

Jadłospisy za okres od dnia 2024-06-10 do dnia 2024-06-16 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- Podstawowa/Ogólna	SIE- Podstawowa wzbogacona	SIE- Położnicza podstawowa	SIE- Położnicza łatwostrawna	SIE- Z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów
2024-06-10 poniedziałek	Śniadanie	Płatki pszenne na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE,) 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,) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Miód (25g) 1 szt Ogórek świeży 80 g Mix sałat 20 g Gruszka 1szt. 150 g	Płatki pszenne na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE,) 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,) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Miód (25g) 1 szt Ogórek świeży 80 g Mix sałat 20 g	Płatki pszenne na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE,) 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,) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Miód (25g) 1 szt Ogórek świeży 80 g Mix sałat 20 g	Płatki pszenne na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE,) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (GLU PSZ, SOJ, MLE,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Miód (25g) 1 szt Pomidor 80 g Mix sałat 20 g	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE,) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka graham-pszenna 60g 1 szt (GLU PSZ,) Chleb razowy żytnio-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 50 g Serek a'la homogenizowany 50 g (MLE,) Ogórek świeży 80 g Mix sałat 20 g
	II ŚN		Gruszka 1szt. 150 g		Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Gruszka 1szt. 150 g
	Obiad	Fasolowa z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, SEL,) Makaron pełnoziarnisty z serem 300 g (GLU PSZ, MLE,) Mus z truskawek* 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Dyniowa z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Makaron pełnoziarnisty z serem 300 g (GLU PSZ, MLE,) Mus z truskawek* 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Dyniowa z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Kopytka ziemniaczane () 300 g (GLU PSZ, JAJ,) Sos szpinakowy* 80 ml (GLU PSZ,) Surówka z marchwi z olejem () 100 g Cukinia pieczona z olejem* 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Dyniowa z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Kopytka ziemniaczane () 300 g (GLU PSZ, JAJ,) Sos szpinakowy* 80 ml (GLU PSZ,) Surówka z marchwi z olejem () 100 g Cukinia pieczona z olejem* 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Dyniowa z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Makaron pełnoziarnisty z serem 300 g (GLU PSZ, MLE,) Mus z truskawek* b/c 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
PD		Budyń o smaku waniliowym z/c 200 ml (MLE,) Mieszanka studencka 30 g (OZI, ORZ,)		Budyń o smaku waniliowym z/c 200 ml (MLE,) Biszkopty 30 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JĘCZ,)	Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło extra 82% 5 g (MLE,) Serek a'la fromage z ziołami 40 g (MLE,) Sałata zielona 20 g	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-06-10 do dnia 2024-06-16 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- Podstawowa/Ogólna	SIE- Podstawowa wzbogacona	SIE- Położnicza podstawowa	SIE- Położnicza łatwostrawna	SIE- Z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów
2024-06-10 poniedziałek	Kolacja	Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka z pierśią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalanej 30 g (SOJ, SEL.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Sałata zielona 20 g Pomidorki koktajlowe 80 g Jogurt brzoskwinowy 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.) Szynka z pierśią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalanej 30 g (SOJ, SEL.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Pomidorki koktajlowe 80 g Sałata zielona 20 g Jogurt brzoskwinowy 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.) Szynka z pierśią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalanej 30 g (SOJ, SEL.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Pomidorki koktajlowe 80 g Sałata zielona 20 g Jogurt brzoskwinowy 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.) Szynka z pierśią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalanej 30 g (SOJ, SEL.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Sałata zielona 20 g Jogurt brzoskwinowy 150g 1 szt (MLE.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Pomidorki koktajlowe 80 g	Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Chleb razowy pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka z pierśią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalanej 30 g (SOJ, SEL.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Sałata zielona 20 g Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Pomidorki koktajlowe 80 g
	PN	Mleko Smakowe UHT 1,5% tł 0,2l 1 szt (MLE.) Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 30 g				Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt Pieczywo chrupkie ekstrudowane-żytnie 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JECZ.)
		Wartość energetyczna: 2486.02 kcal; Białko ogółem: 97.78 g; Tłuszcz: 53.01 g; Kw. tł. nasy.: 24.35 g; Węglowodany ogółem: 411.03 g; W tym cukry: 91.25 g; Błonnik pok.: 35.05 g; Sól: 7.66 g; WW: 37.70 Por.; : 15.73 %; : 830.70 %; Ener. z T: 19.19 %; Ener. z Bł.: 2.82 %; K: 3174.58 mg;	Wartość energetyczna: 2826.02 kcal; Białko ogółem: 108.65 g; Tłuszcz: 65.74 g; Kw. tł. nasy.: 26.74 g; Węglowodany ogółem: 459.09 g; W tym cukry: 116.25 g; Błonnik pok.: 35.09 g; Sól: 7.88 g; WW: 42.51 Por.; : 15.38 %; : 934.64 %; Ener. z T: 20.94 %; Ener. z Bł.: 2.48 %; K: 3458.51 mg;	Wartość energetyczna: 2751.34 kcal; Białko ogółem: 104.58 g; Tłuszcz: 62.32 g; Kw. tł. nasy.: 26.54 g; Węglowodany ogółem: 447.94 g; W tym cukry: 116.75 g; Błonnik pok.: 27.94 g; Sól: 7.79 g; WW: 42.09 Por.; : 15.20 %; : 949.63 %; Ener. z T: 20.38 %; Ener. z Bł.: 2.03 %; K: 3177.79 mg;	Wartość energetyczna: 2906.93 kcal; Białko ogółem: 91.02 g; Tłuszcz: 63.74 g; Kw. tł. nasy.: 25.25 g; Węglowodany ogółem: 511.94 g; W tym cukry: 112.27 g; Błonnik pok.: 31.82 g; Sól: 9.99 g; WW: 48.10 Por.; : 12.52 %; : 1255.62 %; Ener. z T: 19.73 %; Ener. z Bł.: 2.19 %; K: 4996.37 mg;	Wartość energetyczna: 2261.50 kcal; Białko ogółem: 108.25 g; Tłuszcz: 53.69 g; Kw. tł. nasy.: 26.53 g; Węglowodany ogółem: 339.81 g; W tym cukry: 55.74 g; Błonnik pok.: 39.08 g; Sól: 8.05 g; WW: 30.07 Por.; : 19.15 %; : 882.36 %; Ener. z T: 21.37 %; Ener. z Bł.: 3.46 %; K: 3307.38 mg;
2024-06-11 wtorek	Śniadanie	Zacierka na mleku 300 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 25 g Twarożek z koperkiem 80 g (MLE.) Pomidor 80 g Rukola 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Zacierka na mleku 300 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 25 g Twarożek z koperkiem 80 g (MLE.) Pomidor 80 g Rukola 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Zacierka na mleku 300 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 25 g Twarożek z koperkiem 80 g (MLE.) Pomidor 80 g Rukola 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Zacierka na mleku 300 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 25 g Twarożek z koperkiem 80 g (MLE.) Pomidor 80 g Rukola 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE.) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 25 g Twarożek z koperkiem 80 g (MLE.) Pomidor 80 g Rukola 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml

Jadłospisy za okres od dnia 2024-06-10 do dnia 2024-06-16 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- Podstawowa/Ogólna	SIE- Podstawowa wzbogacona	SIE- Położnicza podstawowa	SIE- Położnicza łatwostrawna	SIE- Z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów
2024-06-11 wtorek	II ŚN		Jabłko 1 szt 1 szt		Banan 150 g	Jabłko 150 g
	Obiad	Szczawiowa z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Kasza jaglana na sypko 180 g Karczek pieczony 100 g (GLU PSZ.) Sos meksykański 80 g (GLU PSZ.) Surówka z selera i jabłka z olejem () 100 g (SEL.) Buraczki gotowane () 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Szczawiowa z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Karczek pieczony 100 g (GLU PSZ.) Sos meksykański 80 g (GLU PSZ.) Kasza jaglana na sypko 180 g Surówka z selera i jabłka z olejem () 100 g (SEL.) Buraczki gotowane () 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml		Ziemniaczana () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Szynka wieprzowa gotowana 100 g Sos własny () 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Kasza jaglana na sypko 180 g Surówka z selera i jabłka z olejem () 100 g (SEL.) Buraczki gotowane () 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Szczawiowa z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Szynka wieprzowa gotowana 100 g Sos własny () 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Kasza jaglana na sypko 180 g Surówka z selera i jabłka z olejem () b/c 100 g (SEL.) Buraczki gotowane () 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml
	PD		Drożdżówka mini 50g 50 g (GLU PSZ, JAJ.)			Sok pomidorowy 0,3l 1 szt
	Kolacja	Herbata czarna granulowana b/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 tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (może zawierać: MLE, GOR.) Ser mozzarella kulki 35 g (MLE.) Surówka z rzodkwi i czarnuszki 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 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 tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (może zawierać: MLE, GOR.) Ser mozzarella kulki 35 g (MLE.) Surówka z rzodkwi i czarnuszki 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 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (może zawierać: MLE, GOR.) Ser mozzarella kulki 35 g (MLE.) Surówka z rzodkwi i czarnuszki 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 tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (może zawierać: MLE, GOR.) Ser mozzarella kulki 35 g (MLE.) Pomidor 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 tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (może zawierać: MLE, GOR.) Ser mozzarella kulki 35 g (MLE.) Surówka z rzodkwi i czarnuszki 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PN		Przecier owocowy jabłko-truskawka 120g 1 szt (może zawierać: MLE.)			Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 25 g (SOJ.) Sałata zielona 5 g

Jadłospisy za okres od dnia 2024-06-10 do dnia 2024-06-16 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- Podstawowa/Ogólna	SIE- Podstawowa wzbogacona	SIE- Położnicza podstawowa	SIE- Położnicza łatwostrawna	SIE- Z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów	
2024-06-11 wtorek		Wartość energetyczna: 2482.37 kcal; Białko ogółem: 109.20 g; Tłuszcz: 78.36 g; Kw. tł. nasy.: 31.77 g; Węglowodany ogółem: 350.94 g; W tym cukry: 86.77 g; Błonnik pok.: 38.54 g; Sól: 8.32 g; WW: 31.31 Por; : 17.60 %; : 815.26 %; Ener. z T: 28.41 %; Ener. z Bł.: 3.11 %; K: 3914.86 mg;	Wartość energetyczna: 2652.79 kcal; Białko ogółem: 111.90 g; Tłuszcz: 81.41 g; Kw. tł. nasy.: 31.77 g; Węglowodany ogółem: 383.42 g; W tym cukry: 95.25 g; Błonnik pok.: 38.54 g; Sól: 8.51 g; WW: 34.56 Por; : 16.87 %; : 823.76 %; Ener. z T: 27.62 %; Ener. z Bł.: 2.91 %; K: 3915.03 mg;	Wartość energetyczna: 2641.99 kcal; Białko ogółem: 111.98 g; Tłuszcz: 81.57 g; Kw. tł. nasy.: 31.77 g; Węglowodany ogółem: 381.38 g; W tym cukry: 95.89 g; Błonnik pok.: 40.58 g; Sól: 8.32 g; WW: 34.16 Por; : 16.95 %; : 854.12 %; Ener. z T: 27.79 %; Ener. z Bł.: 3.07 %; K: 4026.63 mg;	Wartość energetyczna: 2578.21 kcal; Białko ogółem: 118.35 g; Tłuszcz: 57.62 g; Kw. tł. nasy.: 25.63 g; Węglowodany ogółem: 408.92 g; W tym cukry: 108.70 g; Błonnik pok.: 29.80 g; Sól: 7.50 g; WW: 38.03 Por; : 18.36 %; : 874.64 %; Ener. z T: 20.11 %; Ener. z Bł.: 2.31 %; K: 4309.40 mg;	Wartość energetyczna: 2208.19 kcal; Białko ogółem: 113.61 g; Tłuszcz: 63.78 g; Kw. tł. nasy.: 27.35 g; Węglowodany ogółem: 317.29 g; W tym cukry: 56.38 g; Błonnik pok.: 47.59 g; Sól: 10.63 g; WW: 27.06 Por; : 20.58 %; : 856.31 %; Ener. z T: 25.99 %; Ener. z Bł.: 4.31 %; K: 4145.81 mg;	
2024-06-12 środa	Śniadanie	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (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.) Paprykarz szczeciński 50 g (RYB, SOJ.) Baton szynkowy z kurcząt 50 g (może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.) Ogórek świeży 80 g Roszponka 20 g Kiwi 1 szt 1 szt	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (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.) Paprykarz szczeciński 50 g (RYB, SOJ.) Baton szynkowy z kurcząt 50 g (może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.) Ogórek świeży 80 g Roszponka 20 g	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Baton szynkowy z kurcząt 50 g (może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Pomidor 80 g Roszponka 20 g	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (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.) Paprykarz szczeciński 50 g (RYB, SOJ.) Baton szynkowy z kurcząt 50 g (może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.) Ogórek świeży 80 g Roszponka 20 g		
	II ŚN		Kiwi 1 szt 1 szt	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Kiwi 1 szt 1 szt		
	Obiad	Pieczarkowa z makaronem () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane () 180 g Pulpet drobiowy 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos pietruszkowy () 80 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Sałata zielona z jogurtem 100 g (MLE.) Marchew gotowana z olejem () 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Pieczarkowa z makaronem () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Pulpet drobiowy 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Ziemniaki gotowane () 180 g Sos pietruszkowy () 80 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Sałata zielona z jogurtem 100 g (MLE.) Marchew gotowana z olejem () 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Jarzynowa z makaronem dieta () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Ziemniaki gotowane () 180 g Sos pietruszkowy () 80 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Marchew gotowana z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Pieczarkowa z makaronem () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Pulpet drobiowy 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Ziemniaki gotowane () 180 g Sos pietruszkowy () 80 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Sałata zielona z jogurtem 100 g (MLE.) Marchew gotowana z olejem () 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt		

Jadłospisy za okres od dnia 2024-06-10 do dnia 2024-06-16 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- Podstawowa/Ogólna	SIE- Podstawowa wzbogacona	SIE- Położnicza podstawowa	SIE- Położnicza łatwostrawna	SIE- Z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów
2024-06-12 środa	PD		Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml (<u>MLE.</u>) Podpłomyki 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>) Połędwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkiem wody wędzona parzona 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ.</u>) Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt (<u>MLE.</u>) Pomidorki koktajlowe 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Połędwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkiem wody wędzona parzona 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ.</u>) Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt (<u>MLE.</u>) Pomidorki koktajlowe 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>) Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt (<u>MLE.</u>) Połędwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkiem wody wędzona parzona 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ.</u>) Pomidorki koktajlowe 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>) Połędwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkiem wody wędzona parzona 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ.</u>) Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt (<u>MLE.</u>) Pomidorki koktajlowe 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	
	PN	Ciasto drożdżowe 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, S02.</u>)				Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt Pieczywo chrupkie ekstrudowane-żytnie 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>)
		Wartość energetyczna: 2284.41 kcal; Białko ogółem: 91.35 g; Tłuszcz: 68.93 g; Kw. tł. nasy.: 24.69 g; Węglowodany ogółem: 339.54 g; W tym cukry: 56.88 g; Błonnik pok.: 32.53 g; Sól: 9.31 g; WW: 30.86 Por; : 15.99 %; : 851.53 %; Ener. z T: 27.16 %; Ener. z Bł.: 2.85 %; K: 4010.62 mg;	Wartość energetyczna: 2562.61 kcal; Białko ogółem: 100.41 g; Tłuszcz: 73.90 g; Kw. tł. nasy.: 27.08 g; Węglowodany ogółem: 388.50 g; W tym cukry: 81.88 g; Błonnik pok.: 32.57 g; Sól: 9.54 g; WW: 35.77 Por; : 15.67 %; : 955.46 %; Ener. z T: 25.95 %; Ener. z Bł.: 2.54 %; K: 4294.56 mg;	Wartość energetyczna: 2598.41 kcal; Białko ogółem: 101.67 g; Tłuszcz: 70.66 g; Kw. tł. nasy.: 27.58 g; Węglowodany ogółem: 402.41 g; W tym cukry: 93.53 g; Błonnik pok.: 30.70 g; Sól: 9.19 g; WW: 37.24 Por; : 15.65 %; : 1020.60 %; Ener. z T: 24.47 %; Ener. z Bł.: 2.36 %; K: 4232.49 mg;	Wartość energetyczna: 2167.11 kcal; Białko ogółem: 91.41 g; Tłuszcz: 66.47 g; Kw. tł. nasy.: 24.82 g; Węglowodany ogółem: 319.75 g; W tym cukry: 38.25 g; Błonnik pok.: 48.04 g; Sól: 9.54 g; WW: 27.39 Por; : 16.87 %; : 949.32 %; Ener. z T: 27.61 %; Ener. z Bł.: 4.43 %; K: 4423.63 mg;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-06-10 do dnia 2024-06-16 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- Podstawowa/Ogólna	SIE- Podstawowa wzbogacona	SIE- Położnicza podstawowa	SIE- Położnicza łatwostrawna	SIE- Z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów
2024-06-13 czwartek	Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) 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.) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (może zawierać: MLE, GOR.) Sałatka wiosenna () 200 g Banan 150 g	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) 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.) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (może zawierać: MLE, GOR.) Sałatka wiosenna () 200 g	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) 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.) Sałatka wiosenna () 200 g Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (może zawierać: MLE, GOR.)	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (GLU PSZ, SOJ, MLE.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Sałatka wiosenna - diety 200 g Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (może zawierać: MLE, GOR.)	Jogurt naturalny 150g 1 szt (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.) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (może zawierać: MLE, GOR.) Sałatka wiosenna () 200 g
	II ŚN			Banan 150 g		Jabłko 1 szt 1 szt
	Obiad	Barszcz biały z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT.) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami* 300 g (SEL, GLU JĘCZ.) Cukinia pieczona z olejem* 100 g Sałatka szwedzka () 100 g (GOR.) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Barszcz biały z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT.) Naleśniki z serem 300 g (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Mus z jabłek () b/c 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Ziemniaczana () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami* 300 g (SEL, GLU JĘCZ.) Cukinia pieczona z olejem* 100 g Surówka z marchwi i jabłka () 100 g (MLE.) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Ziemniaczana () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami* 300 g (SEL, GLU JĘCZ.) Cukinia pieczona z olejem* 100 g Sałatka szwedzka b/c () 100 g (GOR.) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml	
PD			Herbatniki 30 g (GLU PSZ, SOJ, MLE.) Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (MLE.)		Chleb razowy żytnio-pszenny 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	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-06-10 do dnia 2024-06-16 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- Podstawowa/Ogólna	SIE- Podstawowa wzbogacona	SIE- Położnicza podstawowa	SIE- Położnicza łatwostrawna	SIE- Z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów	
2024-06-13 czwartek	Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Leczo z drobiem-dieta () 300 g Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Melon 100 g			Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Leczo z drobiem-dieta () 300 g Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Melon 100 g		Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Leczo z drobiem-dieta () 300 g Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PN	Wafle ryżowe 30 g Dżem 25 g 1 szt					Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt Pieczywo chrupkie ekstrudowane-żytnie 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)
		Wartość energetyczna: 2520.54 kcal; Białko ogółem: 97.97 g; Tłuszcz: 58.66 g; Kw. tł. nasy.: 16.12 g; Węglowodany ogółem: 413.23 g; W tym cukry: 131.91 g; Błonnik pok.: 37.54 g; Sól: 8.56 g; WW: 37.59 Por.; : 15.55 %; : 1177.43 %; Ener. z T: 20.94 %; Ener. z Bł.: 2.98 %; K: 5438.03 mg;	Wartość energetyczna: 2741.34 kcal; Białko ogółem: 105.83 g; Tłuszcz: 64.21 g; Kw. tł. nasy.: 17.86 g; Węglowodany ogółem: 448.57 g; W tym cukry: 150.21 g; Błonnik pok.: 38.38 g; Sól: 8.96 g; WW: 41.07 Por.; : 15.44 %; : 1277.24 %; Ener. z T: 21.08 %; Ener. z Bł.: 2.80 %; K: 5743.43 mg;	Wartość energetyczna: 3025.28 kcal; Białko ogółem: 114.69 g; Tłuszcz: 63.77 g; Kw. tł. nasy.: 19.80 g; Węglowodany ogółem: 508.97 g; W tym cukry: 169.99 g; Błonnik pok.: 33.47 g; Sól: 6.86 g; WW: 47.74 Por.; : 15.16 %; : 1188.68 %; Ener. z T: 18.97 %; Ener. z Bł.: 2.21 %; K: 4789.74 mg;	Wartość energetyczna: 2910.37 kcal; Białko ogółem: 105.39 g; Tłuszcz: 77.74 g; Kw. tł. nasy.: 18.86 g; Węglowodany ogółem: 463.55 g; W tym cukry: 151.57 g; Błonnik pok.: 38.68 g; Sól: 8.16 g; WW: 42.54 Por.; : 14.48 %; : 1212.14 %; Ener. z T: 24.04 %; Ener. z Bł.: 2.66 %; K: 5726.04 mg;	Wartość energetyczna: 2281.08 kcal; Białko ogółem: 100.36 g; Tłuszcz: 60.56 g; Kw. tł. nasy.: 17.15 g; Węglowodany ogółem: 349.59 g; W tym cukry: 63.11 g; Błonnik pok.: 52.31 g; Sól: 9.03 g; WW: 29.75 Por.; : 17.60 %; : 1108.11 %; Ener. z T: 23.89 %; Ener. z Bł.: 4.59 %; K: 4818.24 mg;	
2024-06-14 piątek	Śniadanie	Kasza manna na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE.) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 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.) Rzepa biała 80 g Sałata zielona 20 g Arbuz 150 g	Kasza manna na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE.) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 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.) Rzepa biała 80 g Sałata zielona 20 g	Kasza manna na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE.) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-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.) Rzepa biała 80 g Sałata zielona 20 g	Kasza manna na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE.) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) 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 80 g Sałata zielona 20 g	Maślanka 150 ml (MLE.) Kawa zbożowa b/c 250 ml (GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Serek wiejski lekki 3% tł 150g 1 szt (MLE.) Rzepa biała 80 g Sałata zielona 20 g	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-06-10 do dnia 2024-06-16 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- Podstawowa/Ogólna	SIE- Podstawowa wzbogacona	SIE- Położnicza podstawowa	SIE- Położnicza łatwostrawna	SIE- Z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów	
2024-06-14 piątek	II ŚN	Arbuz 150 g					
	Obiad	Szpinakowa z zacierką () 300 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane () 180 g Kotlet z ryby (Miruna) 120 g (GLU PSZ, JAJ, RYB.) Surówka z kapusty czerwonej z olejem 100 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 100 g (SEL.) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml			Szpinakowa z zacierką () 300 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane () 180 g Pulpet rybny (Miruna) 120 g (GLU PSZ, JAJ, RYB.) Sos koperkowy () 80 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g (SEL.) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Szpinakowa z zacierką () 300 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane () 180 g Pulpet rybny (Miruna) 120 g (GLU PSZ, JAJ, RYB.) Sos koperkowy () 80 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 100 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 100 g (SEL.) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml	
	PD		Jogurt brzoskwinowy 150g 1 szt (MLE.)			Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Twarożek z koperkiem 30 g (MLE.) Sałata 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.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Serek homo z natką pietruszki 50 g (MLE.) Pomidor 80 g Mix sałat 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) 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.) Serek homo z natką pietruszki 50 g (MLE.) Pomidor 80 g Mix sałat 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Serek homo z natką pietruszki 50 g (MLE.) Pomidor 80 g Mix sałat 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Serek homo z natką pietruszki 50 g (MLE.) Pomidor 80 g Mix sałat 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt		
	PN	Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (MLE.) Biszkopty b/m 30 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ.)				Sok pomidorowy 0,3l 1 szt Pieczywo chrupkie ekstrudowane-żytnie 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-06-10 do dnia 2024-06-16 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- Podstawowa/Ogólna	SIE- Podstawowa wzbogacona	SIE- Położnicza podstawowa	SIE- Położnicza łatwostrawna	SIE- Z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów
2024-06-14 piątek		Wartość energetyczna: 2735.53 kcal; Białko ogółem: 113.05 g; Tłuszcz: 77.94 g; Kw. tł. nasy.: 22.75 g; Węglowodany ogółem: 411.85 g; W tym cukry: 117.98 g; Błonnik pok.: 37.38 g; Sól: 7.91 g; WW: 37.58 Por; : 16.53 %; : 1214.45 %; Ener. z T: 25.64 %; Ener. z Bł.: 2.73 %; K: 4540.40 mg;	Wartość energetyczna: 2823.53 kcal; Białko ogółem: 116.15 g; Tłuszcz: 80.14 g; Kw. tł. nasy.: 24.07 g; Węglowodany ogółem: 425.85 g; W tym cukry: 126.98 g; Błonnik pok.: 37.83 g; Sól: 8.01 g; WW: 38.98 Por; : 16.45 %; : 1296.50 %; Ener. z T: 25.55 %; Ener. z Bł.: 2.68 %; K: 4840.40 mg;	Wartość energetyczna: 2818.13 kcal; Białko ogółem: 116.19 g; Tłuszcz: 80.22 g; Kw. tł. nasy.: 24.07 g; Węglowodany ogółem: 424.83 g; W tym cukry: 127.30 g; Błonnik pok.: 38.85 g; Sól: 7.92 g; WW: 38.78 Por; : 16.49 %; : 1311.68 %; Ener. z T: 25.62 %; Ener. z Bł.: 2.76 %; K: 4896.20 mg;	Wartość energetyczna: 2704.52 kcal; Białko ogółem: 119.79 g; Tłuszcz: 67.05 g; Kw. tł. nasy.: 23.07 g; Węglowodany ogółem: 419.77 g; W tym cukry: 124.89 g; Błonnik pok.: 30.00 g; Sól: 8.31 g; WW: 39.14 Por; : 17.72 %; : 1297.94 %; Ener. z T: 22.31 %; Ener. z Bł.: 2.22 %; K: 4750.78 mg;	Wartość energetyczna: 2277.81 kcal; Białko ogółem: 108.68 g; Tłuszcz: 58.07 g; Kw. tł. nasy.: 19.55 g; Węglowodany ogółem: 351.84 g; W tym cukry: 61.56 g; Błonnik pok.: 49.75 g; Sól: 9.99 g; WW: 30.34 Por; : 19.08 %; : 1150.53 %; Ener. z T: 22.94 %; Ener. z Bł.: 4.37 %; K: 4472.98 mg;
2024-06-15 sobota	Śniadanie	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (MLE, GLU JĘCZ.) 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.) Parówki z szynki-kiełbasa wieprzowa, homogenizowana, wędzona, parzona 60 g Ketchup 20 g (SEL.) Ser żółty 25 g (MLE.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kiwi 1 szt 1 szt	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (MLE, GLU JĘCZ.) 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.) Parówki z szynki-kiełbasa wieprzowa, homogenizowana, wędzona, parzona 60 g Ketchup 20 g (SEL.) Ser żółty 25 g (MLE.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (MLE, GLU JĘCZ.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Parówki z szynki-kiełbasa wieprzowa, homogenizowana, wędzona, parzona 60 g Ketchup 20 g (SEL.) Ser żółty 25 g (MLE.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (MLE, GLU JĘCZ.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Baton szynkowy z kurcząt 50 g (może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.) Miód (25g) 1 szt Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Jogurt naturalny 150g 1 szt (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.) Baton szynkowy z kurcząt 50 g (może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.) Ser żółty 25 g (MLE.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g
	II ŚN			Kiwi 1 szt 1 szt	Banan 1 szt. 1 szt	Kiwi 1 szt 1 szt
	Obiad			Koperkowa z ryżem () 300 ml (MLE, SEL.) Kasza jaglana na sypko 180 g Gulasz wołowy 150 g (GLU PSZ.) Surówka z selera i jabłka z olejem () 100 g (SEL.) Buraczki gotowane drobno tarte () 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt		Koperkowa z ryżem () 300 ml (MLE, SEL.) Kasza jaglana na sypko 180 g Gulasz wołowy 150 g (GLU PSZ.) Surówka z selera i jabłka z olejem () b/c 100 g (SEL.) Buraczki gotowane drobno tarte() b/c 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
PD				Wafelki 30 g (GLU PSZ, SOJ, MLE.) Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml (MLE.)		Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt

Jadłospisy za okres od dnia 2024-06-10 do dnia 2024-06-16 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- Podstawowa/Ogólna	SIE- Podstawowa wzbogacona	SIE- Położnicza podstawowa	SIE- Położnicza łatwostrawna	SIE- Z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów	
2024-06-15 sobota	Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Paszтет z soczewicy () 60 g (GLU PSZ, JAJ.) Szynka z piersią indyczą- wędlna drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalanej 25 g (SOJ, SEL.) Ogórek świeży 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Paszтет z soczewicy () 60 g (GLU PSZ, JAJ.) Szynka z piersią indyczą- wędlna drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalanej 25 g (SOJ, SEL.) Ogórek świeży 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (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 50 g Szynka z piersią indyczą- wędlna drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalanej 25 g (SOJ, SEL.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Paszтет z soczewicy () 60 g (GLU PSZ, JAJ.) Szynka z piersią indyczą- wędlna drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalanej 25 g (SOJ, SEL.) Ogórek świeży 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt		
	PN	Bułka maślana 1 szt 1 szt (GLU PSZ, JAJ, MLE.)					Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Południca Sopotcka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 25 g (SOJ.) Sałata zielona 5 g
			Wartość energetyczna: 2705.40 kcal; Białko ogółem: 106.47 g; Tłuszcz: 84.62 g; Kw. tł. nasy.: 33.07 g; Węglowodany ogółem: 396.21 g; W tym cukry: 74.01 g; Błonnik pok.: 39.99 g; Sól: 9.61 g; WW: 35.65 Por; : 15.74 %; : 815.80 %; Ener. z T: 28.15 %; Ener. z Bł.: 2.96 %; K: 3647.52 mg;	Wartość energetyczna: 3068.80 kcal; Białko ogółem: 114.70 g; Tłuszcz: 97.95 g; Kw. tł. nasy.: 41.16 g; Węglowodany ogółem: 448.77 g; W tym cukry: 99.01 g; Błonnik pok.: 40.03 g; Sól: 9.98 g; WW: 40.92 Por; : 14.95 %; : 919.73 %; Ener. z T: 28.73 %; Ener. z Bł.: 2.61 %; K: 3931.46 mg;		Wartość energetyczna: 2951.53 kcal; Białko ogółem: 109.88 g; Tłuszcz: 70.16 g; Kw. tł. nasy.: 29.10 g; Węglowodany ogółem: 485.04 g; W tym cukry: 126.02 g; Błonnik pok.: 31.05 g; Sól: 9.99 g; WW: 45.48 Por; : 14.89 %; : 978.91 %; Ener. z T: 21.39 %; Ener. z Bł.: 2.10 %; K: 4010.82 mg;	Wartość energetyczna: 2254.65 kcal; Białko ogółem: 102.04 g; Tłuszcz: 70.92 g; Kw. tł. nasy.: 26.47 g; Węglowodany ogółem: 323.75 g; W tym cukry: 40.67 g; Błonnik pok.: 49.74 g; Sól: 8.09 g; WW: 27.42 Por; : 18.10 %; : 803.19 %; Ener. z T: 28.31 %; Ener. z Bł.: 4.41 %; K: 3845.79 mg;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-06-10 do dnia 2024-06-16 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- Podstawowa/Ogólna	SIE- Podstawowa wzbogacona	SIE- Położnicza podstawowa	SIE- Położnicza łatwostrawna	SIE- Z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów
2024-06-16 niedziela	Śniadanie	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (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.) Ser mozzarella kulki 35 g (MLE.) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (SOJ.) Pomidorki koktajlowe 80 g Mix sałat 20 g Jabłko 1 szt 1 szt	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (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.) Ser mozzarella kulki 35 g (MLE.) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (SOJ.) Pomidorki koktajlowe 80 g Mix sałat 20 g	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (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.) Ser mozzarella kulki 35 g (MLE.) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (SOJ.) Pomidorki koktajlowe 80 g Mix sałat 20 g	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) 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 50 g (SOJ.) Ser mozzarella kulki 35 g (MLE.) Pomidorki koktajlowe 80 g Mix sałat 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.) Ser mozzarella kulki 35 g (MLE.) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (SOJ.) Pomidorki koktajlowe 80 g Mix sałat 20 g
	II ŚN			Jabłko 1 szt 1 szt	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Jabłko 1 szt 1 szt
	Obiad		Rosół z makaronem () 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki gotowane () 180 g Ćwiartka z kurczaka pieczona 130 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g Fasolka szparagowa z wody* 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml			Rosół z makaronem () 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki gotowane () 180 g Ćwiartka z kurczaka gotowana 100 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g Fasolka szparagowa z wody* 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml
PD				Ciasto drożdżowe 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, S02.)		Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Szynka zielonogórska- wp. parzona 20 g (SOJ.) Sałata zielona 20 g

Jadłospisy za okres od dnia 2024-06-10 do dnia 2024-06-16 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- Podstawowa/Ogólna	SIE- Podstawowa wzbogacona	SIE- Położnicza podstawowa	SIE- Położnicza łatwostrawna	SIE- Z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów
2024-06-16 niedziela	Kolacja	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>) Dżem 25 g 1 szt Połudwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkim wody wędzona parzona 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ.</u>) Rzodkiew biała 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Dżem 25 g 1 szt Połudwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkim wody wędzona parzona 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ.</u>) Rzodkiew biała 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>) Dżem 25 g 1 szt Połudwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkim wody wędzona parzona 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ.</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Szynka gotowana wieprzowa wędzona parzona, zawiera wodę dodaną, w siatce niejadalnej 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ.</u>) Połudwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkim wody wędzona parzona 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ.</u>) Rzodkiew biała 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	
	PN	Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt Podłomyki b/c 20 g (<u>GLU PSZ, MLE.</u>)				Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt Pieczywo chrupkie ekstrudowane-żytnie 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>)
		Wartość energetyczna: 2502.46 kcal; Białko ogółem: 121.62 g; Tłuszcz: 76.12 g; Kw. tł. nasy.: 30.26 g; Węglowodany ogółem: 349.88 g; W tym cukry: 95.59 g; Błonnik pok.: 33.63 g; Sól: 8.94 g; WW: 31.86 Por.; : 19.44 %; : 836.98 %; Ener. z T: 27.38 %; Ener. z Bł.: 2.69 %; K: 4269.69 mg;	Wartość energetyczna: 2721.96 kcal; Białko ogółem: 127.12 g; Tłuszcz: 83.12 g; Kw. tł. nasy.: 31.61 g; Węglowodany ogółem: 382.88 g; W tym cukry: 95.59 g; Błonnik pok.: 34.78 g; Sól: 9.40 g; WW: 35.06 Por.; : 18.68 %; : 836.98 %; Ener. z T: 27.48 %; Ener. z Bł.: 2.56 %; K: 4269.69 mg;	Wartość energetyczna: 2716.56 kcal; Białko ogółem: 127.16 g; Tłuszcz: 83.20 g; Kw. tł. nasy.: 31.61 g; Węglowodany ogółem: 381.86 g; W tym cukry: 95.91 g; Błonnik pok.: 35.80 g; Sól: 9.31 g; WW: 34.86 Por.; : 18.72 %; : 852.16 %; Ener. z T: 27.56 %; Ener. z Bł.: 2.64 %; K: 4325.49 mg;	Wartość energetyczna: 2632.49 kcal; Białko ogółem: 117.97 g; Tłuszcz: 73.40 g; Kw. tł. nasy.: 29.46 g; Węglowodany ogółem: 387.31 g; W tym cukry: 95.32 g; Błonnik pok.: 26.02 g; Sól: 9.04 g; WW: 36.37 Por.; : 17.92 %; : 923.40 %; Ener. z T: 25.09 %; Ener. z Bł.: 1.98 %; K: 3844.55 mg;	Wartość energetyczna: 2333.76 kcal; Białko ogółem: 124.63 g; Tłuszcz: 76.03 g; Kw. tł. nasy.: 31.31 g; Węglowodany ogółem: 307.80 g; W tym cukry: 37.73 g; Błonnik pok.: 50.29 g; Sól: 9.60 g; WW: 25.98 Por.; : 21.36 %; : 885.67 %; Ener. z T: 29.32 %; Ener. z Bł.: 4.31 %; K: 4579.50 mg;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-06-10 do dnia 2024-06-16 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- Z ogr. łatwoprzyswajalnych węgl. b/ml	SIE- Cukrzyca lekko strawna	SIE- Płynna 3x/Płynna wzb. 5x	SIE- Płynna wzbogacona b/ml	SIE- Papkowata
2024-06-10 poniedziałek	Śniadanie	Herbata czarna granulowana z/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 kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 75 g Ogórek świeży 80 g Mix sałat 20 g	Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 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 50 g Serek a'la homogenizowany 50 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 80 g Mix sałat 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>)	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>) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Miód (25g) 1 szt Kalafior gotowany* 100 g
	II ŚN	Gruszka 1szt. 150 g	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Budyń o smaku waniliowym b/c 200 ml (<u>MLE.</u>)	Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt
	Obiad	Dyniowa z ziemniakami (bez mleka) () 300 ml (<u>GLU PSZ. SEL.</u>) Makaron pełnoziarnisty 180 g (<u>GLU PSZ.</u>) Pulpet drobiowy 100 g (<u>GLU PSZ. JAJ.</u>) Sos szpinakowy* 80 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Surówka z marchwi z olejem b/c () 100 g Cukinia pieczona z olejem* 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Dyniowa z ziemniakami () 300 ml (<u>GLU PSZ. MLE. SEL.</u>) Makaron 180 g (<u>GLU PSZ.</u>) Pulpet drobiowy 100 g (<u>GLU PSZ. JAJ.</u>) Sos szpinakowy* 80 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Surówka z marchwi z olejem b/c () 100 g Cukinia pieczona z olejem* 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna obiad*()-SIED 500 ml (<u>SEL.</u>)		Dyniowa z ziemniakami () 300 ml (<u>GLU PSZ. MLE. SEL.</u>) Makaron 180 g (<u>GLU PSZ.</u>) Pulpet drobiowy 100 g (<u>GLU PSZ. JAJ.</u>) Sos szpinakowy* 80 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g (<u>SEL.</u>) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 20 g Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Serek a'la fromage z ziołami 40 g (<u>MLE.</u>) Sałata zielona 20 g	Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml		Budyń o smaku waniliowym z/c 200 ml (<u>MLE.</u>)

Jadłospisy za okres od dnia 2024-06-10 do dnia 2024-06-16 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- Z ogr. łatwoprzyswajalnych węgl. b/ml	SIE- Cukrzyca lekko strawna	SIE- Płynna 3x/Płynna wzb. 5x	SIE- Płynna wzbogacona b/ml	SIE- Papkowata
2024-06-10 poniedziałek	Kolacja	Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa 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 z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona,w osłonce niejadalanej 30 g (SOJ, SEL.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Sałata zielona 20 g Pomidorki koktajlowe 80 g	Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona,w osłonce niejadalanej 30 g (SOJ, SEL.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Sałata zielona 20 g Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Pomidorki koktajlowe 80 g	Płynna kolacja *(-)-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.) Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona,w osłonce niejadalanej 30 g (SOJ, SEL.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Brokuł gotowany* 100 g Jogurt brzoskwiowy 150g 1 szt (MLE.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PN	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt Pieczywo chrupkie ekstrudowane-żytnie 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt		Mleko Smakowe UHT 1,5% tł 0,2l 1 szt (MLE.)
		Wartość energetyczna: 2269.13 kcal; Białko ogółem: 93.78 g; Tłuszcz: 59.49 g; Kw. tł. nasy.: 13.04 g; Węglowodany ogółem: 349.35 g; W tym cukry: 55.81 g; Błonnik pok.: 48.21 g; Sól: 10.30 g; WW: 30.05 Por; : 16.53 %; : 922.89 %; Ener. z T: 23.60 %; Ener. z Bł.: 4.25 %; K: 3789.95 mg;	Wartość energetyczna: 2359.31 kcal; Białko ogółem: 105.25 g; Tłuszcz: 66.86 g; Kw. tł. nasy.: 26.17 g; Węglowodany ogółem: 344.50 g; W tym cukry: 49.95 g; Błonnik pok.: 31.15 g; Sól: 9.49 g; WW: 31.25 Por; : 17.84 %; : 774.61 %; Ener. z T: 25.50 %; Ener. z Bł.: 2.64 %; K: 3566.01 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 %; : 1017.71 %; 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 %; : 489.75 %; Ener. z T: 32.69 %; Ener. z Bł.: 3.14 %; K: 4454.96 mg;	Wartość energetyczna: 2709.94 kcal; Białko ogółem: 105.37 g; Tłuszcz: 70.04 g; Kw. tł. nasy.: 26.39 g; Węglowodany ogółem: 429.80 g; W tym cukry: 104.07 g; Błonnik pok.: 34.57 g; Sól: 9.47 g; WW: 39.46 Por; : 15.55 %; : 1007.79 %; Ener. z T: 23.26 %; Ener. z Bł.: 2.55 %; K: 4114.17 mg;
2024-06-11 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% tł 10 g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 25 g (SOJ.) Pomidor 80 g Rukola 20 g	Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 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 80 g (MLE.) Pomidor 80 g Rukola 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	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.) 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 drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 25 g Twarożek z koperkiem 80 g (MLE.) Dyńia z wody 100 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml

Jadłospisy za okres od dnia 2024-06-10 do dnia 2024-06-16 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- Z ogr. łatwoprzyswajalnych węgl. b/ml	SIE- Cukrzyca lekko strawna	SIE- Płynna 3x/Płynna wzb. 5x	SIE- Płynna wzbogacona b/ml	SIE- Papkowata
2024-06-11 wtorek	II ŚN	Jabłko 150 g	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.)	Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml	Banan 150 g
	Obiad	Brokułowa z ziemniakami (bez mleka) () 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Szynka wieprzowa gotowana 100 g Sos własny () 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Kasza jaglana na sypko 180 g Surówka z selera i jabłka z olejem () b/c 100 g (SEL.) Buraczki gotowane () 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml	Brokułowa z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Szynka wieprzowa gotowana 100 g Sos własny () 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Kasza jaglana na sypko 180 g Surówka z selera i jabłka z olejem () b/c 100 g (SEL.) Buraczki gotowane () 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml	Płynna obiad*()-SIED 500 ml (SEL.)		Brokułowa z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Klopsik wieprzowy 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos własny () 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki gotowane () 180 g Buraczki gotowane () 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml
	PD	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt		Kisiel o smaku wiśniowym b/c 150 ml		Drożdżówka mini 50g 50 g (GLU PSZ, JAJ.)
	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 kurczaka-wędl.z drob.gr.rozd.parzo.w osł.niejadalnej 50 g (SOJ.) Surówka z rzodkwi i czarnuszki 80 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (może zawierać: MLE, GOR.) Ser mozzarella kulki 35 g (MLE.) Pomidor 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 tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 25 g (może zawierać: MLE, GOR.) Serek a'la homogenizowany 80 g (MLE.) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 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 Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 25 g (SOJ.) Sałata zielona 5 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 5 g	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt		Przecier owocowy jabłko-truskawka 120g 1 szt (może zawierać: MLE.)

Jadłospisy za okres od dnia 2024-06-10 do dnia 2024-06-16 KUCHNIA SIEDLCE

	SIE- Z ogr. łatwoprzyswajalnych węgl. b/ml	SIE- Cukrzyca lekko strawna	SIE- Płynna 3x/Płynna wzb. 5x	SIE- Płynna wzbogacona b/ml	SIE- Papkowata
2024-06-11 wtorek	Wartość energetyczna: 1960.59 kcal; Białko ogółem: 95.52 g; Tłuszcz: 56.98 g; Kw. tł. nasy.: 13.89 g; Węglowodany ogółem: 301.60 g; W tym cukry: 40.78 g; Błonnik pok.: 48.07 g; Sól: 10.78 g; WW: 25.39 Por; : 19.49 %; : 800.30 %; Ener. z T: 26.16 %; Ener. z Bł.: 4.90 %; K: 3969.18 mg;	Wartość energetyczna: 2201.30 kcal; Białko ogółem: 113.21 g; Tłuszcz: 57.14 g; Kw. tł. nasy.: 27.00 g; Węglowodany ogółem: 322.96 g; W tym cukry: 44.61 g; Błonnik pok.: 32.12 g; Sól: 11.33 g; WW: 29.11 Por; : 20.57 %; : 647.66 %; Ener. z T: 23.36 %; Ener. z Bł.: 2.92 %; K: 3430.99 mg;	Wartość energetyczna: 2067.69 kcal; Białko ogółem: 93.43 g; Tłuszcz: 80.06 g; Kw. tł. nasy.: 17.98 g; Węglowodany ogółem: 257.20 g; W tym cukry: 68.96 g; Błonnik pok.: 29.69 g; Sól: 2.17 g; WW: 22.53 Por; : 18.07 %; : 976.35 %; Ener. z T: 34.85 %; Ener. z Bł.: 2.87 %; K: 5319.46 mg;	Wartość energetyczna: 1869.82 kcal; Białko ogółem: 73.92 g; Tłuszcz: 68.81 g; Kw. tł. nasy.: 8.76 g; Węglowodany ogółem: 252.96 g; W tym cukry: 59.99 g; Błonnik pok.: 29.72 g; Sól: 1.54 g; WW: 22.10 Por; : 15.81 %; : 483.10 %; Ener. z T: 33.12 %; Ener. z Bł.: 3.18 %; K: 4454.56 mg;	Wartość energetyczna: 2618.61 kcal; Białko ogółem: 112.54 g; Tłuszcz: 57.72 g; Kw. tł. nasy.: 23.89 g; Węglowodany ogółem: 420.11 g; W tym cukry: 115.99 g; Błonnik pok.: 27.92 g; Sól: 7.29 g; WW: 39.26 Por; : 17.19 %; : 1107.16 %; Ener. z T: 19.84 %; Ener. z Bł.: 2.13 %; K: 5051.44 mg;
2024-06-12 środa	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 Paprykarz szczeciński 50 g (RYB, SOJ.) Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalnej 50 g (SOJ, SEL.) Ogórek świeży 80 g Roszponka 20 g	Maślanka 150 ml (MLE.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Baton szynkowy z kurcząt 50 g (- może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Pomidor 80 g Roszponka 20 g	Płynna śniadanie mleczna-SIED 500 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE.)	Płynna śniadanie bezmleczna-SIED 500 ml (GLU PSZ, JAJ.)	Kasza kukurydziana 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.) Baton szynkowy z kurcząt 50 g (- może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Kalafior gotowany* 100 g
II ŚN	Kiwi 1 szt 1 szt	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml (MLE.)	Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt
Obiad	Jarzynowa z makaronem (bez mleka) () 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Pulpet drobiowy 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos pietruszkowy (bez mleka) 80 ml (GLU PSZ.) Ziemniaki gotowane () 180 g Marchew gotowana z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Jarzynowa z makaronem dieta () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Pulpet drobiowy 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Ziemniaki gotowane () 180 g Sos pietruszkowy () 80 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Marchew gotowana z olejem () 100 g Sałata zielona z jogurtem 100 g (MLE.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna obiad*(-)-SIED 500 ml (SEL.)	Jarzynowa z makaronem dieta () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Pulpet drobiowy 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos pietruszkowy () 80 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane () 180 g Marchew gotowana z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-06-10 do dnia 2024-06-16 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- Z ogr. łatwoprzyswajalnych węgl. b/ml	SIE- Cukrzyca lekko strawna	SIE- Płynna 3x/Płynna wzb. 5x	SIE- Płynna wzbogacona b/ml	SIE- Papkowata
2024-06-12 środa	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, parzony w osłonce niejadalnej 20 g (SOJ.) Sałata zielona 20 g	Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 20 g (SOJ.) Sałata zielona 20 g	Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml		Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 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 Połudwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkiem wody wędzona parzona 50 g (GLU PSZ. SOJ.) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 25 g Pomidorki koktajlowe 80 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ. GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Połudwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkiem wody wędzona parzona 50 g (GLU PSZ. SOJ.) Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt (MLE.) Pomidorki koktajlowe 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 70 g (GLU PSZ. GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt (MLE.) Połudwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkiem wody wędzona parzona 50 g (GLU PSZ. SOJ.) Brokuł gotowany* 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PN	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt Pieczywo chrupkie ekstrudowane-żytnie 30 g (GLU PSZ. GLU ŻYT. GLU JĘCZ.)	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt		Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt
			Wartość energetyczna: 2034.77 kcal; Białko ogółem: 84.81 g; Tłuszcz: 55.67 g; Kw. tł. nasy.: 12.55 g; Węglowodany ogółem: 319.33 g; W tym cukry: 34.89 g; Błonnik pok.: 51.57 g; Sól: 10.25 g; WW: 26.89 Por; : 16.67 %; : 910.82 %; Ener. z T: 24.62 %; Ener. z Bł.: 5.07 %; K: 4345.15 mg;	Wartość energetyczna: 2137.26 kcal; Białko ogółem: 89.72 g; Tłuszcz: 63.91 g; Kw. tł. nasy.: 25.69 g; Węglowodany ogółem: 312.99 g; W tym cukry: 41.44 g; Błonnik pok.: 30.98 g; Sól: 9.93 g; WW: 28.33 Por; : 16.79 %; : 791.71 %; Ener. z T: 26.91 %; Ener. z Bł.: 2.90 %; K: 3574.51 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 %; : 1024.38 %; 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 %; : 489.75 %; Ener. z T: 32.69 %; Ener. z Bł.: 3.14 %; K: 4454.96 mg;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-06-10 do dnia 2024-06-16 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- Z ogr. łatwoprzyswajalnych węgl. b/ml	SIE- Cukrzyca lekko strawna	SIE- Płynna 3x/Płynna wzb. 5x	SIE- Płynna wzbogacona b/ml	SIE- Papkowata
2024-06-13 czwartek	Śniadanie	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 roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 75 g (SOJ.) Sałatka wiosenna () 200 g	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (może zawierać: MLE, GOR.) Sałatka wiosenna - diety 200 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 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.) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (może zawierać: MLE, GOR.) Dżem 25 g 1 szt Marchew gotowana z olejem () 100 g
	II ŚN	Jabłko 1 szt 1 szt	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE.)	Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml	Banan 150 g
	Obiad	Ziemniaczana (bez mleka) () 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami* 300 g (SEL, GLU JECZ.) Cukinia pieczona z olejem * 100 g Sałatka szwedzka b/c () 100 g (GOR.) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml	Ziemniaczana () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami* 300 g (SEL, GLU JECZ.) Cukinia pieczona z olejem * 100 g Surówka z marchwi i jabłka () 100 g (MLE.) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml	Płynna obiad*()-SIED 500 ml (SEL.)		Ziemniaczana () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Pulpet wieprzowy 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos pomidorowy 80 ml (GLU PSZ.) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Ziemniaki gotowane () 180 g 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 Połudwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkiem 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 dodatkiem wody wędzona parzona 20 g (GLU PSZ, SOJ.) Sałata zielona 20 g	Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml		Kisiel o smaku cytrynowym z/c 200 ml	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-06-10 do dnia 2024-06-16 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- Z ogr. łatwoprzyswajalnych węgl. b/ml	SIE- Cukrzyca lekko strawna	SIE- Płynna 3x/Płynna wzb. 5x	SIE- Płynna wzbogacona b/ml	SIE- Papkowata
2024-06-13 czwartek	Kolacja	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Leczo z drobiem-dieta () 300 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Melon 100 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Leczo z drobiem-dieta () 300 g Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Melon 100 g	Płynna kolacja *(-)-SIED 500 ml (SEL.)		Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Serek a`la homogenizowany z ziołami 150 g (MLE.) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 100 g (SEL.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PN	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt Pieczywo chrupkie ekstrudowane-żytnie 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt		Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt
		Wartość energetyczna: 2204.98 kcal; Białko ogółem: 97.31 g; Tłuszcz: 53.74 g; Kw. tł. nasy.: 9.38 g; Węglowodany ogółem: 352.07 g; W tym cukry: 65.44 g; Błonnik pok.: 54.31 g; Sól: 9.84 g; WW: 29.75 Por.; : 17.65 %; : 1161.90 %; Ener. z T: 21.93 %; Ener. z Bł.: 4.93 %; K: 5145.91 mg;	Wartość energetyczna: 2456.54 kcal; Białko ogółem: 97.59 g; Tłuszcz: 72.56 g; Kw. tł. nasy.: 18.46 g; Węglowodany ogółem: 368.76 g; W tym cukry: 74.80 g; Błonnik pok.: 41.36 g; Sól: 8.93 g; WW: 32.65 Por.; : 15.89 %; : 1032.56 %; Ener. z T: 26.58 %; Ener. z Bł.: 3.37 %; K: 4926.33 mg;	Wartość energetyczna: 2052.42 kcal; Białko ogółem: 90.44 g; Tłuszcz: 79.06 g; Kw. tł. nasy.: 17.38 g; Węglowodany ogółem: 258.78 g; W tym cukry: 71.01 g; Błonnik pok.: 29.70 g; Sól: 2.04 g; WW: 22.75 Por.; : 17.63 %; : 958.15 %; Ener. z T: 34.67 %; Ener. z Bł.: 2.89 %; K: 5141.86 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 %; : 489.75 %; Ener. z T: 32.69 %; Ener. z Bł.: 3.14 %; K: 4454.96 mg;	Wartość energetyczna: 2741.61 kcal; Białko ogółem: 103.64 g; Tłuszcz: 69.43 g; Kw. tł. nasy.: 24.29 g; Węglowodany ogółem: 441.47 g; W tym cukry: 155.50 g; Błonnik pok.: 32.46 g; Sól: 7.60 g; WW: 41.07 Por.; : 15.12 %; : 1141.61 %; Ener. z T: 22.79 %; Ener. z Bł.: 2.37 %; K: 5453.01 mg;
2024-06-14 piątek	Śniadanie	Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw osłonce niejadalnej 75 g (SOJ.) Rzepa biała 80 g Kawa zbożowa b/c 250 ml (GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Sałata zielona 20 g	Maślanka 150 ml (MLE.) Kawa zbożowa b/c 250 ml (GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Serek wiejski lekki 3% tł 150g 1 szt (MLE.) 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.)	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.) Dżem 25 g 1 szt Serek wiejski lekki 3% tł 150g 1 szt (MLE.) Dyńia z wody 100 g

Jadłospisy za okres od dnia 2024-06-10 do dnia 2024-06-16 KUCHNIA SIEDLCE

	SIE- Z ogr. łatwoprzyswajalnych węgl. b/ml	SIE- Cukrzyca lekko strawna	SIE- Płynna 3x/Płynna wzb. 5x	SIE- Płynna wzbogacona b/ml	SIE- Papkowata
II ŚN	Arbuz 150 g		Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<u>MLE.</u>)	Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt
Obiad	Szpinakowa z zacierką (bez mleka) () 300 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 180 g Pulpet rybny (Miruna) 120 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u>) Sos koperkowy *(bez mleka) 80 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 200 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 100 g (<u>SEL.</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml	Szpinakowa z zacierką () 300 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 180 g Pulpet rybny (Miruna) 120 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u>) Sos koperkowy () 80 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g (<u>SEL.</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml	Płynna obiad*(-)-SIED 500 ml (<u>SEL.</u>)		Szpinakowa z zacierką () 300 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 180 g Pulpet rybny (Miruna) 120 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u>) Sos koperkowy () 80 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g (<u>SEL.</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml
PD	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Szynka gotowana wieprzowa wędzona parzona,zawiera wodę dodaną, w siatce niejadalnej 20 g (<u>GLU PSZ, SOJ.</u>) Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Twarożek z koperkiem 30 g (<u>MLE.</u>) Sałata zielona 20 g	Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml		Jogurt brzoskwinowy 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)
Kolacja	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 120 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 80 g Mix sałat 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Serek homo z natką pietruszki 50 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 80 g Mix sałat 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna kolacja*(-)-SIED 500 ml (<u>SEL.</u>)		Herbata czarna granulowana 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>) Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ.</u>) Brokuł gotowany* 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
PN	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt Pieczywo chrupkie ekstrudowane-żytnie 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt		Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (<u>MLE.</u>) Biszkopty b/m 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ.</u>)

Jadłospisy za okres od dnia 2024-06-10 do dnia 2024-06-16 KUCHNIA SIEDLCE

	SIE- Z ogr. łatwoprzyswajalnych węgl. b/ml	SIE- Cukrzyca lekko strawna	SIE- Płynna 3x/Płynna wzb. 5x	SIE- Płynna wzbogacona b/ml	SIE- Papkowata
2024-06-14 piątek	Wartość energetyczna: 2277.93 kcal; Białko ogółem: 93.99 g; Tłuszcz: 67.16 g; Kw. tł. nasy.: 15.82 g; Węglowodany ogółem: 348.20 g; W tym cukry: 54.44 g; Błonnik pok.: 52.82 g; Sól: 11.28 g; WW: 29.57 Por; : 16.50 %; : 1130.27 %; Ener. z T: 26.53 %; Ener. z Bł.: 4.64 %; K: 4559.11 mg;	Wartość energetyczna: 2266.83 kcal; Białko ogółem: 105.11 g; Tłuszcz: 59.42 g; Kw. tł. nasy.: 19.53 g; Węglowodany ogółem: 343.11 g; W tym cukry: 57.01 g; Błonnik pok.: 32.52 g; Sól: 11.39 g; WW: 31.13 Por; : 18.55 %; : 938.20 %; Ener. z T: 23.59 %; Ener. z Bł.: 2.87 %; K: 3765.91 mg;	Wartość energetyczna: 2052.42 kcal; Białko ogółem: 90.44 g; Tłuszcz: 79.06 g; Kw. tł. nasy.: 17.38 g; Węglowodany ogółem: 258.78 g; W tym cukry: 71.01 g; Błonnik pok.: 29.70 g; Sól: 2.04 g; WW: 22.75 Por; : 17.63 %; : 958.15 %; Ener. z T: 34.67 %; Ener. z Bł.: 2.89 %; K: 5141.86 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 %; : 489.75 %; Ener. z T: 32.69 %; Ener. z Bł.: 3.14 %; K: 4454.96 mg;	Wartość energetyczna: 2752.68 kcal; Białko ogółem: 117.74 g; Tłuszcz: 68.69 g; Kw. tł. nasy.: 23.04 g; Węglowodany ogółem: 430.46 g; W tym cukry: 110.67 g; Błonnik pok.: 35.75 g; Sól: 9.71 g; WW: 39.47 Por; : 17.11 %; : 1072.71 %; Ener. z T: 22.46 %; Ener. z Bł.: 2.60 %; K: 4482.85 mg;
2024-06-15 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 zielonogórska- wp. parzona 50 g (SOJ.) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 25 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Baton szynkowy z kurcząt 50 g (- może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) 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 jęczmienne na mleku 300 ml (MLE, GLU JĘCZ.) 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.) Baton szynkowy z kurcząt 50 g (- może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.) Miód (25g) 1 szt Szpinak gotowany z olejem* 100 g (GLU PSZ.)
	II ŚN Kiwi 1 szt 1 szt	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml (MLE.)	Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml	Banan 1szt. 1 szt
	Obiad Koperkowa z ryżem (bez mleka) () 300 ml (SEL.) Kasza jaglana na sypko 180 g Gulasz wołowy 150 g (GLU PSZ.) Surówka z selera i jabłka z olejem () b/c 100 g (SEL.) Buraczki gotowane drobno tarte() b/c 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ryżem () 300 ml (MLE, SEL.) Kasza jaglana na sypko 180 g Gulasz wołowy 150 g (GLU PSZ.) Surówka z selera i jabłka z olejem () b/c 100 g (SEL.) Buraczki gotowane drobno tarte() b/c 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna obiad*()-SIED 500 ml (SEL.)		Koperkowa z ryżem () 300 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane () 180 g Gulasz wołowy 150 g (GLU PSZ.) Buraczki gotowane drobno tarte () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
PD	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt		Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml	Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml (MLE.)	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-06-10 do dnia 2024-06-16 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- Z ogr. łatwoprzyswajalnych węgl. b/ml	SIE- Cukrzyca lekko strawna	SIE- Płynna 3x/Płynna wzb. 5x	SIE- Płynna wzbogacona b/ml	SIE- Papkowata
2024-06-15 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 Paszтет z soczewicy () 60 g (GLU PSZ. JAJ.) Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona,w osłonce niejadanej 25 g (SOJ. SEL.) Ogórek świeży 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 120 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 50 g Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona,w osłonce niejadanej 25 g (SOJ. SEL.) Pomidor 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 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 25 g (SOJ. SEL.) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Marchew gotowana z olejem () 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 Połudwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 25 g (SOJ.) Sałata zielona 5 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ. GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Połudwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 25 g (SOJ.) Sałata zielona 5 g	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt		Mus- przecier owocowy jabłko 100g (tubka) 1 szt
		Wartość energetyczna: 2037.33 kcal; Białko ogółem: 93.22 g; Tłuszcz: 55.38 g; Kw. tł. nasy.: 12.52 g; Węglowodany ogółem: 312.51 g; W tym cukry: 34.06 g; Błonnik pok.: 49.74 g; Sól: 7.98 g; WW: 26.33 Por; : 18.30 %; : 737.64 %; Ener. z T: 24.46 %; Ener. z Bł.: 4.88 %; K: 3528.96 mg;	Wartość energetyczna: 2156.09 kcal; Białko ogółem: 98.94 g; Tłuszcz: 58.10 g; Kw. tł. nasy.: 22.40 g; Węglowodany ogółem: 321.54 g; W tym cukry: 41.63 g; Błonnik pok.: 32.82 g; Sól: 10.48 g; WW: 28.81 Por; : 18.36 %; : 570.77 %; Ener. z T: 24.25 %; Ener. z Bł.: 3.04 %; K: 2816.05 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 %; : 1024.38 %; 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 %; : 489.75 %; Ener. z T: 32.69 %; Ener. z Bł.: 3.14 %; K: 4454.96 mg;	Wartość energetyczna: 2551.01 kcal; Białko ogółem: 98.15 g; Tłuszcz: 54.82 g; Kw. tł. nasy.: 21.38 g; Węglowodany ogółem: 432.37 g; W tym cukry: 141.34 g; Błonnik pok.: 31.19 g; Sól: 9.58 g; WW: 40.18 Por; : 15.39 %; : 1099.97 %; Ener. z T: 19.34 %; Ener. z Bł.: 2.44 %; K: 5051.03 mg;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-06-10 do dnia 2024-06-16 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- Z ogr. łatwoprzyswajalnych węgl. b/ml	SIE- Cukrzyca lekko strawna	SIE- Płynna 3x/Płynna wzb. 5x	SIE- Płynna wzbogacona b/ml	SIE- Papkowata
2024-06-16 niedziela	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- wędzlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona,w osłonce niejadalanej 25 g (SOJ, SEL.) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (SOJ.) Pomidorki koktajlowe 80 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Mix sałat 20 g	Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Ser mozzarella kulki 35 g (MLE.) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (SOJ.) Pomidorki koktajlowe 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 kukurydziana 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.) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 75 g (SOJ.) Marchew gotowana z olejem () 100 g
	II ŚN	Jabłko 1 szt 1 szt	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (MLE.)	Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt
	Obiad	Rosół z makaronem () 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki gotowane () 180 g Ćwiartka z kurczaka gotowana 130 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g Fasolka szparagowa z wody* 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml	Płynna obiad*()-SIED 500 ml (SEL.)			Rosół z makaronem () 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki gotowane () 180 g Pulpet drobiowy 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos pietruszkowy* 80 ml (GLU PSZ, MLE.) 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 Szynka zielonogórska- wp. parzona 20 g (SOJ.) Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Szynka zielonogórska- wp. parzona 20 g (SOJ.) Sałata zielona 20 g	Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml		

Jadłospisy za okres od dnia 2024-06-10 do dnia 2024-06-16 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- Z ogr. łatwoprzyswajalnych węgl. b/ml	SIE- Cukrzyca lekko strawna	SIE- Płynna 3x/Płynna wzb. 5x	SIE- Płynna wzbogacona b/ml	SIE- Papkowata
2024-06-16 niedziela	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 Połudwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkim wody wędzona parzona 30 g (GLU PSZ, SOJ.) Szynka gotowana wieprzowa wędzona parzona,zawiera wodę dodaną, w siatce niejadalnej 30 g (GLU PSZ, SOJ.) Rzodkiew biała 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka gotowana wieprzowa wędzona parzona,zawiera wodę dodaną, w siatce niejadalnej 30 g (GLU PSZ, SOJ.) Połudwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkim wody wędzona parzona 30 g (GLU PSZ, SOJ.) Pomidor 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.) Dżem 25 g 1 szt Połudwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkim wody wędzona parzona 50 g (GLU PSZ, SOJ.) Seler z pietruszką gotowany z olejem () 100 g (GLU PSZ, SEL.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PN	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt Pieczywo chrupkie ekstrudowane-żytnie 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt		Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt Podpiomyki b/c 20 g (GLU PSZ, MLE.)
		Wartość energetyczna: 2216.05 kcal; Białko ogółem: 117.89 g; Tłuszcz: 67.77 g; Kw. tł. nasy.: 18.00 g; Węglowodany ogółem: 303.70 g; W tym cukry: 32.97 g; Błonnik pok.: 50.29 g; Sól: 9.62 g; WW: 25.54 Por; : 21.28 %; : 847.87 %; Ener. z T: 27.52 %; Ener. z Bł.: 4.54 %; K: 4451.25 mg;	Wartość energetyczna: 2296.63 kcal; Białko ogółem: 121.09 g; Tłuszcz: 74.31 g; Kw. tł. nasy.: 31.17 g; Węglowodany ogółem: 298.17 g; W tym cukry: 33.01 g; Błonnik pok.: 30.79 g; Sól: 10.59 g; WW: 26.91 Por; : 21.09 %; : 664.13 %; Ener. z T: 29.12 %; Ener. z Bł.: 2.68 %; K: 3713.26 mg;	Wartość energetyczna: 2092.42 kcal; Białko ogółem: 92.54 g; Tłuszcz: 79.31 g; Kw. tł. nasy.: 17.51 g; Węglowodany ogółem: 266.38 g; W tym cukry: 75.16 g; Błonnik pok.: 30.15 g; Sól: 2.12 g; WW: 23.45 Por; : 17.69 %; : 999.35 %; Ener. z T: 34.11 %; Ener. z Bł.: 2.88 %; K: 5288.36 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 %; : 489.75 %; Ener. z T: 32.69 %; Ener. z Bł.: 3.14 %; K: 4454.96 mg;	Wartość energetyczna: 2542.64 kcal; Białko ogółem: 96.97 g; Tłuszcz: 61.71 g; Kw. tł. nasy.: 19.99 g; Węglowodany ogółem: 420.49 g; W tym cukry: 127.59 g; Błonnik pok.: 39.42 g; Sól: 10.16 g; WW: 38.22 Por; : 15.25 %; : 960.59 %; Ener. z T: 21.84 %; Ener. z Bł.: 3.10 %; K: 4301.65 mg;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-06-10 do dnia 2024-06-16 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- Papkowata b/ml	SIE- Łatwo strawna	SIE- Bezmleczna	SIE- Niskotłuszczowa	SIE- O kontr. zaw.kwasów tłuszczowych
2024-06-10 poniedziałek	Śniadanie	Płatki pszenne na wodzie 300 g (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 kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Miód (25g) 1 szt Kalafior gotowany* 100 g	Płatki pszenne na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (GLU PSZ, SOJ, MLE.) 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 50 g Miód (25g) 1 szt Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Pomidor 80 g Mix sałat 20 g	Płatki pszenne na wodzie 300 g (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 kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Miód (25g) 1 szt Pomidor 80 g Mix sałat 20 g Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Płatki pszenne na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE.) Herbata czarna granulowana 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 50 g Miód (25g) 1 szt Pomidor b/skórki 80 g Mix sałat 20 g Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Płatki pszenne na mleku 300 ml (GLU PSZ, 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.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Miód (25g) 1 szt Ogórek świeży 80 g Mix sałat 20 g
	II ŚN	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt				Gruszka 1szt. 150 g
	Obiad	Dyniowa z ziemniakami (bez mleka) () 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Makaron 180 g (GLU PSZ.) Pulpet drobiowy 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos szpinakowy* 80 ml (GLU PSZ.) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g (SEL.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Dyniowa z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Makaron z serem 300 g (GLU PSZ, MLE.) Mus z truskawek* 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Dyniowa z ziemniakami (bez mleka) () 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Makaron 180 g (GLU PSZ.) Pulpet drobiowy 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos szpinakowy* 80 ml (GLU PSZ.) Surówka z marchwi z olejem () 100 g Cukinia pieczona z olejem * 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Dyniowa z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Makaron z serem 300 g (GLU PSZ, MLE.) Mus z truskawek* 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	
PD	Kisiel o smaku cytrynowym z/c 200 ml				Budyń o smaku waniliowym z/c 200 ml (MLE.)	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-06-10 do dnia 2024-06-16 KUCHNIA SIEDLCE

	SIE- Papkowata b/ml	SIE- Łatwo strawna	SIE- Bezmleczna	SIE- Niskotłuszczowa	SIE- O kontr. zaw.kwasów tłuszczowych	
2024-06-10 poniedziałek	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 10g Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona,w osłonce niejadalanej 30 g (SOJ, SEL.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Brokuł gotowany* 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Galaretka o smaku brzoskwiowym 200 g	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.) Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona,w osłonce niejadalanej 30 g (SOJ, SEL.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Sałata zielona 20 g Jogurt brzoskwiowy 150g 1 szt (MLE.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Pomidorki koktajlowe 80 g	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 10g Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona,w osłonce niejadalanej 30 g (SOJ, SEL.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Pomidorki koktajlowe 80 g	Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona,w osłonce niejadalanej 75 g (SOJ, SEL.) Jogurt brzoskwiowy 150g 1 szt (MLE.) Sałata zielona 20 g Pomidor b/skórki 80 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Chleb razowy pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona,w osłonce niejadalanej 75 g (SOJ, SEL.) Jogurt brzoskwiowy 150g 1 szt (MLE.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Sałata zielona 20 g Pomidorki koktajlowe 80 g
		PN	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Mleko Smakowe UHT 1,5% tł 0,2l 1 szt (MLE.) Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 30 g	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 30 g	Mleko Smakowe UHT 1,5% tł 0,2l 1 szt (MLE.) Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 30 g
		Wartość energetyczna: 2599.84 kcal; Białko ogółem: 90.56 g; Tłuszcz: 55.20 g; Kw. tł. nasy.: 11.48 g; Węglowodany ogółem: 452.37 g; W tym cukry: 122.91 g; Błonnik pok.: 43.73 g; Sól: 9.35 g; WW: 40.77 Por.; : 13.93 %; : 860.15 %; Ener. z T: 19.11 %; Ener. z Bł.: 3.36 %; K: 3611.64 mg;	Wartość energetyczna: 2420.38 kcal; Białko ogółem: 92.24 g; Tłuszcz: 48.85 g; Kw. tł. nasy.: 24.13 g; Węglowodany ogółem: 410.46 g; W tym cukry: 88.13 g; Błonnik pok.: 22.81 g; Sól: 7.78 g; WW: 38.87 Por.; : 15.24 %; : 836.76 %; Ener. z T: 18.17 %; Ener. z Bł.: 1.89 %; K: 2789.89 mg;	Wartość energetyczna: 2364.72 kcal; Białko ogółem: 84.51 g; Tłuszcz: 52.97 g; Kw. tł. nasy.: 11.37 g; Węglowodany ogółem: 401.11 g; W tym cukry: 64.73 g; Błonnik pok.: 36.55 g; Sól: 8.53 g; WW: 36.43 Por.; : 14.29 %; : 865.31 %; Ener. z T: 20.16 %; Ener. z Bł.: 3.09 %; K: 3457.89 mg;	Wartość energetyczna: 2335.80 kcal; Białko ogółem: 95.36 g; Tłuszcz: 36.67 g; Kw. tł. nasy.: 17.41 g; Węglowodany ogółem: 414.07 g; W tym cukry: 90.23 g; Błonnik pok.: 20.57 g; Sól: 7.25 g; WW: 39.53 Por.; : 16.33 %; : 989.40 %; Ener. z T: 14.13 %; Ener. z Bł.: 1.76 %; K: 2922.41 mg;	Wartość energetyczna: 2530.73 kcal; Białko ogółem: 99.45 g; Tłuszcz: 49.29 g; Kw. tł. nasy.: 20.12 g; Węglowodany ogółem: 430.75 g; W tym cukry: 108.01 g; Błonnik pok.: 28.02 g; Sól: 8.57 g; WW: 40.40 Por.; : 15.72 %; : 1109.34 %; Ener. z T: 17.53 %; Ener. z Bł.: 2.21 %; K: 3287.47 mg;
2024-06-11 wtorek	Śniadanie	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 10g Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 25 g (SOJ.) Dynia z wody 100 g Kasza manna na wodzie 300 ml (GLU PSZ.)	Zacierka na mleku 300 ml (GLU PSZ, JAJ, 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.) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 25 g Twarożek z koperkiem 80 g (MLE.) Pomidor 80 g Rukola 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Banan 150 g	Kasza manna na wodzie 300 ml (GLU PSZ.) 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 10g Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 25 g (SOJ.) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 80 g Rukola 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Banan 150 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.) Twarożek z koperkiem 80 g (MLE.) Dżem 25 g 1 szt Pomidor b/skórki 80 g Rukola 20 g Banan 150 g	Zacierka na mleku 300 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 25 g Twarożek z koperkiem 80 g (MLE.) Pomidor 80 g Rukola 20 g

Jadłospisy za okres od dnia 2024-06-10 do dnia 2024-06-16 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- Papkowata b/ml	SIE- Łatwo strawna	SIE- Bezmlieczna	SIE- Niskotłuszczowa	SIE- O kontr. zaw.kwasów tłuszczowych
2024-06-11 wtorek	II ŚN	Banan 150 g				Jabłko 1 szt 1 szt
	Obiad	Brokułowa z ziemniakami (bez mleka) () 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki gotowane () 180 g Klopsik wieprzowy 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos własny () 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Buraczki gotowane () 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Brokułowa z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Kasza jaglana na sypko 180 g Szynka wieprzowa gotowana 100 g Sos własny () 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Surówka z selera i jabłka z olejem () 100 g (SEL.) Buraczki gotowane () 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Brokułowa z ziemniakami (bez mleka) () 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Kasza jaglana na sypko 180 g Szynka wieprzowa gotowana 100 g Sos własny () 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Surówka z selera i jabłka z olejem () 100 g (SEL.) Buraczki gotowane () 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Brokułowa z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Kasza jaglana na sypko 180 g Szynka wieprzowa gotowana 100 g Sos własny () 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Buraczki gotowane () 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Szczawiowa z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Szynka wieprzowa gotowana 100 g Sos własny () 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Kasza jaglana na sypko 180 g Surówka z selera i jabłka z olejem () 100 g (SEL.) Buraczki gotowane () 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml
	PD	Drożdżówka mini 50g 50 g (GLU PSZ, JAJ.)				Drożdżówka mini 50g 50 g (GLU PSZ, JAJ.)
	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 z piersią kurczaka-wędł.z drob.gr.rozd.parzo.w ost.niejadalnej 75 g (SOJ.) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 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 tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (może zawierać: MLE, GOR.) Ser mozzarella kulki 35 g (MLE.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (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 kurczaka-wędł.z drob.gr.rozd.parzo.w ost.niejadalnej 75 g (SOJ.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (może zawierać: MLE, GOR.) Serek a'la homogenizowany 50 g (MLE.) 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 żytnio-pszenny 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (może zawierać: MLE, GOR.) Surówka z rzodkwi i czarnuszki 80 g Ser mozzarella kulki 35 g (MLE.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Sałata zielona 20 g
	PN	Mus- przecier owocowy jabłko 100g (tubka) 1 szt	Przecier owocowy jabłko-truskawka 120g 1 szt (może zawierać: MLE.)	Mus- przecier owocowy jabłko 100g (tubka) 1 szt	Przecier owocowy jabłko-truskawka 120g 1 szt (może zawierać: MLE.)	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-06-10 do dnia 2024-06-16 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- Papkowata b/ml	SIE- Łatwo strawna	SIE- Bezmleczna	SIE- Niskotłuszczowa	SIE- O kontr. zaw.kwasów tłuszczowych
2024-06-11 wtorek		Wartość energetyczna: 2312.19 kcal; Białko ogółem: 87.90 g; Tłuszcz: 54.60 g; Kw. tł. nasy.: 13.03 g; Węglowodany ogółem: 393.83 g; W tym cukry: 101.87 g; Błonnik pok.: 26.86 g; Sól: 9.45 g; WW: 36.69 Por; : 15.21 %; : 900.82 %; Ener. z T: 21.25 %; Ener. z Bł.: 2.32 %; K: 4453.61 mg;	Wartość energetyczna: 2416.70 kcal; Białko ogółem: 115.65 g; Tłuszcz: 54.64 g; Kw. tł. nasy.: 25.65 g; Węglowodany ogółem: 378.47 g; W tym cukry: 109.14 g; Błonnik pok.: 29.80 g; Sól: 7.31 g; WW: 34.97 Por; : 19.14 %; : 851.01 %; Ener. z T: 20.35 %; Ener. z Bł.: 2.47 %; K: 4207.17 mg;	Wartość energetyczna: 2085.91 kcal; Białko ogółem: 93.06 g; Tłuszcz: 46.88 g; Kw. tł. nasy.: 12.36 g; Węglowodany ogółem: 354.80 g; W tym cukry: 97.29 g; Błonnik pok.: 28.74 g; Sól: 8.47 g; WW: 32.65 Por; : 17.85 %; : 727.70 %; Ener. z T: 20.23 %; Ener. z Bł.: 2.76 %; K: 3703.48 mg;	Wartość energetyczna: 2333.71 kcal; Białko ogółem: 116.90 g; Tłuszcz: 38.53 g; Kw. tł. nasy.: 16.46 g; Węglowodany ogółem: 390.52 g; W tym cukry: 125.63 g; Błonnik pok.: 23.84 g; Sól: 5.13 g; WW: 36.79 Por; : 20.04 %; : 1013.85 %; Ener. z T: 14.86 %; Ener. z Bł.: 2.04 %; K: 4454.74 mg;	Wartość energetyczna: 2369.75 kcal; Białko ogółem: 114.83 g; Tłuszcz: 63.58 g; Kw. tł. nasy.: 20.57 g; Węglowodany ogółem: 353.79 g; W tym cukry: 77.60 g; Błonnik pok.: 44.67 g; Sól: 7.71 g; WW: 31.01 Por; : 19.38 %; : 900.68 %; Ener. z T: 24.15 %; Ener. z Bł.: 3.77 %; K: 4273.45 mg;
2024-06-12 środa	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 Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona,w osłonce niejadalanej 50 g (SOJ, SEL.) Kalafior gotowany* 100 g	Kasza kukurydziana 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.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Baton szynkowy z kurcząt 50 g (- może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.) Pomidor 80 g Roszponka 20 g Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	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 Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona,w osłonce niejadalanej 50 g (SOJ, SEL.) Pomidor 80 g Roszponka 20 g Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Kasza kukurydziana 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.) Baton szynkowy z kurcząt 50 g (- może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.) Dżem 25 g 1 szt Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Pomidor b/skórki 80 g Roszponka 20 g	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Jabłko 1 szt 1 szt Paprykarz szczeciński 50 g (RYB, SOJ.) Baton szynkowy z kurcząt 50 g (- może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.) Ogórek świeży 80 g Roszponka 20 g
	II ŚN	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt				Kiwi 1 szt 1 szt
	Obiad	Jarzynowa z makaronem (bez mleka) () 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Pulpet drobiowy 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos pietruszkowy (bez mleka) 80 ml (GLU PSZ.) Ziemniaki gotowane () 180 g Marchew gotowana z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Jarzynowa z makaronem dieta () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane () 180 g Pulpet drobiowy 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos pietruszkowy () 80 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Marchew gotowana z olejem () 100 g Sałata zielona z jogurtem 100 g (MLE.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Jarzynowa z makaronem (bez mleka) () 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki gotowane () 180 g Pulpet drobiowy 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos pietruszkowy (bez mleka) 80 ml (GLU PSZ.) Marchew gotowana z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Jarzynowa z makaronem dieta () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane () 180 g Pulpet drobiowy 90 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos pietruszkowy () 80 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Marchew gotowana z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Pieczarkowa z makaronem () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Pulpet drobiowy 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Ziemniaki gotowane () 180 g Sos pietruszkowy () 80 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Sałata zielona z jogurtem 100 g (MLE.) Marchew gotowana z olejem () 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt

Jadłospisy za okres od dnia 2024-06-10 do dnia 2024-06-16 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- Papkowata b/ml	SIE- Łatwo strawna	SIE- Bezmleczna	SIE- Niskotłuszczowa	SIE- O kontr. zaw.kwasów tłuszczowych
2024-06-12 środa	PD	Kisiel o smaku wiśniowym z/c 200 ml				Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml (MLE)
	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 Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Połędwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkim wody wędzona parzona 25 g (GLU PSZ, 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 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Połędwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkim wody wędzona parzona 50 g (GLU PSZ, SOJ.) Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt (MLE.) Pomidorki koktajlowe 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 Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g Połędwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkim wody wędzona parzona 50 g (GLU PSZ, SOJ.) Pomidorki koktajlowe 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.) Połędwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkim wody wędzona parzona 50 g (GLU PSZ, SOJ.) Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt (MLE.) 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 Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt (MLE.) Połędwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkim wody wędzona parzona 50 g (GLU PSZ, SOJ.) Pomidorki koktajlowe 80 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Sałata zielona 20 g
	PN	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Ciasto drożdżowe 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, S02.)	Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 30 g Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Ciasto drożdżowe 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, S02.)	
		Wartość energetyczna: 2141.78 kcal; Białko ogółem: 84.39 g; Tłuszcz: 46.21 g; Kw. tł. nasy.: 11.07 g; Węglowodany ogółem: 360.97 g; W tym cukry: 84.30 g; Błonnik pok.: 34.68 g; Sól: 9.53 g; WW: 32.55 Por; : 15.76 %; : 816.06 %; Ener. z T: 19.42 %; Ener. z Bł.: 3.24 %; K: 3566.65 mg;	Wartość energetyczna: 2322.17 kcal; Białko ogółem: 93.90 g; Tłuszcz: 67.71 g; Kw. tł. nasy.: 25.66 g; Węglowodany ogółem: 346.14 g; W tym cukry: 63.92 g; Błonnik pok.: 26.96 g; Sól: 8.84 g; WW: 32.03 Por; : 16.17 %; : 879.18 %; Ener. z T: 26.24 %; Ener. z Bł.: 2.32 %; K: 3747.60 mg;	Wartość energetyczna: 2079.20 kcal; Białko ogółem: 83.99 g; Tłuszcz: 46.42 g; Kw. tł. nasy.: 11.33 g; Węglowodany ogółem: 343.75 g; W tym cukry: 54.75 g; Błonnik pok.: 32.55 g; Sól: 9.01 g; WW: 31.17 Por; : 16.16 %; : 819.23 %; Ener. z T: 20.09 %; Ener. z Bł.: 3.13 %; K: 3589.77 mg;	Wartość energetyczna: 2256.29 kcal; Białko ogółem: 88.26 g; Tłuszcz: 55.66 g; Kw. tł. nasy.: 18.23 g; Węglowodany ogółem: 364.45 g; W tym cukry: 79.51 g; Błonnik pok.: 28.49 g; Sól: 7.81 g; WW: 33.76 Por; : 15.65 %; : 1026.99 %; Ener. z T: 22.20 %; Ener. z Bł.: 2.53 %; K: 3988.66 mg;	Wartość energetyczna: 2377.57 kcal; Białko ogółem: 98.76 g; Tłuszcz: 65.62 g; Kw. tł. nasy.: 19.00 g; Węglowodany ogółem: 368.02 g; W tym cukry: 81.59 g; Błonnik pok.: 42.71 g; Sól: 8.92 g; WW: 32.73 Por; : 16.62 %; : 1167.64 %; Ener. z T: 24.84 %; Ener. z Bł.: 3.59 %; K: 4880.82 mg;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-06-10 do dnia 2024-06-16 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- Papkowata b/ml	SIE- Łatwo strawna	SIE- Bezmleczna	SIE- Niskotłuszczowa	SIE- O kontr. zaw.kwasów tłuszczowych
2024-06-13 czwartek	Śniadanie	Kasza manna na wodzie 300 ml (GLU PSZ.) 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 Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (SOJ.) Dżem 25 g 1 szt Marchew gotowana z olejem () 100 g	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (GLU PSZ, SOJ, MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (może zawierać: MLE, GOR.) Sałatka wiosenna - diety 200 g Banan 150 g	Kasza manna na wodzie 300 ml (GLU PSZ.) 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 Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (SOJ.) Sałatka wiosenna - diety 200 g Banan 150 g	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (może zawierać: MLE, GOR.) Pomidor b/skórki 80 g Sałata zielona 20 g Banan 150 g	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) 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 roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (może zawierać: MLE, GOR.) Sałatka wiosenna () 200 g
	II ŚN	Banan 150 g				Banan 150 g
	Obiad	Ziemniaczana (bez mleka) () 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Pulpet wieprzowy 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos pomidorowy 80 ml (GLU PSZ.) Ziemniaki gotowane () 180 g Cukinia pieczona z olejem* 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Ziemniaczana () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami* 300 g (SEL, GLU JĘCZ.) Cukinia pieczona z olejem* 100 g Surówka z marchwi i jabłka () 100 g (MLE.) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Ziemniaczana (bez mleka) () 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami* 300 g (SEL, GLU JĘCZ.) Cukinia pieczona z olejem* 100 g Surówka z marchwi i jabłka z olejem () 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Ziemniaczana () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami* 300 g (SEL, GLU JĘCZ.) Cukinia pieczona z olejem* 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Barszcz biały z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT.) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami* 300 g (SEL, GLU JĘCZ.) Cukinia pieczona z olejem* 100 g Sałatka szwedzka () 100 g (GOR.) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml
PD	Kisiel o smaku cytrynowym z/c 200 ml				Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (MLE.)	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-06-10 do dnia 2024-06-16 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- Papkowata b/ml	SIE- Łatwo strawna	SIE- Bezmleczna	SIE- Niskotłuszczowa	SIE- O kontr. zaw.kwasów tłuszczowych
2024-06-13 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 Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 75 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 100 g (SEL.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Leczo z drobiem-dieta () 300 g Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Melon 100 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Leczo z drobiem-dieta () 300 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Melon 100 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Serek a`la homogenizowany z ziołami 80 g (MLE.) Baton szynkowy z kurcząt 25 g (może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.) Pomidor b/skórki 80 g Sałata zielona 20 g Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE.) 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.) Leczo z drobiem-dieta () 300 g Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE.) Melon 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PN	Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt	Wafle ryżowe 30 g Dżem 25 g 1 szt			
		Wartość energetyczna: 2449.49 kcal; Białko ogółem: 84.97 g; Tłuszcz: 56.88 g; Kw. tł. nasy.: 11.61 g; Węglowodany ogółem: 417.83 g; W tym cukry: 138.44 g; Błonnik pok.: 32.27 g; Sól: 9.50 g; WW: 38.66 Por.; : 13.88 %; : 1011.24 %; Ener. z T: 20.90 %; Ener. z Bł.: 2.63 %; K: 4899.16 mg;	Wartość energetyczna: 2689.57 kcal; Białko ogółem: 97.53 g; Tłuszcz: 72.19 g; Kw. tł. nasy.: 17.12 g; Węglowodany ogółem: 428.21 g; W tym cukry: 133.27 g; Błonnik pok.: 37.84 g; Sól: 7.76 g; WW: 39.06 Por.; : 14.50 %; : 1112.33 %; Ener. z T: 24.16 %; Ener. z Bł.: 2.81 %; K: 5420.64 mg;	Wartość energetyczna: 2442.05 kcal; Białko ogółem: 84.53 g; Tłuszcz: 61.15 g; Kw. tł. nasy.: 8.79 g; Węglowodany ogółem: 406.36 g; W tym cukry: 116.79 g; Błonnik pok.: 36.64 g; Sól: 7.28 g; WW: 36.98 Por.; : 13.85 %; : 1010.92 %; Ener. z T: 22.54 %; Ener. z Bł.: 3.00 %; K: 4903.49 mg;	Wartość energetyczna: 2391.77 kcal; Białko ogółem: 95.43 g; Tłuszcz: 58.53 g; Kw. tł. nasy.: 17.13 g; Węglowodany ogółem: 382.67 g; W tym cukry: 107.31 g; Błonnik pok.: 27.41 g; Sól: 6.32 g; WW: 35.67 Por.; : 15.96 %; : 993.73 %; Ener. z T: 22.03 %; Ener. z Bł.: 2.29 %; K: 4342.61 mg;	Wartość energetyczna: 2445.42 kcal; Białko ogółem: 103.66 g; Tłuszcz: 61.38 g; Kw. tł. nasy.: 14.27 g; Węglowodany ogółem: 387.84 g; W tym cukry: 114.54 g; Błonnik pok.: 47.17 g; Sól: 7.95 g; WW: 34.14 Por.; : 16.96 %; : 1364.41 %; Ener. z T: 22.59 %; Ener. z Bł.: 3.86 %; K: 6205.66 mg;
2024-06-14 piątek	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 drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Dżem 25 g 1 szt Dynia z wody 100 g	Kasza manna na mleku 300 ml (GLU PSZ, 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 80 g Sałata zielona 20 g Arbuz 150 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% tł 10 g Dżem 25 g 1 szt Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw ostonce niejadalnej 50 g (SOJ.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Arbuz 150 g	Kasza manna na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE.) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) 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 b/skórki 80 g Sałata zielona 20 g Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Kasza manna na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE.) Kawa zbożowa z mlekiem z/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 Dżem 25 g 1 szt Serek wiejski lekki 3% tł 150g 1 szt (MLE.) Rzepa biała 80 g Sałata zielona 20 g

Jadłospisy za okres od dnia 2024-06-10 do dnia 2024-06-16 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- Papkowata b/ml	SIE- Łatwo strawna	SIE- Bezmleczna	SIE- Niskotłuszczowa	SIE- O kontr. zaw.kwasów tłuszczowych
2024-06-14 piątek	II ŚN	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt				Arbuz 150 g
	Obiad	Szpinakowa z zacierką (bez mleka) () 300 ml (GLU PSZ, JAJ, SEL.) Ziemniaki gotowane () 180 g Pulpet rybny (Miruna) 120 g (GLU PSZ, JAJ, RYB.) Sos koperkowy *(bez mleka) 80 ml (GLU PSZ.) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g (SEL.) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Szpinakowa z zacierką () 300 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane () 180 g Pulpet rybny (Miruna) 120 g (GLU PSZ, JAJ, RYB.) Sos koperkowy () 80 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g (SEL.) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Szpinakowa z zacierką (bez mleka) () 300 ml (GLU PSZ, JAJ, SEL.) Ziemniaki gotowane () 180 g Pulpet rybny (Miruna) 120 g (GLU PSZ, JAJ, RYB.) Sos koperkowy *(bez mleka) 80 ml (GLU PSZ.) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g (SEL.) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Szpinakowa z zacierką () 300 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane () 180 g Pulpet rybny (Miruna) 120 g (GLU PSZ, JAJ, RYB.) Sos koperkowy () 80 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Bukiet jarzyn gotowany () 200 g (SEL.) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Szpinakowa z zacierką () 300 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane () 180 g Pulpet rybny (Miruna) 120 g (GLU PSZ, JAJ, RYB.) Sos koperkowy () 80 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Surówka z kapusty czerwonej z olejem 100 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 100 g (SEL.) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml
	PD	Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml				Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Twarożek z koperkiem 30 g (MLE.) 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% tł 10 g Jajko gotowane kl M 2 szt (JAJ.) 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 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Serek homo z natką pietruszki 50 g (MLE.) Pomidor 80 g Mix sałat 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Jajko gotowane kl M 2 szt (JAJ.) Pomidor 80 g Mix sałat 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Pomidor b/skórki 80 g Serek homo z natką pietruszki 50 g (MLE.) Mix sałat 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 Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Pomidor 80 g Serek homo z natką pietruszki 50 g (MLE.) Mix sałat 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
PN	Biszkopty b/m 30 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ.) Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt	Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (MLE.) Biszkopty b/m 30 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ.)	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt Biszkopty b/m 30 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ.)	Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (MLE.) Biszkopty b/m 30 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ.)	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 30 g	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-06-10 do dnia 2024-06-16 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- Papkowata b/ml	SIE- Łatwo strawna	SIE- Bezmleczna	SIE- Niskotłuszczowa	SIE- O kontr. zaw.kwasów tłuszczowych
2024-06-14 piątek		Wartość energetyczna: 2494.21 kcal; Białko ogółem: 91.69 g; Tłuszcz: 53.48 g; Kw. tł. nasy.: 10.90 g; Węglowodany ogółem: 426.91 g; W tym cukry: 109.88 g; Błonnik pok.: 35.13 g; Sól: 9.47 g; WW: 39.05 Por; : 14.71 %; : 823.04 %; Ener. z T: 19.30 %; Ener. z Bł.: 2.82 %; K: 3520.66 mg;	Wartość energetyczna: 2616.52 kcal; Białko ogółem: 116.69 g; Tłuszcz: 64.85 g; Kw. tł. nasy.: 21.75 g; Węglowodany ogółem: 405.77 g; W tym cukry: 115.89 g; Błonnik pok.: 29.55 g; Sól: 8.21 g; WW: 37.74 Por; : 17.84 %; : 1215.89 %; Ener. z T: 22.31 %; Ener. z Bł.: 2.26 %; K: 4450.78 mg;	Wartość energetyczna: 2440.03 kcal; Białko ogółem: 88.68 g; Tłuszcz: 60.51 g; Kw. tł. nasy.: 12.95 g; Węglowodany ogółem: 400.97 g; W tym cukry: 82.53 g; Błonnik pok.: 30.93 g; Sól: 10.81 g; WW: 37.04 Por; : 14.54 %; : 963.86 %; Ener. z T: 22.32 %; Ener. z Bł.: 2.54 %; K: 3630.41 mg;	Wartość energetyczna: 2445.42 kcal; Białko ogółem: 119.30 g; Tłuszcz: 47.18 g; Kw. tł. nasy.: 15.64 g; Węglowodany ogółem: 400.31 g; W tym cukry: 109.06 g; Błonnik pok.: 29.48 g; Sól: 7.28 g; WW: 37.25 Por; : 19.51 %; : 1170.81 %; Ener. z T: 17.36 %; Ener. z Bł.: 2.41 %; K: 4396.75 mg;	Wartość energetyczna: 2590.87 kcal; Białko ogółem: 119.01 g; Tłuszcz: 66.02 g; Kw. tł. nasy.: 16.93 g; Węglowodany ogółem: 403.27 g; W tym cukry: 93.75 g; Błonnik pok.: 47.78 g; Sól: 10.01 g; WW: 35.74 Por; : 18.37 %; : 1258.57 %; Ener. z T: 22.94 %; Ener. z Bł.: 3.69 %; K: 4832.62 mg;
2024-06-15 sobota	Śniadanie	Płatki jęczmienne na wodzie 300 ml (GLU JĘCZ.) 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 zielonogórska- wp. parzona 50 g (SOJ.) Miód (25g) 1 szt Szpinak gotowany z olejem* 100 g (GLU PSZ.)	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (MLE, GLU JĘCZ.) 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.) Baton szynkowy z kurcząt 50 g (. może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.) Miód (25g) 1 szt Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Banan 1szt. 1 szt	Płatki jęczmienne na wodzie 300 ml (GLU JĘCZ.) 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 zielonogórska- wp. parzona 50 g (SOJ.) Miód (25g) 1 szt Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Banan 1szt. 1 szt	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (MLE, GLU JĘCZ.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Baton szynkowy z kurcząt 50 g (. może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.) Miód (25g) 1 szt Pomidor b/skórki 80 g Banan 1szt. 1 szt Sałata zielona 20 g	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (MLE, GLU JĘCZ.) Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Baton szynkowy z kurcząt 50 g (. może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.) Miód (25g) 1 szt Pomidor 80 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Sałata zielona 20 g
	II ŚN	Banan 1szt. 1 szt				Kiwi 1 szt 1 szt
	Obiad	Koperkowa z ryżem (bez mleka) () 300 ml (SEL.) Ziemniaki gotowane () 180 g Gulasz wołowy 150 g (GLU PSZ.) Buraczki gotowane drobno tarte () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ryżem () 300 ml (MLE, SEL.) Kasza jaglana na sypko 180 g Gulasz wołowy 150 g (GLU PSZ.) Surówka z selera i jabłka z olejem () 100 g (SEL.) Buraczki gotowane drobno tarte () 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ryżem (bez mleka) () 300 ml (SEL.) Kasza jaglana na sypko 180 g Gulasz wołowy 150 g (GLU PSZ.) Surówka z selera i jabłka z olejem () 100 g (SEL.) Buraczki gotowane drobno tarte () 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ryżem () 300 ml (MLE, SEL.) Kasza jaglana na sypko 180 g Gulasz wołowy 150 g (GLU PSZ.) Buraczki gotowane drobno tarte () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ryżem () 300 ml (MLE, SEL.) Gulasz wołowy 150 g (GLU PSZ.) Kasza jaglana na sypko 180 g Surówka z selera i jabłka z olejem () 100 g (SEL.) Buraczki gotowane drobno tarte () 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD	Kisiel o smaku truskawkowym z/c 200 ml				Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml (MLE.)

Jadłospisy za okres od dnia 2024-06-10 do dnia 2024-06-16 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- Papkowata b/ml	SIE- Łatwo strawna	SIE- Bezmleczna	SIE- Niskotłuszczowa	SIE- O kontr. zaw.kwasów tłuszczowych
2024-06-15 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 Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona,w ostonce niejadanej 25 g (SOJ, SEL.) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Marchew gotowana z olejem () 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.) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona,w ostonce niejadanej 25 g (SOJ, SEL.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (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 50 g Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona,w ostonce niejadanej 25 g (SOJ, SEL.) 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 120 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 30 g Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona,w ostonce niejadanej 25 g (SOJ, SEL.) Pomidor b/skórki 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Paszтет z soczewicy () 60 g (GLU PSZ, JAJ.) Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona,w ostonce niejadanej 25 g (SOJ, SEL.) Ogórek świeży 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PN	Mus- przecier owocowy jabłko 100g (tubka) 1 szt	Bułka maślana 1 szt 1 szt (GLU PSZ, JAJ, MLE.)	Mus- przecier owocowy jabłko 100g (tubka) 1 szt	Bułka maślana 1 szt 1 szt (GLU PSZ, JAJ, MLE.)	
		Wartość energetyczna: 2287.05 kcal; Białko ogółem: 81.89 g; Tłuszcz: 39.90 g; Kw. tł. nasy.: 10.14 g; Węglowodany ogółem: 415.80 g; W tym cukry: 133.82 g; Błonnik pok.: 30.40 g; Sól: 9.00 g; WW: 38.59 Por; : 14.32 %; : 930.16 %; Ener. z T: 15.70 %; Ener. z Bł.: 2.66 %; K: 4369.85 mg;	Wartość energetyczna: 2588.13 kcal; Białko ogółem: 101.66 g; Tłuszcz: 56.83 g; Kw. tł. nasy.: 21.01 g; Węglowodany ogółem: 432.48 g; W tym cukry: 101.02 g; Błonnik pok.: 31.01 g; Sól: 9.62 g; WW: 40.22 Por; : 15.71 %; : 874.97 %; Ener. z T: 19.76 %; Ener. z Bł.: 2.40 %; K: 3726.89 mg;	Wartość energetyczna: 2108.44 kcal; Białko ogółem: 83.21 g; Tłuszcz: 40.53 g; Kw. tł. nasy.: 10.57 g; Węglowodany ogółem: 367.44 g; W tym cukry: 95.90 g; Błonnik pok.: 28.44 g; Sól: 8.23 g; WW: 33.98 Por; : 15.79 %; : 696.48 %; Ener. z T: 17.30 %; Ener. z Bł.: 2.70 %; K: 3194.77 mg;	Wartość energetyczna: 2494.59 kcal; Białko ogółem: 102.60 g; Tłuszcz: 44.94 g; Kw. tł. nasy.: 14.99 g; Węglowodany ogółem: 432.53 g; W tym cukry: 107.17 g; Błonnik pok.: 25.10 g; Sól: 7.92 g; WW: 40.78 Por; : 16.45 %; : 1031.65 %; Ener. z T: 16.21 %; Ener. z Bł.: 2.01 %; K: 3924.32 mg;	Wartość energetyczna: 2665.10 kcal; Białko ogółem: 106.64 g; Tłuszcz: 70.21 g; Kw. tł. nasy.: 17.53 g; Węglowodany ogółem: 423.92 g; W tym cukry: 82.13 g; Błonnik pok.: 46.53 g; Sól: 8.07 g; WW: 37.81 Por; : 16.00 %; : 1018.29 %; Ener. z T: 23.71 %; Ener. z Bł.: 3.49 %; K: 4261.22 mg;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-06-10 do dnia 2024-06-16 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- Papkowata b/ml	SIE- Łatwo strawna	SIE- Bezmleczna	SIE- Niskotłuszczowa	SIE- O kontr. zaw.kwasów tłuszczowych
2024-06-16 niedziela	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 Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 75 g (SOJ.) Marchew gotowana z olejem () 100 g	Kasza kukurydziana 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.) Pomidorki koktajlowe 80 g Mix sałat 20 g Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (SOJ.) Ser mozzarella kulki 35 g (MLE.) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	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 Dżem 25 g 1 szt Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (SOJ.) Pomidorki koktajlowe 80 g Mix sałat 20 g Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Kasza kukurydziana 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.) Pomidor b/skórki 80 g Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (SOJ.) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Mix sałat 20 g	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (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 Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (SOJ.) Ser mozzarella kulki 35 g (MLE.) Pomidorki koktajlowe 80 g Mix sałat 20 g
	II ŚN	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt				Jabłko 1 szt 1 szt
	Obiad	Rosół z makaronem () 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki gotowane () 180 g Pulpet drobiowy 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos pietruszkowy* 80 ml (GLU PSZ, MLE.) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g (SEL.) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Rosół z makaronem () 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki gotowane () 180 g Ćwiartka z kurczaka gotowana 130 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g Fasolka szparagowa z wody* 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Rosół z makaronem () 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki gotowane () 180 g Ćwiartka z kurczaka gotowana 100 g Fasolka szparagowa z wody* 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Rosół z makaronem () 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki gotowane () 180 g Ćwiartka z kurczaka gotowana 130 g Fasolka szparagowa z wody* 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*b/c 250 ml	Rosół z makaronem () 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki gotowane () 180 g Ćwiartka z kurczaka gotowana 130 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g Fasolka szparagowa z wody* 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*b/c 250 ml
PD	Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml				Ciasto drożdżowe 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, S02.)	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-06-10 do dnia 2024-06-16 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- Papkowata b/ml	SIE- Łatwo strawna	SIE- Bezmleczna	SIE- Niskotłuszczowa	SIE- O kontr. zaw.kwasów tłuszczowych
2024-06-16 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 Dżem 25 g 1 szt Połudwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkiem wody wędzona parzona 50 g (GLU PSZ, SOJ.) Seler z pietruszką gotowany z olejem () 100 g (GLU PSZ, SEL.) 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.) Połudwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkiem wody wędzona parzona 50 g (GLU PSZ, SOJ.) Dżem 25 g 1 szt Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml 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 Połudwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkiem wody wędzona parzona 50 g (GLU PSZ, SOJ.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Połudwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkiem wody wędzona parzona 25 g (GLU PSZ, 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 Dżem 25 g 1 szt Połudwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkiem wody wędzona parzona 50 g (GLU PSZ, SOJ.) Rzodkiew biała 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PN	Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt	Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt Podpłomyki b/c 20 g (GLU PSZ, MLE.)	Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt Biszkopty b/m 30 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ.)	Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt Podpłomyki b/c 20 g (GLU PSZ, MLE.)	
			Wartość energetyczna: 2332.74 kcal; Białko ogółem: 86.18 g; Tłuszcz: 55.27 g; Kw. tł. nasy.: 10.67 g; Węglowodany ogółem: 393.70 g; W tym cukry: 115.22 g; Błonnik pok.: 39.42 g; Sól: 9.95 g; WW: 35.53 Por; : 14.78 %; : 863.76 %; Ener. z T: 21.32 %; Ener. z Bł.: 3.38 %; K: 3944.15 mg;	Wartość energetyczna: 2519.52 kcal; Białko ogółem: 123.72 g; Tłuszcz: 73.23 g; Kw. tł. nasy.: 30.04 g; Węglowodany ogółem: 354.31 g; W tym cukry: 95.32 g; Błonnik pok.: 24.87 g; Sól: 8.74 g; WW: 33.17 Por; : 19.64 %; : 841.75 %; Ener. z T: 26.16 %; Ener. z Bł.: 1.97 %; K: 4045.55 mg;	Wartość energetyczna: 2384.08 kcal; Białko ogółem: 109.32 g; Tłuszcz: 62.70 g; Kw. tł. nasy.: 16.26 g; Węglowodany ogółem: 359.41 g; W tym cukry: 91.94 g; Błonnik pok.: 24.87 g; Sól: 8.01 g; WW: 33.70 Por; : 18.34 %; : 744.92 %; Ener. z T: 23.67 %; Ener. z Bł.: 2.09 %; K: 3688.05 mg;	Wartość energetyczna: 2238.09 kcal; Białko ogółem: 106.78 g; Tłuszcz: 48.24 g; Kw. tł. nasy.: 17.45 g; Węglowodany ogółem: 356.70 g; W tym cukry: 96.29 g; Błonnik pok.: 22.53 g; Sól: 6.59 g; WW: 33.73 Por; : 19.08 %; : 969.48 %; Ener. z T: 19.40 %; Ener. z Bł.: 2.01 %; K: 4022.47 mg;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-06-10 do dnia 2024-06-16 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- Bogatobiałkowa	SIE- Bogatobiałkowa bezmleczna	SIE- Niskobiałkowa do 50 g białka	SIE- Niskobiałkowa do 30 g białka	SIE- Kleikowa
2024-06-10 poniedziałek	Śniadanie	Płatki pszenne na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE,) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (GLU PSZ, SOJ, MLE,) 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 50 g Miód (25g) 1 szt Pomidor 80 g Mix sałat 20 g	Płatki pszenne na wodzie 300 g (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 kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Miód (25g) 1 szt Pomidor 80 g Mix sałat 20 g	Herbata czarna granulowana 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 25 g Miód (25g) 1 szt Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Pomidor 80 g Biszkopty 30 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JĘCZ,) Mix sałat 20 g	Herbata czarna granulowana 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 20 g Miód (25g) 1 szt Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Pomidor 80 g Biszkopty 30 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JĘCZ,) Mix sałat 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 1szt. 1 szt	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Wafle ryżowe 30 g			
	Obiad	Dyniowa z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Makaron z serem 300 g (GLU PSZ, MLE,) Mus z truskawek* 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Dyniowa z ziemniakami (bez mleka) () 300 ml (GLU PSZ, SEL,) Makaron 180 g (GLU PSZ,) Pulpet drobiowy 100 g (GLU PSZ, JAJ,) Sos szpinakowy* 80 ml (GLU PSZ,) Surówka z marchwi z olejem () 100 g Cukinia pieczona z olejem * 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Dyniowa z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Makaron z serem 250 g (GLU PSZ, MLE,) Mus z truskawek* 50 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Dyniowa z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Makaron z serem 150 g (GLU PSZ, MLE,) Mus z truskawek* 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 (GLU PSZ, SOJ, MLE,)
PD	Budyń o smaku waniliowym z/c 200 ml (MLE,) Biszkopty b/m 30 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ,)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 20 g Sałata zielona 20 g				

Jadłospisy za okres od dnia 2024-06-10 do dnia 2024-06-16 KUCHNIA SIEDLCE

	SIE- Bogatobiałkowa	SIE- Bogatobiałkowa bezmleczna	SIE- Niskobiałkowa do 50 g białka	SIE- Niskobiałkowa do 30 g białka	SIE- Kleikowa	
2024-06-10 poniedziałek	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.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalanej 50 g (SOJ, SEL.) Sałata zielona 20 g Jogurt brzoskwinowy 150g 1 szt (MLE.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Pomidorki koktajlowe 80 g	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 Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalanej 50 g (SOJ, SEL.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Sałata zielona 20 g Pomidorki koktajlowe 80 g Galaretka o smaku brzoskwinowym 200 g	Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 120 g Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalanej 25 g (SOJ, SEL.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Sałata zielona 20 g Pomidorki koktajlowe 80 g	Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 120 g Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalanej 20 g (SOJ, SEL.) Sałata zielona 20 g Miód (25g) 1 szt Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Pomidorki koktajlowe 80 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	Mleko Smakowe UHT 1,5% tł 0,2l 1 szt (MLE.) Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 30 g	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 30 g			Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	Wartość energetyczna: 2757.44 kcal; Białko ogółem: 103.67 g; Tłuszcz: 55.58 g; Kw. tł. nasy.: 26.73 g; Węglowodany ogółem: 467.96 g; W tym cukry: 113.13 g; Błonnik pok.: 22.85 g; Sól: 8.45 g; WW: 44.64 Por; : 15.04 %; : 940.70 %; Ener. z T: 18.14 %; Ener. z Bł.: 1.66 %; K: 3073.82 mg;	Wartość energetyczna: 2815.15 kcal; Białko ogółem: 100.61 g; Tłuszcz: 59.43 g; Kw. tł. nasy.: 13.19 g; Węglowodany ogółem: 482.83 g; W tym cukry: 93.06 g; Błonnik pok.: 39.57 g; Sól: 10.33 g; WW: 44.31 Por; : 14.29 %; : 875.46 %; Ener. z T: 19.00 %; Ener. z Bł.: 2.81 %; K: 3494.07 mg;	Wartość energetyczna: 2041.14 kcal; Białko ogółem: 53.06 g; Tłuszcz: 53.29 g; Kw. tł. nasy.: 21.63 g; Węglowodany ogółem: 344.24 g; W tym cukry: 66.40 g; Błonnik pok.: 15.27 g; Sól: 2.41 g; WW: 32.95 Por; : 10.40 %; : 546.91 %; Ener. z T: 23.50 %; Ener. z Bł.: 1.50 %; K: 1896.05 mg;	Wartość energetyczna: 1910.13 kcal; Białko ogółem: 36.66 g; Tłuszcz: 45.92 g; Kw. tł. nasy.: 19.01 g; Węglowodany ogółem: 344.85 g; W tym cukry: 68.43 g; Błonnik pok.: 15.52 g; Sól: 1.92 g; WW: 33.03 Por; : 7.68 %; : 579.96 %; Ener. z T: 21.64 %; Ener. z Bł.: 1.63 %; K: 1830.63 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 %; : 135.36 %; Ener. z T: 7.57 %; Ener. z Bł.: 0.62 %; K: 127.46 mg;	
2024-06-11 wtorek	Śniadanie	Zacierka na mleku 300 ml (GLU PSZ, JAJ, 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.) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 25 g Twarożek z koperkiem 80 g (MLE.) Pomidor 80 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Rukola 20 g	Kasza manna na wodzie 300 ml (GLU PSZ.) 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 drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 25 g (SOJ.) Pomidor 80 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Rukola 20 g	Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 120 g Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 25 g Dżem 25 g 1 szt Banan 150 g Pomidor 80 g Rukola 20 g Podpłomyki b/c 20 g (GLU PSZ, MLE.)	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 120 g Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 20 g Dżem 25 g 2 szt Pomidor 80 g Rukola 20 g Banan 150 g	Kleik ryżowy na wodzie 200 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Suchary b/c 30 g (GLU PSZ, SOJ, MLE.)

Jadłospisy za okres od dnia 2024-06-10 do dnia 2024-06-16 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- Bogatobiałkowa	SIE- Bogatobiałkowa bezmleczna	SIE- Niskobiałkowa do 50 g białka	SIE- Niskobiałkowa do 30 g białka	SIE- Kleikowa
2024-06-11 wtorek	II ŚN	Banan 150 g				
	Obiad	Brokułowa z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Kasza jaglana na sypko 180 g Szynka wieprzowa gotowana 100 g Sos własny () 80 ml (GLUPSZ, SEL.) Surówka z selera i jabłka z olejem () 100 g (SEL.) Buraczki gotowane () 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Brokułowa z ziemniakami (bez mleka) () 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Kasza jaglana na sypko 180 g Szynka wieprzowa gotowana 100 g Sos własny () 80 ml (GLUPSZ, SEL.) Surówka z selera i jabłka z olejem () 100 g (SEL.) Buraczki gotowane () 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Brokułowa z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Kasza jaglana na sypko 180 g Szynka wieprzowa gotowana 50 g Sos własny () 80 ml (GLUPSZ, SEL.) Surówka z selera i jabłka z olejem () 100 g (SEL.) Buraczki gotowane () 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Brokułowa z ziemniakami (bez mleka) () 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Kasza jaglana na sypko 180 g Szynka wieprzowa gotowana 30 g Sos własny () 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Surówka z selera i jabłka z olejem () 100 g (SEL.) Buraczki gotowane () 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Herbata czarna ekspresowa z/c 500 ml Suchary b/c 30 g (GLU PSZ, SOJ, MLE.)
	PD	Drożdżówka mini 50g 50 g (GLU PSZ, JAJ.)	Kisiel o smaku wiśniowym z/c 200 ml Drożdżówka mini 50g 50 g (GLU PSZ, JAJ.)			
	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.) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (może zawierać: MLE, GOR.) Ser mozzarella kulki 35 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 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 kurczaka-wędł.z drob.gr.rozd.parzo.w ost.niejadalnej 75 g (SOJ.) Pomidor 80 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Sałata zielona 20 g	Chleb bezglutenowy 120 g Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (może zawierać: MLE, GOR.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 120 g Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 20 g (może zawierać: MLE, GOR.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Kleik ryżowy na wodzie 200 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Suchary b/c 30 g (GLU PSZ, SOJ, MLE.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PN	Przecier owocowy jabłko-truskawka 120g 1 szt (może zawierać: MLE.)	Mus- przecier owocowy jabłko 100g (tubka) 1 szt	Przecier owocowy jabłko-truskawka 120g 1 szt (może zawierać: MLE.)	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-06-10 do dnia 2024-06-16 KUCHNIA SIEDLCE

	SIE- Bogatobiałkowa	SIE- Bogatobiałkowa bezmleczna	SIE- Niskobiałkowa do 50 g białka	SIE- Niskobiałkowa do 30 g białka	SIE- Kleikowa	
2024-06-11 wtorek	Wartość energetyczna: 2553.20 kcal; Białko ogółem: 118.35 g; Tłuszcz: 57.69 g; Kw. tł. nasy.: 25.65 g; Węglowodany ogółem: 402.47 g; W tym cukry: 109.14 g; Błonnik pok.: 29.80 g; Sól: 7.50 g; WW: 37.37 Por; : 18.54 %; : 851.01 %; Ener. z T: 20.34 %; Ener. z Bł.: 2.33 %; K: 4207.17 mg;	Wartość energetyczna: 2374.55 kcal; Białko ogółem: 95.81 g; Tłuszcz: 49.93 g; Kw. tł. nasy.: 12.36 g; Węglowodany ogółem: 416.82 g; W tym cukry: 127.59 g; Błonnik pok.: 28.77 g; Sól: 8.71 g; WW: 38.87 Por; : 16.14 %; : 767.62 %; Ener. z T: 18.92 %; Ener. z Bł.: 2.42 %; K: 3705.34 mg;	Wartość energetyczna: 2065.71 kcal; Białko ogółem: 55.73 g; Tłuszcz: 53.26 g; Kw. tł. nasy.: 19.28 g; Węglowodany ogółem: 347.91 g; W tym cukry: 101.90 g; Błonnik pok.: 22.53 g; Sól: 3.04 g; WW: 32.64 Por; : 10.79 %; : 635.81 %; Ener. z T: 23.20 %; Ener. z Bł.: 2.18 %; K: 3325.27 mg;	Wartość energetyczna: 1909.23 kcal; Białko ogółem: 37.26 g; Tłuszcz: 46.36 g; Kw. tł. nasy.: 18.16 g; Węglowodany ogółem: 345.21 g; W tym cukry: 111.70 g; Błonnik pok.: 24.41 g; Sól: 2.57 g; WW: 32.29 Por; : 7.81 %; : 802.65 %; Ener. z T: 21.85 %; Ener. z Bł.: 2.56 %; K: 4308.84 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 %; : 135.36 %; Ener. z T: 7.57 %; Ener. z Bł.: 0.62 %; K: 159.20 mg;	
2024-06-12 środa	Śniadanie	Kasza kukurydziana 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 ,) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ ,) Baton szynkowy z kurcząt 50 g (- może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR ,) Pomidor 80 g Roszponka 20 g	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 Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ ,) Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona,w ostonce niejadalanej 50 g (SOJ, SEL ,) Pomidor 80 g Roszponka 20 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 120 g Masło extra 82% 15 g (MLE ,) Baton szynkowy z kurcząt 50 g (- może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR ,) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Pomidor 80 g Roszponka 20 g Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 120 g Masło extra 82% 15 g (MLE ,) Baton szynkowy z kurcząt 20 g (- może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR ,) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Pomidor 80 g Roszponka 20 g Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml	Kleik ryżowy na wodzie 200 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Suchary b/c 30 g (GLU PSZ, SOJ, MLE ,)
	II ŚN	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt				
	Obiad	Jarzynowa z makaronem (dieta) 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL ,) Ziemniaki gotowane () 180 g Pulpet drobiowy 100 g (GLU PSZ, JAJ ,) Sos pietruszkowy () 80 ml (GLU PSZ, MLE, SEL ,) Marchew gotowana z olejem () 100 g Sałata zielona z jogurtem 100 g (MLE ,) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Jarzynowa z makaronem (bez mleka) () 300 ml (GLU PSZ, SEL ,) Ziemniaki gotowane () 180 g Pulpet drobiowy 100 g (GLU PSZ, JAJ ,) Sos pietruszkowy (bez mleka) 80 ml (GLU PSZ ,) Marchew gotowana z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Jarzynowa z makaronem dieta () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL ,) Ziemniaki gotowane () 180 g Pulpet drobiowy 60 g (GLU PSZ, JAJ ,) Sos pietruszkowy () 80 ml (GLU PSZ, MLE, SEL ,) Marchew gotowana z olejem () 200 g	Jarzynowa z makaronem dieta () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL ,) Ziemniaki gotowane () 180 g Marchew gotowana z olejem () 200 g Pulpet drobiowy 50 g (GLU PSZ, JAJ ,) Sos pietruszkowy () 80 ml (GLU PSZ, MLE, SEL ,) 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 (GLU PSZ, SOJ, MLE ,)

Jadłospisy za okres od dnia 2024-06-10 do dnia 2024-06-16 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- Bogatobiałkowa	SIE- Bogatobiałkowa bezmleczna	SIE- Niskobiałkowa do 50 g białka	SIE- Niskobiałkowa do 30 g białka	SIE- Kleikowa
2024-06-12 środa	PD	Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml (MLE) Podpłomyki b/c 20 g (GLU PSZ, MLE)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 20 g (SOJ) Sałata zielona 10 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) Połudwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkowym wody wędzona parzona 50 g (GLU PSZ, SOJ) Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt (MLE) Pomidorki koktajlowe 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 Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 75 g Pomidorki koktajlowe 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 (MLE) Połudwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkowym wody wędzona parzona 25 g (GLU PSZ, SOJ) Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt (MLE) Pomidor 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 (MLE) Połudwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkowym wody wędzona parzona 20 g (GLU PSZ, SOJ) Dżem 25 g 1 szt Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Kleik ryżowy na wodzie 200 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Suchary b/c 30 g (GLU PSZ, SOJ, MLE) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PN	Ciasto drożdżowe 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, S02)	Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 30 g Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Ciasto drożdżowe 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, S02)		Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
		Wartość energetyczna: 2600.37 kcal; Białko ogółem: 102.97 g; Tłuszcz: 72.68 g; Kw. tł. nasy.: 28.05 g; Węglowodany ogółem: 395.10 g; W tym cukry: 88.92 g; Błonnik pok.: 27.00 g; Sól: 9.06 g; WW: 36.93 Por; : 15.84 %; : 983.12 %; Ener. z T: 25.15 %; Ener. z Bł.: 2.08 %; K: 4031.53 mg;	Wartość energetyczna: 2283.04 kcal; Białko ogółem: 88.69 g; Tłuszcz: 53.96 g; Kw. tł. nasy.: 13.22 g; Węglowodany ogółem: 373.52 g; W tym cukry: 54.89 g; Błonnik pok.: 34.39 g; Sól: 10.66 g; WW: 33.94 Por; : 15.54 %; : 824.31 %; Ener. z T: 21.27 %; Ener. z Bł.: 3.01 %; K: 3607.86 mg;	Wartość energetyczna: 2123.12 kcal; Białko ogółem: 48.06 g; Tłuszcz: 70.65 g; Kw. tł. nasy.: 24.42 g; Węglowodany ogółem: 331.54 g; W tym cukry: 77.86 g; Błonnik pok.: 23.59 g; Sól: 4.52 g; WW: 30.85 Por; : 9.05 %; : 743.95 %; Ener. z T: 29.95 %; Ener. z Bł.: 2.22 %; K: 3257.16 mg;	Wartość energetyczna: 2022.45 kcal; Białko ogółem: 39.00 g; Tłuszcz: 60.40 g; Kw. tł. nasy.: 19.93 g; Węglowodany ogółem: 339.05 g; W tym cukry: 86.36 g; Błonnik pok.: 23.56 g; Sól: 3.50 g; WW: 31.66 Por; : 7.71 %; : 742.69 %; Ener. z T: 26.88 %; Ener. z Bł.: 2.33 %; K: 3220.74 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 %; : 135.36 %; Ener. z T: 7.57 %; Ener. z Bł.: 0.62 %; K: 127.46 mg;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-06-10 do dnia 2024-06-16 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- Bogatobiałkowa	SIE- Bogatobiałkowa bezmleczna	SIE- Niskobiałkowa do 50 g białka	SIE- Niskobiałkowa do 30 g białka	SIE- Kleikowa	
2024-06-13 czwartek	Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (GLU PSZ, SOJ, MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (może zawierać: MLE, GOR.) Sałatka wiosenna - diety 200 g	Kasza manna na wodzie 300 ml (GLU PSZ.) 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 Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 75 g (SOJ.) Sałatka wiosenna - diety 200 g	Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 120 g Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (SOJ.) Sałatka wiosenna - diety 200 g Banan 150 g Kisiel o smaku cytrynowym z/c 150 ml	Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 120 g Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 20 g (SOJ.) Sałatka wiosenna - diety 200 g Banan 150 g Kisiel o smaku cytrynowym z/c 150 ml	Kleik ryżowy na wodzie 200 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Suchary b/c 30 g (GLU PSZ, SOJ, MLE.)	
	II ŚN	Banan 150 g					
	Obiad	Ziemniaczana () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami* 300 g (SEL, GLU JĘCZ.) Cukinia pieczona z olejem* 100 g Surówka z marchwi i jabłka () 100 g (MLE.) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Ziemniaczana (bez mleka) () 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami* 300 g (SEL, GLU JĘCZ.) Cukinia pieczona z olejem* 100 g Surówka z marchwi i jabłka z olejem () 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Ziemniaczana () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami* 300 g (SEL, GLU JĘCZ.) Cukinia pieczona z olejem* 100 g Surówka z marchwi i jabłka () 100 g (MLE.) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Ziemniaczana () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami* 150 g (SEL, GLU JĘCZ.) Cukinia pieczona z olejem* 100 g Surówka z marchwi i jabłka () 100 g (MLE.) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Herbata czarna granulowana z/c 500 ml Suchary b/c 30 g (GLU PSZ, SOJ, MLE.)	
PD	Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (MLE.) Herbatniki 30 g (GLU PSZ, SOJ, MLE.)	Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) 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 10 g					

Jadłospisy za okres od dnia 2024-06-10 do dnia 2024-06-16 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- Bogatobiałkowa	SIE- Bogatobiałkowa bezmleczna	SIE- Niskobiałkowa do 50 g białka	SIE- Niskobiałkowa do 30 g białka	SIE- Kleikowa
2024-06-13 czwartek	Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Leczo z drobiem-dieta () 300 g Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Melon 100 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Leczo z drobiem-dieta () 300 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Melon 100 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 120 g Masło extra 82% 15 g (MLE.) Baton szynkowy z kurcząt 25 g (może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.) Miód (25g) 1 szt Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Chleb bezglutenowy 120 g Masło extra 82% 15 g (MLE.) Baton szynkowy z kurcząt 25 g (może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.) Miód (25g) 1 szt Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml 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.)
	PN	Wafle ryżowe 30 g Dżem 25 g 1 szt		Dżem 25 g 1 szt Wafle ryżowe 30 g		Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
		Wartość energetyczna: 2910.37 kcal; Białko ogółem: 105.39 g; Tłuszcz: 77.74 g; Kw. tł. nasy.: 18.86 g; Węglowodany ogółem: 463.55 g; W tym cukry: 151.57 g; Błonnik pok.: 38.68 g; Sól: 8.16 g; WW: 42.54 Por.; : 14.48 %; : 1212.14 %; Ener. z T: 24.04 %; Ener. z Bł.: 2.66 %; K: 5726.04 mg;	Wartość energetyczna: 2663.00 kcal; Białko ogółem: 97.33 g; Tłuszcz: 67.21 g; Kw. tł. nasy.: 10.44 g; Węglowodany ogółem: 436.08 g; W tym cukry: 117.65 g; Błonnik pok.: 37.73 g; Sól: 8.97 g; WW: 39.87 Por.; : 14.62 %; : 1057.04 %; Ener. z T: 22.71 %; Ener. z Bł.: 2.83 %; K: 4977.58 mg;	Wartość energetyczna: 2504.25 kcal; Białko ogółem: 52.65 g; Tłuszcz: 82.36 g; Kw. tł. nasy.: 22.43 g; Węglowodany ogółem: 397.75 g; W tym cukry: 123.00 g; Błonnik pok.: 24.62 g; Sól: 3.84 g; WW: 37.46 Por.; : 8.41 %; : 803.10 %; Ener. z T: 29.60 %; Ener. z Bł.: 1.97 %; K: 3719.03 mg;	Wartość energetyczna: 2261.26 kcal; Białko ogółem: 35.81 g; Tłuszcz: 73.71 g; Kw. tł. nasy.: 20.79 g; Węglowodany ogółem: 371.16 g; W tym cukry: 120.71 g; Błonnik pok.: 21.06 g; Sól: 2.73 g; WW: 35.16 Por.; : 6.33 %; : 752.39 %; Ener. z T: 29.34 %; Ener. z Bł.: 1.86 %; K: 3325.92 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 %; : 135.36 %; Ener. z T: 7.57 %; Ener. z Bł.: 0.62 %; K: 127.46 mg;
2024-06-14 piątek	Śniadanie	Kasza manna na mleku 300 ml (GLU PSZ, 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 80 g Sałata zielona 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% tł 10 g Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 75 g (SOJ.) Dżem 25 g 1 szt Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Chleb bezglutenowy 120 g Masło extra 82% 15 g (MLE.) Dżem 25 g 1 szt Serek wiejski lekki 3% tł 150g 1 szt (MLE.) Pomidor 80 g Kawa zbożowa z/c 250 ml (GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Sałata zielona 20 g Biszkopty b/m 30 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ.) Arbuz 150 g	Chleb bezglutenowy 120 g Masło extra 82% 15 g (MLE.) Dżem 25 g 2 szt Pomidor 80 g Kawa zbożowa z/c 250 ml (GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Biszkopty b/m 30 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ.) Sałata zielona 20 g Arbuz 150 g	Kleik ryżowy na wodzie 200 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Suchary b/c 30 g (GLU PSZ, SOJ, MLE.)

Jadłospisy za okres od dnia 2024-06-10 do dnia 2024-06-16 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- Bogatobiałkowa	SIE- Bogatobiałkowa bezmleczna	SIE- Niskobiałkowa do 50 g białka	SIE- Niskobiałkowa do 30 g białka	SIE- Kleikowa
2024-06-14 piątek	II ŚN	Arbuz 150 g				
	Obiad	Szpinakowa z zacierką () 300 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane () 180 g Pulpet rybny (Miruna) 120 g (GLU PSZ, JAJ, RYB.) Sos koperkowy () 80 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g (SEL.) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Szpinakowa z zacierką (bez mleka) () 300 ml (GLU PSZ, JAJ, SEL.) Ziemniaki gotowane () 180 g Pulpet rybny (Miruna) 120 g (GLU PSZ, JAJ, RYB.) Sos koperkowy *(bez mleka) 80 ml (GLU PSZ.) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g (SEL.) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Szpinakowa z zacierką () 300 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane () 180 g Pulpet rybny (Miruna) 60 g (GLU PSZ, JAJ, RYB.) Sos koperkowy () 80 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g (SEL.) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Szpinakowa z zacierką () 300 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane () 180 g Pulpet rybny (Miruna) 40 g (GLU PSZ, JAJ, RYB.) Sos koperkowy () 80 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g (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 brzoskwinowy 150g 1 szt (MLE.)	Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Szynka gotowana wieprzowa wędzona parzona,zawiera wodę dodaną, w siatce niejadalnej 20 g (GLU PSZ, SOJ.) Sałata 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.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Serek homo z natką pietruszki 50 g (MLE.) Pomidor 80 g Mix sałat 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Jajko gotowane kl M 2 szt (JAJ.) Pomidor 80 g Mix sałat 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.) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 25 g (SOJ.) Miód (25g) 1 szt Pomidor 80 g Mix sałat 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 120 g Masło extra 82% 15 g (MLE.) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 20 g (SOJ.) Miód (25g) 1 szt Pomidor 80 g Mix sałat 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Kleik ryżowy na wodzie 200 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Suchary b/c 30 g (GLU PSZ, SOJ, MLE.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
PN	Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (MLE.) Biszkopty b/m 30 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ.)	Biszkopty b/m 30 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ.) Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt	Biszkopty b/m 30 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ.)		Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-06-10 do dnia 2024-06-16 KUCHNIA SIEDLCE

	SIE- Bogatobiałkowa	SIE- Bogatobiałkowa bezmleczna	SIE- Niskobiałkowa do 50 g białka	SIE- Niskobiałkowa do 30 g białka	SIE- Kleikowa
2024-06-14 piątek	Wartość energetyczna: 2704.52 kcal; Białko ogółem: 119.79 g; Tłuszcz: 67.05 g; Kw. tł. nasy.: 23.07 g; Węglowodany ogółem: 419.77 g; W tym cukry: 124.89 g; Błonnik pok.: 30.00 g; Sól: 8.31 g; WW: 39.14 Por; : 17.72 %; : 1297.94 %; Ener. z T: 22.31 %; Ener. z Bł.: 2.22 %; K: 4750.78 mg;	Wartość energetyczna: 2705.69 kcal; Białko ogółem: 97.57 g; Tłuszcz: 68.35 g; Kw. tł. nasy.: 15.60 g; Węglowodany ogółem: 441.40 g; W tym cukry: 100.20 g; Błonnik pok.: 32.21 g; Sól: 10.36 g; WW: 40.97 Por; : 14.42 %; : 1015.06 %; Ener. z T: 22.73 %; Ener. z Bł.: 2.38 %; K: 3722.59 mg;	Wartość energetyczna: 2289.22 kcal; Białko ogółem: 57.78 g; Tłuszcz: 66.25 g; Kw. tł. nasy.: 19.14 g; Węglowodany ogółem: 373.64 g; W tym cukry: 85.44 g; Błonnik pok.: 22.21 g; Sól: 4.28 g; WW: 35.30 Por; : 10.10 %; : 884.50 %; Ener. z T: 26.04 %; Ener. z Bł.: 1.94 %; K: 3377.24 mg;	Wartość energetyczna: 2160.37 kcal; Białko ogółem: 36.46 g; Tłuszcz: 59.98 g; Kw. tł. nasy.: 18.78 g; Węglowodany ogółem: 377.56 g; W tym cukry: 91.88 g; Błonnik pok.: 22.12 g; Sól: 2.95 g; WW: 35.70 Por; : 6.75 %; : 880.36 %; Ener. z T: 24.99 %; Ener. z Bł.: 2.05 %; K: 3368.98 mg;	Wartość energetyczna: 887.22 kcal; Białko ogółem: 19.96 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: 0.28 g; WW: 18.29 Por; : 9.00 %; : 135.36 %; Ener. z T: 7.57 %; Ener. z Bł.: 0.62 %; K: 175.07 mg;
2024-06-15 sobota	Śniadanie Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (MLE, GLU JĘCZ.) 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.) Baton szynkowy z kurcząt 50 g (. może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.) Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona, parzona, z dod. wody, białka wp 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Śniadanie Płatki jęczmienne na wodzie 300 ml (GLU JĘCZ.) 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 Miód (25g) 1 szt Szynka zielonogórska- wp. parzona 50 g (SOJ.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Śniadanie Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 120 g Masło extra 82% 15 g (MLE.) Baton szynkowy z kurcząt 50 g (. może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.) Pomidor 80 g Banan 1szt. 1 szt Miód 50 g Podpłomyki b/c 20 g (GLU PSZ, MLE.) Sałata zielona 20 g	Śniadanie Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 120 g Masło extra 82% 15 g (MLE.) Baton szynkowy z kurcząt 25 g (. może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.) Miód 50 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Banan 1szt. 1 szt Podpłomyki b/c 20 g (GLU PSZ, MLE.)	Śniadanie Kleik ryżowy na wodzie 200 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Suchary b/c 30 g (GLU PSZ, SOJ, MLE.)
	Banan 1szt. 1 szt				
	Obiad Koperkowa z ryżem () 300 ml (MLE, SEL.) Kasza jaglana na sypko 180 g Gulasz wołowy 150 g (GLU PSZ.) Surówka z selera i jabłka z olejem () 100 g (SEL.) Buraczki gotowane drobno tarte () 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Obiad Koperkowa z ryżem (bez mleka) () 300 ml (SEL.) Kasza jaglana na sypko 180 g Gulasz wołowy 150 g (GLU PSZ.) Surówka z selera i jabłka z olejem () 100 g (SEL.) Buraczki gotowane drobno tarte () 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Obiad Koperkowa z ryżem () 300 ml (MLE, SEL.) Kasza jaglana na sypko 180 g Gulasz wołowy 80 g (GLU PSZ.) Surówka z selera i jabłka z olejem () 100 g (SEL.) Buraczki gotowane drobno tarte () 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Obiad Koperkowa z ryżem (bez mleka) () 300 ml (SEL.) Kasza jaglana na sypko 180 g Gulasz wołowy 60 g (GLU PSZ.) Surówka z selera i jabłka z olejem () 100 g (SEL.) Buraczki gotowane drobno tarte () 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Obiad Kleik ryżowy na wodzie 300 g Herbata czarna ekspresowa z/c 500 ml Suchary b/c 30 g (GLU PSZ, SOJ, MLE.)
	PD Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml (MLE.) Wafelki 30 g (GLU PSZ, SOJ, MLE.)	PD Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Sałata zielona 20 g			

Jadłospisy za okres od dnia 2024-06-10 do dnia 2024-06-16 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- Bogatobiałkowa	SIE- Bogatobiałkowa bezmleczna	SIE- Niskobiałkowa do 50 g białka	SIE- Niskobiałkowa do 30 g białka	SIE- Kleikowa
2024-06-15 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.) Szynekowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona,w osłonce niejadanej 25 g (SOJ, SEL.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynekowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona,w osłonce niejadanej 25 g (SOJ, SEL.) 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 extra 82% 15 g (MLE.) Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona,w osłonce niejadanej 30 g (SOJ, SEL.) 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 extra 82% 15 g (MLE.) Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona,w osłonce niejadanej 25 g (SOJ, SEL.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Kleik ryżowy na wodzie 200 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Suchary b/c 30 g (GLU PSZ, SOJ, MLE.)
	PN	Bułka maślana 1 szt 1 szt (GLU PSZ, JAJ, MLE.)	Mus- przecier owocowy jabłko 100g (tubka) 1 szt			Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
		Wartość energetyczna: 2934.48 kcal; Białko ogółem: 120.53 g; Tłuszcz: 72.03 g; Kw. tł. nasy.: 29.54 g; Węglowodany ogółem: 466.10 g; W tym cukry: 125.96 g; Błonnik pok.: 31.05 g; Sól: 9.99 g; WW: 43.59 Por; : 16.43 %; : 954.01 %; Ener. z T: 22.09 %; Ener. z Bł.: 2.12 %; K: 3999.32 mg;	Wartość energetyczna: 2346.76 kcal; Białko ogółem: 92.89 g; Tłuszcz: 50.08 g; Kw. tł. nasy.: 13.38 g; Węglowodany ogółem: 396.67 g; W tym cukry: 96.17 g; Błonnik pok.: 30.47 g; Sól: 9.22 g; WW: 36.68 Por; : 15.83 %; : 707.53 %; Ener. z T: 19.21 %; Ener. z Bł.: 2.60 %; K: 3297.45 mg;	Wartość energetyczna: 2165.06 kcal; Białko ogółem: 49.45 g; Tłuszcz: 57.23 g; Kw. tł. nasy.: 19.42 g; Węglowodany ogółem: 371.08 g; W tym cukry: 97.00 g; Błonnik pok.: 20.40 g; Sól: 3.13 g; WW: 35.16 Por; : 9.14 %; : 624.20 %; Ener. z T: 23.79 %; Ener. z Bł.: 1.88 %; K: 2812.87 mg;	Wartość energetyczna: 2074.60 kcal; Białko ogółem: 41.24 g; Tłuszcz: 52.07 g; Kw. tł. nasy.: 18.95 g; Węglowodany ogółem: 368.27 g; W tym cukry: 96.56 g; Błonnik pok.: 20.34 g; Sól: 2.42 g; WW: 34.89 Por; : 7.95 %; : 619.34 %; Ener. z T: 22.59 %; Ener. z Bł.: 1.96 %; K: 2739.21 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 %; : 135.36 %; Ener. z T: 7.57 %; Ener. z Bł.: 0.62 %; K: 159.20 mg;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-06-10 do dnia 2024-06-16 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- Bogatobiałkowa	SIE- Bogatobiałkowa bezmleczna	SIE- Niskobiałkowa do 50 g białka	SIE- Niskobiałkowa do 30 g białka	SIE- Kleikowa	
2024-06-16 niedziela	Śniadanie	Kasza kukurydziana 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,) Pomidorki koktajlowe 80 g Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (SOJ,) Ser mozzarella kulki 35 g (MLE,) Mix sałat 20 g	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 Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 75 g (SOJ,) Pomidorki koktajlowe 80 g Mix sałat 20 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 120 g Masło extra 82% 15 g (MLE,) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (SOJ,) Pomidorki koktajlowe 80 g Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Biszkopty b/m 30 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ,) Mix sałat 20 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 120 g Masło extra 82% 15 g (MLE,) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 20 g (SOJ,) Pomidorki koktajlowe 80 g Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Dżem 25 g 1 szt Mix sałat 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 1szt. 1 szt					
	Obiad	Rosół z makaronem () 300 ml (GLU PSZ, SEL,) Ziemniaki gotowane () 180 g Ćwiartka z kurczaka gotowana 130 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g Fasolka szparagowa z wody* 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Rosół z makaronem PKU () 300 ml (SEL,) Ziemniaki gotowane () 180 g Ćwiartka z kurczaka gotowana 60 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 100 g (SEL,) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Rosół z makaronem PKU () 300 ml (SEL,) Ćwiartka z kurczaka gotowana 30 g Ziemniaki gotowane () 180 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 100 g (SEL,) 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	Ciasto drożdżowe 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, SO2,)	Wafle ryżowe 30 g					

Jadłospisy za okres od dnia 2024-06-10 do dnia 2024-06-16 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- Bogatobiałkowa	SIE- Bogatobiałkowa bezmleczna	SIE- Niskobiałkowa do 50 g białka	SIE- Niskobiałkowa do 30 g białka	SIE- Kleikowa
2024-06-16 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.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Dżem 25 g 1 szt Połudwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkim wody wędzona parzona 50 g (GLU PSZ, SOJ.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Połudwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkim wody wędzona parzona 50 g (GLU PSZ, SOJ.) Szynka gotowana wieprzowa wędzona parzona, zawiera wodę dodaną, w siatce niejadalnej 50 g (GLU PSZ, SOJ.) Pomidor 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 (MLE.) Połudwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkim wody wędzona parzona 30 g (GLU PSZ, SOJ.) Dżem 25 g 1 szt Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 120 g Masło extra 82% 15 g (MLE.) Połudwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkim wody wędzona parzona 20 g (GLU PSZ, SOJ.) Dżem 25 g 1 szt Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Kleik ryżowy na wodzie 200 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Suchary b/c 30 g (GLU PSZ, SOJ, MLE.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PN	Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt Podpłomyki b/c 20 g (GLU PSZ, MLE.)	Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt Biszkopty b/m 30 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ.)	Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt		Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
		Wartość energetyczna: 2739.02 kcal; Białko ogółem: 129.22 g; Tłuszcz: 80.23 g; Kw. tł. nasy.: 31.39 g; Węglowodany ogółem: 387.31 g; W tym cukry: 95.32 g; Błonnik pok.: 26.02 g; Sól: 9.20 g; WW: 36.37 Por; : 18.87 %; : 841.75 %; Ener. z T: 26.36 %; Ener. z Bł.: 1.90 %; K: 4045.55 mg;	Wartość energetyczna: 2488.62 kcal; Białko ogółem: 124.30 g; Tłuszcz: 65.40 g; Kw. tł. nasy.: 17.00 g; Węglowodany ogółem: 363.11 g; W tym cukry: 73.49 g; Błonnik pok.: 25.86 g; Sól: 9.93 g; WW: 33.85 Por; : 19.98 %; : 744.92 %; Ener. z T: 23.65 %; Ener. z Bł.: 2.08 %; K: 3688.05 mg;	Wartość energetyczna: 2069.46 kcal; Białko ogółem: 55.19 g; Tłuszcz: 67.09 g; Kw. tł. nasy.: 22.75 g; Węglowodany ogółem: 319.21 g; W tym cukry: 85.49 g; Błonnik pok.: 20.52 g; Sól: 3.62 g; WW: 29.96 Por; : 10.67 %; : 641.32 %; Ener. z T: 29.18 %; Ener. z Bł.: 1.98 %; K: 3260.24 mg;	Wartość energetyczna: 1867.45 kcal; Białko ogółem: 38.02 g; Tłuszcz: 57.68 g; Kw. tł. nasy.: 20.63 g; Węglowodany ogółem: 307.59 g; W tym cukry: 94.94 g; Błonnik pok.: 20.52 g; Sól: 2.93 g; WW: 28.84 Por; : 8.14 %; : 641.32 %; Ener. z T: 27.80 %; Ener. z Bł.: 2.20 %; K: 3059.24 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 %; : 135.36 %; Ener. z T: 7.57 %; Ener. z Bł.: 0.62 %; K: 127.46 mg;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-06-10 do dnia 2024-06-16 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- Kleikowa rozszerzona	SIE- Dzieci 1-3 lat Podstawowa	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż podstawa	SIE- Bogatoresztkowa	SIE- Bezglutenowa	
2024-06-10 poniedziałek	Śniadanie	Kleik ryżowy na wodzie 200 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Suchary b/c 30 g (GLU PSZ, SOJ, MLE,)	Płatki pszenne na mleku 250 ml (GLU PSZ, MLE,) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka graham-pszenna 60g 1 szt (GLU PSZ,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g Miód (25g) 1 szt Ogórek świeży 80 g Mix sałat 20 g	Płatki pszenne na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE,) 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,) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Miód (25g) 1 szt Ogórek świeży 80 g Mix sałat 20 g	Płatki pszenne na mleku 300 ml (GLU PSZ, 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,) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Miód (25g) 1 szt Ogórek świeży 80 g Mix sałat 20 g	Płatki ryżowe błyskawiczne na mleku 300 g (MLE,) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 120 g Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Miód (25g) 1 szt Pomidor 80 g Gruszka 1szt. 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	Gruszka 1szt. 150 g				
	Obiad	Ziemniaczana (bez mleka) () 300 ml (GLU PSZ, SEL,) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Dyniowa z ziemniakami () 250 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Makaron z serem 200 g (GLU PSZ, MLE,) Mus z truskawek* 80 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Dyniowa z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Makaron z serem 300 g (GLU PSZ, MLE,) Mus z truskawek* 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Fasolowa z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, SEL,) Makaron pełnoziarnisty z serem 300 g (GLU PSZ, MLE,) Mus z truskawek* 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Dyniowa z ziemniakami (bez glutenu) () 300 ml (MLE, SEL,) Makaron bezglutenowy z serem biały 300 g (MLE,) Mus z truskawek* 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	Budyń o smaku waniliowym z/c 100 ml (MLE,) Biskopki b/m 30 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ,)	Budyń o smaku waniliowym z/c 200 ml (MLE,) Biskopki b/m 30 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ,)	Budyń o smaku waniliowym z/c 200 ml (MLE,) Mieszanka studencka 30 g (OZI, ORZ,)		

Jadłospisy za okres od dnia 2024-06-10 do dnia 2024-06-16 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- Kleikowa rozszerzona	SIE- Dzieci 1-3 lat Podstawowa	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż podstawa	SIE- Bogatoresztkowa	SIE- Bezglutenowa
2024-06-10 poniedziałek	Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Suchary b/c 30 g (GLU PSZ, SOJ, MLE.) Kleik ryżowy na wodzie 200 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.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka z pierśią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalanej 30 g (SOJ, SEL.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Sałata zielona 20 g Pomidorki koktajlowe 80 g Jogurt brzoskwinowy 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.) Szynka z pierśią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalanej 30 g (SOJ, SEL.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Jogurt brzoskwinowy 150g 1 szt (MLE.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Sałata zielona 20 g Pomidorki koktajlowe 80 g	Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Chleb razowy pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka z pierśią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalanej 30 g (SOJ, SEL.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Jogurt brzoskwinowy 150g 1 szt (MLE.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Sałata zielona 20 g Pomidorki koktajlowe 80 g	Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 120 g Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka z pierśią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalanej 30 g (SOJ, SEL.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Sałata zielona 20 g Jogurt brzoskwinowy 150g 1 szt (MLE.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Pomidorki koktajlowe 80 g
	PN	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Mleko Smakowe UHT 1,5% tł 0,2l 1 szt (MLE.) Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 30 g			
		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 %; : 317.23 %; Ener. z T: 6.22 %; Ener. z Bł.: 1.23 %; K: 1040.31 mg;	Wartość energetyczna: 2051.75 kcal; Białko ogółem: 75.23 g; Tłuszcz: 47.24 g; Kw. tł. nasy.: 23.04 g; Węglowodany ogółem: 335.05 g; W tym cukry: 93.65 g; Błonnik pok.: 17.82 g; Sól: 4.44 g; WW: 31.76 Por; : 14.67 %; : 877.00 %; Ener. z T: 20.72 %; Ener. z Bł.: 1.74 %; K: 2632.26 mg;	Wartość energetyczna: 2740.28 kcal; Białko ogółem: 102.24 g; Tłuszcz: 55.34 g; Kw. tł. nasy.: 26.47 g; Węglowodany ogółem: 464.29 g; W tym cukry: 115.05 g; Błonnik pok.: 24.21 g; Sól: 7.68 g; WW: 44.07 Por; : 14.92 %; : 1016.77 %; Ener. z T: 18.18 %; Ener. z Bł.: 1.77 %; K: 3084.54 mg;	Wartość energetyczna: 2790.60 kcal; Białko ogółem: 110.71 g; Tłuszcz: 65.78 g; Kw. tł. nasy.: 26.74 g; Węglowodany ogółem: 448.78 g; W tym cukry: 109.13 g; Błonnik pok.: 35.60 g; Sól: 7.84 g; WW: 41.44 Por; : 15.87 %; : 1031.29 %; Ener. z T: 21.22 %; Ener. z Bł.: 2.55 %; K: 3649.44 mg;	Wartość energetyczna: 2460.19 kcal; Białko ogółem: 72.13 g; Tłuszcz: 54.17 g; Kw. tł. nasy.: 22.72 g; Węglowodany ogółem: 422.84 g; W tym cukry: 90.73 g; Błonnik pok.: 15.93 g; Sól: 3.83 g; WW: 40.72 Por; : 11.73 %; : 837.94 %; Ener. z T: 19.82 %; Ener. z Bł.: 1.29 %; K: 2536.74 mg;
2024-06-11 wtorek	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.) Szynekowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 25 g Twarożek z koperkiem 40 g (MLE.) Pomidor 80 g Rukola 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Zacierka na mleku 300 ml (GLU PSZ, JAJ, 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.) Szynekowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 25 g Twarożek z koperkiem 80 g (MLE.) Pomidor 80 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Rukola 20 g	Zacierka na mleku 300 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynekowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 25 g Twarożek z koperkiem 80 g (MLE.) Pomidor 80 g Rukola 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE.) Chleb bezglutenowy 120 g Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynekowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 25 g Twarożek z koperkiem 80 g (MLE.) Jabłko 1 szt 1 szt Pomidor 80 g Rukola 20 g

Jadłospisy za okres od dnia 2024-06-10 do dnia 2024-06-16 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- Kleikowa rozszerzona	SIE- Dzieci 1-3 lat Podstawowa	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż podstawa	SIE- Bogatoresztkowa	SIE- Bezglutenowa	
2024-06-11 wtorek	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 1 szt 1 szt				
	Obiad	Ryżowa (bez mleka) () 300 ml (SEL) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Brokułowa z ziemniakami () 250 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Kasza jaglana na sypko 90 g Szynka wieprzowa gotowana 50 g Sos meksykański 80 g (GLU PSZ) Surówka z selera i jabłka z olejem () 50 g (SEL) Buraczki gotowane () 50 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Brokułowa z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Szynka wieprzowa gotowana 100 g Kasza jaglana na sypko 180 g Sos meksykański 80 g (GLU PSZ) Surówka z selera i jabłka z olejem () 100 g (SEL) Buraczki gotowane () 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Szczawiowa z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Kasza jaglana na sypko 180 g Szynka wieprzowa gotowana 100 g Sos meksykański 80 g (GLU PSZ) Surówka z selera i jabłka z olejem () 100 g (SEL) Buraczki gotowane () 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Szczawiowa z ziemniakami () b/glutenu 300 ml (MLE, SEL) Ryż na sypko 180 g Szynka wieprzowa gotowana 100 g Sos meksykański b/glutenu 80 g Surówka z selera i jabłka z olejem () 100 g (SEL) Buraczki gotowane () 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	Drożdżówka mini 50g 50 g (GLU PSZ, JAJ)				
	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 tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 25 g (może zawierać: MLE, GOR) Ser mozzarella kulki 35 g (MLE) Surówka z rzodkwi i czarnuszki 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 tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (może zawierać: MLE, GOR) Ser mozzarella kulki 35 g (MLE) Surówka z rzodkwi i czarnuszki 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 tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (może zawierać: MLE, GOR) Ser mozzarella kulki 35 g (MLE) Surówka z rzodkwi i czarnuszki 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) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (może zawierać: MLE, GOR) Ser mozzarella kulki 35 g (MLE) Surówka z rzodkwi i czarnuszki 80 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Sałata zielona 20 g	
	PN	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Przecier owocowy jabłko-truskawka 120g 1 szt (może zawierać: MLE)				

Jadłospisy za okres od dnia 2024-06-10 do dnia 2024-06-16 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- Kleikowa rozszerzona	SIE- Dzieci 1-3 lat Podstawowa	SIE- Dzieci powyżej 3 r.z podstawa	SIE- Bogatoresztkowa	SIE- Bezglutenowa
2024-06-11 wtorek		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 %; : 194.79 %; Ener. z T: 6.61 %; Ener. z Bł.: 0.92 %; K: 286.12 mg;	Wartość energetyczna: 1757.35 kcal; Białko ogółem: 74.62 g; Tłuszcz: 50.96 g; Kw. tł. nasy.: 22.06 g; Węglowodany ogółem: 258.37 g; W tym cukry: 83.96 g; Błonnik pok.: 21.03 g; Sól: 4.26 g; WW: 23.80 Por; : 16.99 %; : 684.25 %; Ener. z T: 26.10 %; Ener. z Bł.: 2.39 %; K: 2828.75 mg;	Wartość energetyczna: 2553.50 kcal; Białko ogółem: 118.82 g; Tłuszcz: 63.45 g; Kw. tł. nasy.: 25.93 g; Węglowodany ogółem: 389.70 g; W tym cukry: 95.40 g; Błonnik pok.: 32.49 g; Sól: 7.71 g; WW: 35.78 Por; : 18.61 %; : 835.63 %; Ener. z T: 22.36 %; Ener. z Bł.: 2.54 %; K: 3885.40 mg;	Wartość energetyczna: 2472.15 kcal; Białko ogółem: 116.19 g; Tłuszcz: 64.34 g; Kw. tł. nasy.: 25.94 g; Węglowodany ogółem: 376.28 g; W tym cukry: 97.49 g; Błonnik pok.: 45.68 g; Sól: 7.85 g; WW: 33.16 Por; : 18.80 %; : 930.02 %; Ener. z T: 23.42 %; Ener. z Bł.: 3.70 %; K: 4379.51 mg;	Wartość energetyczna: 2367.05 kcal; Białko ogółem: 94.69 g; Tłuszcz: 69.23 g; Kw. tł. nasy.: 24.93 g; Węglowodany ogółem: 347.09 g; W tym cukry: 93.65 g; Błonnik pok.: 24.61 g; Sól: 4.91 g; WW: 32.38 Por; : 16.00 %; : 748.95 %; Ener. z T: 26.32 %; Ener. z Bł.: 2.08 %; K: 3599.45 mg;
2024-06-12 środa	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 300 ml (MLE,) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ,) Baton szynkowy z kurcząt 25 g (- może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR,) Ogórek świeży 80 g Roszponka 20 g	Kasza kukurydziana 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,) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ,) Baton szynkowy z kurcząt 50 g (- może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR,) Ogórek świeży 80 g Roszponka 20 g	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (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,) Paprykarz szczeciński 50 g (RYB, SOJ,) Baton szynkowy z kurcząt 50 g (- może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR,) Ogórek świeży 80 g Roszponka 20 g	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE,) Chleb bezglutenowy 120 g Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Paprykarz szczeciński 50 g (RYB, SOJ,) Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalanej 50 g (SOJ, SEL,) Kiwi 1 szt 1 szt Ogórek świeży 80 g Roszponka 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml
	II ŚN	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Suchary b/c 15 g (GLU PSZ, SOJ, MLE,) Kleik ryżowy na wodzie 200 g		Kiwi 1 szt 1 szt		
	Obiad	Ryżowa (bez mleka) () 300 ml (SEL,) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Jarzynowa z makaronem dieta () 250 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Ziemniaki gotowane () 90 g Pulpet drobiowy 50 g (GLU PSZ, JAJ,) Sos pietruszkowy () 80 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Marchew gotowana z olejem () 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Jarzynowa z makaronem dieta () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Ziemniaki gotowane () 180 g Pulpet drobiowy 100 g (GLU PSZ, JAJ,) Sos pietruszkowy () 80 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Sałata zielona z jogurtem 100 g (MLE,) Marchew gotowana z olejem () 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Pieczarkowa z makaronem () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Ziemniaki gotowane () 180 g Pulpet drobiowy 100 g (GLU PSZ, JAJ,) Sos pietruszkowy () 80 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Sałata zielona z jogurtem 100 g (MLE,) Marchew gotowana z olejem () 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Pieczarkowa z makaronem (bez glutenu) () 300 ml (MLE, SEL,) Ziemniaki gotowane () 180 g Pulpet drobiowy (bez glutenu) 100 g (JAJ,) Sos pietruszkowy (bez glutenu) 80 ml (MLE,) Sałata zielona z jogurtem 100 g (MLE,) Marchew gotowana z olejem () 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt

Jadłospisy za okres od dnia 2024-06-10 do dnia 2024-06-16 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- Kleikowa rozszerzona	SIE- Dzieci 1-3 lat Podstawowa	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż podstawa	SIE- Bogatoresztkowa	SIE- Bezglutenowa
2024-06-12 środa	PD	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Suchary b/c 15 g (GLU PSZ, SOJ, MLE,) Kleik ryżowy na wodzie 200 g	Budyń o smaku śmietankowym z/c 100 ml (MLE,) Podpłomyki b/c 20 g (GLU PSZ, MLE,)	Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml (MLE,) Podpłomyki b/c 20 g (GLU PSZ, MLE,)	Budyń o smaku śmietankowym z/c 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,) Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt (MLE,) Połudwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkiem wody wędzona parzona 50 g (GLU PSZ, SOJ,) Pomidorki koktajlowe 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,) Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt (MLE,) Połudwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkiem wody wędzona parzona 50 g (GLU PSZ, SOJ,) Pomidorki koktajlowe 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,) Połudwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkiem wody wędzona parzona 50 g (GLU PSZ, SOJ,) Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt (MLE,) Pomidorki koktajlowe 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 drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt (MLE,) Pomidorki koktajlowe 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PN	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ciasto drożdżowe 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, S02,)			Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt
		Wartość energetyczna: 1065.96 kcal; Białko ogółem: 22.86 g; Tłuszcz: 7.83 g; Kw. tł. nasy.: 0.25 g; Węglowodany ogółem: 226.66 g; W tym cukry: 44.09 g; Błonnik pok.: 4.91 g; Sól: 0.64 g; WW: 22.27 Por; : 8.58 %; : 194.79 %; Ener. z T: 6.61 %; Ener. z Bł.: 0.92 %; K: 270.25 mg;	Wartość energetyczna: 1804.74 kcal; Białko ogółem: 71.75 g; Tłuszcz: 59.09 g; Kw. tł. nasy.: 24.97 g; Węglowodany ogółem: 253.29 g; W tym cukry: 65.99 g; Błonnik pok.: 16.87 g; Sól: 5.37 g; WW: 23.69 Por; : 15.90 %; : 728.59 %; Ener. z T: 29.47 %; Ener. z Bł.: 1.87 %; K: 2798.17 mg;	Wartość energetyczna: 2577.66 kcal; Białko ogółem: 103.18 g; Tłuszcz: 72.46 g; Kw. tł. nasy.: 28.09 g; Węglowodany ogółem: 388.93 g; W tym cukry: 81.66 g; Błonnik pok.: 25.38 g; Sól: 9.07 g; WW: 36.46 Por; : 16.01 %; : 955.14 %; Ener. z T: 25.30 %; Ener. z Bł.: 1.97 %; K: 3983.65 mg;	Wartość energetyczna: 2414.09 kcal; Białko ogółem: 98.29 g; Tłuszcz: 73.52 g; Kw. tł. nasy.: 27.08 g; Węglowodany ogółem: 358.48 g; W tym cukry: 75.64 g; Błonnik pok.: 39.71 g; Sól: 8.90 g; WW: 32.08 Por; : 16.29 %; : 1053.22 %; Ener. z T: 27.41 %; Ener. z Bł.: 3.29 %; K: 4684.99 mg;	Wartość energetyczna: 2088.79 kcal; Białko ogółem: 78.72 g; Tłuszcz: 67.26 g; Kw. tł. nasy.: 23.11 g; Węglowodany ogółem: 297.05 g; W tym cukry: 55.41 g; Błonnik pok.: 21.02 g; Sól: 5.42 g; WW: 27.69 Por; : 15.07 %; : 761.19 %; Ener. z T: 28.98 %; Ener. z Bł.: 2.01 %; K: 3816.16 mg;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-06-10 do dnia 2024-06-16 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- Kleikowa rozszerzona	SIE- Dzieci 1-3 lat Podstawowa	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż podstawa	SIE- Bogatoresztkowa	SIE- Bezglutenowa	
2024-06-13 czwartek	Śniadanie	Kleik ryżowy na wodzie 200 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Suchary b/c 30 g (GLU PSZ, SOJ, MLE,)	Płatki owsiane na mleku 250 ml (MLE, GLU OW,) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bułka graham-pszenna 60g 1 szt (GLU PSZ,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (<u>może zawierać:</u> MLE, GOR,) Sałatka wiosenna () 100 g	Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW,) 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,) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (<u>może zawierać:</u> MLE, GOR,) Sałatka wiosenna () 200 g	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW,) 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,) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (<u>może zawierać:</u> MLE, GOR,) Sałatka wiosenna () 200 g	Płatki ryżowe błyskawiczne na mleku 300 g (MLE,) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 120 g Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (<u>może zawierać:</u> MLE, GOR,) Sałatka wiosenna () 200 g Banan 150 g	
	II ŚN	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Suchary b/c 15 g (GLU PSZ, SOJ, MLE,) Kleik ryżowy na wodzie 200 g	Banan 150 g				
	Obiad	Ziemniaczana (bez mleka) () 300 ml (GLU PSZ, SEL,) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Ziemniaczana () 250 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Naleśniki z serem 200 g (GLU PSZ, JAJ, MLE,) Mus z jabłek () b/c 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Ziemniaczana () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Naleśniki z serem 300 g (GLU PSZ, JAJ, MLE,) Mus z jabłek () b/c 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Barszcz biały z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT,) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami* 300 g (SEL, GLU JĘCZ,) Cukinia pieczona z olejem * 100 g Sałatka szwedzka () 100 g (GOR,) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Ziemniaczana (bez glutenu) () 300 ml (MLE, SEL,) Pulpet wieprzowy (bez glutenu) 100 g (JAJ,) Sos pomidorowy (bez glutenu) 80 ml Ziemniaki gotowane () 180 g Cukinia pieczona z olejem * 100 g Sałatka szwedzka () 100 g (GOR,) 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	Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (MLE,) Herbatniki 30 g (GLU PSZ, SOJ, MLE,)		Herbatniki 30 g (GLU PSZ, SOJ, MLE,) Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (MLE,)			

Jadłospisy za okres od dnia 2024-06-10 do dnia 2024-06-16 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- Kleikowa rozszerzona	SIE- Dzieci 1-3 lat Podstawowa	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż podstawa	SIE- Bogatoresztkowa	SIE- Bezglutenowa
2024-06-13 czwartek	Kolacja	Kleik ryżowy na wodzie 200 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Suchary b/c 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE,</u>)	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Leczo z drobiem-dieta () 200 g Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<u>MLE,</u>) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Melon 100 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Leczo z drobiem-dieta () 300 g Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<u>MLE,</u>) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Melon 100 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Leczo z drobiem-dieta () 300 g Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<u>MLE,</u>) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Melon 100 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 120 g Leczo z drobiem-dieta () 300 g Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<u>MLE,</u>) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Melon 100 g
	PN	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Dżem 25 g 1 szt Wafle ryżowe 30 g		Wafle ryżowe 30 g Dżem 25 g 1 szt	
		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 %; : 317.23 %; Ener. z T: 6.22 %; Ener. z Bł.: 1.23 %; K: 1040.31 mg;	Wartość energetyczna: 2282.94 kcal; Białko ogółem: 86.55 g; Tłuszcz: 50.24 g; Kw. tł. nasy.: 16.33 g; Węglowodany ogółem: 378.24 g; W tym cukry: 149.45 g; Błonnik pok.: 23.69 g; Sól: 4.00 g; WW: 35.60 Por; : 15.17 %; : 1021.41 %; Ener. z T: 19.81 %; Ener. z Bł.: 2.08 %; K: 4034.98 mg;	Wartość energetyczna: 3033.04 kcal; Białko ogółem: 114.80 g; Tłuszcz: 63.75 g; Kw. tł. nasy.: 19.24 g; Węglowodany ogółem: 511.11 g; W tym cukry: 169.57 g; Błonnik pok.: 33.09 g; Sól: 6.86 g; WW: 47.98 Por; : 15.14 %; : 1182.56 %; Ener. z T: 18.92 %; Ener. z Bł.: 2.18 %; K: 4786.57 mg;	Wartość energetyczna: 2618.92 kcal; Białko ogółem: 106.19 g; Tłuszcz: 64.93 g; Kw. tł. nasy.: 17.86 g; Węglowodany ogółem: 420.93 g; W tym cukry: 134.63 g; Błonnik pok.: 47.56 g; Sól: 8.13 g; WW: 37.42 Por; : 16.22 %; : 1395.36 %; Ener. z T: 22.31 %; Ener. z Bł.: 3.63 %; K: 6245.26 mg;	Wartość energetyczna: 2637.66 kcal; Białko ogółem: 96.67 g; Tłuszcz: 65.72 g; Kw. tł. nasy.: 16.51 g; Węglowodany ogółem: 421.82 g; W tym cukry: 129.84 g; Błonnik pok.: 24.51 g; Sól: 5.34 g; WW: 39.76 Por; : 14.66 %; : 1278.25 %; Ener. z T: 22.43 %; Ener. z Bł.: 1.86 %; K: 6348.74 mg;
2024-06-14 piątek	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 kukurydziane na mleku 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>) Dżem 25 g 1 szt Serek wiejski lekki 3% tł 150g 1 szt (<u>MLE,</u>) Pomidor 80 g Kakao z mlekiem 250 ml (<u>MLE,</u>) Sałata zielona 20 g	Płatki kukurydziane na mleku 300 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 wiejski lekki 3% tł 150g 1 szt (<u>MLE,</u>) Dżem 25 g 1 szt Pomidor 80 g Kakao z mlekiem 250 ml (<u>MLE,</u>) Sałata zielona 20 g	Kasza manna na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 120 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>) Rzepa biała 80 g 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>) Dżem 25 g 1 szt Serek wiejski lekki 3% tł 150g 1 szt (<u>MLE,</u>) Rzepa biała 80 g Arbuz 150 g Sałata zielona 20 g

Jadłospisy za okres od dnia 2024-06-10 do dnia 2024-06-16 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- Kleikowa rozszerzona	SIE- Dzieci 1-3 lat Podstawowa	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż podstawa	SIE- Bogatoresztkowa	SIE- Bezglutenowa	
2024-06-14 piątek	II ŚN	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Suchary b/c 15 g (GLU PSZ, SOJ, MLE) Kleik ryżowy na wodzie 200 g	Arbuz 150 g				
	Obiad	Grysikowa () 300 ml (GLU PSZ, SEL) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Szpinakowa z zacierką () 250 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL) Ziemniaki gotowane () 90 g Kotlet z ryby (Miruna) 60 g (GLU PSZ, JAJ, RYB) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 100 g (SEL) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Szpinakowa z zacierką () 300 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL) Ziemniaki gotowane () 180 g Kotlet z ryby (Miruna) 120 g (GLU PSZ, JAJ, RYB) Surówka z kapusty czerwonej z olejem 100 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 100 g (SEL) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Szpinakowa z makaronem (bez glutenu) () 300 ml (MLE, SEL) Ziemniaki gotowane () 180 g Pulpet rybny (Miruna) (bez glutenu) 120 g (JAJ, RYB) Sos koperkowy (bez glutenu) 80 ml (MLE) Surówka z kapusty czerwonej z olejem 100 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 100 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	Jogurt brzoskwinowy 150g 1 szt (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) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ) Pomidor 80 g Serek homo z natką pietruszki 50 g (MLE) Mix sałat 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ) Pomidor 80 g Serek homo z natką pietruszki 50 g (MLE) Mix sałat 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) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ) Pomidor 80 g Serek homo z natką pietruszki 50 g (MLE) Mix sałat 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) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ) Serek homo z natką pietruszki 50 g (MLE) Pomidor 80 g Mix sałat 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	
	PN	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (MLE) Biszkopty b/m 30 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ)				Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (MLE) Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 30 g

Jadłospisy za okres od dnia 2024-06-10 do dnia 2024-06-16 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- Kleikowa rozszerzona	SIE- Dzieci 1-3 lat Podstawowa	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż podstawa	SIE- Bogatoresztkowa	SIE- Bezglutenowa
2024-06-14 piątek		Wartość energetyczna: 1067.54 kcal; Białko ogółem: 23.52 g; Tłuszcz: 7.96 g; Kw. tł. nasy.: 0.25 g; Węglowodany ogółem: 226.17 g; W tym cukry: 44.06 g; Błonnik pok.: 4.93 g; Sól: 0.67 g; WW: 22.20 Por; : 8.81 %; : 193.96 %; Ener. z T: 6.71 %; Ener. z Bł.: 0.92 %; K: 287.24 mg;	Wartość energetyczna: 2078.08 kcal; Białko ogółem: 91.74 g; Tłuszcz: 63.64 g; Kw. tł. nasy.: 22.87 g; Węglowodany ogółem: 291.47 g; W tym cukry: 120.73 g; Błonnik pok.: 18.51 g; Sól: 4.96 g; WW: 27.45 Por; : 17.66 %; : 1094.46 %; Ener. z T: 27.56 %; Ener. z Bł.: 1.78 %; K: 3676.95 mg;	Wartość energetyczna: 2896.27 kcal; Białko ogółem: 120.28 g; Tłuszcz: 81.21 g; Kw. tł. nasy.: 25.06 g; Węglowodany ogółem: 432.25 g; W tym cukry: 130.86 g; Błonnik pok.: 30.08 g; Sól: 8.21 g; WW: 40.36 Por; : 16.61 %; : 1322.71 %; Ener. z T: 25.23 %; Ener. z Bł.: 2.08 %; K: 4776.19 mg;	Wartość energetyczna: 2785.73 kcal; Białko ogółem: 116.43 g; Tłuszcz: 80.70 g; Kw. tł. nasy.: 24.07 g; Węglowodany ogółem: 418.71 g; W tym cukry: 129.22 g; Błonnik pok.: 44.97 g; Sól: 7.37 g; WW: 37.58 Por; : 16.72 %; : 1402.76 %; Ener. z T: 26.07 %; Ener. z Bł.: 3.23 %; K: 5231.00 mg;	Wartość energetyczna: 2388.98 kcal; Białko ogółem: 91.67 g; Tłuszcz: 65.59 g; Kw. tł. nasy.: 19.26 g; Węglowodany ogółem: 364.51 g; W tym cukry: 110.29 g; Błonnik pok.: 23.46 g; Sól: 4.61 g; WW: 34.20 Por; : 15.35 %; : 1042.94 %; Ener. z T: 24.71 %; Ener. z Bł.: 1.96 %; K: 3955.16 mg;
2024-06-15 sobota	Śniadanie	Kleik ryżowy na wodzie 200 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Suchary b/c 30 g (GLU PSZ, SOJ, MLE,)	Płatki jęczmienne na mleku 250 ml (MLE, GLU JĘCZ.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Parówki z szynki-kielbasa wieprzowa, homogenizowana, wędzona, parzona 60 g Pomidor 80 g Ketchup 20 g (SEL.) Ser żółty 25 g (MLE.) Sałata zielona 20 g	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (MLE, GLU JĘCZ.) 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.) Parówki z szynki-kielbasa wieprzowa, homogenizowana, wędzona, parzona 60 g Ketchup 20 g (SEL.) Ser żółty 25 g (MLE.) Sałata zielona 20 g	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (MLE, GLU JĘCZ.) 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.) Parówki z szynki-kielbasa wieprzowa, homogenizowana, wędzona, parzona 60 g Ketchup 20 g (SEL.) Pomidor 80 g Ser żółty 25 g (MLE.) Sałata zielona 20 g	Ryż na mleku 300 ml (MLE.) Chleb bezglutenowy 120 g Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka zielonogórska- wp. parzona 75 g (SOJ.) Pomidor 80 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Kiwi 1 szt 1 szt 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	Kiwi 1 szt 1 szt			
	Obiad	Ryżowa (bez mleka) () 300 ml (SEL.) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Koperkowa z ryżem () 250 ml (MLE, SEL.) Kasza jaglana na sypko 90 g Gulasz wołowy 100 g (GLU PSZ.) Surówka z selera i jabłka z olejem () 50 g (SEL.) Buraczki gotowane drobno tarte () 50 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ryżem () 300 ml (MLE, SEL.) Kasza jaglana na sypko 180 g Gulasz wołowy 150 g (GLU PSZ.) Surówka z selera i jabłka z olejem () 100 g (SEL.) Buraczki gotowane drobno tarte () 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt		Koperkowa z ryżem () 300 ml (MLE, SEL.) Kasza jaglana na sypko 180 g Gulasz wołowy (bez glutenu) 150 g Surówka z selera i jabłka z olejem () 100 g (SEL.) Buraczki gotowane drobno tarte () 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.) Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml (MLE.)		Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml (MLE.) Wafelki 30 g (GLU PSZ, SOJ, MLE.)		

Jadłospisy za okres od dnia 2024-06-10 do dnia 2024-06-16 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- Kleikowa rozszerzona	SIE- Dzieci 1-3 lat Podstawowa	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż podstawa	SIE- Bogatoresztkowa	SIE- Bezglutenowa
2024-06-15 sobota	Kolacja	Kleik ryżowy na wodzie 200 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Suchary b/c 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u>)	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Paszтет z soczewicy () 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadanej 25 g (<u>SOJ, SEL.</u>) Ogórek świeży 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>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Paszтет z soczewicy () 60 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadanej 25 g (<u>SOJ, SEL.</u>) Ogórek świeży 80 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Sałata zielona 20 g	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>) Paszтет z soczewicy () 60 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadanej 25 g (<u>SOJ, SEL.</u>) Ogórek świeży 80 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>) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadanej 25 g (<u>SOJ, SEL.</u>) Ogórek świeży 80 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Sałata zielona 20 g
	PN	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Bułka maślana 1 szt 1 szt (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>)			Mus- przecier owocowy jabłko 100g (tubka) 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 %; : 194.79 %; Ener. z T: 6.61 %; Ener. z Bł.: 0.92 %; K: 286.12 mg;	Wartość energetyczna: 2319.51 kcal; Białko ogółem: 86.45 g; Tłuszcz: 83.37 g; Kw. tł. nasy.: 38.39 g; Węglowodany ogółem: 313.46 g; W tym cukry: 87.57 g; Błonnik pok.: 20.07 g; Sól: 6.80 g; WW: 29.38 Por; : 14.91 %; : 772.10 %; Ener. z T: 32.35 %; Ener. z Bł.: 1.73 %; K: 2815.02 mg;	Wartość energetyczna: 3115.80 kcal; Białko ogółem: 117.30 g; Tłuszcz: 97.75 g; Kw. tł. nasy.: 41.13 g; Węglowodany ogółem: 455.27 g; W tym cukry: 98.61 g; Błonnik pok.: 33.43 g; Sól: 9.79 g; WW: 42.22 Por; : 15.06 %; : 925.93 %; Ener. z T: 28.23 %; Ener. z Bł.: 2.15 %; K: 3764.46 mg;	Wartość energetyczna: 2992.76 kcal; Białko ogółem: 114.60 g; Tłuszcz: 98.46 g; Kw. tł. nasy.: 41.15 g; Węglowodany ogółem: 432.37 g; W tym cukry: 92.50 g; Błonnik pok.: 46.79 g; Sól: 9.34 g; WW: 38.62 Por; : 15.32 %; : 1007.34 %; Ener. z T: 29.61 %; Ener. z Bł.: 3.13 %; K: 4285.71 mg;	Wartość energetyczna: 2054.86 kcal; Białko ogółem: 78.02 g; Tłuszcz: 55.20 g; Kw. tł. nasy.: 19.35 g; Węglowodany ogółem: 317.98 g; W tym cukry: 75.73 g; Błonnik pok.: 18.98 g; Sól: 5.56 g; WW: 29.91 Por; : 15.19 %; : 616.80 %; Ener. z T: 24.18 %; Ener. z Bł.: 1.85 %; K: 2762.42 mg;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-06-10 do dnia 2024-06-16 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- Kleikowa rozszerzona	SIE- Dzieci 1-3 lat Podstawowa	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż podstawa	SIE- Bogatoresztkowa	SIE- Bezglutenowa	
2024-06-16 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 kukurydziana na mleku 250 ml (MLE.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Pomidorki koktajlowe 80 g Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 25 g (SOJ.) Ser mozzarella kulki 35 g (MLE.) Mix sałat 20 g	Kasza kukurydziana 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.) Pomidorki koktajlowe 80 g Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (SOJ.) Ser mozzarella kulki 35 g (MLE.) Mix sałat 20 g	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (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.) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (SOJ.) Pomidorki koktajlowe 80 g Ser mozzarella kulki 35 g (MLE.) Mix sałat 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.) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (SOJ.) Ser mozzarella kulki 35 g (MLE.) Pomidorki koktajlowe 80 g Jabłko 1 szt 1 szt 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 1 szt 1 szt				
	Obiad	Ryżowa (bez mleka) () 300 ml (SEL.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Rosół z makaronem () 250 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki gotowane () 90 g Ćwiartka z kurczaka pieczona 50 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 50 g Fasolka szparagowa z wody* 50 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Rosół z makaronem () 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki gotowane () 180 g Ćwiartka z kurczaka pieczona 130 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g Fasolka szparagowa z wody* 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Rosół z makaronem (bez glutenu) () 300 ml (SEL.) Ziemniaki gotowane () 180 g Ćwiartka z kurczaka pieczona 130 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g Fasolka szparagowa z wody* 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	Ciasto drożdżowe 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, S02.)				

Jadłospisy za okres od dnia 2024-06-10 do dnia 2024-06-16 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- Kleikowa rozszerzona	SIE- Dzieci 1-3 lat Podstawowa	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż podstawa	SIE- Bogatoresztkowa	SIE- Bezglutenowa
2024-06-16 niedziela	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>) Połudwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkim wody wędzona parzona 50 g (<u>GLU PSZ. SOJ.</u>) Dżem 25 g 1 szt Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml 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>) Połudwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkim wody wędzona parzona 50 g (<u>GLU PSZ. SOJ.</u>) Dżem 25 g 1 szt Rzodkiew biała 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 (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Dżem 25 g 1 szt Połudwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkim wody wędzona parzona 50 g (<u>GLU PSZ. SOJ.</u>) Rzodkiew biała 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 (<u>MLE.</u>) Dżem 25 g 1 szt Szynka zielonogórska- wp. parzona 50 g (<u>SOJ.</u>) Rzodkiew biała 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PN	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt Podpłomyki b/c 20 g (<u>GLU PSZ. MLE.</u>)			Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt Wafle ryżowe 20 g
		Wartość energetyczna: 1065.96 kcal; Białko ogółem: 22.86 g; Tłuszcz: 7.83 g; Kw. tł. nasy.: 0.25 g; Węglowodany ogółem: 226.66 g; W tym cukry: 44.09 g; Błonnik pok.: 4.91 g; Sól: 0.64 g; WW: 22.27 Por; : 8.58 %; : 194.79 %; Ener. z T: 6.61 %; Ener. z Bł.: 0.92 %; K: 270.25 mg;	Wartość energetyczna: 1864.87 kcal; Białko ogółem: 78.49 g; Tłuszcz: 57.24 g; Kw. tł. nasy.: 25.04 g; Węglowodany ogółem: 266.48 g; W tym cukry: 90.27 g; Błonnik pok.: 16.21 g; Sól: 5.31 g; WW: 25.22 Por; : 16.84 %; : 650.42 %; Ener. z T: 27.63 %; Ener. z Bł.: 1.74 %; K: 2554.63 mg;	Wartość energetyczna: 2768.96 kcal; Białko ogółem: 129.72 g; Tłuszcz: 82.92 g; Kw. tł. nasy.: 31.58 g; Węglowodany ogółem: 389.38 g; W tym cukry: 95.19 g; Błonnik pok.: 28.18 g; Sól: 9.21 g; WW: 36.36 Por; : 18.74 %; : 843.18 %; Ener. z T: 26.95 %; Ener. z Bł.: 2.04 %; K: 4102.69 mg;	Wartość energetyczna: 2650.24 kcal; Białko ogółem: 127.40 g; Tłuszcz: 83.68 g; Kw. tł. nasy.: 31.61 g; Węglowodany ogółem: 367.26 g; W tym cukry: 89.35 g; Błonnik pok.: 41.92 g; Sól: 8.76 g; WW: 32.81 Por; : 19.23 %; : 934.74 %; Ener. z T: 28.42 %; Ener. z Bł.: 3.16 %; K: 4660.12 mg;	Wartość energetyczna: 2510.17 kcal; Białko ogółem: 105.48 g; Tłuszcz: 83.54 g; Kw. tł. nasy.: 29.35 g; Węglowodany ogółem: 341.71 g; W tym cukry: 94.16 g; Błonnik pok.: 21.45 g; Sól: 5.32 g; WW: 32.21 Por; : 16.81 %; : 762.12 %; Ener. z T: 29.95 %; Ener. z Bł.: 1.71 %; K: 3957.17 mg;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-06-10 do dnia 2024-06-16 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
2024-06-10 poniedziałek	Śniadanie	Płatki pszenne na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE,) 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,) Serek a'la homogenizowany 50 g (MLE,) Miód (25g) 1 szt Ogórek świeży 80 g Gruszka 1szt. 150 g Mix sałat 20 g	Płatki pszenne 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,) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Miód (25g) 1 szt	Płatki pszenne na mleku 250 ml (GLU PSZ, MLE,) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (GLU PSZ, SOJ, MLE,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g Miód (25g) 1 szt Pomidor 80 g Mix sałat 20 g	Płatki pszenne na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE,) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (GLU PSZ, SOJ, MLE,) 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 50 g Miód (25g) 1 szt Pomidor 80 g Mix sałat 20 g	Płatki pszenne na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE,) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (GLU PSZ, SOJ, MLE,) 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 50 g Miód (25g) 1 szt Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Pomidor b/skórki 80 g Mix sałat 20 g
	II ŚN			Jabłko pieczone 1szt. 1 szt		
	Obiad	Fasolowa z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, SEL,) Makaron pełnoziarnisty z serem 300 g (GLU PSZ, MLE,) Mus z truskawek* 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Dyniowa z ziemniakami (bez mleka) () 300 ml (GLU PSZ, SEL,) Makaron 180 g (GLU PSZ,) Pulpet drobiowy 100 g (GLU PSZ, JAJ,) Sos szpinakowy* 80 ml (GLU PSZ,) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g (SEL,) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Dyniowa z ziemniakami () 250 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Makaron z serem 200 g (GLU PSZ, MLE,) Mus z truskawek* 80 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Dyniowa z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Makaron z serem 300 g (GLU PSZ, MLE,) Mus z truskawek* 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Dyniowa z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Makaron 180 g (GLU PSZ,) Pulpet drobiowy 100 g (GLU PSZ, JAJ,) Sos szpinakowy* 80 ml (GLU PSZ,) Surówka z marchwi z olejem () 100 g Cukinia pieczona z olejem* 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
PD		Budyń o smaku waniliowym z/c 200 ml (MLE,)	Budyń o smaku waniliowym z/c 100 ml (MLE,) Biszkopty b/m 30 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ,)	Budyń o smaku waniliowym z/c 200 ml (MLE,) Biszkopty b/m 30 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ,)		

Jadłospisy za okres od dnia 2024-06-10 do dnia 2024-06-16 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
2024-06-10 poniedziałek	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.) Hummus z ciecierzycy 50 g (MLE.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Jogurt brzoskwinowy 150g 1 szt (MLE.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Sałata zielona 20 g Pomidorki koktajlowe 80 g	Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka z pierśią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalanej 30 g (SOJ, SEL.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka z pierśią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalanej 30 g (SOJ, SEL.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Jogurt brzoskwinowy 150g 1 szt (MLE.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Sałata zielona 20 g Pomidorki koktajlowe 80 g	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.) Szynka z pierśią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalanej 30 g (SOJ, SEL.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Pomidorki koktajlowe 80 g Sałata zielona 20 g Jogurt brzoskwinowy 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.) Szynka z pierśią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalanej 75 g (SOJ, SEL.) Jogurt brzoskwinowy 150g 1 szt (MLE.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Pomidor b/skórki 80 g Sałata zielona 20 g
	PN	Mleko Smakowe UHT 1,5% tł 0,2l 1 szt (MLE.) Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 30 g	Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 30 g	Mleko Smakowe UHT 1,5% tł 0,2l 1 szt (MLE.) Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 30 g		
		Wartość energetyczna: 2547.92 kcal; Białko ogółem: 97.62 g; Tłuszcz: 56.74 g; Kw. tł. nasy.: 25.89 g; Węglowodany ogółem: 416.94 g; W tym cukry: 93.02 g; Błonnik pok.: 35.12 g; Sól: 5.47 g; WW: 38.31 Por.; : 15.33 %; : 839.59 %; Ener. z T: 20.04 %; Ener. z Bł.: 2.76 %; K: 3242.54 mg;	Wartość energetyczna: 2608.68 kcal; Białko ogółem: 98.21 g; Tłuszcz: 64.23 g; Kw. tł. nasy.: 22.96 g; Węglowodany ogółem: 423.89 g; W tym cukry: 98.72 g; Błonnik pok.: 32.13 g; Sól: 8.21 g; WW: 39.16 Por.; : 15.06 %; : 1044.96 %; Ener. z T: 22.16 %; Ener. z Bł.: 2.46 %; K: 3826.99 mg;	Wartość energetyczna: 2024.66 kcal; Białko ogółem: 73.71 g; Tłuszcz: 46.78 g; Kw. tł. nasy.: 23.06 g; Węglowodany ogółem: 332.05 g; W tym cukry: 91.73 g; Błonnik pok.: 16.14 g; Sól: 4.61 g; WW: 31.70 Por.; : 14.56 %; : 800.93 %; Ener. z T: 20.79 %; Ener. z Bł.: 1.59 %; K: 2621.54 mg;	Wartość energetyczna: 2738.78 kcal; Białko ogółem: 101.34 g; Tłuszcz: 55.01 g; Kw. tł. nasy.: 26.52 g; Węglowodany ogółem: 466.92 g; W tym cukry: 113.13 g; Błonnik pok.: 22.85 g; Sól: 8.01 g; WW: 44.53 Por.; : 14.80 %; : 940.70 %; Ener. z T: 18.08 %; Ener. z Bł.: 1.67 %; K: 3073.82 mg;	Wartość energetyczna: 2535.44 kcal; Białko ogółem: 95.50 g; Tłuszcz: 60.86 g; Kw. tł. nasy.: 23.08 g; Węglowodany ogółem: 411.63 g; W tym cukry: 77.93 g; Błonnik pok.: 27.43 g; Sól: 9.74 g; WW: 38.48 Por.; : 15.07 %; : 904.57 %; Ener. z T: 21.60 %; Ener. z Bł.: 2.16 %; K: 3544.58 mg;
2024-06-11 wtorek	Śniadanie	Zacierka na mleku 300 ml (GLU PSZ, JAJ, 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.) Twarożek z koperkiem 100 g (MLE.) Pomidor 80 g Jabłko 1 szt 1 szt Rukola 20 g	Zacierka na mleku 300 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 25 g Twarożek 80 g (MLE.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	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.) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 25 g Twarożek z koperkiem 40 g (MLE.) Pomidor 80 g Rukola 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Zacierka na mleku 300 ml (GLU PSZ, JAJ, 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.) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 25 g Twarożek z koperkiem 80 g (MLE.) Pomidor 80 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Rukola 20 g	Zacierka na mleku 300 ml (GLU PSZ, JAJ, 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.) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 25 g Twarożek z koperkiem 80 g (MLE.) Banan 150 g Pomidor b/skórki 80 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Rukola 20 g

Jadłospisy za okres od dnia 2024-06-10 do dnia 2024-06-16 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
2024-06-11 wtorek	II ŚN		Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Banan 150 g		
	Obiad	Szczawiowa z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Kotlety sojowe 100 g (SOJ.) Sos meksykański 80 g (GLU PSZ.) Kasza jaglana na sypko 180 g Surówka z selera i jabłka z olejem () 100 g (SEL.) Buraczki gotowane () 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Ziemniaczana () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane () 180 g Szynka wieprzowa gotowana 100 g Sos własny () 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Dynia z wody 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Brokułowa z ziemniakami () 250 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Kasza jaglana na sypko 180 g Szynka wieprzowa gotowana 50 g Sos własny () 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Surówka z selera i jabłka z olejem () 50 g (SEL.) Buraczki gotowane () 50 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Brokułowa z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Kasza jaglana na sypko 180 g Szynka wieprzowa gotowana 100 g Sos własny () 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Surówka z selera i jabłka z olejem () 100 g (SEL.) Buraczki gotowane () 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Brokułowa z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Kasza jaglana na sypko 180 g Klopsik wieprzowy 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos własny () 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Surówka z selera i jabłka z olejem () 100 g (SEL.) Buraczki gotowane () 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml
	PD		Kisiel o smaku wiśniowym z/c 200 ml	Drożdżówka mini 50g 50 g (GLU PSZ, JAJ.)		
	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.) Serek a'la homogenizowany 80 g (MLE.) Dżem 25 g 1 szt Surówka z rzodkwi i czarnuszki 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 porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 25 g (może zawierać: MLE, GOR.) Serek a'la homogenizowany 80 g (MLE.)	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 25 g (może zawierać: MLE, GOR.) Ser mozzarella kulki 35 g (MLE.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (może zawierać: MLE, GOR.) Ser mozzarella kulki 35 g (MLE.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (może zawierać: MLE, GOR.) Serek a'la homogenizowany 50 g (MLE.) Pomidor b/skórki 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PN	Przecier owocowy jabłko-truskawka 120g 1 szt (może zawierać: MLE.)				

Jadłospisy za okres od dnia 2024-06-10 do dnia 2024-06-16 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
2024-06-11 wtorek	Wartość energetyczna: 2310.69 kcal; Białko ogółem: 99.54 g; Tłuszcz: 48.49 g; Kw. tł. nasy.: 20.91 g; Węglowodany ogółem: 382.51 g; W tym cukry: 107.49 g; Błonnik pok.: 45.91 g; Sól: 6.00 g; WW: 33.80 Por; : 17.23 %; : 839.58 %; Ener. z T: 18.89 %; Ener. z Bł.: 3.97 %; K: 3542.82 mg;	Wartość energetyczna: 2377.20 kcal; Białko ogółem: 113.51 g; Tłuszcz: 44.70 g; Kw. tł. nasy.: 22.40 g; Węglowodany ogółem: 385.81 g; W tym cukry: 117.95 g; Błonnik pok.: 22.19 g; Sól: 5.81 g; WW: 36.40 Por; : 19.10 %; : 1057.59 %; Ener. z T: 16.92 %; Ener. z Bł.: 1.87 %; K: 4440.25 mg;	Wartość energetyczna: 1883.40 kcal; Białko ogółem: 78.22 g; Tłuszcz: 46.24 g; Kw. tł. nasy.: 22.00 g; Węglowodany ogółem: 296.92 g; W tym cukry: 97.73 g; Błonnik pok.: 19.50 g; Sól: 4.10 g; WW: 27.83 Por; : 16.61 %; : 728.03 %; Ener. z T: 22.10 %; Ener. z Bł.: 2.07 %; K: 3229.73 mg;	Wartość energetyczna: 2553.20 kcal; Białko ogółem: 118.35 g; Tłuszcz: 57.69 g; Kw. tł. nasy.: 25.65 g; Węglowodany ogółem: 402.47 g; W tym cukry: 109.14 g; Błonnik pok.: 29.80 g; Sól: 7.50 g; WW: 37.37 Por; : 18.54 %; : 851.01 %; Ener. z T: 20.34 %; Ener. z Bł.: 2.33 %; K: 4207.17 mg;	Wartość energetyczna: 2499.42 kcal; Białko ogółem: 110.20 g; Tłuszcz: 59.64 g; Kw. tł. nasy.: 23.63 g; Węglowodany ogółem: 393.42 g; W tym cukry: 110.32 g; Błonnik pok.: 30.17 g; Sól: 6.90 g; WW: 36.42 Por; : 17.64 %; : 872.63 %; Ener. z T: 21.47 %; Ener. z Bł.: 2.41 %; K: 4076.24 mg;
2024-06-12 środa	Śniadanie Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Chleb razowy żytnio-pszenno 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Paprykarz szczeciński 80 g (RYB, SOJ) Kiwi 1 szt 1 szt Ogórek świeży 80 g Roszponka 20 g	Śniadanie Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Baton szynkowy z kurcząt 50 g (może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR) Dżem 25 g 1 szt	Śniadanie Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ) Baton szynkowy z kurcząt 25 g (może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR) Pomidor 80 g Roszponka 20 g	Śniadanie Kasza kukurydziana 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) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ) Baton szynkowy z kurcząt 50 g (może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR) Pomidor 80 g Roszponka 20 g	Śniadanie Kasza kukurydziana 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) Baton szynkowy z kurcząt 50 g (może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR) Dżem 25 g 1 szt Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Pomidor b/skórki 80 g Roszponka 20 g
			Jabłko pieczone 1szt. 1 szt		
	II ŚN				
	Obiad Pieczarkowa z makaronem () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Ziemniaki gotowane () 180 g Kotlet z jaj 100 g (GLU PSZ, JAJ) Sos pietruszkowy () 80 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Sałata zielona z jogurtem 100 g (MLE) Marchew gotowana z olejem () 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Obiad Jarzynowa z makaronem (bez mleka) () 300 ml (GLU PSZ, SEL) Ziemniaki gotowane () 180 g Pulpet drobiowy 100 g (GLU PSZ, JAJ) Sos pietruszkowy () 80 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Marchew gotowana z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Obiad Jarzynowa z makaronem dieta () 250 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Ziemniaki gotowane () 90 g Pulpet drobiowy 50 g (GLU PSZ, JAJ) Sos pietruszkowy () 80 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Marchew gotowana z olejem () 50 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Sałata zielona z jogurtem 100 g (MLE)	Obiad Jarzynowa z makaronem dieta () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Ziemniaki gotowane () 180 g Pulpet drobiowy 100 g (GLU PSZ, JAJ) Sos pietruszkowy () 80 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Sos pietruszkowy () 80 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Marchew gotowana z olejem () 100 g Sałata zielona z jogurtem 100 g (MLE) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Obiad Jarzynowa z makaronem dieta () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Ziemniaki gotowane () 180 g Pulpet drobiowy 100 g (GLU PSZ, JAJ) Sos pietruszkowy () 80 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Marchew gotowana z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt

Jadłospisy za okres od dnia 2024-06-10 do dnia 2024-06-16 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
2024-06-12 środa	PD		Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml (MLE)	Budyń o smaku śmietankowym z/c 100 ml (MLE)	Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml (MLE)	
	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) Polewica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkim wody wędzona parzona 50 g (GLU PSZ, SOJ.) Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt (MLE) Pomidorki koktajlowe 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 porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Polewica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkim wody wędzona parzona 50 g (GLU PSZ, 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) Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt (MLE) Polewica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkim wody wędzona parzona 50 g (GLU PSZ, SOJ.) Pomidorki koktajlowe 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) Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt (MLE) Polewica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkim wody wędzona parzona 50 g (GLU PSZ, SOJ.) Pomidorki koktajlowe 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) Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt (MLE) Polewica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkim wody wędzona parzona 50 g (GLU PSZ, SOJ.) Pomidor b/skórki 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PN	Ciasto drożdżowe 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, SO2)				
		Wartość energetyczna: 2580.70 kcal; Białko ogółem: 81.48 g; Tłuszcz: 95.10 g; Kw. tł. nasy.: 27.36 g; Węglowodany ogółem: 362.77 g; W tym cukry: 57.69 g; Błonnik pok.: 36.54 g; Sól: 8.82 g; WW: 32.67 Por; : 12.63 %; : 885.03 %; Ener. z T: 33.17 %; Ener. z Bł.: 2.83 %; K: 3969.30 mg;	Wartość energetyczna: 2449.24 kcal; Białko ogółem: 92.80 g; Tłuszcz: 62.03 g; Kw. tł. nasy.: 21.91 g; Węglowodany ogółem: 392.29 g; W tym cukry: 98.11 g; Błonnik pok.: 25.95 g; Sól: 7.86 g; WW: 36.77 Por; : 15.16 %; : 1013.39 %; Ener. z T: 22.79 %; Ener. z Bł.: 2.12 %; K: 3770.72 mg;	Wartość energetyczna: 1752.08 kcal; Białko ogółem: 71.13 g; Tłuszcz: 57.93 g; Kw. tł. nasy.: 25.26 g; Węglowodany ogółem: 243.77 g; W tym cukry: 72.11 g; Błonnik pok.: 17.28 g; Sól: 5.42 g; WW: 22.76 Por; : 16.24 %; : 762.02 %; Ener. z T: 29.76 %; Ener. z Bł.: 1.97 %; K: 2840.32 mg;	Wartość energetyczna: 2549.91 kcal; Białko ogółem: 101.34 g; Tłuszcz: 72.58 g; Kw. tł. nasy.: 28.06 g; Węglowodany ogółem: 384.70 g; W tym cukry: 89.02 g; Błonnik pok.: 27.25 g; Sól: 9.15 g; WW: 35.87 Por; : 15.90 %; : 988.75 %; Ener. z T: 25.62 %; Ener. z Bł.: 2.14 %; K: 4057.42 mg;	Wartość energetyczna: 2324.70 kcal; Białko ogółem: 86.45 g; Tłuszcz: 64.72 g; Kw. tł. nasy.: 23.94 g; Węglowodany ogółem: 363.48 g; W tym cukry: 77.91 g; Błonnik pok.: 30.62 g; Sól: 8.77 g; WW: 33.42 Por; : 14.88 %; : 913.35 %; Ener. z T: 25.06 %; Ener. z Bł.: 2.63 %; K: 3870.78 mg;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-06-10 do dnia 2024-06-16 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	
2024-06-13 czwartek	Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) 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.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Sałatka wiosenna () 200 g Banan 150 g	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (SOJ.)	Płatki owsiane na mleku 250 ml (MLE, GLU OW.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (GLU PSZ, SOJ, MLE.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (może zawierać: MLE, GOR.) Sałatka wiosenna - diety 100 g	Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (GLU PSZ, SOJ, MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (może zawierać: MLE, GOR.) Sałatka wiosenna - diety 200 g	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (GLU PSZ, SOJ, MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (może zawierać: MLE, GOR.) Dżem 25 g 1 szt Pomidor b/skórki 80 g Sałata zielona 20 g Banan 150 g	
	II ŚN	Banan 150 g					
	Obiad	Barszcz biały z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT.) Kaszotto wegetariańskie z tofu * 300 g (GLU PSZ, SOJ, SEL.) Cukinia pieczona z olejem * 100 g Sałatka szwedzka () 100 g (GOR.) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Ziemniaczana (bez mleka) () 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (GLU JĘCZ.) Pulpet wieprzowy 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Warzywa po grecku () 200 g (GLU PSZ, SEL.) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Ziemniaczana () 250 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami* 150 g (SEL, GLU JĘCZ.) Cukinia pieczona z olejem * 50 g Surówka z marchwi i jabłka () 50 g (MLE.) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Ziemniaczana () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami* 300 g (SEL, GLU JĘCZ.) Cukinia pieczona z olejem * 100 g Surówka z marchwi i jabłka () 100 g (MLE.) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Ziemniaczana () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami* 300 g (SEL, GLU JĘCZ.) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	
PD		Kisiel o smaku cytrynowym z/c 200 ml	Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (MLE.) Herbatniki 30 g (GLU PSZ, SOJ, MLE.)				

Jadłospisy za okres od dnia 2024-06-10 do dnia 2024-06-16 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
2024-06-13 czwartek	Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Leczo wegetariańskie 300 g Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Melon 100 g	Twarożek 100 g (MLE.) Dżem 50 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Leczo z drobiem-dieta () 200 g Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Melon 100 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Leczo z drobiem-dieta () 300 g Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Melon 100 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Leczo z drobiem-dieta () 300 g Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Melon 100 g
	PN	Wafle ryżowe 30 g Dżem 25 g 1 szt			Dżem 25 g 1 szt Wafle ryżowe 30 g	
		Wartość energetyczna: 2453.10 kcal; Białko ogółem: 69.54 g; Tłuszcz: 62.96 g; Kw. tł. nasy.: 16.31 g; Węglowodany ogółem: 409.07 g; W tym cukry: 132.79 g; Błonnik pok.: 42.55 g; Sól: 7.60 g; WW: 36.66 Por.; : 11.34 %; : 1196.94 %; Ener. z T: 23.10 %; Ener. z Bł.: 3.47 %; K: 5144.01 mg;	Wartość energetyczna: 2664.80 kcal; Białko ogółem: 100.78 g; Tłuszcz: 55.28 g; Kw. tł. nasy.: 22.70 g; Węglowodany ogółem: 454.97 g; W tym cukry: 152.26 g; Błonnik pok.: 27.29 g; Sól: 5.89 g; WW: 42.96 Por.; : 15.13 %; : 935.68 %; Ener. z T: 18.67 %; Ener. z Bł.: 2.05 %; K: 3732.92 mg;	Wartość energetyczna: 2043.05 kcal; Białko ogółem: 75.09 g; Tłuszcz: 53.12 g; Kw. tł. nasy.: 15.02 g; Węglowodany ogółem: 325.57 g; W tym cukry: 134.21 g; Błonnik pok.: 23.52 g; Sól: 4.63 g; WW: 30.27 Por.; : 14.70 %; : 989.40 %; Ener. z T: 23.40 %; Ener. z Bł.: 2.30 %; K: 4381.56 mg;	Wartość energetyczna: 2910.37 kcal; Białko ogółem: 105.39 g; Tłuszcz: 77.74 g; Kw. tł. nasy.: 18.86 g; Węglowodany ogółem: 463.55 g; W tym cukry: 151.57 g; Błonnik pok.: 38.68 g; Sól: 8.16 g; WW: 42.54 Por.; : 14.48 %; : 1212.14 %; Ener. z T: 24.04 %; Ener. z Bł.: 2.66 %; K: 5726.04 mg;	Wartość energetyczna: 2541.66 kcal; Białko ogółem: 96.73 g; Tłuszcz: 59.33 g; Kw. tł. nasy.: 15.61 g; Węglowodany ogółem: 419.12 g; W tym cukry: 129.41 g; Błonnik pok.: 33.73 g; Sól: 7.46 g; WW: 38.57 Por.; : 15.22 %; : 1057.85 %; Ener. z T: 21.01 %; Ener. z Bł.: 2.65 %; K: 5225.58 mg;
2024-06-14 piątek	Śniadanie	Kasza manna na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE.) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) 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.) Dżem 25 g 1 szt Serek wiejski lekki 3% tł 150g 1 szt (MLE.) Rzepa biała 80 g Arbuz 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 Serek wiejski lekki 3% tł 150g 1 szt (MLE.)	Płatki kukurydziane na mleku 250 ml (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 80 g Kakao z mlekiem 250 ml (MLE.) Sałata zielona 20 g	Płatki kukurydziane na mleku 300 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 wiejski lekki 3% tł 150g 1 szt (MLE.) Dżem 25 g 1 szt Pomidor 80 g Kakao z mlekiem 250 ml (MLE.) Sałata zielona 20 g	Kasza manna na mleku 300 ml (GLU PSZ, 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.) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Pomidor b/skórki 80 g Sałata zielona 20 g

Jadłospisy za okres od dnia 2024-06-10 do dnia 2024-06-16 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	
2024-06-14 piątek	II ŚN		Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Arbuz 150 g			
	Obiad	Szpinakowa z zacierką () 300 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane () 180 g Kotlet z ryby (Miruna) 120 g (GLU PSZ, JAJ, RYB.) Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 100 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 100 g (SEL.) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Grysikowa () 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki gotowane () 180 g Pulpet rybny (Miruna) 120 g (GLU PSZ, JAJ, RYB.) Sos koperkowy () 80 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g (SEL.) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Szpinakowa z zacierką () 250 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane () 90 g Pulpet rybny (Miruna) 60 g (GLU PSZ, JAJ, RYB.) Sos koperkowy () 80 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 100 g (SEL.) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Szpinakowa z zacierką () 300 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane () 180 g Pulpet rybny (Miruna) 120 g (GLU PSZ, JAJ, RYB.) Sos koperkowy () 80 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g (SEL.) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml		
	PD	Jogurt brzoskwinowy 150g 1 szt (MLE.)					
	Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Serek homo z natką pietruszki 50 g (MLE.) Pomidor 80 g Mix sałat 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Baton szynkowy z kurcząt 50 g (może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 25 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.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Serek homo z natką pietruszki 30 g (MLE.) Pomidor 80 g Mix sałat 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Serek homo z natką pietruszki 50 g (MLE.) Pomidor 80 g Mix sałat 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Pomidor b/skórki 80 g Serek homo z natką pietruszki 50 g (MLE.) Mix sałat 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	
	PN	Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (MLE.) Biszkopty b/m 30 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ.)	Biszkopty b/m 30 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ.)	Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (MLE.) Biszkopty b/m 30 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ.)			

Jadłospisy za okres od dnia 2024-06-10 do dnia 2024-06-16 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	
2024-06-14 piątek	Wartość energetyczna: 2732.55 kcal; Białko ogółem: 113.80 g; Tłuszcz: 76.74 g; Kw. tł. nasy.: 22.68 g; Węglowodany ogółem: 411.85 g; W tym cukry: 115.68 g; Błonnik pok.: 34.83 g; Sól: 8.14 g; WW: 37.83 Por; : 16.66 %; : 1215.15 %; Ener. z T: 25.28 %; Ener. z Bł.: 2.55 %; K: 4468.86 mg;	Wartość energetyczna: 2459.85 kcal; Białko ogółem: 105.90 g; Tłuszcz: 60.28 g; Kw. tł. nasy.: 17.61 g; Węglowodany ogółem: 387.01 g; W tym cukry: 95.16 g; Błonnik pok.: 26.84 g; Sól: 8.52 g; WW: 36.19 Por; : 17.22 %; : 997.35 %; Ener. z T: 22.05 %; Ener. z Bł.: 2.18 %; K: 3534.61 mg;	Wartość energetyczna: 1986.85 kcal; Białko ogółem: 90.07 g; Tłuszcz: 55.96 g; Kw. tł. nasy.: 22.40 g; Węglowodany ogółem: 288.09 g; W tym cukry: 120.88 g; Błonnik pok.: 17.93 g; Sól: 5.05 g; WW: 27.17 Por; : 18.13 %; : 1092.46 %; Ener. z T: 25.35 %; Ener. z Bł.: 1.80 %; K: 3672.19 mg;	Wartość energetyczna: 2745.44 kcal; Białko ogółem: 121.60 g; Tłuszcz: 68.43 g; Kw. tł. nasy.: 24.14 g; Węglowodany ogółem: 423.98 g; W tym cukry: 130.57 g; Błonnik pok.: 31.17 g; Sól: 8.73 g; WW: 39.44 Por; : 17.72 %; : 1321.17 %; Ener. z T: 22.43 %; Ener. z Bł.: 2.27 %; K: 4877.44 mg;	Wartość energetyczna: 2582.22 kcal; Białko ogółem: 115.45 g; Tłuszcz: 65.15 g; Kw. tł. nasy.: 21.81 g; Węglowodany ogółem: 398.42 g; W tym cukry: 107.44 g; Błonnik pok.: 31.58 g; Sól: 8.19 g; WW: 36.82 Por; : 17.88 %; : 1066.55 %; Ener. z T: 22.71 %; Ener. z Bł.: 2.45 %; K: 4242.45 mg;	
2024-06-15 sobota	Śniadanie	<p>Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (MLE, GLU JĘCZ.) 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.) Paszтет sojowy z pomidorami 50 g (SOJ, GOR.) Miód (25g) 2 szt Pomidor 80 g Kiwi 1 szt 1 szt Sałata zielona 20 g</p>	<p>Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (MLE, GLU JĘCZ.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Baton szynkowy z kurcząt 30 g (może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.) Miód (25g) 1 szt</p>	<p>Płatki jęczmienne na mleku 250 ml (MLE, GLU JĘCZ.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Baton szynkowy z kurcząt 50 g (może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.) Pomidor 80 g Miód (25g) 1 szt Sałata zielona 20 g</p>	<p>Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (MLE, GLU JĘCZ.) 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.) Baton szynkowy z kurcząt 50 g (może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.) Pomidor 80 g Miód (25g) 1 szt Sałata zielona 20 g</p>	<p>Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (MLE, GLU JĘCZ.) 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.) Baton szynkowy z kurcząt 50 g (może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.) Miód (25g) 1 szt Pomidor b/skórki 80 g Banan 1szt. 1 szt Sałata zielona 20 g</p>
	II ŚN	Banan 1szt. 1 szt				
	Obiad	<p>Koperkowa z ryżem () 300 ml (MLE, SEL.) Kasza jaglana na sypko 180 g Gulasz sojowy z warzywami * 150 g (GLU PSZ, SOJ, SEL.) Surówka z selera i jabłka z olejem () 100 g (SEL.) Buraczki gotowane drobno tarte () 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt</p>	<p>Koperkowa z ryżem (bez mleka) () 300 ml (SEL.) Ziemniaki gotowane () 180 g Klopsik drobiowy z udźca 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Marchew gotowana z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt</p>	<p>Koperkowa z ryżem () 250 ml (MLE, SEL.) Kasza jaglana na sypko 90 g Gulasz wołowy 120 g (GLU PSZ.) Buraczki gotowane drobno tarte () 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt</p>	<p>Koperkowa z ryżem () 300 ml (MLE, SEL.) Kasza jaglana na sypko 180 g Gulasz wołowy 120 g (GLU PSZ.) Surówka z selera i jabłka z olejem () 100 g (SEL.) Buraczki gotowane drobno tarte () 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt</p>	<p>Koperkowa z ryżem () 300 ml (MLE, SEL.) Kasza jaglana na sypko 180 g Gulasz wołowy 150 g (GLU PSZ.) Buraczki gotowane drobno tarte () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt</p>
PD		Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml (MLE.)	Wafelki 30 g (GLU PSZ, SOJ, MLE.) Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml (MLE.)			

Jadłospisy za okres od dnia 2024-06-10 do dnia 2024-06-16 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
2024-06-15 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.) Paszтет z soczewicy () 60 g (GLU PSZ, JAJ.) Ser żółty 25 g (MLE.) Ogórek świeży 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 (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona,w ostonce niejadanej 25 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.) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona,w ostonce niejadanej 25 g (SOJ, SEL.) 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 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 50 g Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona,w ostonce niejadanej 25 g (SOJ, SEL.) 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 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 50 g Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona,w ostonce niejadanej 25 g (SOJ, SEL.) Pomidor b/skórki 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.)				
		Wartość energetyczna: 2711.98 kcal; Białko ogółem: 94.74 g; Tłuszcz: 69.68 g; Kw. tł. nasy.: 24.50 g; Węglowodany ogółem: 441.30 g; W tym cukry: 72.55 g; Błonnik pok.: 48.35 g; Sól: 7.81 g; WW: 39.31 Por; : 13.97 %; : 847.75 %; Ener. z T: 23.12 %; Ener. z Bł.: 3.57 %; K: 3175.07 mg;	Wartość energetyczna: 2696.06 kcal; Białko ogółem: 96.27 g; Tłuszcz: 61.29 g; Kw. tł. nasy.: 22.60 g; Węglowodany ogółem: 454.30 g; W tym cukry: 112.39 g; Błonnik pok.: 28.20 g; Sól: 9.14 g; WW: 42.71 Por; : 14.28 %; : 1152.84 %; Ener. z T: 20.46 %; Ener. z Bł.: 2.09 %; K: 4502.10 mg;	Wartość energetyczna: 2287.00 kcal; Białko ogółem: 87.66 g; Tłuszcz: 60.77 g; Kw. tł. nasy.: 27.09 g; Węglowodany ogółem: 356.05 g; W tym cukry: 118.24 g; Błonnik pok.: 17.76 g; Sól: 7.11 g; WW: 33.90 Por; : 15.33 %; : 870.58 %; Ener. z T: 23.91 %; Ener. z Bł.: 1.55 %; K: 3323.21 mg;	Wartość energetyczna: 2907.09 kcal; Białko ogółem: 104.62 g; Tłuszcz: 68.26 g; Kw. tł. nasy.: 28.61 g; Węglowodany ogółem: 483.42 g; W tym cukry: 125.91 g; Błonnik pok.: 30.97 g; Sól: 9.93 g; WW: 45.33 Por; : 14.40 %; : 975.97 %; Ener. z T: 21.13 %; Ener. z Bł.: 2.13 %; K: 3916.20 mg;	Wartość energetyczna: 2562.59 kcal; Białko ogółem: 101.93 g; Tłuszcz: 53.50 g; Kw. tł. nasy.: 20.71 g; Węglowodany ogółem: 431.32 g; W tym cukry: 105.55 g; Błonnik pok.: 27.20 g; Sól: 9.48 g; WW: 40.42 Por; : 15.91 %; : 916.75 %; Ener. z T: 18.79 %; Ener. z Bł.: 2.12 %; K: 3770.02 mg;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-06-10 do dnia 2024-06-16 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	
2024-06-16 niedziela	Śniadanie	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Pasta warzywna* 80 g (SEL.) Ser mozzarella kulki 35 g (MLE.) Pomidorki koktajlowe 80 g Jabłko 1 szt 1 szt Mix sałat 20 g	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ.) 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.)	Kasza kukurydziana na mleku 250 ml (MLE.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Pomidorki koktajlowe 80 g Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 25 g (SOJ.) Ser mozzarella kulki 35 g (MLE.) Mix sałat 20 g	Kasza kukurydziana 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.) Pomidorki koktajlowe 80 g Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (SOJ.) Ser mozzarella kulki 35 g (MLE.) Mix sałat 20 g	Kasza kukurydziana 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.) Pomidor b/skórki 80 g Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (SOJ.) Ser mozzarella kulki 35 g (MLE.) Mix sałat 20 g	
	II ŚN		Jabłko pieczone 1szt. 1 szt				
	Obiad	Ryżowa () 300 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane () 180 g Kotlety sojowe 100 g (SOJ.) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g Fasolka szparagowa z wody* 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Ryżowa (bez mleka) () 300 ml (SEL.) Ziemniaki gotowane () 180 g Ćwiartka z kurczaka gotowana 100 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g (SEL.) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Rosół z makaronem () 250 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki gotowane () 90 g Ćwiartka z kurczaka gotowana 50 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 50 g Fasolka szparagowa z wody* 50 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Rosół z makaronem () 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki gotowane () 180 g Ćwiartka z kurczaka gotowana 130 g Fasolka szparagowa z wody* 100 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Rosół z makaronem () 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki gotowane () 180 g Ćwiartka z kurczaka gotowana 130 g Fasolka szparagowa z wody* 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	
PD		Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml	Ciasto drożdżowe 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, S02.)				

Jadłospisy za okres od dnia 2024-06-10 do dnia 2024-06-16 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
2024-06-16 niedziela	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.) Hummus 100 g (SEZ.) Rzodkiew biała 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 porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Dżem 25 g 1 szt Połudwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkiem wody wędzona parzona 50 g (GLU PSZ, 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.) Dżem 25 g 1 szt Połudwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkiem wody wędzona parzona 50 g (GLU PSZ, SOJ.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (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 Połudwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkiem wody wędzona parzona 50 g (GLU PSZ, SOJ.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (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 Połudwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkiem wody wędzona parzona 50 g (GLU PSZ, SOJ.) Pomidor b/skórki 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PN	Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt Podpłomyki b/c 20 g (GLU PSZ, MLE.)	Podpłomyki b/c 20 g (GLU PSZ, MLE.)	Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt Podpłomyki b/c 20 g (GLU PSZ, MLE.)		
		Wartość energetyczna: 2376.45 kcal; Białko ogółem: 80.40 g; Tłuszcz: 70.61 g; Kw. tł. nasy.: 22.95 g; Węglowodany ogółem: 364.95 g; W tym cukry: 89.42 g; Błonnik pok.: 43.70 g; Sól: 7.53 g; WW: 32.26 Por; : 13.53 %; : 887.35 %; Ener. z T: 26.74 %; Ener. z Bł.: 3.68 %; K: 3571.06 mg;	Wartość energetyczna: 2473.66 kcal; Białko ogółem: 108.17 g; Tłuszcz: 70.35 g; Kw. tł. nasy.: 27.30 g; Węglowodany ogółem: 365.55 g; W tym cukry: 100.17 g; Błonnik pok.: 25.63 g; Sól: 8.29 g; WW: 34.18 Por; : 17.49 %; : 910.81 %; Ener. z T: 25.60 %; Ener. z Bł.: 2.07 %; K: 3831.18 mg;	Wartość energetyczna: 1855.87 kcal; Białko ogółem: 78.49 g; Tłuszcz: 56.24 g; Kw. tł. nasy.: 24.98 g; Węglowodany ogółem: 266.48 g; W tym cukry: 90.27 g; Błonnik pok.: 16.21 g; Sól: 5.31 g; WW: 25.22 Por; : 16.92 %; : 650.42 %; Ener. z T: 27.27 %; Ener. z Bł.: 1.75 %; K: 2554.63 mg;	Wartość energetyczna: 2739.02 kcal; Białko ogółem: 129.22 g; Tłuszcz: 80.23 g; Kw. tł. nasy.: 31.39 g; Węglowodany ogółem: 387.31 g; W tym cukry: 95.32 g; Błonnik pok.: 26.02 g; Sól: 9.20 g; WW: 36.37 Por; : 18.87 %; : 841.75 %; Ener. z T: 26.36 %; Ener. z Bł.: 1.90 %; K: 4045.55 mg;	Wartość energetyczna: 2501.26 kcal; Białko ogółem: 124.66 g; Tłuszcz: 70.17 g; Kw. tł. nasy.: 29.81 g; Węglowodany ogółem: 355.73 g; W tym cukry: 95.19 g; Błonnik pok.: 24.63 g; Sól: 8.82 g; WW: 33.42 Por; : 19.94 %; : 854.58 %; Ener. z T: 25.25 %; Ener. z Bł.: 1.97 %; K: 4069.17 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,