 kcal; Białko ogółem: 115.39 g; Tłuszcz: 69.49 g; Kw. tł. nasy.: 26.11 g; Węglowodany ogółem: 388.82 g; W tym cukry: 118.26 g; Błonnik pok.: 32.10 g; Sól: 8.33 g; WW: 35.82 Por; : 17.85 %; : 55.17 %; Ener. z T: 24.18 %; Ener. z Bł.: 2.48 %; K: 4709.41 mg;	Wartość energetyczna: 2405.62 kcal; Białko ogółem: 112.38 g; Tłuszcz: 51.82 g; Kw. tł. nasy.: 18.74 g; Węglowodany ogółem: 383.97 g; W tym cukry: 98.11 g; Błonnik pok.: 22.95 g; Sól: 7.32 g; WW: 36.25 Por; : 18.69 %; : 60.03 %; Ener. z T: 19.39 %; Ener. z Bł.: 1.91 %; K: 3803.62 mg;	Wartość energetyczna: 1997.51 kcal; Białko ogółem: 97.95 g; Tłuszcz: 52.61 g; Kw. tł. nasy.: 20.09 g; Węglowodany ogółem: 288.86 g; W tym cukry: 117.53 g; Błonnik pok.: 15.47 g; Sól: 4.45 g; WW: 27.49 Por; : 19.62 %; : 54.75 %; Ener. z T: 23.71 %; Ener. z Bł.: 1.55 %; K: 3779.91 mg;	Wartość energetyczna: 2636.35 kcal; Białko ogółem: 117.27 g; Tłuszcz: 61.01 g; Kw. tł. nasy.: 22.25 g; Węglowodany ogółem: 415.55 g; W tym cukry: 127.18 g; Błonnik pok.: 26.57 g; Sól: 7.41 g; WW: 39.04 Por; : 17.79 %; : 59.02 %; Ener. z T: 20.83 %; Ener. z Bł.: 2.02 %; K: 4932.25 mg;	Wartość energetyczna: 2574.14 kcal; Białko ogółem: 116.08 g; Tłuszcz: 59.51 g; Kw. tł. nasy.: 20.93 g; Węglowodany ogółem: 404.26 g; W tym cukry: 119.01 g; Błonnik pok.: 26.15 g; Sól: 7.25 g; WW: 37.94 Por; : 18.04 %; : 58.76 %; Ener. z T: 20.81 %; Ener. z Bł.: 2.03 %; K: 4671.00 mg;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-02-26 do dnia 2024-03-03 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- Wegetariańska	SIE- Pooperacyjna	SIE- Dzieci 1-3 lat Łatwo strawna	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż łatwostrawna	SIE- Z ogr.subst.pobudz.wydz.soków zoładkowych
2024-03-02 sobota	Śniadanie	Płatki pszenne na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 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>) Miód 50 g Pasta z fasoli 50 g Pomidor 80 g Banan 150 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Sałata zielona 20 g	Płatki pszenne na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Szynka z pierśią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona,w osłonce niejadanej 50 g (<u>SOJ, SEL,</u>) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 25 g (<u>SOJ,</u>)	Płatki pszenne 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 z pierśią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona,w osłonce niejadanej 50 g (<u>SOJ, SEL,</u>) Dżem 25 g 1 szt Pomidor 80 g Sałata zielona 20 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>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Dżem 25 g 1 szt Szynka z pierśią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona,w osłonce niejadanej 50 g (<u>SOJ, SEL,</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 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>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona,parzona,z dod.wody,białka wp 30 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,</u>) Szynka z pierśią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona,w osłonce niejadanej 50 g (<u>SOJ, SEL,</u>) Pomidor 80 g Banan 150 g Sałata zielona 20 g
	II ŚN			Banan 150 g		
	Obiad	Ogórkowa z ziemniakami () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) kasza pęczak/sypko 180 g (<u>GLU PSZ,</u>) Gulasz warzywny z ciecierzycą* 150 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Buraczki gotowane drobno tarte () 100 g Surówka wykwinna z olejem b/c 100 g (<u>JAJ, GOR,</u>) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana (bez mleka) () 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Ryż na sypko 180 g Zrazik wieprzowy gotowany mielony 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>) Dyńa z wody 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana () 250 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Kasza jęczmienna/sypko 90 g (<u>GLU JĘCZ,</u>) Gulasz z udźca kurczaka 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Buraczki gotowane drobno tarte () 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (<u>GLU JĘCZ,</u>) Gulasz z udźca kurczaka 150 g (<u>GLU PSZ,</u>) Buraczki gotowane drobno tarte () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	
PD			Budyń o smaku waniliowym z/c 200 ml (<u>MLE,</u>)			

Jadłospisy za okres od dnia 2024-02-26 do dnia 2024-03-03 KUCHNIA SIEDLCE

	SIE- Wegetariańska	SIE- Pooperacyjna	SIE- Dzieci 1-3 lat Łatwo strawna	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż łatwostrawna	SIE- Z ogr.subst.pobudz.wydz.soków żołądkowych	
2024-03-02 sobota	Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Ser żółty 75 g (MLE.) Ogórek kiszony 70 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 50 g (SOJ.) 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.) Sałatka z ryżu i brokułów- dieta 100 g (MLE, SEL.) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 25 g (SOJ.) Pomidor b/skórki 70 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Sałatka z ryżu i brokułów- dieta 200 g (MLE, SEL.) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 50 g (SOJ.) Pomidor b/skórki 70 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Sałatka z ryżu i brokułów- dieta 200 g (MLE, SEL.) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 50 g (SOJ.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Sałata zielona 20 g
	PN	Dżem 25 g 1 szt Ciasto drożdżowe 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, SO2.)	Ciasto drożdżowe 30 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, SO2.) Dżem 25 g 1 szt	Ciasto drożdżowe 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, SO2.) Dżem 25 g 1 szt		
	Wartość energetyczna: 2773.66 kcal; Białko ogółem: 81.85 g; Tłuszcz: 78.39 g; Kw. tł. nasy.: 33.20 g; Węglowodany ogółem: 449.21 g; W tym cukry: 99.10 g; Błonnik pok.: 50.47 g; Sól: 10.08 g; WW: 40.00 Por; : 11.80 %; : 57.50 %; Ener. z T: 25.44 %; Ener. z Bł.: 3.64 %; K: 4070.96 mg;	Wartość energetyczna: 2607.49 kcal; Białko ogółem: 105.66 g; Tłuszcz: 59.48 g; Kw. tł. nasy.: 24.55 g; Węglowodany ogółem: 418.36 g; W tym cukry: 107.95 g; Błonnik pok.: 20.98 g; Sól: 9.15 g; WW: 39.87 Por; : 16.21 %; : 60.96 %; Ener. z T: 20.53 %; Ener. z Bł.: 1.61 %; K: 3541.83 mg;	Wartość energetyczna: 1870.38 kcal; Białko ogółem: 66.39 g; Tłuszcz: 43.53 g; Kw. tł. nasy.: 19.74 g; Węglowodany ogółem: 313.90 g; W tym cukry: 121.62 g; Błonnik pok.: 20.00 g; Sól: 4.96 g; WW: 29.59 Por; : 14.20 %; : 62.85 %; Ener. z T: 20.95 %; Ener. z Bł.: 2.14 %; K: 3636.73 mg;	Wartość energetyczna: 2730.20 kcal; Białko ogółem: 98.81 g; Tłuszcz: 55.23 g; Kw. tł. nasy.: 22.46 g; Węglowodany ogółem: 475.71 g; W tym cukry: 136.62 g; Błonnik pok.: 33.14 g; Sól: 8.91 g; WW: 44.43 Por; : 14.48 %; : 64.84 %; Ener. z T: 18.21 %; Ener. z Bł.: 2.43 %; K: 4751.38 mg;	Wartość energetyczna: 2511.05 kcal; Białko ogółem: 97.79 g; Tłuszcz: 52.05 g; Kw. tł. nasy.: 20.30 g; Węglowodany ogółem: 428.23 g; W tym cukry: 100.34 g; Błonnik pok.: 32.22 g; Sól: 8.68 g; WW: 39.71 Por; : 15.58 %; : 63.08 %; Ener. z T: 18.66 %; Ener. z Bł.: 2.57 %; K: 4261.58 mg;	
2024-03-03 niedziela	Śniadanie	Kasza manna na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Twarożek z koperkiem 100 g (MLE.) Ogórek kiszony 70 g Jabłko 150 g Mix sałat 20 g	Kasza manna na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Twarożek z koperkiem 50 g (MLE.) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 25 g	Kasza manna na mleku 250 ml (GLU PSZ, MLE.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Twarożek z koperkiem 50 g (MLE.) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 25 g Pomidor 80 g Mix sałat 20 g	Kasza manna na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Twarożek z koperkiem 50 g (MLE.) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 80 g Mix sałat 20 g	Kasza manna na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Twarożek z koperkiem 50 g (MLE.) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 25 g Pomidor 80 g Jabłko pieczone 150 g Mix sałat 20 g
	II ŚN		Jabłko pieczone 150 g			

Jadłospisy za okres od dnia 2024-02-26 do dnia 2024-03-03 KUCHNIA SIEDLCE

	SIE- Wegetariańska	SIE- Pooperacyjna	SIE- Dzieci 1-3 lat Łatwo strawna	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż łatwostrawna	SIE- Z ogr.subst.pobudz.wydz.soków żołądkowych	
2024-03-03 niedziela	Obiad	Pomidorowa z makaronem () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Pierogi ukraińskie () 300 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g (<u>SEL.</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Marchewkowa z ryżem () 300 g (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki () 180 g Pulpet wieprzowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos własny () 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g (<u>SEL.</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem () 250 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Pulpet wieprzowy 60 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos własny () 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki () 90 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 100 g (<u>SEL.</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Schab duszony 100 g Sos własny () 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki () 180 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g (<u>SEL.</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki () 180 g Schab duszony 100 g Sos własny () 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g (<u>SEL.</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml
	PD	Kisiel o smaku wiśniowym z/c 200 ml	Maślanka truskawkowa 150 ml (<u>MLE.</u>) Podplomyki b/c 20 g (<u>GLU PSZ, MLE.</u>)			
2024-03-03 niedziela	Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 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 Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 25 g (<u>SOJ.</u>) Ser mozzarella kulki 35 g (<u>MLE.</u>) Salata 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 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 40 g (<u>SOJ.</u>) Ser mozzarella kulki 35 g (<u>MLE.</u>) Salata 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 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 40 g (<u>SOJ.</u>) Ser mozzarella kulki 50 g (<u>MLE.</u>) Pomidor b/skórki 80 g Salata 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 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 40 g (<u>SOJ.</u>) Ser mozzarella kulki 50 g (<u>MLE.</u>) Pomidor b/skórki 80 g Salata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PN	Mus owocowy 100g-produkt pasteryzowany 1 szt				
	Wartość energetyczna: 2800.39 kcal; Białko ogółem: 94.39 g; Tłuszcz: 100.74 g; Kw. tł. nasy.: 28.89 g; Węglowodany ogółem: 391.62 g; W tym cukry: 84.46 g; Błonnik pok.: 38.34 g; Sól: 8.86 g; WW: 35.43 Por; : 13.48 %; : 50.46 %; Ener. z T: 32.38 %; Ener. z Bł.: 2.74 %; K: 3563.44 mg;	Wartość energetyczna: 2407.10 kcal; Białko ogółem: 93.20 g; Tłuszcz: 56.70 g; Kw. tł. nasy.: 21.24 g; Węglowodany ogółem: 395.81 g; W tym cukry: 119.20 g; Błonnik pok.: 30.56 g; Sól: 6.98 g; WW: 36.62 Por; : 15.49 %; : 60.70 %; Ener. z T: 21.20 %; Ener. z Bł.: 2.54 %; K: 3863.77 mg;	Wartość energetyczna: 1761.07 kcal; Białko ogółem: 76.26 g; Tłuszcz: 51.83 g; Kw. tł. nasy.: 24.40 g; Węglowodany ogółem: 255.93 g; W tym cukry: 72.57 g; Błonnik pok.: 20.37 g; Sól: 4.70 g; WW: 23.61 Por; : 17.32 %; : 53.50 %; Ener. z T: 26.49 %; Ener. z Bł.: 2.31 %; K: 2885.35 mg;	Wartość energetyczna: 2488.98 kcal; Białko ogółem: 117.18 g; Tłuszcz: 63.03 g; Kw. tł. nasy.: 26.15 g; Węglowodany ogółem: 378.19 g; W tym cukry: 82.39 g; Błonnik pok.: 33.00 g; Sól: 8.90 g; WW: 34.58 Por; : 18.83 %; : 55.48 %; Ener. z T: 22.79 %; Ener. z Bł.: 2.65 %; K: 4398.99 mg;	Wartość energetyczna: 2311.72 kcal; Białko ogółem: 107.95 g; Tłuszcz: 61.94 g; Kw. tł. nasy.: 26.38 g; Węglowodany ogółem: 345.65 g; W tym cukry: 82.40 g; Błonnik pok.: 33.00 g; Sól: 8.34 g; WW: 31.35 Por; : 18.68 %; : 54.10 %; Ener. z T: 24.11 %; Ener. z Bł.: 2.86 %; K: 4398.99 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,