

Jadłospisy za okres od dnia 2025-11-24 do dnia 2025-11-30 KUCHNIA SIEDLCE

	SIE- Podstawowa/Ogólna	SIE- Podstawowa wzbogacona	SIE- Położnicza podstawowa	SIE- Położnicza łatwostrawna	SIE- Z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów	SIE- Z ogr. łatwo przyswajalnych węgl. b/ml	SIE- Cukrzyca lekko strawna	SIE- Płynna 3x/Płynna wzb. 5x	SIE- Płynna wzbogacona b/ml	SIE- Papkowata	
2025-11-24 poniedziałek	Śniadanie	Płatki pszenne na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynkowa Extra-wędzonka wieprzowa, wędzona ,z wodą dodaną. 50 g (SOJ.) Ser mozzarella kulki 35 g (MLE.) Pomidor 80 g Rozzponka 20 g Gruszka 150 g	Płatki pszenne na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynkowa Extra-wędzonka wieprzowa, wędzona ,z wodą dodaną. 50 g (SOJ.) Ser mozzarella kulki 35 g (MLE.) Pomidor 80 g Rozzponka 20 g	Płatki pszenne na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Bułka pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynkowa Extra-wędzonka wieprzowa, wędzona ,z wodą dodaną. 50 g (SOJ.) Ser mozzarella kulki 35 g (MLE.) Pomidor 80 g Rozzponka 20 g	Płatki pszenne na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Bułka pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynkowa Extra-wędzonka wieprzowa, wędzona ,z wodą dodaną. 50 g (SOJ.) Ser mozzarella kulki 35 g (MLE.) Pomidor 80 g Rozzponka 20 g	Maślanka 150 ml (MLE.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynkowa Extra-wędzonka wieprzowa, wędzona ,z wodą dodaną. 50 g (SOJ.) Ser mozzarella kulki 35 g (MLE.) Pomidor 80 g Rozzponka 20 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 75 g (SOJ.) Pomidor 80 g Rozzponka 20 g	Maślanka 150 ml (MLE.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynkowa Extra-wędzonka wieprzowa, wędzona ,z wodą dodaną. 50 g (SOJ.) Pomidor 80 g Rozzponka 20 g	Płynna śniadanie mleczna-SIED 500 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Płynna śniadanie bezmleczna-SIED 500 ml (GLU PSZ, JAJ.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Płatki pszenne na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynkowa Extra-wędzonka wieprzowa, wędzona ,z wodą dodaną. 50 g (SOJ.) Miód (25g) 1 szt Kalafior gotowany* 100 g
		II ŚN	Gruszka 150 g	Mus owocowy 100g-produkt pasteryzowany 1 szt	Jabłko 150 g	Jabłko pieczone 150 g	Budyń o smaku waniliowym b/c 200 ml (MLE.)	Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml	Mus owocowy 100g-produkt pasteryzowany 1 szt		
		Obiad	Fasolowa z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Makaron pełnoziarnisty z serem 300 g (GLU PSZ, MLE.) Mus z jabłek () z/c 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml	Dyniowa z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Makaron pełnoziarnisty z serem 300 g (GLU PSZ, MLE.) Mus z jabłek () z/c 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml	Dyniowa z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Kopytka ziemniaczane () 300 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos szpinakowy* 80 ml (GLU PSZ.) Surówka z selera i marchwi z olejem () b/c 200 g (SEL.) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml	Fasolowa z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Makaron pełnoziarnisty 180 g (GLU PSZ.) Pulpet drobiowy 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos szpinakowy* 80 ml (GLU PSZ.) Surówka z selera i marchwi z olejem () b/c 200 g (SEL.) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml	Fasolowa z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Makaron pełnoziarnisty 180 g (GLU PSZ, SEL.) Pulpet drobiowy 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos szpinakowy* 80 ml (GLU PSZ.) Surówka z selera i marchwi z olejem () b/c 200 g (SEL.) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml	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 selera i marchwi z olejem () b/c 200 g (SEL.) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml	Płynna obiad*()-SIED 500 ml (SEL.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Dyniowa z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane puree () 180 g (MLE.) Pulpet drobiowy rozdrobniony 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos szpinakowy* 100 ml (GLU PSZ.) Marchew gotowana z olejem () 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml	

Jadłospisy za okres od dnia 2025-11-24 do dnia 2025-11-30 KUCHNIA SIEDLCE

	SIE- Podstawowa/Ogólna	SIE- Podstawowa wzbogacona	SIE- Położnicza podstawowa	SIE- Położnicza łatwostrawna	SIE- Z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów	SIE- Z ogr. łatwo przyswajalnych węgl. b/ml	SIE- Cukrzyca lekko strawna	SIE- Płynna 3x/Płynna wzb. 5x	SIE- Płynna wzbogacona b/ml	SIE- Papkowata
2025-11-24 poniedziałek	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-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT) Masło extra 82% 5 g (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 20 g Sałata zielona 20 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT) 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 (GLU PSZ, GLU ZYT) Masło extra 82% 5 g (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 20 g Sałata zielona 20 g	Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml	Budyń o smaku waniliowym z/c 200 ml (MLE)	
		Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalanej 50 g (SOJ, SEL, może zawierać: MLE, GOR) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ) Sałata zielona 20 g Ogórek kiszony 80 g Jogurt brzoskwinowy 150g 1 szt (MLE) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalanej 50 g (SOJ, SEL, może zawierać: MLE, GOR) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ) Sałata zielona 20 g Ogórek kiszony 80 g Jogurt naturalny 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 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalanej 50 g (SOJ, SEL, może zawierać: MLE, GOR) 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	Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Chleb razowy pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ZYT) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalanej 50 g (SOJ, SEL, może zawierać: MLE, GOR) 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 Ogórek kiszony 80 g	Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Chleb razowy pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ZYT) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynka z piersią kurczaka-wędł.z drob.gr.rozd.parzo. w osł.niejadalanej 50 g (SOJ) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Sałata zielona 20 g Ogórek kiszony 80 g	Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ZYT) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalanej 50 g (SOJ, SEL, może zawierać: MLE, GOR) 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 Pomidor 80 g	Płynna kolacja *(-)-SIED 500 ml (SEL) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalanej 50 g (SOJ, SEL, może zawierać: MLE, GOR) 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	
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 ZYT, GLU JĘCZ)		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)	

Jadłospisy za okres od dnia 2025-11-24 do dnia 2025-11-30 KUCHNIA SIEDLCE

	SIE- Podstawowa/Ogólna	SIE- Podstawowa wzbogacona	SIE- Położnicza podstawowa	SIE- Położnicza łatwostrawna	SIE- Z ogr. łatwoprzyswajalnych węglowodanów	SIE- Z ogr. łatwoprzyswajalnych węgl. b/ml	SIE- Cukrzyca lekko strawna	SIE- Płynna 3x/Płynna wzb. 5x	SIE- Płynna wzbogacona b/ml	SIE- Papkowata
2025-11-24 poniedziałek	Wartość energetyczna: 2532.69 kcal; Białko ogółem: 107.13 g; Tłuszcz: 61.27 g; Kw. tł. nasy.: 30.36 g; Węglowodany ogółem: 397.07 g; W tym cukry: 107.83 g; Błonnik pok.: 35.81 g; Sól: 9.72 g; WW: 36.24 Por; : 16.92 %; : 62.71 %; Ener. z T: 21.77 %; Ener. z Bł.: 2.83 %; K: 2968.12 mg;	Wartość energetyczna: 2872.69 kcal; Białko ogółem: 117.99 g; Tłuszcz: 73.99 g; Kw. tł. nasy.: 32.74 g; Węglowodany ogółem: 445.13 g; W tym cukry: 132.83 g; Błonnik pok.: 35.85 g; Sól: 9.95 g; WW: 41.05 Por; : 16.43 %; : 61.98 %; Ener. z T: 23.18 %; Ener. z Bł.: 2.50 %; K: 3252.05 mg;	Wartość energetyczna: 2774.51 kcal; Białko ogółem: 112.62 g; Tłuszcz: 70.67 g; Kw. tł. nasy.: 32.56 g; Węglowodany ogółem: 430.74 g; W tym cukry: 133.54 g; Błonnik pok.: 31.99 g; Sól: 9.95 g; WW: 39.98 Por; : 16.24 %; : 62.10 %; Ener. z T: 22.92 %; Ener. z Bł.: 2.31 %; K: 3054.83 mg;	Wartość energetyczna: 2950.18 kcal; Białko ogółem: 102.05 g; Tłuszcz: 74.97 g; Kw. tł. nasy.: 30.85 g; Węglowodany ogółem: 486.75 g; W tym cukry: 121.07 g; Błonnik pok.: 36.54 g; Sól: 10.57 g; WW: 45.22 Por; : 13.84 %; : 66.00 %; Ener. z T: 22.87 %; Ener. z Bł.: 2.48 %; K: 4988.83 mg;	Wartość energetyczna: 2473.60 kcal; Białko ogółem: 114.58 g; Tłuszcz: 76.23 g; Kw. tł. nasy.: 27.81 g; Węglowodany ogółem: 347.12 g; W tym cukry: 52.50 g; Błonnik pok.: 52.85 g; Sól: 11.77 g; WW: 29.54 Por; : 18.53 %; : 56.13 %; Ener. z T: 27.74 %; Ener. z Bł.: 4.27 %; K: 4229.67 mg;	Wartość energetyczna: 2264.45 kcal; Białko ogółem: 101.71 g; Tłuszcz: 68.56 g; Kw. tł. nasy.: 12.98 g; Węglowodany ogółem: 337.93 g; W tym cukry: 47.04 g; Błonnik pok.: 52.85 g; Sól: 11.13 g; WW: 28.64 Por; : 17.97 %; : 59.69 %; Ener. z T: 27.25 %; Ener. z Bł.: 4.67 %; K: 3698.59 mg;	Wartość energetyczna: 2304.28 kcal; Białko ogółem: 102.58 g; Tłuszcz: 71.56 g; Kw. tł. nasy.: 27.44 g; Węglowodany ogółem: 325.78 g; W tym cukry: 49.97 g; Błonnik pok.: 36.97 g; Sól: 10.63 g; WW: 28.93 Por; : 17.81 %; : 56.55 %; Ener. z T: 27.95 %; Ener. z Bł.: 3.21 %; K: 3586.38 mg;	Wartość energetyczna: 2177.22 kcal; Białko ogółem: 93.81 g; Tłuszcz: 81.09 g; Kw. tł. nasy.: 18.58 g; Węglowodany ogółem: 281.99 g; W tym cukry: 85.25 g; Błonnik pok.: 29.74 g; Sól: 2.17 g; WW: 25.05 Por; : 17.23 %; : 51.81 %; Ener. z T: 33.52 %; Ener. z Bł.: 2.73 %; K: 5304.05 mg;	Wartość energetyczna: 1894.56 kcal; Białko ogółem: 73.94 g; Tłuszcz: 68.81 g; Kw. tł. nasy.: 8.76 g; Węglowodany ogółem: 259.14 g; W tym cukry: 64.23 g; Błonnik pok.: 29.72 g; Sól: 1.56 g; WW: 22.72 Por; : 15.61 %; : 54.71 %; Ener. z T: 32.69 %; Ener. z Bł.: 3.14 %; K: 4455.35 mg;	Wartość energetyczna: 2591.68 kcal; Białko ogółem: 103.89 g; Tłuszcz: 63.34 g; Kw. tł. nasy.: 26.80 g; Węglowodany ogółem: 414.61 g; W tym cukry: 116.11 g; Błonnik pok.: 33.86 g; Sól: 9.68 g; WW: 38.04 Por; : 16.03 %; : 63.99 %; Ener. z T: 22.00 %; Ener. z Bł.: 2.61 %; K: 5013.33 mg;
2025-11-25 wtorek	Śniadanie	Zacierka na mleku 300 ml (GLUPSZ. MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ. GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLUPSZ. GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 25 g Twarożek z koperkiem 80 g (MLE.) Papryka świeża 80 g Rukola 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Zacierka na mleku 300 ml (GLUPSZ. MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ. GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLUPSZ.) 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 Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE.) Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLUPSZ. GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 25 g Twarożek z koperkiem 80 g (MLE.) Papryka świeża 80 g Rukola 20 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLUPSZ. GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 75 g Papryka świeża 80 g Rukola 20 g	Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLUPSZ. 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 Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Płynna śniadanie mleczna-SIED 500 ml (GLUPSZ. JAJ. MLE.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Płynna śniadanie bezmleczna-SIED 500 ml (GLUPSZ. JAJ.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Zacierka na mleku 300 ml (GLUPSZ. MLE.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLUPSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ. GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 25 g Twarożek z koperkiem 80 g (MLE.) Dyńka z wody 100 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	
II ŚN		Jabłko 150 g	Jabłko pieczone 150 g	Jabłko 150 g	Jabłko pieczone 150 g	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.)	Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml	Jabłko pieczone 150 g		

Jadłospisy za okres od dnia 2025-11-24 do dnia 2025-11-30 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- Podstawowa/Ogólna	SIE- Podstawowa wzbogacona	SIE- Położnicza podstawowa	SIE- Położnicza łatwostrawna	SIE- Z ogr. łatwoprzyswajalnych węglowodanów	SIE- Z ogr. łatwoprzyswajalnych węgl. b/ml	SIE- Cukrzyca lekko strawna	SIE- Płynna 3x/Płynna wzb. 5x	SIE- Płynna wzbogacona b/ml	SIE- Papkowata
2025-11-25 wtorek	Obiad	Ogórkowa z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryż na sypko (brązowy) 180 g Karczek pieczony 100 g (GLU PSZ,) Sos meksykański 80 g (GLU PSZ,) Surówka z kapusty białej z olejem () 100 g Buraczki gotowane () 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Ogórkowa z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Karczek pieczony 100 g (GLU PSZ,) Sos meksykański 80 g (GLU PSZ,) Ryż na sypko (brązowy) 180 g Surówka z kapusty białej z olejem () 100 g Buraczki gotowane () 100 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 Sos własny () 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Ryż na sypko 180 g Buraczki gotowane () 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Ogórkowa z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Szynka wieprzowa gotowana 100 g Sos własny () 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Ryż na sypko (brązowy) 180 g Surówka z kapusty białej z olejem b/c () 100 g Buraczki gotowane () 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml	Brokułowa z ziemniakami (bez mleka) () 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Szynka wieprzowa gotowana 100 g Sos własny () 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Ryż na sypko (brązowy) 180 g Buraczki gotowane () 100 g Surówka z kapusty białej z olejem b/c () 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.) Ryż na sypko 180 g Buraczki gotowane () 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml	Płynna obiad*()-SIED 500 ml (SEL.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Brokułowa z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Klopsik wieprzowy rozdrobniony 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos własny () 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki gotowane puree () 180 g (MLE.) Buraczki gotowane () 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml		
	PD		Drożdżówka mini 50g 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE,)	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt Pieczywo chrupkie Fit Rölls gryczany z solą morską 60 g 1 szt (może zawierać: GLU PSZ, MLE, SEZ,)	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt Pieczywo chrupkie ekstrudowane-żytnie 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,)	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt Wafle ryżowe 30 g	Kisiel o smaku wiśniowym b/c 150 ml	Drożdżówka mini 50g 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE,) Kisiel o smaku wiśniowym z/c 200 ml			

Jadłospisy za okres od dnia 2025-11-24 do dnia 2025-11-30 KUCHNIA SIEDLCE

	SIE- Podstawowa/Ogólna	SIE- Podstawowa wzbogacona	SIE- Położnicza podstawowa	SIE- Położnicza łatwostrawna	SIE- Z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów	SIE- Z ogr. łatwo przyswajalnych węgl. b/ml	SIE- Cukrzyca lekko strawna	SIE- Płynna 3x/Płynna wzb. 5x	SIE- Płynna wzbogacona b/ml	SIE- Papkowata
2025-11-25 wtorek	Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Galaretki drobiowa z udźcem z kurczaka () 200 g (SEL.) Szynka zielonogórska-wieprzowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 25 g (SOJ. MLE. SEL. może zawierać: JAJ. GOR.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Galaretki drobiowa z udźcem z kurczaka () 200 g (SEL.) Szynka zielonogórska-wieprzowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 25 g (SOJ. MLE. SEL. może zawierać: JAJ. GOR.) 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 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Galaretki drobiowa z udźcem z kurczaka () 200 g (SEL.) Szynka zielonogórska-wieprzowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 25 g (SOJ. MLE. SEL. może zawierać: JAJ. GOR.) 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 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Galaretki drobiowa z udźcem z kurczaka () 200 g (SEL.) Szynka zielonogórska-wieprzowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 25 g (SOJ. MLE. SEL. może zawierać: JAJ. GOR.) 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 100 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Galaretki drobiowa z udźcem z kurczaka () 200 g (SEL.) Szynka zielonogórska-wieprzowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 25 g (SOJ. MLE. SEL. może zawierać: JAJ. GOR.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Galaretki drobiowa z udźcem z kurczaka () 200 g (SEL.) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz .parzo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Galaretki drobiowa z udźcem z kurczaka () 200 g (SEL.) Szynka zielonogórska-wieprzowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 25 g (SOJ. MLE. SEL. może zawierać: JAJ. GOR.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna kolacja *()-SIED 500 ml (SEL.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka zielonogórska-wieprzowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 50 g (SOJ. MLE. SEL. może zawierać: JAJ. GOR.) Miód (25g) 1 szt Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
PN	Przecier owocowy jabłko-truskawka 120g 1 szt				Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz .parzo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g Sałata zielona 5 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz .parzo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g Sałata zielona 5 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz .parzo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g Sałata zielona 5 g	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Przecier owocowy jabłko-truskawka 120g 1 szt	

Jadłospisy za okres od dnia 2025-11-24 do dnia 2025-11-30 KUCHNIA SIEDLCE

	SIE- Podstawowa/Ogólna	SIE- Podstawowa wzbogacona	SIE- Położnicza podstawowa	SIE- Położnicza łatwostrawna	SIE- Z ogr. łatwoprzyswajalnych węglowodanów	SIE- Z ogr. łatwoprzyswajalnych węgl. b/ml	SIE- Cukrzyca lekko strawna	SIE- Płynna 3x/Płynna wzb. 5x	SIE- Płynna wzbogacona b/ml	SIE- Papkowata
2025-11-25 wtorek	Wartość energetyczna: 2324.12 kcal; Białko ogółem: 106.68 g; Tłuszcz: 70.15 g; Kw. tł. nasy.: 28.46 g; Węglowodany ogółem: 330.89 g; W tym cukry: 95.85 g; Błonnik pok.: 38.42 g; Sól: 7.58 g; WW: 29.29 Por; : 18.36 %; : 56.95 %; Ener. z T: 27.16 %; Ener. z Bł.: 3.31 %; K: 4215.40 mg;	Wartość energetyczna: 2501.04 kcal; Białko ogółem: 109.13 g; Tłuszcz: 73.88 g; Kw. tł. nasy.: 28.46 g; Węglowodany ogółem: 356.87 g; W tym cukry: 104.33 g; Błonnik pok.: 38.42 g; Sól: 7.73 g; WW: 31.89 Por; : 17.45 %; : 57.07 %; Ener. z T: 26.59 %; Ener. z Bł.: 3.07 %; K: 4215.57 mg;	Wartość energetyczna: 2366.12 kcal; Białko ogółem: 115.17 g; Tłuszcz: 51.35 g; Kw. tł. nasy.: 22.07 g; Węglowodany ogółem: 366.11 g; W tym cukry: 103.27 g; Błonnik pok.: 25.94 g; Sól: 7.05 g; WW: 34.02 Por; : 19.47 %; : 61.89 %; Ener. z T: 19.53 %; Ener. z Bł.: 2.19 %; K: 4233.20 mg;	Wartość energetyczna: 2284.24 kcal; Białko ogółem: 118.54 g; Tłuszcz: 55.99 g; Kw. tł. nasy.: 24.06 g; Węglowodany ogółem: 344.76 g; W tym cukry: 64.08 g; Błonnik pok.: 46.99 g; Sól: 10.15 g; WW: 29.89 Por; : 20.76 %; : 60.37 %; Ener. z T: 22.06 %; Ener. z Bł.: 4.11 %; K: 4400.74 mg;	Wartość energetyczna: 2053.62 kcal; Białko ogółem: 106.48 g; Tłuszcz: 50.92 g; Kw. tł. nasy.: 13.23 g; Węglowodany ogółem: 311.06 g; W tym cukry: 49.47 g; Błonnik pok.: 50.21 g; Sól: 11.47 g; WW: 26.11 Por; : 20.74 %; : 60.59 %; Ener. z T: 22.32 %; Ener. z Bł.: 4.89 %; K: 4293.90 mg;	Wartość energetyczna: 2210.86 kcal; Białko ogółem: 113.32 g; Tłuszcz: 51.24 g; Kw. tł. nasy.: 23.70 g; Węglowodany ogółem: 337.30 g; W tym cukry: 54.42 g; Błonnik pok.: 30.17 g; Sól: 10.98 g; WW: 30.73 Por; : 20.50 %; : 61.03 %; Ener. z T: 20.86 %; Ener. z Bł.: 2.73 %; K: 3900.46 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 %; : 49.76 %; Ener. z T: 34.85 %; Ener. z Bł.: 2.87 %; K: 5319.85 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 %; : 54.11 %; Ener. z T: 33.12 %; Ener. z Bł.: 3.18 %; K: 4454.95 mg;	Wartość energetyczna: 2585.40 kcal; Białko ogółem: 98.91 g; Tłuszcz: 53.40 g; Kw. tł. nasy.: 22.35 g; Węglowodany ogółem: 435.48 g; W tym cukry: 130.95 g; Błonnik pok.: 25.63 g; Sól: 7.21 g; WW: 40.94 Por; : 15.30 %; : 67.38 %; Ener. z T: 18.59 %; Ener. z Bł.: 1.98 %; K: 4525.70 mg;	
2025-11-26 środa Śniadanie	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (<u>MLE</u>) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Chleb razowy pszenno-żytni 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Paszтет rybno-warzywny (Morszczuk) 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB,</u>) Poledwica Sopotcka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g (<u>SOJ,</u>) Ogórek kiszony 80 g Mix sałat 20 g	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (<u>MLE</u>) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Paszтет rybno-warzywny (Morszczuk) 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB,</u>) Poledwica Sopotcka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g (<u>SOJ,</u>) Ogórek kiszony 80 g Mix sałat 20 g	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (<u>MLE</u>) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Paszтет rybno-warzywny (Morszczuk) 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB,</u>) Poledwica Sopotcka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g (<u>SOJ,</u>) Paszтет rybno-warzywny (Morszczuk) 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB,</u>) Pomidor 80 g Mix sałat 20 g	Maślanka 150 ml (<u>MLE</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB,</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Paszтет rybno-warzywny (Morszczuk) 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB,</u>) Poledwica Sopotcka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g (<u>SOJ,</u>) Ogórek kiszony 80 g Mix sałat 20 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB,</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Paszтет rybno-warzywny (Morszczuk) 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB,</u>) Poledwica Sopotcka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g (<u>SOJ,</u>) Ogórek kiszony 80 g Mix sałat 20 g	Maślanka 150 ml (<u>MLE</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Paszтет rybno-warzywny (Morszczuk) 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB,</u>) Poledwica Sopotcka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g (<u>SOJ,</u>) Pomidor 80 g Mix sałat 20 g	Płynna śniadanie mleczna-SIED 500 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Płynna śniadanie bezmleczna-SIED 500 ml (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (<u>MLE</u>) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB,</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Paszтет rybno-warzywny (Morszczuk) 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB,</u>) Poledwica Sopotcka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g (<u>SOJ,</u>) Kalafior gotowany* 100 g	
II ŚN		Banan 150 g		Jabłko 150 g		Jabłko pieczone 150 g	Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml (<u>MLE</u>)	Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml	Banan 150 g	

Jadłospisy za okres od dnia 2025-11-24 do dnia 2025-11-30 KUCHNIA SIEDLCE

	SIE- Podstawowa/Ogólna	SIE- Podstawowa wzbogacona	SIE- Położnicza podstawowa	SIE- Położnicza łatwostrawna	SIE- Z ogr. łatwoprzyswajalnych węglowodanów	SIE- Z ogr. łatwoprzyswajalnych węgl. b/ml	SIE- Cukrzyca lekko strawna	SIE- Płynna 3x/Płynna wzb. 5x	SIE- Płynna wzbogacona b/ml	SIE- Papkowata
2025-11-26 środa	Obiad	Pieczarkowa z makaronem () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, S02.) Ziemniaki gotowane () 180 g Kotlet mielony drobiowy 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Fasolka szparagowa z wody* 100 g Surówka z marchwi z olejem b/c () 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Pieczarkowa z makaronem () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, S02.) Kotlet mielony drobiowy 100 g (GLUPSZ, JAJ.) Ziemniaki gotowane () 180 g Fasolka szparagowa z wody* 100 g Surówka z marchwi z olejem b/c () 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Jarzynowa z makaronem dieta () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 100 g (GLUPSZ, JAJ.) Ziemniaki gotowane () 180 g Sos pietruszkowy 80 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Surówka z marchwi z olejem b/c () 100 g Fasolka szparagowa z wody* 100 g Surówka z marchwi z olejem b/c () 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Pieczarkowa z makaronem () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, S02.) Zrazik drobiowy z udźca pieczony mielony 100 g (GLUPSZ, JAJ.) Ziemniaki gotowane () 180 g Sos pietruszkowy 80 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Fasolka szparagowa z wody* 100 g Surówka z marchwi z olejem b/c () 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml	Jarzynowa z makaronem (bez mleka) () 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Zrazik drobiowy z udźca pieczony mielony 100 g (GLUPSZ, JAJ.) Sos pietruszkowy (bez mleka) 80 ml (GLU PSZ.) Ziemniaki gotowane () 180 g Surówka z marchwi z olejem b/c () 100 g Fasolka szparagowa z wody* 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml	Jarzynowa z makaronem dieta () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Zrazik drobiowy z udźca pieczony mielony 100 g (GLUPSZ, JAJ.) Ziemniaki gotowane () 180 g Sos pietruszkowy 80 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Surówka z marchwi z olejem b/c () 100 g Fasolka szparagowa z wody* 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml	Płynna obiad*()-SIED 500 ml (SEL.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Jarzynowa z makaronem dieta () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Zrazik drobiowy z udźca pieczony mielony 100 g (GLUPSZ, JAJ.) Sos pietruszkowy 80 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane puree () 180 g (MLE.) Marchew gotowana z olejem () 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	
		PD	Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml (MLE.) Podplomyki b/c 20 g (GLU PSZ, MLE.)	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Szynka z piersią kurczaka-wędł.z drob.gr.rozd.parzo. w osł.niejadalnej 20 g (SOJ.) Sałata zielona 20 g	Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Szynka z piersią kurczaka-wędł.z drob.gr.rozd.parzo. w osł.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.)			

Jadłospisy za okres od dnia 2025-11-24 do dnia 2025-11-30 KUCHNIA SIEDLCE

	SIE- Podstawowa/Ogólna	SIE- Podstawowa wzbogacona	SIE- Położnicza podstawowa	SIE- Położnicza łatwostrawna	SIE- Z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów	SIE- Z ogr. łatwo przyswajalnych węgl. b/ml	SIE- Cukrzyca lekko strawna	SIE- Płynna 3x/Płynna wzb. 5x	SIE- Płynna wzbogacona b/ml	SIE- Papkowata
2025-11-26 środa Kolejca	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Schab Ojca Grzegorza-wędliwa wieprzowa wędzona, parzona, z dod. wody, białka wp 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt (MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE.) Pomidorki koktajlowe 80 g Sałata lodowa 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 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Schab Ojca Grzegorza-wędliwa wieprzowa wędzona, parzona, z dod. wody, białka wp 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt (MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE.) Pomidorki koktajlowe 80 g Sałata lodowa 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt (MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE.) Schab Ojca Grzegorza-wędliwa wieprzowa wędzona, parzona, z dod. wody, białka wp 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Pomidorki koktajlowe 80 g Sałata lodowa 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Schab Ojca Grzegorza-wędliwa wieprzowa wędzona, parzona, z dod. wody, białka wp 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt (MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE.) Pomidorki koktajlowe 80 g Sałata lodowa 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw. 80% tł 10 g Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 75 g Pomidorki koktajlowe 80 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Sałata lodowa 20 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Schab Ojca Grzegorza-wędliwa wieprzowa wędzona, parzona, z dod. wody, białka wp 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt (MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE.) Pomidor 80 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Sałata lodowa 20 g	Płynna kolejca *(-)-SIED 500 ml (SEL.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt (MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE.) Schab Ojca Grzegorza-wędliwa wieprzowa wędzona, parzona, z dod. wody, białka wp 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Brokuł gotowany* 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt		
	PN	Ciasto drożdżowe 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, S02.)			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 przecierowy warzywno-owocowy 0,33l 1 szt

Jadłospisy za okres od dnia 2025-11-24 do dnia 2025-11-30 KUCHNIA SIEDLCE

	SIE- Podstawowa/Ogólna	SIE- Podstawowa wzbożacona	SIE- Położnicza podstawowa	SIE- Położnicza łatwostrawna	SIE- Z ogr. łatwoprzyswajalnych węglowodanów	SIE- Z ogr. łatwoprzyswajalnych węgl. b/ml	SIE- Cukrzyca lekko strawna	SIE- Płynna 3x/Płynna wzb. 5x	SIE- Płynna wzbożacona b/ml	SIE- Papkowata
2025-11-26 środa	Wartość energetyczna: 2531.51 kcal; Białko ogółem: 104.47 g; Tłuszcz: 75.43 g; Kw. tł. nasy.: 24.91 g; Węglowodany ogółem: 372.78 g; W tym cukry: 87.52 g; Błonnik pok.: 34.96 g; Sól: 9.08 g; WW: 33.99 Por; : 16.51 %; : 58.90 %; Ener. z T: 26.82 %; Ener. z Bł.: 2.76 %; K: 4427.85 mg;	Wartość energetyczna: 2809.71 kcal; Białko ogółem: 113.54 g; Tłuszcz: 80.40 g; Kw. tł. nasy.: 27.30 g; Węglowodany ogółem: 421.74 g; W tym cukry: 112.52 g; Błonnik pok.: 35.00 g; Sól: 9.31 g; WW: 38.90 Por; : 16.16 %; : 60.04 %; Ener. z T: 25.75 %; Ener. z Bł.: 2.49 %; K: 4711.79 mg;	Wartość energetyczna: 2628.20 kcal; Białko ogółem: 113.53 g; Tłuszcz: 62.07 g; Kw. tł. nasy.: 25.95 g; Węglowodany ogółem: 415.94 g; W tym cukry: 114.66 g; Błonnik pok.: 28.45 g; Sól: 7.93 g; WW: 39.00 Por; : 17.28 %; : 63.30 %; Ener. z T: 21.25 %; Ener. z Bł.: 2.17 %; K: 4747.97 mg;	Wartość energetyczna: 2178.62 kcal; Białko ogółem: 101.61 g; Tłuszcz: 66.44 g; Kw. tł. nasy.: 23.83 g; Węglowodany ogółem: 315.41 g; W tym cukry: 43.98 g; Błonnik pok.: 47.83 g; Sól: 9.41 g; WW: 26.96 Por; : 18.66 %; : 57.91 %; Ener. z T: 27.45 %; Ener. z Bł.: 4.39 %; K: 4316.32 mg;	Wartość energetyczna: 2058.15 kcal; Białko ogółem: 97.82 g; Tłuszcz: 58.61 g; Kw. tł. nasy.: 11.98 g; Węglowodany ogółem: 307.33 g; W tym cukry: 36.65 g; Błonnik pok.: 48.37 g; Sól: 11.28 g; WW: 25.99 Por; : 19.01 %; : 59.73 %; Ener. z T: 25.63 %; Ener. z Bł.: 4.70 %; K: 4136.67 mg;	Wartość energetyczna: 2135.76 kcal; Białko ogółem: 98.46 g; Tłuszcz: 65.04 g; Kw. tł. nasy.: 23.70 g; Węglowodany ogółem: 306.32 g; W tym cukry: 42.35 g; Błonnik pok.: 33.63 g; Sól: 9.15 g; WW: 27.46 Por; : 18.44 %; : 57.37 %; Ener. z T: 27.41 %; Ener. z Bł.: 3.15 %; K: 3843.25 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 %; : 52.39 %; Ener. z T: 33.11 %; Ener. z Bł.: 2.70 %; K: 5304.18 mg;	Wartość energetyczna: 1894.56 kcal; Białko ogółem: 73.94 g; Tłuszcz: 68.81 g; Kw. tł. nasy.: 8.76 g; Węglowodany ogółem: 259.14 g; W tym cukry: 64.23 g; Błonnik pok.: 29.72 g; Sól: 1.56 g; WW: 22.72 Por; : 15.61 %; : 54.71 %; Ener. z T: 32.69 %; Ener. z Bł.: 3.14 %; K: 4455.35 mg;	Wartość energetyczna: 2622.59 kcal; Białko ogółem: 108.98 g; Tłuszcz: 68.90 g; Kw. tł. nasy.: 25.67 g; Węglowodany ogółem: 404.62 g; W tym cukry: 147.42 g; Błonnik pok.: 31.92 g; Sól: 8.15 g; WW: 37.33 Por; : 16.62 %; : 61.71 %; Ener. z T: 23.64 %; Ener. z Bł.: 2.43 %; K: 4882.08 mg;	

Jadłospisy za okres od dnia 2025-11-24 do dnia 2025-11-30 KUCHNIA SIEDLCE

	SIE- Podstawowa/Ogólna	SIE- Podstawowa wzbogacona	SIE- Położnicza podstawowa	SIE- Położnicza łatwostrawna	SIE- Z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów	SIE- Z ogr. łatwo przyswajalnych węgl. b/ml	SIE- Cukrzyca lekko strawna	SIE- Płynna 3x/Płynna wzb. 5x	SIE- Płynna wzbogacona b/ml	SIE- Papkowata
2025-11-27 czwartek Śniadanie	<p>Płatki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u>) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Ser żółty 25 g (<u>MLE.</u>) Sałatka jarzynowa () 100 g (<u>JAJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Sałata zielona 20 g Jabłko 150 g</p>	<p>Płatki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u>) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Ser żółty 25 g (<u>MLE.</u>) Sałatka jarzynowa () 100 g (<u>JAJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Sałata zielona 20 g</p>	<p>Płatki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Ser żółty 25 g (<u>MLE.</u>) Sałatka jarzynowa () 100 g (<u>JAJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Sałata zielona 20 g</p>	<p>Płatki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u>) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 25 g (<u>SOJ.</u>) Sałatka jarzynowa -dieta () 100 g (<u>MLE, SEL.</u>) Sałata zielona 20 g</p>	<p>Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Ser żółty 25 g (<u>MLE.</u>) Sałatka jarzynowa -dieta () 100 g (<u>MLE, SEL.</u>) Sałata zielona 20 g</p>	<p>Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u>) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 75 g (<u>SOJ.</u>) Sałatka jarzynowa z olejem () 100 g (<u>SEL.</u>) Sałata zielona 20 g</p>	<p>Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 25 g (<u>SOJ.</u>) Sałatka jarzynowa -dieta () 100 g (<u>MLE, SEL.</u>) Sałata zielona 20 g</p>	<p>Płynna śniadanie mleczna-SIED 500 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml</p>	<p>Płynna śniadanie bezmleczna-SIED 500 ml (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml</p>	<p>Płatki ryżowe błyskawiczne na mleku 300 g (<u>MLE.</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. mielona 50 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody mielona 25 g (<u>SOJ.</u>) Marchew gotowana z olejem () 100 g</p>
II ŚN		Jabłko 150 g	Jabłko pieczone 150 g	Jabłko 150 g	Jabłko pieczone 150 g			Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<u>MLE.</u>)	Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml	Jabłko pieczone 150 g

Jadłospisy za okres od dnia 2025-11-24 do dnia 2025-11-30 KUCHNIA SIEDLCE

	SIE- Podstawowa/Ogólna	SIE- Podstawowa wzbogacona	SIE- Położnicza podstawowa	SIE- Położnicza łatwostrawna	SIE- Z ogr. łatwoprzyswajalnych węglowodanów	SIE- Z ogr. łatwoprzyswajalnych węgl. b/ml	SIE- Cukrzyca lekko strawna	SIE- Płynna 3x/Płynna wzb. 5x	SIE- Płynna wzbogacona b/ml	SIE- Papkowata
2025-11-27 czwartek	Obiad	Barszcz biały z ziemniakami () 300 ml (GLUPSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT.) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami* 300 g (SEL, GLU JĘCZ.) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g Dyńia z wody 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml	Barszcz biały z ziemniakami () 300 ml (GLUPSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT.) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami* 300 g (SEL, GLU JĘCZ.) Dyńia z wody 100 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml	Ziemniaczana () 300 ml (GLUPSZ, MLE, SEL.) Pierogi leniwe 300 g (GLUPSZ, 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 (GLUPSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT.) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami* 300 g (SEL, GLU JĘCZ.) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml	Ziemniaczana (bez mleka) () 300 ml (GLUPSZ, SEL.) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami* 300 g (SEL, GLU JĘCZ.) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml	Ziemniaczana () 300 ml (GLUPSZ, MLE, SEL.) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami* 300 g (SEL, GLU JĘCZ.) Dyńia z wody 100 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml	Płynna obiad*()-SIED 500 ml (SEL.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ziemniaczana () 300 ml (GLUPSZ, MLE, SEL.) Pulpet wieprzowy rozdrobniony 100 g (GLUPSZ, JAJ.) Sos pomidorowy 80 ml (GLUPSZ.) Dyńia z wody 200 g Ziemniaki gotowane puree () 180 g (MLE.) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml	
			Herbatniki 30 g (GLUPSZ, SOJ, MLE.) Serek homogenizowany o smaku waniliowym 140g 1 szt (MLE.)		Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz .parzo.z dodat.wody w osł.niejad 20 g Sałata zielona 20 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz .parzo.z dodat.wody w osł.niejad 20 g Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz .parzo.z dodat.wody w osł.niejad 20 g Sałata zielona 20 g	Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml	Kisiel o smaku cytrynowym z/c 200 ml	
			Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Leczo z drobiem-dieta () 300 g Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Banan 150 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Leczo z drobiem-dieta () 300 g Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Banan 150 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Leczo z drobiem-dieta () 300 g Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Leczo z drobiem-dieta () 300 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 100 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Leczo z drobiem-dieta () 300 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLUPSZ, 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	Płynna kolacja *()-SIED 500 ml (SEL.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLUPSZ.) 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	

Jadłospisy za okres od dnia 2025-11-24 do dnia 2025-11-30 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- Podstawowa/Ogólna	SIE- Podstawowa wzbogacona	SIE- Położnicza podstawowa	SIE- Położnicza łatwostrawna	SIE- Z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów	SIE- Z ogr. łatwo przyswajalnych węgl. b/ml	SIE- Cukrzyca lekko strawna	SIE- Płynna 3x/Płynna wzb. 5x	SIE- Płynna wzbogacona b/ml	SIE- Papkowata
2025-11-27 czwartek	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.)		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: 2517.38 kcal; Białko ogółem: 102.02 g; Tłuszcz: 64.24 g; Kw. tł. nasy.: 21.85 g; Węglowodany ogółem: 400.09 g; W tym cukry: 125.54 g; Błonnik pok.: 41.22 g; Sól: 7.30 g; WW: 35.96 Por.; : 16.21 %; : 63.57 %; Ener. z T: 22.97 %; Ener. z Bł.: 3.28 %; K: 4796.72 mg;	Wartość energetyczna: 2786.78 kcal; Białko ogółem: 111.34 g; Tłuszcz: 71.60 g; Kw. tł. nasy.: 24.93 g; Węglowodany ogółem: 441.89 g; W tym cukry: 152.53 g; Błonnik pok.: 41.69 g; Sól: 7.63 g; WW: 40.14 Por.; : 15.98 %; : 63.43 %; Ener. z T: 23.12 %; Ener. z Bł.: 2.99 %; K: 4833.62 mg;	Wartość energetyczna: 2667.24 kcal; Białko ogółem: 107.41 g; Tłuszcz: 49.74 g; Kw. tł. nasy.: 18.69 g; Węglowodany ogółem: 461.37 g; W tym cukry: 143.42 g; Błonnik pok.: 31.94 g; Sól: 6.80 g; WW: 43.17 Por.; : 16.11 %; : 69.19 %; Ener. z T: 16.78 %; Ener. z Bł.: 2.40 %; K: 4250.13 mg;	Wartość energetyczna: 2248.29 kcal; Białko ogółem: 105.46 g; Tłuszcz: 61.58 g; Kw. tł. nasy.: 22.63 g; Węglowodany ogółem: 338.73 g; W tym cukry: 53.82 g; Błonnik pok.: 54.00 g; Sól: 7.63 g; WW: 28.47 Por.; : 18.76 %; : 60.26 %; Ener. z T: 24.65 %; Ener. z Bł.: 4.80 %; K: 4621.85 mg;	Wartość energetyczna: 2084.54 kcal; Białko ogółem: 93.09 g; Tłuszcz: 53.89 g; Kw. tł. nasy.: 9.26 g; Węglowodany ogółem: 328.48 g; W tym cukry: 42.08 g; Błonnik pok.: 53.96 g; Sól: 7.88 g; WW: 27.48 Por.; : 17.86 %; : 63.03 %; Ener. z T: 23.27 %; Ener. z Bł.: 5.18 %; K: 4226.01 mg;	Wartość energetyczna: 2102.82 kcal; Białko ogółem: 99.01 g; Tłuszcz: 50.14 g; Kw. tł. nasy.: 16.79 g; Węglowodany ogółem: 327.16 g; W tym cukry: 51.03 g; Błonnik pok.: 38.78 g; Sól: 8.81 g; WW: 28.75 Por.; : 18.83 %; : 62.23 %; Ener. z T: 21.46 %; Ener. z Bł.: 3.69 %; K: 4042.71 mg;	Wartość energetyczna: 2052.42 kcal; Białko ogółem: 90.44 g; Tłuszcz: 79.06 g; Kw. tł. nasy.: 17.38 g; Węglowodany ogółem: 258.78 g; W tym cukry: 71.01 g; Błonnik pok.: 29.70 g; Sól: 2.04 g; WW: 22.75 Por.; : 17.63 %; : 50.43 %; Ener. z T: 34.67 %; Ener. z Bł.: 2.89 %; K: 5142.25 mg;	Wartość energetyczna: 1894.56 kcal; Białko ogółem: 73.94 g; Tłuszcz: 68.81 g; Kw. tł. nasy.: 8.76 g; Węglowodany ogółem: 259.14 g; W tym cukry: 64.23 g; Błonnik pok.: 29.72 g; Sól: 1.56 g; WW: 22.72 Por.; : 15.61 %; : 54.71 %; Ener. z T: 32.69 %; Ener. z Bł.: 3.14 %; K: 4455.35 mg;	Wartość energetyczna: 2515.85 kcal; Białko ogółem: 106.82 g; Tłuszcz: 57.50 g; Kw. tł. nasy.: 24.03 g; Węglowodany ogółem: 405.67 g; W tym cukry: 138.63 g; Błonnik pok.: 33.74 g; Sól: 7.77 g; WW: 37.24 Por.; : 16.98 %; : 64.50 %; Ener. z T: 20.57 %; Ener. z Bł.: 2.68 %; K: 5038.34 mg;	
2025-11-28 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 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb mieszany 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.) Papryka świeża 80 g Rukola 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 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb mieszany 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.) Papryka świeża 80 g Rukola 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 razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb mieszany 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.) Papryka świeża 80 g Rukola 20 g	Maślanka 150 ml (MLE.) Kawa zbożowa b/c 250 ml (GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Serek wiejski lekki 3% tł 150g 1 szt (MLE.) Hummus 50 g (SEZ.) Papryka świeża 80 g Rukola 20 g	Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 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 25 g Hummus 80 g (SEZ.) Papryka świeża 80 g Kawa zbożowa b/c 250 ml (GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Rukola 20 g	Maślanka 150 ml (MLE.) Kawa zbożowa b/c 250 ml (GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Serek wiejski lekki 3% tł 150g 1 szt (MLE.) Szynekowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz .parzo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Płynna śniadanie mleczna-SIED 500 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Płynna śniadanie bezmleczna-SIED 500 ml (GLU PSZ, JAJ.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Kasza manna na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE.) 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 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Dżem 25 g 1 szt Twarożek 80 g (MLE.) Dynamis z wody 100 g	

Jadłospisy za okres od dnia 2025-11-24 do dnia 2025-11-30 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- Podstawowa/Ogólna	SIE- Podstawowa wzbogacona	SIE- Położnicza podstawowa	SIE- Położnicza łatwostrawna	SIE- Z ogr. łatwoprzyswajalnych węglowodanów	SIE- Z ogr. łatwoprzyswajalnych węgl. b/ml	SIE- Cukrzyca lekko strawna	SIE- Płynna 3x/Płynna wzb. 5x	SIE- Płynna wzbogacona b/ml	SIE- Papkowata
2025-11-28 piątek	II ŚN		Śliwka 150 g	Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt	Jabłko 150 g	Jabłko pieczone 150 g	Maślanka 150 ml (<u>MLE.</u>)	Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml	Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt		
	Obiad	Szpinakowa z zacierką () 300 ml (<u>GLU PSZ. MLE. SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 180 g Kotlet z ryby (Morszczuk) 120 g (<u>GLU PSZ. JAJ. RYB.</u>) Surówka z kapusty czerwonej z olejem 100 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 100 g (<u>SEL.</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Szpinakowa z zacierką () 300 ml (<u>GLU PSZ. MLE. SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 180 g Pulpet rybny (Morszczuk) 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	Szpinakowa z zacierką () 300 ml (<u>GLU PSZ. MLE. SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 180 g Pulpet rybny (Morszczuk) 120 g (<u>GLU PSZ. JAJ. RYB.</u>) Sos koperkowy () 80 ml (<u>GLU PSZ. MLE. SEL.</u>) Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 100 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 100 g (<u>SEL.</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml	Szpinakowa z zacierką (bez mleka) () 300 ml (<u>GLU PSZ. SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 180 g Pulpet rybny (Morszczuk) 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 100 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. MLE. SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 180 g Pulpet rybny (Morszczuk) 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>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Szpinakowa z zacierką () 300 ml (<u>GLU PSZ. MLE. SEL.</u>) Ziemniaki gotowane puree () 180 g (<u>MLE.</u>) Pulpet rybny (Morszczuk) rozdrobniony 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	Jogurt brzoskwinowy 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ. GLU ZYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Twarożek z koperkiem 30 g (<u>MLE.</u>) Sałata zielona 20 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ. GLU ZYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 20 g (<u>SOJ.</u>) Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ. GLU ZYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) 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>)				

Jadłospisy za okres od dnia 2025-11-24 do dnia 2025-11-30 KUCHNIA SIEDLCE

	SIE- Podstawowa/Ogólna	SIE- Podstawowa wzbogacona	SIE- Położnicza podstawowa	SIE- Położnicza łatwostrawna	SIE- Z ogr. łatwoprzyswajalnych węglowodanów	SIE- Z ogr. łatwoprzyswajalnych węgl. b/ml	SIE- Cukrzyca lekko strawna	SIE- Płynna 3x/Płynna wzb. 5x	SIE- Płynna wzbogacona b/ml	SIE- Papkowata
2025-11-28 piątek	Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Pasta z jaj z natką pietruszki i cebulą 80 g (JAJ, MLE, GOR.) Serek homo z natką pietruszki 80 g (MLE.) Pomidor 80 g Kielki brokuła 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 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Pasta z jaj z natką pietruszki i cebulą 80 g (JAJ, MLE, GOR.) Serek homo z natką pietruszki 80 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, GLU ŻYT.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 80 g (JAJ, MLE.) Serek homo z natką pietruszki 80 g (MLE.) 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 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 80 g (JAJ, MLE.) Serek homo z natką pietruszki 80 g (MLE.) Pomidor 80 g Kielki brokuła 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 100 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 Kielki brokuła 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 80 g (JAJ, MLE.) Serek homo z natką pietruszki 80 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 b/c 250 ml	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 80 g (JAJ, MLE.) Serek homo z natką pietruszki 80 g (MLE.) Brokuł gotowany* 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	
		PN	Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (MLE.) Biszkopty b/ml 30 g (GLU PSZ, JAJ.)	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt Pieczywo chrupkie ekstrudowane-żytnie 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (MLE.) Biszkopty b/ml 30 g (GLU PSZ, JAJ.)			
	Wartość energetyczna: 2739.53 kcal; Białko ogółem: 118.31 g; Tłuszcz: 88.90 g; Kw. tł. nasy.: 25.21 g; Węglowodany ogółem: 381.61 g; W tym cukry: 110.51 g; Błonnik pok.: 35.64 g; Sól: 7.45 g; WW: 34.75 Por; : 17.28 %; : 55.72 %; Ener. z T: 29.21 %; Ener. z Bł.: 2.60 %; K: 4768.38 mg;	Wartość energetyczna: 2862.53 kcal; Białko ogółem: 122.51 g; Tłuszcz: 92.65 g; Kw. tł. nasy.: 27.61 g; Węglowodany ogółem: 399.61 g; W tym cukry: 133.16 g; Błonnik pok.: 36.09 g; Sól: 7.60 g; WW: 36.55 Por; : 17.12 %; : 55.84 %; Ener. z T: 29.13 %; Ener. z Bł.: 2.52 %; K: 5068.38 mg;	Wartość energetyczna: 2716.59 kcal; Białko ogółem: 134.28 g; Tłuszcz: 74.70 g; Kw. tł. nasy.: 26.11 g; Węglowodany ogółem: 388.26 g; W tym cukry: 117.29 g; Błonnik pok.: 29.18 g; Sól: 7.93 g; WW: 36.06 Por; : 19.77 %; : 57.17 %; Ener. z T: 24.75 %; Ener. z Bł.: 2.15 %; K: 4919.84 mg;	Wartość energetyczna: 2456.46 kcal; Białko ogółem: 126.23 g; Tłuszcz: 78.33 g; Kw. tł. nasy.: 22.86 g; Węglowodany ogółem: 329.35 g; W tym cukry: 54.77 g; Błonnik pok.: 46.42 g; Sól: 10.52 g; WW: 28.44 Por; : 20.56 %; : 53.63 %; Ener. z T: 28.70 %; Ener. z Bł.: 3.78 %; K: 4679.36 mg;	Wartość energetyczna: 2303.23 kcal; Białko ogółem: 99.59 g; Tłuszcz: 78.75 g; Kw. tł. nasy.: 14.92 g; Węglowodany ogółem: 316.27 g; W tym cukry: 42.14 g; Błonnik pok.: 46.22 g; Sól: 10.98 g; WW: 27.06 Por; : 17.30 %; : 54.93 %; Ener. z T: 30.77 %; Ener. z Bł.: 4.01 %; K: 4353.98 mg;	Wartość energetyczna: 2299.39 kcal; Białko ogółem: 122.57 g; Tłuszcz: 66.87 g; Kw. tł. nasy.: 21.81 g; Węglowodany ogółem: 316.59 g; W tym cukry: 50.31 g; Błonnik pok.: 33.01 g; Sól: 11.79 g; WW: 28.43 Por; : 21.32 %; : 55.07 %; Ener. z T: 26.17 %; Ener. z Bł.: 2.87 %; K: 4135.97 mg;	Wartość energetyczna: 2057.92 kcal; Białko ogółem: 92.09 g; Tłuszcz: 77.81 g; Kw. tł. nasy.: 16.70 g; Węglowodany ogółem: 261.13 g; W tym cukry: 73.96 g; Błonnik pok.: 29.70 g; Sól: 2.17 g; WW: 23.00 Por; : 17.90 %; : 50.76 %; Ener. z T: 34.03 %; Ener. z Bł.: 2.89 %; K: 5245.25 mg;	Wartość energetyczna: 1894.56 kcal; Białko ogółem: 73.94 g; Tłuszcz: 68.81 g; Kw. tł. nasy.: 8.76 g; Węglowodany ogółem: 259.14 g; W tym cukry: 64.23 g; Błonnik pok.: 29.72 g; Sól: 1.56 g; WW: 22.72 Por; : 15.61 %; : 54.71 %; Ener. z T: 32.69 %; Ener. z Bł.: 3.14 %; K: 4455.35 mg;	Wartość energetyczna: 2712.73 kcal; Białko ogółem: 133.03 g; Tłuszcz: 73.74 g; Kw. tł. nasy.: 28.28 g; Węglowodany ogółem: 389.21 g; W tym cukry: 118.57 g; Błonnik pok.: 31.15 g; Sól: 7.54 g; WW: 35.81 Por; : 19.62 %; : 57.39 %; Ener. z T: 24.46 %; Ener. z Bł.: 2.30 %; K: 5087.53 mg;	

Jadłospisy za okres od dnia 2025-11-24 do dnia 2025-11-30 KUCHNIA SIEDLCE

	SIE- Podstawowa/Ogólna	SIE- Podstawowa wzbogacona	SIE- Położnicza podstawowa	SIE- Położnicza łatwostrawna	SIE- Z ogr. łatwoprzyswajalnych węglowodanów	SIE- Z ogr. łatwoprzyswajalnych węgl. b/ml	SIE- Cukrzyca lekko strawna	SIE- Płynna 3x/Płynna wzb. 5x	SIE- Płynna wzbogacona b/ml	SIE- Papkowata	
2025-11-29 sobota	Śniadanie	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (MLE, GLU JEĆZ.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Parówki z szynki-kiełbasa wieprzowa, homogenizowana, wędzona, parzona 60 g Ketchup 20 g (SEL.) Ser żółty 25 g (MLE.) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Gruszka 150 g	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (MLE, GLU JEĆZ.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Parówki z szynki-kiełbasa wieprzowa, homogenizowana, wędzona, parzona 60 g Ketchup 20 g (SEL.) Ser żółty 25 g (MLE.) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (MLE, GLU JEĆZ.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Parówki z szynki-kiełbasa wieprzowa, homogenizowana, wędzona, parzona 60 g Ketchup 20 g (SEL.) Ser żółty 25 g (MLE.) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (MLE, GLU JEĆZ.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Parówki z szynki-kiełbasa wieprzowa, homogenizowana, wędzona, parzona 60 g Ketchup 20 g (SEL.) Ser żółty 25 g (MLE.) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw. 80% tł. 10 g Połędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g (SOJ.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw. 80% tł. 10 g Połędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g (SOJ.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Połędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g (SOJ.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g	Płynna śniadanie mleczna-SIED 500 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Płynna śniadanie bezmleczna-SIED 500 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (MLE, GLU JEĆZ.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Połędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g (SOJ.) Miód (25g) 1 szt Szpinak gotowany z olejem* 100 g (GLU PSZ.)
		II ŚN	Gruszka 150 g	Banan 150 g	Jabłko 150 g	Jabłko pieczone 150 g	Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml (MLE.)	Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml	Banan 150 g		
		Obiad	Koperkowa z ryżem () 300 ml (MLE, SEL.) Kasza jaglana na sypko 180 g Gulasz wołowy 150 g (GLU PSZ.) Surówka z marchwi i jabłka b/c () 100 g (MLE.) Buraczki gotowane drobno tarte () 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml	Koperkowa z ryżem () 300 ml (MLE, SEL.) Kasza jaglana na sypko 180 g Gulasz wołowy 150 g (GLU PSZ.) Surówka z marchwi i jabłka b/c () 100 g (MLE.) Buraczki gotowane drobno tarte () b/c 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml	Koperkowa z ryżem () 300 ml (MLE, SEL.) Kasza jaglana na sypko 180 g Gulasz wołowy 150 g (GLU PSZ.) Surówka z marchwi i jabłka b/c () 100 g (MLE.) Buraczki gotowane drobno tarte () b/c 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml	Koperkowa z ryżem () 300 ml (MLE, SEL.) Kasza jaglana na sypko 180 g Gulasz wołowy 150 g (GLU PSZ.) Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c () 100 g Buraczki gotowane drobno tarte () b/c 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml	Koperkowa z ryżem () 300 ml (MLE, SEL.) Kasza jaglana na sypko 180 g Gulasz wołowy 150 g (GLU PSZ.) Surówka z marchwi i jabłka b/c () 100 g (MLE.) Buraczki gotowane drobno tarte () b/c 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml	Płynna obiad*()-SIED 500 ml (SEL.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Koperkowa z ryżem () 300 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane puree () 180 g (MLE.) Gulasz wołowy rozdrobniony 150 g (GLU PSZ.) Buraczki gotowane drobno tarte () 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml		

Jadłospisy za okres od dnia 2025-11-24 do dnia 2025-11-30 KUCHNIA SIEDLCE

	SIE- Podstawowa/Ogólna	SIE- Podstawowa wzbogacona	SIE- Położnicza podstawowa	SIE- Położnicza łatwostrawna	SIE- Z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów	SIE- Z ogr. łatwo przyswajalnych węgl. b/ml	SIE- Cukrzyca lekko strawna	SIE- Płynna 3x/Płynna wzb. 5x	SIE- Płynna wzbogacona b/ml	SIE- Papkowata
PD		Wafelki 30 g (GLU PSZ. SOJ. MLE.) Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml (MLE.)			Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt Pieczywo chrupkie Fit Rolls gryczany z solą morską 60 g 1 szt (może zawierać: GLU PSZ. MLE. SEZ.)	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	Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml	Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml (MLE.)	
2025-11-29 sobota Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ. GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ. GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Pasta z soczewicy czerwonej 80 g Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 25 g (SOJ. może zawierać: GLU PSZ. JAJ. MLE. SEL. GOR.) Ogórek kiszony 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 50 g (GLU PSZ. GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Pasta z soczewicy czerwonej 80 g Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona z wodą dodaną. 50 g (SOJ.) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 25 g (SOJ. może zawierać: GLU PSZ. JAJ. MLE. SEL. GOR.) Ogórek kiszony 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 50 g (GLU PSZ. GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynkowa Extra-wędzonka wieprzowa, wędzona z wodą dodaną. 50 g (SOJ.) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 25 g (SOJ. może zawierać: GLU PSZ. JAJ. MLE. SEL. GOR.) Ogórek kiszony 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 100 g (GLU PSZ. GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Pasta z soczewicy czerwonej 80 g Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 25 g (SOJ. może zawierać: GLU PSZ. JAJ. MLE. SEL. GOR.) Ogórek kiszony 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 100 g (GLU PSZ. GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Pasta z soczewicy czerwonej 80 g Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 25 g Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ. GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynkowa Extra-wędzonka wieprzowa, wędzona z wodą dodaną. 50 g (SOJ.) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 25 g (SOJ. może zawierać: GLU PSZ. JAJ. MLE. SEL. GOR.) Pomidor 80 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Sałata zielona 20 g	Płynna kolacja *(-)-SIED 500 ml (SEL.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ. GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona mielona 25 g (SOJ. może zawierać: GLU PSZ. JAJ. MLE. SEL. GOR.) Szynkowa Extra-wędzonka wieprzowa, wędzona z wodą dodaną. mielona 50 g (SOJ.) Marchew gotowana z olejem () 100 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.) Szynka z piersią kurczaka-wędł. z drob.gr.rozd.parzo. w osł.niejadalnej 25 g (SOJ.) Sałata zielona 5 g	Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ. GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Szynka z piersią kurczaka-wędł. z drob.gr.rozd.parzo. w osł.niejadalnej 25 g (SOJ.) Sałata zielona 5 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ. GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Szynka z piersią kurczaka-wędł. z drob.gr.rozd.parzo. w osł.niejadalnej 25 g (SOJ.) Sałata zielona 5 g	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Mus- przecier owocowy jabłko 100g (tubka) 1 szt		

Jadłospisy za okres od dnia 2025-11-24 do dnia 2025-11-30 KUCHNIA SIEDLCE

	SIE- Podstawowa/Ogólna	SIE- Podstawowa wzbogacona	SIE- Położnicza podstawowa	SIE- Położnicza łatwostrawna	SIE- Z ogr. łatwoprzyswajalnych węglowodanów	SIE- Z ogr. łatwoprzyswajalnych węgl. b/ml	SIE- Cukrzyca lekko strawna	SIE- Płynna 3x/Płynna wzb. 5x	SIE- Płynna wzbogacona b/ml	SIE- Papkowata
2025-11-29 sobota	Wartość energetyczna: 2612.84 kcal; Białko ogółem: 106.71 g; Tłuszcz: 76.50 g; Kw. tł. nasy.: 32.56 g; Węglowodany ogółem: 390.75 g; W tym cukry: 90.55 g; Błonnik pok.: 38.02 g; Sól: 10.28 g; WW: 35.24 Por; : 16.34 %; : 59.82 %; Ener. z T: 26.35 %; Ener. z Bł.: 2.91 %; K: 3542.07 mg;	Wartość energetyczna: 2976.24 kcal; Białko ogółem: 114.93 g; Tłuszcz: 89.82 g; Kw. tł. nasy.: 40.65 g; Węglowodany ogółem: 443.31 g; W tym cukry: 115.55 g; Błonnik pok.: 38.06 g; Sól: 10.65 g; WW: 40.51 Por; : 15.45 %; : 59.58 %; Ener. z T: 27.16 %; Ener. z Bł.: 2.56 %; K: 3826.01 mg;	Wartość energetyczna: 2803.07 kcal; Białko ogółem: 109.83 g; Tłuszcz: 64.29 g; Kw. tł. nasy.: 29.59 g; Węglowodany ogółem: 458.81 g; W tym cukry: 128.42 g; Błonnik pok.: 26.95 g; Sól: 9.82 g; WW: 43.24 Por; : 15.67 %; : 65.47 %; Ener. z T: 20.64 %; Ener. z Bł.: 1.92 %; K: 3743.74 mg;	Wartość energetyczna: 2294.21 kcal; Białko ogółem: 108.81 g; Tłuszcz: 60.45 g; Kw. tł. nasy.: 26.60 g; Węglowodany ogółem: 353.18 g; W tym cukry: 48.29 g; Błonnik pok.: 45.59 g; Sól: 9.11 g; WW: 30.76 Por; : 18.97 %; : 61.58 %; Ener. z T: 23.71 %; Ener. z Bł.: 3.97 %; K: 3652.58 mg;	Wartość energetyczna: 2065.25 kcal; Białko ogółem: 95.48 g; Tłuszcz: 54.61 g; Kw. tł. nasy.: 13.00 g; Węglowodany ogółem: 321.69 g; W tym cukry: 41.50 g; Błonnik pok.: 48.34 g; Sól: 8.89 g; WW: 27.31 Por; : 18.49 %; : 62.31 %; Ener. z T: 23.80 %; Ener. z Bł.: 4.68 %; K: 3386.45 mg;	Wartość energetyczna: 2019.82 kcal; Białko ogółem: 99.45 g; Tłuszcz: 54.51 g; Kw. tł. nasy.: 23.18 g; Węglowodany ogółem: 298.54 g; W tym cukry: 45.65 g; Błonnik pok.: 29.57 g; Sól: 10.30 g; WW: 26.81 Por; : 19.69 %; : 59.12 %; Ener. z T: 24.29 %; Ener. z Bł.: 2.93 %; K: 2746.31 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 %; : 52.39 %; Ener. z T: 33.11 %; Ener. z Bł.: 2.70 %; K: 5304.18 mg;	Wartość energetyczna: 1894.56 kcal; Białko ogółem: 73.94 g; Tłuszcz: 68.81 g; Kw. tł. nasy.: 8.76 g; Węglowodany ogółem: 259.14 g; W tym cukry: 64.23 g; Błonnik pok.: 29.72 g; Sól: 1.56 g; WW: 22.72 Por; : 15.61 %; : 54.71 %; Ener. z T: 32.69 %; Ener. z Bł.: 3.14 %; K: 4455.35 mg;	Wartość energetyczna: 2439.11 kcal; Białko ogółem: 99.25 g; Tłuszcz: 50.96 g; Kw. tł. nasy.: 21.57 g; Węglowodany ogółem: 409.40 g; W tym cukry: 140.61 g; Błonnik pok.: 30.25 g; Sól: 9.50 g; WW: 37.99 Por; : 16.28 %; : 67.14 %; Ener. z T: 18.81 %; Ener. z Bł.: 2.48 %; K: 4948.21 mg;	
2025-11-30 niedziela	Śniadanie	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb mieszany pszenno-żytni 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 (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (SOJ.) Ser mozzarella kulki 35 g (MLE.) Pomidor 80 g Mix sałat 20 g	Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 100 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	Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 100 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 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 100 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.) Pomidor 80 g Mix sałat 20 g	Płynna śniadanie mleczna-SIED 500 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Płynna śniadanie bezmleczna-SIED 500 ml (GLU PSZ, JAJ.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Kasza 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 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody mielona 75 g (SOJ.) Marchew gotowana z olejem () 100 g	
II ŚN		Jabłko 150 g	Jabłko pieczone 150 g	Jabłko 150 g	Jabłko pieczone 150 g	Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (MLE.)	Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml	Jabłko pieczone 150 g		

Jadłospisy za okres od dnia 2025-11-24 do dnia 2025-11-30 KUCHNIA SIEDLCE

	SIE- Podstawowa/Ogólna	SIE- Podstawowa wzbogacona	SIE- Położnicza podstawowa	SIE- Położnicza łatwostrawna	SIE- Z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów	SIE- Z ogr. łatwo przyswajalnych węgl. b/ml	SIE- Cukrzyca lekko strawna	SIE- Płynna 3x/Płynna wzb. 5x	SIE- Płynna wzbogacona b/ml	SIE- Papkowata
2025-11-30 niedziela	Obiad	Rosół z makaronem () 300 ml (GLU PSZ. SEL.) Ziemniaki gotowane () 180 g Ćwiartka z kurczaka pieczona 130 g Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 100 g Brokuł gotowany* 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 Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 100 g Brokuł gotowany* 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 pieczona 130 g Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 100 g Brokuł gotowany* 100 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 Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 100 g Brokuł gotowany* 100 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 Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 100 g Brokuł gotowany* 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml	Płynna obiad*()-SIED 500 ml (SEL.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Rosół z makaronem () 300 ml (GLU PSZ. SEL.) Ziemniaki gotowane puree () 180 g (MLE.) Pulpet drobiowy rozdrobniony 100 g (GLU PSZ. JAJ.) Sos pietruszkowy* 80 ml (GLU PSZ. MLE.) Brokuł gotowany* 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml		
		PD	Galaretką o smaku truskawkowym 200 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ. GLU ZYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Połędwica Sopotka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 20 g (SOJ.) Sałata zielona 20 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ. GLU ZYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Połędwica Sopotka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 20 g (SOJ.) Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ. GLU ZYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Połędwica Sopotka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 20 g (SOJ.) Sałata zielona 20 g	Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml	Galaretką o smaku truskawkowym 200 g		

Jadłospisy za okres od dnia 2025-11-24 do dnia 2025-11-30 KUCHNIA SIEDLCE

	SIE- Podstawowa/Ogólna	SIE- Podstawowa wzbogacona	SIE- Położnicza podstawowa	SIE- Położnicza łatwostrawna	SIE- Z ogr. łatwoprzyswajalnych węglowodanów	SIE- Z ogr. łatwoprzyswajalnych węgl. b/ml	SIE- Cukrzyca lekko strawna	SIE- Płynna 3x/Płynna wzb. 5x	SIE- Płynna wzbogacona b/ml	SIE- Papkowata	
2025-11-30 niedziela	Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Dżem 25 g 1 szt Szynka z piersią kurczaka-wędl.z drob.gr.rozd.parzo.w osł.niejadalnej 50 g (<u>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 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Dżem 25 g 1 szt Szynka z piersią kurczaka-wędl.z drob.gr.rozd.parzo.w osł.niejadalnej 50 g (<u>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 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Dżem 25 g 1 szt Szynka z piersią kurczaka-wędl.z drob.gr.rozd.parzo.w osł.niejadalnej 75 g (<u>SOJ.</u>) Rzodkiew biała 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Szynka z piersią kurczaka-wędl.z drob.gr.rozd.parzo.w osł.niejadalnej 75 g (<u>SOJ.</u>) Rzodkiew biała 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynka z piersią kurczaka-wędl.z drob.gr.rozd.parzo.w osł.niejadalnej 75 g (<u>SOJ.</u>) Rzodkiew biała 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Szynka z piersią kurczaka-wędl.z drob.gr.rozd.parzo.w osł.niejadalnej 75 g (<u>SOJ.</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna kolacja *(-)-SIED 500 ml (<u>SEL.</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Dżem 25 g 1 szt Szynka z piersią kurczaka-wędl.z drob.gr.rozd.parzo.w osł.niejadalnej mielona 50 g (<u>SOJ.</u>) Seler z pietruszką gotowany z olejem () 100g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt		
	PN	Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt Podplomyki b/c 20 g (<u>GLU PSZ, MLE.</u>)			Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt Pieczywo chrupkie ekstrudowane-żytnie 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)		Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt		Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt		Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt Biszkopty 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JĘCZ.</u>)
		Wartość energetyczna: 2428.47 kcal; Białko ogółem: 117.97 g; Tłuszcz: 81.56 g; Kw. tł. nasy.: 30.25 g; Węglowodany ogółem: 332.84 g; W tym cukry: 100.32 g; Błonnik pok.: 32.29 g; Sól: 8.42 g; WW: 30.15 Por; : 19.43 %; : 54.82 %; Ener. z T: 30.23 %; Ener. z Bł.: 2.66 %; K: 4515.63 mg;	Wartość energetyczna: 2558.81 kcal; Białko ogółem: 120.95 g; Kw. tł. nasy.: 30.25 g; Węglowodany ogółem: 361.84 g; W tym cukry: 100.32 g; Błonnik pok.: 32.29 g; Sól: 8.42 g; WW: 33.06 Por; : 18.91 %; : 56.56 %; Ener. z T: 28.69 %; Ener. z Bł.: 2.52 %; K: 4515.63 mg;	Wartość energetyczna: 2469.88 kcal; Białko ogółem: 111.81 g; Tłuszcz: 71.84 g; Kw. tł. nasy.: 28.11 g; Węglowodany ogółem: 366.40 g; W tym cukry: 100.14 g; Błonnik pok.: 23.56 g; Sól: 8.06 g; WW: 34.37 Por; : 18.11 %; : 59.34 %; Ener. z T: 26.18 %; Ener. z Bł.: 1.91 %; K: 4098.54 mg;	Wartość energetyczna: 2302.39 kcal; Białko ogółem: 122.32 g; Tłuszcz: 86.10 g; Kw. tł. nasy.: 31.84 g; Węglowodany ogółem: 294.11 g; W tym cukry: 41.82 g; Błonnik pok.: 46.91 g; Sól: 9.75 g; WW: 24.83 Por; : 21.25 %; : 51.10 %; Ener. z T: 33.66 %; Ener. z Bł.: 4.07 %; K: 4713.84 mg;	Wartość energetyczna: 2185.50 kcal; Białko ogółem: 117.40 g; Tłuszcz: 77.78 g; Kw. tł. nasy.: 18.26 g; Węglowodany ogółem: 288.87 g; W tym cukry: 37.19 g; Błonnik pok.: 46.91 g; Sól: 9.89 g; WW: 24.28 Por; : 21.49 %; : 52.87 %; Ener. z T: 32.03 %; Ener. z Bł.: 4.29 %; K: 4585.59 mg;	Wartość energetyczna: 2231.59 kcal; Białko ogółem: 118.88 g; Tłuszcz: 81.93 g; Kw. tł. nasy.: 31.53 g; Węglowodany ogółem: 282.56 g; W tym cukry: 37.83 g; Błonnik pok.: 29.48 g; Sól: 10.56 g; WW: 25.37 Por; : 21.31 %; : 50.65 %; Ener. z T: 33.04 %; Ener. z Bł.: 2.64 %; K: 3967.25 mg;	Wartość energetyczna: 2125.42 kcal; Białko ogółem: 95.24 g; Tłuszcz: 80.81 g; Kw. tł. nasy.: 18.59 g; Węglowodany ogółem: 272.08 g; W tym cukry: 89.56 g; Błonnik pok.: 29.72 g; Sól: 1.56 g; WW: 24.05 Por; : 17.92 %; : 51.20 %; Ener. z T: 34.22 %; Ener. z Bł.: 2.84 %; K: 5288.75 mg;	Wartość energetyczna: 1894.56 kcal; Białko ogółem: 73.94 g; Tłuszcz: 68.81 g; Kw. tł. nasy.: 8.76 g; Węglowodany ogółem: 259.14 g; W tym cukry: 64.23 g; Błonnik pok.: 29.72 g; Sól: 1.56 g; WW: 22.72 Por; : 15.61 %; : 54.71 %; Ener. z T: 32.69 %; Ener. z Bł.: 3.14 %; K: 4455.35 mg;	Wartość energetyczna: 2340.28 kcal; Białko ogółem: 97.13 g; Tłuszcz: 56.04 g; Kw. tł. nasy.: 19.47 g; Węglowodany ogółem: 396.22 g; W tym cukry: 111.13 g; Błonnik pok.: 31.79 g; Sól: 9.15 g; WW: 36.46 Por; : 16.60 %; : 67.72 %; Ener. z T: 21.55 %; Ener. z Bł.: 2.72 %; K: 4091.48 mg;	

Jadłospisy za okres od dnia 2025-11-24 do dnia 2025-11-30 KUCHNIA SIEDLCE

	SIE- Papkowata b/ml	SIE- Łatwo strawna	SIE- Bezmleczna	SIE- Niskotuszczowa	SIE- O kontr. zaw.kwasów tłuszczowych	SIE- Bogatobiałkowa	SIE- Bogatobiałkowa bezmleczna	SIE- Niskobiałkowa do 50 g białka	SIE- Niskobiałkowa do 30 g białka	SIE- Kleikowa
2025-11-24 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 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody mielona 50 g (SOJ.) Miód (25g) 1 szt Kalafor 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, GLU ZYT.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynkowa Extra-wędzonka wieprzowa,wędzona ,z wodą dodaną. 50 g (SOJ.) Ser mozzarella kulki 35 g (MLE.) Mus owocowy 100g-produkt pasteryzowany 1 szt Pomidor 80 g Roszponka 20 g	Płatki pszenne na wodzie 300 g (GLU PSZ.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ZYT.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (SOJ.) Miód (25g) 1 szt Pomidor 80 g Roszponka 20 g Mus owocowy 100g-produkt pasteryzowany 1 szt	Płatki pszenne na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ZYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Szynkowa Extra-wędzonka wieprzowa,wędzona ,z wodą dodaną. 50 g (SOJ.) Ser mozzarella kulki 35 g (MLE.) Pomidor b/skórki 80 g Roszponka 20 g Mus owocowy 100g-produkt pasteryzowany 1 szt	Płatki pszenne na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Szynkowa Extra-wędzonka wieprzowa,wędzona ,z wodą dodaną. 50 g (SOJ.) Ser mozzarella kulki 35 g (MLE.) Pomidor 80 g Roszponka 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, GLU ZYT.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynkowa Extra-wędzonka wieprzowa,wędzona ,z wodą dodaną. 50 g (SOJ.) Miód (25g) 1 szt Pomidor 80 g Roszponka 20 g	Płatki pszenne na wodzie 300 g (GLU PSZ.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 100 g (SEZ, może zawierać: ORZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynkowa Extra-wędzonka wieprzowa,wędzona ,z wodą dodaną. 50 g (SOJ.) Miód (25g) 1 szt Mus owocowy 100g-produkt pasteryzowany 1 szt Pomidor 80 g Biszkopty 30 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JĘCZ.) Roszponka 20 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 100 g (SEZ, może zawierać: ORZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynkowa Extra-wędzonka wieprzowa,wędzona ,z wodą dodaną. 20 g (SOJ.) Miód (25g) 2 szt Mus owocowy 100g-produkt pasteryzowany 1 szt Pomidor 80 g Biszkopty 30 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JĘCZ.) Roszponka 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	Mus owocowy 100g-produkt pasteryzowany 1 szt			Gruszka 150 g	Mus owocowy 100g-produkt pasteryzowany 1 szt	Mus owocowy 100g-produkt pasteryzowany 1 szt Wafle ryżowe 30 g		
2025-11-24 poniedziałek	Obiad	Dyniowa z ziemniakami (bez mleka) () 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki gotowane puree (bez mleka) () 180 g Pulpet drobiowy rozdrobniony 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos szpinakowy* 80 ml (GLU PSZ.) Marchew gotowana z olejem () 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Dyniowa z ziemniakami (bez mleka) () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Makaron z serem 300 g (GLU PSZ, MLE.) Mus z jabłek () z/c 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos szpinakowy* 80 ml (GLU PSZ.) Marchew gotowana z olejem () 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	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.) Marchew gotowana z olejem () 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Dyniowa z ziemniakami (bez mleka) () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Makaron z serem 300 g (GLU PSZ, MLE.) Mus z jabłek () z/c 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Fasolowa z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Makaron pełnoziarnisty z serem b/c 300 g (GLU PSZ, MLE.) Mus z jabłek () b/c 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml	Dyniowa z ziemniakami (bez mleka) () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Makaron z serem 300 g (GLU PSZ, MLE.) Mus z jabłek () z/c 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	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.) Marchew gotowana z olejem () 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	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.) Marchew gotowana z olejem () 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Herbata czarna granulowana z/c 500 ml Suchary b/c 30 g (GLU PSZ, SOJ, MLE.)

Jadłospisy za okres od dnia 2025-11-24 do dnia 2025-11-30 KUCHNIA SIEDLCE

	SIE- Papkowata b/ml	SIE- Łatwo strawna	SIE- Bezmleczna	SIE- Niskotłuszczowa	SIE- O kontr. zaw.kwasów tłuszczowych	SIE- Bogatobiałkowa	SIE- Bogatobiałkowa bezmleczna	SIE- Niskobiałkowa do 50 g białka	SIE- Niskobiałkowa do 30 g białka	SIE- Kleikowa
PD	Kisiel o smaku cytrynowym z/c 200 ml				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 b/ml 30 g (GLU PSZ, JAJ.)	Budyń o smaku waniliowym na napoju owsianym z/c 200 ml (GLU OW.) Biszkopty b/ml 30 g (GLU PSZ, JAJ.)			
2025-11-24 poniedziałek Kolacja	Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynka z pierśią kurczaka-wędl.z drob.gr.rozd.parzo. w osł.niejadalnej mielona 50 g (SOJ.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Brokuł gotowany* 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Galaretko o smaku brzoskwinowym 200 g	Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka z pierśią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona,w osłonce niejadalanej 50 g (SOJ, SEL, może zawierać: MLE, GOR.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Pomidor 80 g	Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynka z pierśią kurczaka-wędl.z drob.gr.rozd.parzo. w osł.niejadalnej 50 g (SOJ.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Pomidor 80 g	Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Szynka z pierśią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona,w osłonce niejadalanej 75 g (SOJ, SEL, może zawierać: MLE, GOR.) Jogurt brzoskwinowy 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 100 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Szynka z pierśią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona,w osłonce niejadalanej 50 g (SOJ, SEL, może zawierać: MLE, GOR.) 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 Jogurt brzoskwinowy 150g 1 szt (MLE.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Pomidor 80 g	Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka z pierśią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona,w osłonce niejadalanej 50 g (SOJ, SEL, może zawierać: MLE, GOR.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Sałata zielona 20 g Jogurt brzoskwinowy 150g 1 szt (MLE.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Pomidor 80 g	Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 100 g (SEZ, może zawierać: ORZ.) Masło extra 82% 15g (MLE.) Szynka z pierśią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona,w osłonce niejadalanej 25 g (SOJ, SEL, może zawierać: MLE, GOR.) Dżem 25 g 2 szt Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g	Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 100 g (SEZ, może zawierać: ORZ.) Masło extra 82% 15g (MLE.) Szynka z pierśią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona,w osłonce niejadalanej 20 g (SOJ, SEL, może zawierać: MLE, GOR.) Dżem 25 g 2 szt Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Pomidor 80 g	Kleik ryżowy na wodzie 200 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Suchary b/c 30 g (GLU PSZ, SOJ, MLE.)	
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	Mleko Smakowe UHT 1,5% tł 0,2l 1 szt (MLE.) Pieczywo chrupkie ekstrudowane-żytnie 30 g (GLU PSZ, GLU ZYT, GLU JĘCZ.)	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	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 30 g	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	

Jadłospisy za okres od dnia 2025-11-24 do dnia 2025-11-30 KUCHNIA SIEDLCE

	SIE- Papkowata b/ml	SIE- Łatwo strawna	SIE- Bezmleczna	SIE- Niskotłuszczowa	SIE- O kontr. zaw.kwasów tłuszczowych	SIE- Bogatobiałkowa	SIE- Bogatobiałkowa bezmleczna	SIE- Niskobiałkowa do 50 g białka	SIE- Niskobiałkowa do 30 g białka	SIE- Kleikowa
2025-11-24 poniedziałek	Wartość energetyczna: 2364.22 kcal; Białko ogółem: 86.31 g; Tłuszcz: 48.97 g; Kw. tł. nasy.: 10.55 g; Węglowodany ogółem: 419.38 g; W tym cukry: 114.16 g; Błonnik pok.: 38.03 g; Sól: 8.78 g; WW: 38.09 Por; : 14.60 %; : 70.95 %; Ener. z T: 18.64 %; Ener. z Bł.: 3.22 %; K: 4113.22 mg;	Wartość energetyczna: 2466.95 kcal; Białko ogółem: 102.07 g; Tłuszcz: 57.88 g; Kw. tł. nasy.: 30.07 g; Węglowodany ogółem: 389.07 g; W tym cukry: 92.87 g; Błonnik pok.: 21.91 g; Sól: 8.23 g; WW: 36.83 Por; : 16.55 %; : 63.09 %; Ener. z T: 21.12 %; Ener. z Bł.: 1.78 %; K: 2468.89 mg;	Wartość energetyczna: 2254.40 kcal; Białko ogółem: 85.46 g; Tłuszcz: 53.48 g; Kw. tł. nasy.: 11.06 g; Węglowodany ogółem: 379.38 g; W tym cukry: 56.20 g; Błonnik pok.: 33.62 g; Sól: 8.25 g; WW: 34.62 Por; : 15.16 %; : 67.31 %; Ener. z T: 21.35 %; Ener. z Bł.: 2.98 %; K: 2914.17 mg;	Wartość energetyczna: 2364.17 kcal; Białko ogółem: 101.42 g; Tłuszcz: 45.70 g; Kw. tł. nasy.: 23.34 g; Węglowodany ogółem: 391.11 g; W tym cukry: 93.80 g; Błonnik pok.: 20.34 g; Sól: 7.94 g; WW: 37.25 Por; : 17.16 %; : 66.17 %; Ener. z T: 17.40 %; Ener. z Bł.: 1.72 %; K: 2492.55 mg;	Wartość energetyczna: 2746.85 kcal; Białko ogółem: 120.01 g; Tłuszcz: 74.07 g; Kw. tł. nasy.: 27.57 g; Węglowodany ogółem: 411.33 g; W tym cukry: 102.44 g; Błonnik pok.: 38.32 g; Sól: 10.22 g; WW: 37.44 Por; : 17.48 %; : 59.90 %; Ener. z T: 24.27 %; Ener. z Bł.: 2.79 %; K: 3382.62 mg;	Wartość energetyczna: 2785.35 kcal; Białko ogółem: 111.16 g; Tłuszcz: 64.04 g; Kw. tł. nasy.: 32.46 g; Węglowodany ogółem: 445.53 g; W tym cukry: 117.87 g; Błonnik pok.: 21.95 g; Sól: 8.46 g; WW: 42.49 Por; : 15.96 %; : 63.98 %; Ener. z T: 20.69 %; Ener. z Bł.: 1.58 %; K: 2752.82 mg;	Wartość energetyczna: 2831.87 kcal; Białko ogółem: 96.75 g; Tłuszcz: 71.92 g; Kw. tł. nasy.: 11.81 g; Węglowodany ogółem: 491.49 g; W tym cukry: 106.09 g; Błonnik pok.: 36.25 g; Sól: 8.29 g; WW: 45.53 Por; : 13.67 %; : 69.42 %; Ener. z T: 22.86 %; Ener. z Bł.: 2.56 %; K: 2916.10 mg;	Wartość energetyczna: 2094.25 kcal; Białko ogółem: 47.64 g; Tłuszcz: 46.30 g; Kw. tł. nasy.: 20.31 g; Węglowodany ogółem: 379.15 g; W tym cukry: 82.27 g; Błonnik pok.: 24.98 g; Sól: 3.33 g; WW: 35.50 Por; : 9.10 %; : 72.42 %; Ener. z T: 19.90 %; Ener. z Bł.: 2.39 %; K: 1459.09 mg;	Wartość energetyczna: 1962.55 kcal; Białko ogółem: 33.95 g; Tłuszcz: 42.61 g; Kw. tł. nasy.: 19.12 g; Węglowodany ogółem: 368.29 g; W tym cukry: 78.40 g; Błonnik pok.: 23.92 g; Sól: 2.02 g; WW: 34.53 Por; : 6.92 %; : 75.06 %; Ener. z T: 19.54 %; Ener. z Bł.: 2.44 %; K: 1440.39 mg;	Wartość energetyczna: 887.22 kcal; Białko ogółem: 19.66 g; Tłuszcz: 7.47 g; Kw. tł. nasy.: 0.18 g; Węglowodany ogółem: 184.88 g; W tym cukry: 34.15 g; Błonnik pok.: 2.73 g; Sól: 0.19 g; WW: 18.29 Por; : 8.86 %; : 83.35 %; Ener. z T: 7.57 %; Ener. z Bł.: 0.62 %; K: 127.46 mg;
2025-11-25 wtorek	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 50 g (GLU PSZ. GLU ZYT.) 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 Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Jabłko pieczone 150 g	Zacierka na mleku 300 ml (GLU PSZ. MLE.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ. GLU ZYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 25 g Twarożek z koperkiem 80 g (MLE.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Jabłko pieczone 150 g	Kasza manna na wodzie 300 ml (GLU PSZ.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ. GLU ZYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 75 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Jabłko pieczone 150 g	Zacierka na mleku 300 ml (GLU PSZ. MLE.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 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 Sałata zielona 20 g Jabłko pieczone 150 g	Zacierka na mleku 300 ml (GLU PSZ. MLE.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU PSZ. GLU ZYT.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 25 g Twarożek z koperkiem 80 g (MLE.) Papryka świeża 80 g Rukola 20 g	Zacierka na mleku 300 ml (GLU PSZ. MLE.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ. GLU ZYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 25 g Twarożek z koperkiem 80 g (MLE.) Pomidor 80 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Sałata zielona 20 g	Kasza manna na wodzie 300 ml (GLU PSZ.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ. GLU ZYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 75 g Pomidor 80 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Sałata zielona 20 g	Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 100 g (SEZ. może zawierać: ORZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 25 g Dżem 25 g 2 szt Jabłko pieczone 150 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Podplomyki b/c 20 g (GLU PSZ. MLE.)	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 100 g (SEZ. może zawierać: ORZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 20 g Dżem 25 g 2 szt Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Jabłko pieczone 150 g	Kleik ryżowy na wodzie 200 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Suchary b/c 30 g (GLU PSZ. SOJ. MLE.)
II ŚN	Jabłko pieczone 150 g				Jabłko 150 g	Jabłko pieczone 150 g				

Jadłospisy za okres od dnia 2025-11-24 do dnia 2025-11-30 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- Papkowata b/ml	SIE- Łatwo strawna	SIE- Bezmleczna	SIE- Niskotłuszczowa	SIE- O kontr. zaw.kwasów tłuszczowych	SIE- Bogatobiałkowa	SIE- Bogatobiałkowa bezmleczna	SIE- Niskobiałkowa do 50 g białka	SIE- Niskobiałkowa do 30 g białka	SIE- Kleikowa
2025-11-25 wtorek	Obiad	Brokułowa z ziemniakami (bez mleka) () 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki gotowane puree (bez mleka) () 180 g Klopsik wieprzowy rozdrobniony 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.) Ryż 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	Brokułowa z ziemniakami (bez mleka) () 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Ryż 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	Brokułowa z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryż 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	Ogórkowa z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Szynka wieprzowa gotowana 100 g Sos własny () 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Ryż na sypko (brązowy) 180 g Surówka z kapusty białej z olejem b/c () 100 g Buraczki gotowane () 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml	Brokułowa z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryż 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	Brokułowa z ziemniakami (bez mleka) () 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Ryż 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	Brokułowa z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryż na sypko 180 g Szynka wieprzowa gotowana 50 g Sos własny () 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Buraczki gotowane () 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Brokułowa z ziemniakami (bez mleka) () 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki gotowane () 180 g Szynka wieprzowa gotowana 30 g Sos własny () 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Buraczki gotowane () 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Herbata czarna ekspresowa z/c 500 ml Suchary b/c 30 g (GLU PSZ, SOJ, MLE.)
	P.D	Biszkopty b/ml 30 g (GLU PSZ, JAJ.) Kisiel o smaku wiśniowym z/c 200 ml					Drożdżówka mini 50g 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE.)		Kisiel o smaku wiśniowym z/c 200 ml Biszkopty b/ml 30 g (GLU PSZ, JAJ.)		

Jadłospisy za okres od dnia 2025-11-24 do dnia 2025-11-30 KUCHNIA SIEDLCE

	SIE- Papkowata b/ml	SIE- Łatwo strawna	SIE- Bezmleczna	SIE- Niskotłuszczowa	SIE- O kontr. zaw.kwasów tłuszczowych	SIE- Bogatobiałkowa	SIE- Bogatobiałkowa bezmleczna	SIE- Niskobiałkowa do 50 g białka	SIE- Niskobiałkowa do 30 g białka	SIE- Kleikowa
2025-11-25 wtorek	Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz .parzo.z dodat.wody w osł.niejad mielona 50 g Miód (25g) 1 szt 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 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Galaretk drobiowa z udźcem z kurczaka () 200 g (SEL.) Szynka zielonogórska-wieprzowa parzona z dodatkiem wody z połączonech kawałków mięsa 25 g (SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Galaretk drobiowa z udźcem z kurczaka () 200 g (SEL.) Szynka zielonogórska-wieprzowa parzona z dodatkiem wody z połączonech kawałków mięsa 25 g (SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR.) 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-pszeny 100 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Galaretk drobiowa z udźcem z kurczaka () 200 g (SEL.) Szynka zielonogórska-wieprzowa parzona z dodatkiem wody z połączonech kawałków mięsa 25 g (SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR.) 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 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Galaretk drobiowa z udźcem z kurczaka () 200 g (SEL.) Szynka zielonogórska-wieprzowa parzona z dodatkiem wody z połączonech kawałków mięsa 25 g (SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR.) 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 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Galaretk drobiowa z udźcem z kurczaka () 200 g (SEL.) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz .parzo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Chleb bezglutenowy 100 g (SEZ, może zawierać: ORZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynka zielonogórska-wieprzowa parzona z dodatkiem wody z połączonech kawałków mięsa 50 g (SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, 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	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 100 g (SEZ, może zawierać: ORZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynka zielonogórska-wieprzowa parzona z dodatkiem wody z połączonech kawałków mięsa 20 g (SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR.) Miód (25g) 2 szt Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Kleik ryżowy na wodzie 200 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Suchary b/c 30 g (GLU PSZ, SOJ, MLE.)
	PN	Mus- przecier owocowy jabłko 100g (tubka) 1 szt	Przecier owocowy jabłko-truskawka 120g 1 szt	Mus- przecier owocowy jabłko 100g (tubka) 1 szt	Przecier owocowy jabłko-truskawka 120g 1 szt		Mus- przecier owocowy jabłko 100g (tubka) 1 szt	Przecier owocowy jabłko-truskawka 120g 1 szt	Przecier owocowy jabłko-truskawka 120g 1 szt	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt

Jadłospisy za okres od dnia 2025-11-24 do dnia 2025-11-30 KUCHNIA SIEDLCE

	SIE- Papkowata b/ml	SIE- Łatwo strawna	SIE- Bezmleczna	SIE- Niskotuszczowa	SIE- O kontr. zaw.kwasów tłuszczowych	SIE- Bogatobiałkowa	SIE- Bogatobiałkowa bezmleczna	SIE- Niskobiałkowa do 50 g białka	SIE- Niskobiałkowa do 30 g białka	SIE- Kleikowa	
2025-11-25 wtorek	Wartość energetyczna: 2335.17 kcal; Białko ogółem: 84.44 g; Tłuszcz: 43.27 g; Kw. tł. nasy.: 11.00 g; Węglowodany ogółem: 410.41 g; W tym cukry: 115.63 g; Błonnik pok.: 26.02 g; Sól: 8.48 g; WW: 38.36 Por; : 14.46 %; : 70.30 %; Ener. z T: 16.67 %; Ener. z Bł.: 2.23 %; K: 4075.48 mg;	Wartość energetyczna: 2223.12 kcal; Białko ogółem: 112.72 g; Tłuszcz: 47.62 g; Kw. tł. nasy.: 22.07 g; Węglowodany ogółem: 348.61 g; W tym cukry: 103.27 g; Błonnik pok.: 25.94 g; Sól: 6.90 g; WW: 32.27 Por; : 20.28 %; : 62.72 %; Ener. z T: 19.28 %; Ener. z Bł.: 2.33 %; K: 4233.20 mg;	Wartość energetyczna: 1991.45 kcal; Białko ogółem: 98.30 g; Tłuszcz: 38.51 g; Kw. tł. nasy.: 10.82 g; Węglowodany ogółem: 325.37 g; W tym cukry: 88.16 g; Błonnik pok.: 26.26 g; Sól: 7.97 g; WW: 29.88 Por; : 19.74 %; : 65.35 %; Ener. z T: 17.40 %; Ener. z Bł.: 2.64 %; K: 3781.41 mg;	Wartość energetyczna: 2183.04 kcal; Białko ogółem: 110.85 g; Tłuszcz: 39.08 g; Kw. tł. nasy.: 16.39 g; Węglowodany ogółem: 359.78 g; W tym cukry: 113.49 g; Błonnik pok.: 24.37 g; Sól: 5.60 g; WW: 33.63 Por; : 20.31 %; : 65.92 %; Ener. z T: 16.11 %; Ener. z Bł.: 2.23 %; K: 4323.37 mg;	Wartość energetyczna: 2222.46 kcal; Białko ogółem: 112.02 g; Tłuszcz: 55.90 g; Kw. tł. nasy.: 17.27 g; Węglowodany ogółem: 327.71 g; W tym cukry: 84.29 g; Błonnik pok.: 42.70 g; Sól: 7.13 g; WW: 28.57 Por; : 20.16 %; : 58.98 %; Ener. z T: 22.64 %; Ener. z Bł.: 3.84 %; K: 4476.45 mg;	Wartość energetyczna: 2366.12 kcal; Białko ogółem: 115.17 g; Tłuszcz: 51.35 g; Kw. tł. nasy.: 22.07 g; Węglowodany ogółem: 366.11 g; W tym cukry: 103.27 g; Błonnik pok.: 25.94 g; Sól: 7.05 g; WW: 34.02 Por; : 19.47 %; : 61.89 %; Ener. z T: 19.53 %; Ener. z Bł.: 2.19 %; K: 4233.20 mg;	Wartość energetyczna: 2260.58 kcal; Białko ogółem: 100.78 g; Tłuszcz: 40.64 g; Kw. tł. nasy.: 10.82 g; Węglowodany ogółem: 385.30 g; W tym cukry: 118.45 g; Błonnik pok.: 26.28 g; Sól: 8.03 g; WW: 35.89 Por; : 17.83 %; : 68.18 %; Ener. z T: 16.18 %; Ener. z Bł.: 2.33 %; K: 3783.27 mg;	Wartość energetyczna: 1983.31 kcal; Białko ogółem: 50.37 g; Tłuszcz: 47.56 g; Kw. tł. nasy.: 19.47 g; Węglowodany ogółem: 346.48 g; W tym cukry: 102.36 g; Błonnik pok.: 25.51 g; Sól: 3.05 g; WW: 32.10 Por; : 10.16 %; : 69.88 %; Ener. z T: 21.58 %; Ener. z Bł.: 2.57 %; K: 2929.94 mg;	Wartość energetyczna: 1856.96 kcal; Białko ogółem: 35.85 g; Tłuszcz: 40.38 g; Kw. tł. nasy.: 18.12 g; Węglowodany ogółem: 347.34 g; W tym cukry: 103.09 g; Błonnik pok.: 27.96 g; Sól: 2.58 g; WW: 31.94 Por; : 7.72 %; : 74.82 %; Ener. z T: 19.57 %; Ener. z Bł.: 3.01 %; K: 4003.49 mg;	Wartość energetyczna: 887.22 kcal; Białko ogółem: 19.86 g; Tłuszcz: 7.47 g; Kw. tł. nasy.: 0.18 g; Węglowodany ogółem: 184.88 g; W tym cukry: 34.15 g; Błonnik pok.: 2.73 g; Sól: 0.25 g; WW: 18.29 Por; : 8.95 %; : 83.35 %; Ener. z T: 7.57 %; Ener. z Bł.: 0.62 %; K: 159.20 mg;	
2025-11-26 środa	Śniadanie										
II ŚN	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 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Paszтет rybno-warzywny (Morszczuk) 80 g (GLU PSZ, JAJ, RYB.) Połędwica Sopotcka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona mielona 50 g (SOJ.) 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 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Paszтет rybno-warzywny (Morszczuk) 80 g (GLU PSZ, JAJ, RYB.) Połędwica Sopotcka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g (SOJ.) Pomidor 80 g Mix sałat 20 g Banan 150 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 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Paszтет rybno-warzywny (Morszczuk) 80 g (GLU PSZ, JAJ, RYB.) Połędwica Sopotcka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 25 g (SOJ.) Banan 150 g Pomidor b/skórki 80 g Mix sałat 20 g	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Paszтет rybno-warzywny (Morszczuk) 80 g (GLU PSZ, JAJ, RYB.) Połędwica Sopotcka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g (SOJ.) Ogórek kiszony 80 g Mix sałat 20 g	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Paszтет rybno-warzywny (Morszczuk) 80 g (GLU PSZ, JAJ, RYB.) Połędwica Sopotcka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g (SOJ.) Ogórek kiszony 80 g 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 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Paszтет rybno-warzywny (Morszczuk) 80 g (GLU PSZ, JAJ, RYB.) Połędwica Sopotcka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g (SOJ.) Pomidor 80 g 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 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Paszтет rybno-warzywny (Morszczuk) 80 g (GLU PSZ, JAJ, RYB.) Połędwica Sopotcka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 25 g (SOJ.) Banan 150 g Pomidor 80 g Mix sałat 20 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 100 g (SEZ, może zawierać: ORZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Połędwica Sopotcka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 25 g (SOJ.) Dżem 25 g 2 szt Banan 150 g Pomidor 80 g Mix sałat 20 g Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 100 g (SEZ, może zawierać: ORZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Połędwica Sopotcka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 20 g (SOJ.) Dżem 25 g 2 szt Banan 150 g Pomidor 80 g Mix sałat 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.)	Banan 150 g

Jadłospisy za okres od dnia 2025-11-24 do dnia 2025-11-30 KUCHNIA SIEDLCE

	SIE- Papkowata b/ml	SIE- Łatwo strawna	SIE- Bezmleczna	SIE- Niskotuszczowa	SIE- O kontr. zaw.kwasów tłuszczowych	SIE- Bogatobiałkowa	SIE- Bogatobiałkowa bezmleczna	SIE- Niskobiałkowa do 50 g białka	SIE- Niskobiałkowa do 30 g białka	SIE- Kleikowa	
2025-11-26 środa	Obiad	Jarzynowa z makaronem (bez mleka) () 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Zrazik drobiowy z udźca pieczony mielony 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos pietruszkowy (bez mleka) 80 ml (GLU PSZ.) Ziemniaki gotowane puree (bez mleka) () 180 g Marchew gotowana z olejem () 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Jarzynowa z makaronem (bez mleka) () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane () 180 g Zrazik drobiowy z udźca pieczony mielony 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos pietruszkowy 80 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Surówka z marchwi z olejem b/c () 100 g Fasolka szparagowa z wody* 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Jarzynowa z makaronem (bez mleka) () 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki gotowane () 180 g Zrazik drobiowy z udźca pieczony mielony 90 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos pietruszkowy 80 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Surówka z marchwi z olejem b/c () 100 g Fasolka szparagowa z wody* 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Jarzynowa z makaronem (bez mleka) () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, S02.) Zrazik drobiowy z udźca pieczony mielony 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Ziemniaki gotowane () 180 g Sos pietruszkowy 80 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Fasolka szparagowa z wody* 100 g Surówka z marchwi z olejem b/c () 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Pieczarkowa z makaronem () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, S02.) Zrazik drobiowy z udźca pieczony mielony 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Ziemniaki gotowane () 180 g Sos pietruszkowy 80 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Fasolka szparagowa z wody* 100 g Surówka z marchwi z olejem b/c () 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Jarzynowa z makaronem (bez mleka) () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane () 180 g Zrazik drobiowy z udźca pieczony mielony 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos pietruszkowy 80 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Surówka z marchwi z olejem b/c () 100 g Fasolka szparagowa z wody* 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Jarzynowa z makaronem (bez mleka) () 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki gotowane () 180 g Zrazik drobiowy z udźca pieczony mielony 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos pietruszkowy (bez mleka) 80 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Surówka z marchwi z olejem b/c () 100 g Fasolka szparagowa z wody* 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml Jarzynowa z makaronem (bez mleka) () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane () 180 g Zrazik drobiowy z udźca pieczony mielony 60 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos pietruszkowy 80 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Surówka z marchwi z olejem b/c () 100 g Fasolka szparagowa z wody* 100 g	Jarzynowa z makaronem (bez mleka) () 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki gotowane () 180 g Zrazik drobiowy z udźca pieczony mielony 30 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos pietruszkowy 80 ml (GLU PSZ, MLE, 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	Kisiel o smaku wiśniowym z/c 200 ml			Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml (MLE.)	Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml (MLE.) Podplomyki b/c 20 g (GLU PSZ, MLE.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Szynka z piersią kurczaka-wędł.z drob.gr.rozd.parzo. w osł.niejadalnej 20 g (SOJ.) Sałata zielona 10 g				

Jadłospisy za okres od dnia 2025-11-24 do dnia 2025-11-30 KUCHNIA SIEDLCE

	SIE- Papkowata b/ml	SIE- Łatwo strawna	SIE- Bezmleczna	SIE- Niskotuszczowa	SIE- O kontr. zaw.kwasów tłuszczowych	SIE- Bogatobiałkowa	SIE- Bogatobiałkowa bezmleczna	SIE- Niskobiałkowa do 50 g białka	SIE- Niskobiałkowa do 30 g białka	SIE- Kleikowa
2025-11-26 środa Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ,) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT,) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona mielona 75 g Brokuł gotowany* 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ,) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Schab Ojca Grzegorza-wędłina wieprzowa wędzona,parzona,z dod.wody,białka wp 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,) Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt (MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE,) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ,) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT,) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 75 g Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 5 g (MLE,) Schab Ojca Grzegorza-wędłina wieprzowa wędzona,parzona,z dod.wody,białka wp 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,) Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt (MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE,) Pomidor b/skórki 80 g Sałata lodowa 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU PSZ, GLU ZYT,) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt (MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE,) Schab Ojca Grzegorza-wędłina wieprzowa wędzona,parzona,z dod.wody,białka wp 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,) Pomidorki koktajlowe 80 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Sałata lodowa 20 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ,) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Schab Ojca Grzegorza-wędłina wieprzowa wędzona,parzona,z dod.wody,białka wp 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,) Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt (MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE,) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ,) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT,) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 75 g Pomidor 80 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 100 g (SEZ, może zawierać: ORZ,) Masło extra 82% 15 g (MLE,) Schab Ojca Grzegorza-wędłina wieprzowa wędzona,parzona,z dod.wody,białka wp 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,) Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt (MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE,) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 100 g (SEZ, może zawierać: ORZ,) Masło extra 82% 15 g (MLE,) Schab Ojca Grzegorza-wędłina wieprzowa wędzona,parzona,z dod.wody,białka wp 20 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,) Miód (25g) 2 szt Pomidor 80 g Sałata lodowa 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	Sok przecierowy warzywno-owocowy 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	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,)	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt

Jadłospisy za okres od dnia 2025-11-24 do dnia 2025-11-30 KUCHNIA SIEDLCE

	SIE- Papkowata b/ml	SIE- Łatwo strawna	SIE- Bezmleczna	SIE- Niskotłuszczowa	SIE- O kontr. zaw.kwasów tłuszczowych	SIE- Bogatobiałkowa	SIE- Bogatobiałkowa bezmleczna	SIE- Niskobiałkowa do 50 g białka	SIE- Niskobiałkowa do 30 g białka	SIE- Kleikowa
2025-11-26 środa	Wartość energetyczna: 2388.88 kcal; Białko ogółem: 95.35 g; Tłuszcz: 52.83 g; Kw. tł. nasy.: 10.52 g; Węglowodany ogółem: 396.28 g; W tym cukry: 139.93 g; Błonnik pok.: 32.00 g; Sól: 9.48 g; WW: 36.39 Por; : 15.97 %; : 66.35 %; Ener. z T: 19.90 %; Ener. z Bł.: 2.68 %; K: 4237.13 mg;	Wartość energetyczna: 2462.50 kcal; Białko ogółem: 104.46 g; Tłuszcz: 69.60 g; Kw. tł. nasy.: 24.40 g; Węglowodany ogółem: 366.98 g; W tym cukry: 89.66 g; Błonnik pok.: 28.41 g; Sól: 7.70 g; WW: 34.09 Por; : 16.97 %; : 59.61 %; Ener. z T: 25.44 %; Ener. z Bł.: 2.31 %; K: 4464.04 mg;	Wartość energetyczna: 2227.34 kcal; Białko ogółem: 97.12 g; Tłuszcz: 51.03 g; Kw. tł. nasy.: 10.40 g; Węglowodany ogółem: 356.05 g; W tym cukry: 77.10 g; Błonnik pok.: 30.33 g; Sól: 8.84 g; WW: 32.71 Por; : 17.44 %; : 63.94 %; Ener. z T: 20.62 %; Ener. z Bł.: 2.72 %; K: 4107.50 mg;	Wartość energetyczna: 2193.88 kcal; Białko ogółem: 99.08 g; Tłuszcz: 52.02 g; Kw. tł. nasy.: 17.08 g; Węglowodany ogółem: 343.69 g; W tym cukry: 90.58 g; Błonnik pok.: 28.64 g; Sól: 5.89 g; WW: 31.76 Por; : 18.06 %; : 62.66 %; Ener. z T: 21.34 %; Ener. z Bł.: 2.61 %; K: 4517.78 mg;	Wartość energetyczna: 2478.02 kcal; Białko ogółem: 108.80 g; Tłuszcz: 73.64 g; Kw. tł. nasy.: 21.49 g; Węglowodany ogółem: 362.38 g; W tym cukry: 87.02 g; Błonnik pok.: 39.05 g; Sól: 8.76 g; WW: 32.58 Por; : 17.56 %; : 58.49 %; Ener. z T: 26.75 %; Ener. z Bł.: 3.15 %; K: 4964.00 mg;	Wartość energetyczna: 2740.70 kcal; Białko ogółem: 113.53 g; Tłuszcz: 74.57 g; Kw. tł. nasy.: 26.79 g; Węglowodany ogółem: 415.94 g; W tym cukry: 114.66 g; Błonnik pok.: 28.45 g; Sól: 7.93 g; WW: 39.00 Por; : 16.57 %; : 60.71 %; Ener. z T: 24.49 %; Ener. z Bł.: 2.08 %; K: 4747.97 mg;	Wartość energetyczna: 2408.34 kcal; Białko ogółem: 102.94 g; Tłuszcz: 57.85 g; Kw. tł. nasy.: 12.05 g; Węglowodany ogółem: 385.19 g; W tym cukry: 77.24 g; Błonnik pok.: 32.17 g; Sól: 10.15 g; WW: 35.45 Por; : 17.10 %; : 63.98 %; Ener. z T: 21.62 %; Ener. z Bł.: 2.67 %; K: 4125.59 mg;	Wartość energetyczna: 2207.37 kcal; Białko ogółem: 51.95 g; Tłuszcz: 67.48 g; Kw. tł. nasy.: 24.17 g; Węglowodany ogółem: 356.67 g; W tym cukry: 116.67 g; Błonnik pok.: 28.52 g; Sól: 3.19 g; WW: 33.09 Por; : 9.41 %; : 64.63 %; Ener. z T: 27.52 %; Ener. z Bł.: 2.58 %; K: 3502.04 mg;	Wartość energetyczna: 2022.38 kcal; Białko ogółem: 34.47 g; Tłuszcz: 47.68 g; Kw. tł. nasy.: 18.24 g; Węglowodany ogółem: 371.66 g; W tym cukry: 117.00 g; Błonnik pok.: 30.32 g; Sól: 2.31 g; WW: 34.38 Por; : 6.82 %; : 73.51 %; Ener. z T: 21.22 %; Ener. z Bł.: 3.00 %; K: 3408.50 mg;	Wartość energetyczna: 887.22 kcal; Białko ogółem: 19.66 g; Tłuszcz: 7.47 g; Kw. tł. nasy.: 0.18 g; Węglowodany ogółem: 184.88 g; W tym cukry: 34.15 g; Błonnik pok.: 2.73 g; Sól: 0.19 g; WW: 18.29 Por; : 8.86 %; : 83.35 %; Ener. z T: 7.57 %; Ener. z Bł.: 0.62 %; K: 127.46 mg;

Jadłospisy za okres od dnia 2025-11-24 do dnia 2025-11-30 KUCHNIA SIEDLCE

	SIE- Papkowata b/ml	SIE- Łatwo strawna	SIE- Bezmleczna	SIE- Niskotłuszczowa	SIE- O kontr. zaw.kwasów tłuszczowych	SIE- Bogatobiałkowa	SIE- Bogatobiałkowa bezmleczna	SIE- Niskobiałkowa do 50 g białka	SIE- Niskobiałkowa do 30 g białka	SIE- Kleikowa
2025-11-27 czwartek Śniadanie	<p>Płatki ryżowe na wodzie 300 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody mielona 75 g (<u>SOJ.</u>) Marchew gotowana z olejem () 100 g</p>	<p>Płatki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 25 g (<u>SOJ.</u>) Sałatka jarzynowa - dieta () 100 g (<u>MLE, SEL.</u>) Sałata zielona 20 g Jabłko pieczone 150 g</p>	<p>Płatki ryżowe na wodzie 300 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 75 g (<u>SOJ.</u>) Sałatka jarzynowa z olejem () 100 g (<u>SEL.</u>) Sałata zielona 20 g Jabłko pieczone 150 g</p>	<p>Płatki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 25 g (<u>SOJ.</u>) Pomidor b/skórki 80 g Jabłko pieczone 150 g Sałata zielona 20 g</p>	<p>Płatki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u>) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Ser żółty 25 g (<u>MLE.</u>) Sałatka jarzynowa - dieta () 100 g (<u>MLE, SEL.</u>) Sałata zielona 20 g</p>	<p>Płatki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 25 g (<u>SOJ.</u>) Sałatka jarzynowa - dieta () 100 g (<u>MLE, SEL.</u>) Sałata zielona 20 g</p>	<p>Płatki ryżowe na wodzie 300 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 100 g (<u>SEZ, może zawierać: ORZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (<u>SOJ.</u>) Dżem 25 g 1 szt Sałatka jarzynowa z olejem () 100 g (<u>SEL.</u>) Sałata zielona 20 g Jabłko pieczone 150 g Kisiel o smaku cytrynowym z/c 150 ml</p>	<p>Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 100 g (<u>SEZ, może zawierać: ORZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 20 g (<u>SOJ.</u>) Dżem 25 g 2 szt Sałatka jarzynowa z olejem () 100 g (<u>SEL.</u>) Sałata zielona 20 g Jabłko pieczone 150 g Kisiel o smaku cytrynowym z/c 150 ml</p>	<p>Kleik ryżowy na wodzie 200 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Suchary b/c 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u>)</p>	
	II ŚN	<p>Jabłko pieczone 150 g</p>				<p>Jabłko 150 g</p>	<p>Jabłko pieczone 150 g</p>	<p>Jabłko pieczone 150 g Kisiel o smaku truskawkowym z/c 200 ml</p>		

Jadłospisy za okres od dnia 2025-11-24 do dnia 2025-11-30 KUCHNIA SIEDLCE

	SIE- Papkowata b/ml	SIE- Łatwo strawna	SIE- Bezmleczna	SIE- Niskotłuszczowa	SIE- O kontr. zaw.kwasów tłuszczowych	SIE- Bogatobiałkowa	SIE- Bogatobiałkowa bezmleczna	SIE- Niskobiałkowa do 50 g białka	SIE- Niskobiałkowa do 30 g białka	SIE- Kleikowa
Obiad	Ziemniaczana (bez mleka) () 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Pulpet wieprzowy rozdrobniony 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos pomidorowy 80 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Ziemniaki gotowane puree (bez mleka) () 180 g Dyńia z wody 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Ziemniaczana () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami* 300 g (<u>SEL, GLU JĘCZ.</u>) Dyńia z wody 100 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Ziemniaczana (bez mleka) () 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami* 300 g (<u>SEL, GLU JĘCZ.</u>) Dyńia z wody 100 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Ziemniaczana () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami* 300 g (<u>SEL, GLU JĘCZ.</u>) Dyńia z wody 100 g Surówka z kapusty pekińskiej () 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Barszcz biały z ziemniakami () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT.</u>) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami* 300 g (<u>SEL, GLU JĘCZ.</u>) Dyńia z wody 100 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml	Ziemniaczana () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami* 300 g (<u>SEL, GLU JĘCZ.</u>) Dyńia z wody 100 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Ziemniaczana (bez mleka) () 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami* 300 g (<u>SEL, GLU JĘCZ.</u>) Dyńia z wody 100 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Ziemniaczana (bez mleka) () 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami* 150 g (<u>SEL, GLU JĘCZ.</u>) Dyńia z wody 100 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Herbata czarna granulowana z/c 500 ml Suchary b/c 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u>)	
PD	Kisiel o smaku cytrynowym z/c 200 ml				Serek homogenizowany o smaku waniliowym 140g 1 szt (<u>MLE.</u>)	Serek homogenizowany o smaku waniliowym 140g 1 szt (<u>MLE.</u>) Herbatniki 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u>)	Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz .parzo.z dodat.wody w osł.niejad 20 g Sałata zielona 10 g			
Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Połudwica Sopotcka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona mielona 75 g (<u>SOJ.</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 100 g (<u>SEL.</u>) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Leczo z drobiem-dieta () 300 g Chleb mieszany pszenno-żytni 100 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 Banan 150 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Leczo z drobiem-dieta () 300 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Banan 150 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Serek a'la homogenizowany z ziołami 80 g (<u>MLE.</u>) Połudwica Sopotcka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 25 g (<u>SOJ.</u>) Pomidor b/skórki 80 g Sałata zielona 20 g Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<u>MLE.</u>) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Leczo z drobiem-dieta () 300 g Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<u>MLE.</u>) Banan 150 g 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 100 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 Banan 150 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Leczo z drobiem-dieta () 300 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Banan 150 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 100 g (<u>SEZ, może zawierać: ORZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Połudwica Sopotcka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 20 g (<u>SOJ.</u>) Miód (25g) 2 szt Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Chleb bezglutenowy 100 g (<u>SEZ, może zawierać: ORZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Połudwica Sopotcka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 20 g (<u>SOJ.</u>) Miód (25g) 2 szt Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Kleik ryżowy na wodzie 200 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Suchary b/c 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u>)

Jadłospisy za okres od dnia 2025-11-24 do dnia 2025-11-30 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- Papkowata b/ml	SIE- Łatwo strawna	SIE- Bezmleczna	SIE- Niskotuszczowa	SIE- O kontr. zaw.kwasów tłuszczowych	SIE- Bogatobiałkowa	SIE- Bogatobiałkowa bezmleczna	SIE- Niskobiałkowa do 50 g białka	SIE- Niskobiałkowa do 30 g białka	SIE- Kleikowa
2025-11-27 czwartek	PN	Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt	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: 2259.95 kcal; Białko ogółem: 83.17 g; Tłuszcz: 46.97 g; Kw. tł. nasy.: 11.07 g; Węglowodany ogółem: 390.22 g; W tym cukry: 119.94 g; Błonnik pok.: 33.74 g; Sól: 9.75 g; WW: 35.66 Por.; : 14.72 %; : 69.07 %; Ener. z T: 18.71 %; Ener. z Bł.: 2.99 %; K: 4473.32 mg;	Wartość energetyczna: 2420.29 kcal; Białko ogółem: 100.36 g; Tłuszcz: 50.51 g; Kw. tł. nasy.: 15.53 g; Węglowodany ogółem: 406.21 g; W tym cukry: 124.05 g; Błonnik pok.: 38.31 g; Sól: 7.30 g; WW: 36.84 Por.; : 16.59 %; : 67.13 %; Ener. z T: 18.78 %; Ener. z Bł.: 3.17 %; K: 4738.02 mg;	Wartość energetyczna: 2331.00 kcal; Białko ogółem: 88.19 g; Tłuszcz: 46.46 g; Kw. tł. nasy.: 7.85 g; Węglowodany ogółem: 405.24 g; W tym cukry: 109.27 g; Błonnik pok.: 37.70 g; Sól: 7.33 g; WW: 36.77 Por.; : 15.13 %; : 69.54 %; Ener. z T: 17.94 %; Ener. z Bł.: 3.23 %; K: 4246.93 mg;	Wartość energetyczna: 2146.93 kcal; Białko ogółem: 97.85 g; Tłuszcz: 45.02 g; Kw. tł. nasy.: 16.92 g; Węglowodany ogółem: 384.56 g; W tym cukry: 93.95 g; Błonnik pok.: 28.73 g; Sól: 6.36 g; WW: 32.10 Por.; : 18.23 %; : 64.94 %; Ener. z T: 18.87 %; Ener. z Bł.: 2.68 %; K: 3775.74 mg;	Wartość energetyczna: 2439.51 kcal; Białko ogółem: 109.32 g; Tłuszcz: 61.05 g; Kw. tł. nasy.: 20.51 g; Węglowodany ogółem: 384.59 g; W tym cukry: 116.53 g; Błonnik pok.: 48.71 g; Sól: 6.49 g; WW: 33.71 Por.; : 17.92 %; : 63.06 %; Ener. z T: 22.52 %; Ener. z Bł.: 3.99 %; K: 5270.62 mg;	Wartość energetyczna: 2689.69 kcal; Białko ogółem: 109.68 g; Tłuszcz: 57.87 g; Kw. tł. nasy.: 18.61 g; Węglowodany ogółem: 448.01 g; W tym cukry: 151.04 g; Błonnik pok.: 38.78 g; Sól: 7.63 g; WW: 41.02 Por.; : 16.31 %; : 66.63 %; Ener. z T: 19.36 %; Ener. z Bł.: 2.88 %; K: 4774.92 mg;	Wartość energetyczna: 2680.50 kcal; Białko ogółem: 96.06 g; Tłuszcz: 51.83 g; Kw. tł. nasy.: 9.35 g; Węglowodany ogółem: 473.18 g; W tym cukry: 140.30 g; Błonnik pok.: 38.82 g; Sól: 8.53 g; WW: 43.48 Por.; : 14.33 %; : 70.61 %; Ener. z T: 17.40 %; Ener. z Bł.: 2.90 %; K: 4322.89 mg;	Wartość energetyczna: 2290.98 kcal; Białko ogółem: 50.22 g; Tłuszcz: 62.65 g; Kw. tł. nasy.: 21.01 g; Węglowodany ogółem: 390.57 g; W tym cukry: 106.42 g; Błonnik pok.: 33.55 g; Sól: 3.67 g; WW: 35.74 Por.; : 8.77 %; : 68.19 %; Ener. z T: 24.61 %; Ener. z Bł.: 2.93 %; K: 3252.50 mg;	Wartość energetyczna: 2089.50 kcal; Białko ogółem: 33.52 g; Tłuszcz: 54.14 g; Kw. tł. nasy.: 19.37 g; Węglowodany ogółem: 374.48 g; W tym cukry: 113.64 g; Błonnik pok.: 29.99 g; Sól: 2.56 g; WW: 34.54 Por.; : 6.42 %; : 71.69 %; Ener. z T: 23.32 %; Ener. z Bł.: 2.87 %; K: 2859.38 mg;	Wartość energetyczna: 887.22 kcal; Białko ogółem: 19.66 g; Tłuszcz: 7.47 g; Kw. tł. nasy.: 0.18 g; Węglowodany ogółem: 184.88 g; W tym cukry: 34.15 g; Błonnik pok.: 2.73 g; Sól: 0.19 g; WW: 18.29 Por.; : 8.86 %; : 83.35 %; Ener. z T: 7.57 %; Ener. z Bł.: 0.62 %; K: 127.46 mg;
2025-11-28 piątek	Śniadanie	Kasza manna na wodzie 300 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Kawa zbożowa z/c 250 ml (<u>GLU ŻYT. GLU JĘCZ.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz .parzo.z dodat.wody w osł.niejad mielona 50 g Dżem 25 g 1 szt Dynamis z wody 100 g	Kasza manna na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ. MLE.</u>) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>GLU ŻYT. GLU JĘCZ.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% (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 Sałata zielona 20 g Mus owocowy 100g-produkt pasteryzowany 1 szt	Kasza manna na wodzie 300 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Kawa zbożowa z/c 250 ml (<u>GLU ŻYT. GLU JĘCZ.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% 1 szt Serek wiejski lekki 3% tł 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) Pomidor b/skórki 80 g Sałata zielona 20 g Mus owocowy 100g-produkt pasteryzowany 1 szt	Kasza manna na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ. MLE.</u>) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE. GLU ŻYT. GLU JĘCZ.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Dżem 25 g 1 szt Serek wiejski lekki 3% tł 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) Papryka świeża 80 g Rukola 20 g	Kasza manna na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ. MLE.</u>) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE. GLU ŻYT. GLU JĘCZ.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% (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 Sałata zielona 20 g	Kasza manna na wodzie 300 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Kawa zbożowa z/c 250 ml (<u>GLU ŻYT. GLU JĘCZ.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% 10 g (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 Sałata zielona 20 g	Chleb bezglutenowy 100 g (<u>SEZ. może zawierać: ORZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz .parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Dżem 25 g 1 szt Pomidor 80 g Kawa zbożowa z/c 250 ml (<u>GLU ŻYT. GLU JĘCZ.</u>) Sałata zielona 20 g Mus owocowy 100g-produkt pasteryzowany 1 szt	Chleb bezglutenowy 100 g (<u>SEZ. może zawierać: ORZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz .parzo.z dodat.wody w osł.niejad 20 g Dżem 25 g 2 szt Pomidor 80 g Kawa zbożowa z/c 250 ml (<u>GLU ŻYT. GLU JĘCZ.</u>) Sałata zielona 20 g Mus owocowy 100g-produkt pasteryzowany 1 szt	Kleik ryżowy na wodzie 200 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Suchary b/c 30 g (<u>GLU PSZ. SOJ. MLE.</u>)	

Jadłospisy za okres od dnia 2025-11-24 do dnia 2025-11-30 KUCHNIA SIEDLCE

	SIE- Papkowata b/ml	SIE- Łatwo strawna	SIE- Bezmleczna	SIE- Niskotłuszczowa	SIE- O kontr. zaw.kwasów tłuszczowych	SIE- Bogatobiałkowa	SIE- Bogatobiałkowa bezmleczna	SIE- Niskobiałkowa do 50 g białka	SIE- Niskobiałkowa do 30 g białka	SIE- Kleikowa
II ŚN	Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt				Śliwka 150 g	Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt				
2025-11-28 piątek Obiad	Szpinakowa z zacierką (bez mleka) () 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane puree (bez mleka) () 180 g Pulpet rybny (Morszczuk) rozdrobniony 120 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u>) Sos koperkowy *(bez mleka) 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	Szpinakowa z zacierką () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 180 g Pulpet rybny (Morszczuk) 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	Szpinakowa z zacierką (bez mleka) () 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 180 g Pulpet rybny (Morszczuk) 120 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u>) Sos koperkowy *(bez mleka) 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	Szpinakowa z zacierką () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 180 g Pulpet rybny (Morszczuk) 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	Szpinakowa z zacierką () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 180 g Pulpet rybny (Morszczuk) 120 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u>) Sos koperkowy () 80 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Surówka z kapusty czerwonej z olejem 100 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, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 180 g Pulpet rybny (Morszczuk) 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	Szpinakowa z zacierką (bez mleka) () 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 180 g Pulpet rybny (Morszczuk) 60 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u>) Sos koperkowy *(bez mleka) 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	Szpinakowa z zacierką (bez mleka) () 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 180 g Pulpet rybny (Morszczuk) 60 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u>) Sos koperkowy (bez mleka) 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	Szpinakowa z zacierką (bez mleka) () 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 180 g Pulpet rybny (Morszczuk) 40 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u>) Sos koperkowy (bez mleka) 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	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Herbata czarna ekspresowa z/c 500 ml Suchary b/c 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u>)
PD	Galaretką o smaku cytrynowym 200 g				Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Twarożek z koperkiem 30 g (<u>MLE.</u>) Sałata zielona 20 g	Jogurt brzoskwiowy 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)	Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 20 g (<u>SOJ.</u>) Sałata zielona 20 g			

Jadłospisy za okres od dnia 2025-11-24 do dnia 2025-11-30 KUCHNIA SIEDLCE

	SIE- Papkowata b/ml	SIE- Łatwo strawna	SIE- Bezmleczna	SIE- Niskotłuszczowa	SIE- O kontr. zaw.kwasów tłuszczowych	SIE- Bogatobiałkowa	SIE- Bogatobiałkowa bezmleczna	SIE- Niskobiałkowa do 50 g białka	SIE- Niskobiałkowa do 30 g białka	SIE- Kleikowa	
2025-11-28 piątek	Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT) 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 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 80 g (JAJ, MLE) Serek homo z natką pietruszki 80 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 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Jajko gotowane kl M 2 szt (JAJ) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLUPSZ) Masło extra 82% 5 g (MLE) Miód (25g) 1 szt Serek homo z natką pietruszki 80 g (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 100 g (GLU PSZ, GLU ZYT) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 80 g (JAJ, MLE) Serek homo z natką pietruszki 80 g (MLE) Pomidor 80 g Kiełki brokuła 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 80 g (JAJ, MLE) Serek homo z natką pietruszki 80 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 bezglutenowy 100 g (SEZ, może zawierać: ORZ) Masło extra 82% 15 g (MLE) Serek homo z natką pietruszki 50 g (MLE) Miód (25g) 1 szt Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 100 g (SEZ, może zawierać: ORZ) Masło extra 82% 15 g (MLE) Miód (25g) 2 szt Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Kleik ryżowy na wodzie 200 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Suchary b/c 30 g (GLU PSZ, SOJ, MLE)	
		PN	Biszkopty b/ml 30 g (GLU PSZ, JAJ) Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt	Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (MLE) Biszkopty b/ml 30 g (GLU PSZ, JAJ)	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt Biszkopty b/ml 30 g (GLU PSZ, JAJ)	Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (MLE) Biszkopty b/ml 30 g (GLU PSZ, JAJ)	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 30 g	Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (MLE) Biszkopty b/ml 30 g (GLU PSZ, JAJ)	Biszkopty b/ml 30 g (GLU PSZ, JAJ) Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt	Biszkopty b/ml 30 g (GLU PSZ, JAJ)	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
			Wartość energetyczna: 2340.55 kcal; Białko ogółem: 95.94 g; Tłuszcz: 54.79 g; Kw. tł. nasy.: 11.67 g; Węglowodany ogółem: 375.97 g; W tym cukry: 78.54 g; Błonnik pok.: 30.34 g; Sól: 8.31 g; WW: 34.44 Por; : 16.40 %; : 64.25 %; Ener. z T: 21.07 %; Ener. z Bł.: 2.59 %; K: 3771.49 mg;	Wartość energetyczna: 2601.59 kcal; Białko ogółem: 130.18 g; Tłuszcz: 70.95 g; Kw. tł. nasy.: 23.71 g; Węglowodany ogółem: 372.26 g; W tym cukry: 94.64 g; Błonnik pok.: 28.83 g; Sól: 7.78 g; WW: 34.46 Por; : 20.02 %; : 57.24 %; Ener. z T: 24.55 %; Ener. z Bł.: 2.22 %; K: 4619.84 mg;	Wartość energetyczna: 2176.96 kcal; Białko ogółem: 92.91 g; Tłuszcz: 56.00 g; Kw. tł. nasy.: 11.73 g; Węglowodany ogółem: 337.63 g; W tym cukry: 60.42 g; Błonnik pok.: 28.47 g; Sól: 9.74 g; WW: 30.93 Por; : 17.07 %; : 62.04 %; Ener. z T: 23.15 %; Ener. z Bł.: 2.62 %; K: 3703.35 mg;	Wartość energetyczna: 2410.58 kcal; Białko ogółem: 122.05 g; Tłuszcz: 44.74 g; Kw. tł. nasy.: 14.92 g; Węglowodany ogółem: 391.33 g; W tym cukry: 95.22 g; Błonnik pok.: 27.21 g; Sól: 6.67 g; WW: 36.61 Por; : 20.25 %; : 64.94 %; Ener. z T: 16.70 %; Ener. z Bł.: 2.26 %; K: 4565.84 mg;	Wartość energetyczna: 2602.02 kcal; Białko ogółem: 132.52 g; Tłuszcz: 72.59 g; Kw. tł. nasy.: 18.93 g; Węglowodany ogółem: 375.28 g; W tym cukry: 85.61 g; Błonnik pok.: 43.85 g; Sól: 9.72 g; WW: 33.33 Por; : 20.37 %; : 57.69 %; Ener. z T: 25.11 %; Ener. z Bł.: 3.37 %; K: 5150.00 mg;	Wartość energetyczna: 2716.59 kcal; Białko ogółem: 134.28 g; Tłuszcz: 74.70 g; Kw. tł. nasy.: 26.11 g; Węglowodany ogółem: 388.26 g; W tym cukry: 117.29 g; Błonnik pok.: 29.18 g; Sól: 7.93 g; WW: 36.06 Por; : 19.77 %; : 57.17 %; Ener. z T: 24.75 %; Ener. z Bł.: 2.15 %; K: 4919.84 mg;	Wartość energetyczna: 2415.10 kcal; Białko ogółem: 103.59 g; Tłuszcz: 60.76 g; Kw. tł. nasy.: 13.19 g; Węglowodany ogółem: 376.33 g; W tym cukry: 78.19 g; Błonnik pok.: 29.65 g; Sól: 9.56 g; WW: 34.68 Por; : 17.16 %; : 62.33 %; Ener. z T: 22.64 %; Ener. z Bł.: 2.46 %; K: 3795.53 mg;	Wartość energetyczna: 1958.48 kcal; Białko ogółem: 52.97 g; Tłuszcz: 56.36 g; Kw. tł. nasy.: 18.78 g; Węglowodany ogółem: 316.45 g; W tym cukry: 59.71 g; Błonnik pok.: 30.18 g; Sól: 4.22 g; WW: 28.67 Por; : 10.82 %; : 64.63 %; Ener. z T: 25.90 %; Ener. z Bł.: 3.08 %; K: 3203.75 mg;	Wartość energetyczna: 1951.56 kcal; Białko ogółem: 35.48 g; Tłuszcz: 52.66 g; Kw. tł. nasy.: 18.18 g; Węglowodany ogółem: 341.27 g; W tym cukry: 69.63 g; Błonnik pok.: 30.02 g; Sól: 3.06 g; WW: 31.24 Por; : 7.27 %; : 69.95 %; Ener. z T: 24.28 %; Ener. z Bł.: 3.08 %; K: 3114.41 mg;

Jadłospisy za okres od dnia 2025-11-24 do dnia 2025-11-30 KUCHNIA SIEDLCE

	SIE- Papkowata b/ml	SIE- Łatwo strawna	SIE- Bezmleczna	SIE- Niskotuszczowa	SIE- O kontr. zaw.kwasów tłuszczowych	SIE- Bogatobiałkowa	SIE- Bogatobiałkowa bezmleczna	SIE- Niskobiałkowa do 50 g białka	SIE- Niskobiałkowa do 30 g białka	SIE- Kleikowa	
2025-11-29 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 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Połudwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona mielona 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 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Połudwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g (SOJ.) Miód (25g) 1 szt Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Banan 150 g	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 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Połudwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g (SOJ.) Miód (25g) 1 szt Pomidor b/skórki 80 g Banan 150 g Sałata lodowa 20 g	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (MLE, GLU JĘCZ.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Połudwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g (SOJ.) Miód (25g) 1 szt Pomidor 80 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Sałata lodowa 20 g	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (MLE, GLU JĘCZ.) Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Połudwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g (SOJ.) Ser żółty 25 g (MLE.) Pomidor 80 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Sałata lodowa 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 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Połudwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g (SOJ.) Miód (25g) 1 szt Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g	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 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Połudwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 75 g (SOJ.) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 100 g (SEZ, może zawierać: ORZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Połudwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 25 g (SOJ.) Miód (25g) 2 szt Pomidor 80 g Banan 150 g Podpłomyki b/c 20 g (GLU PSZ, MLE.) Sałata lodowa 20 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 100 g (SEZ, może zawierać: ORZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Połudwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 20 g (SOJ.) Miód (25g) 2 szt Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Banan 150 g Podpłomyki b/c 20 g (GLU PSZ, MLE.)	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			Gruszka 150 g	Banan 150 g					
2025-11-29 sobota	Obiad	Koperkowa z ryżem (bez mleka) () 300 ml (SEL.) Ziemniaki gotowane puree (bez mleka) () 180 g Gulasz wołowy rozdrobniony 150 g (GLU PSZ.) Buraczki gotowane drobno tarte () 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Koperkowa z ryżem (bez mleka) () 300 ml (MLE, SEL.) Kasza jaglana na sypko 180 g Gulasz wołowy 150 g (GLU PSZ.) Surówka z marchwi i jabłka b/c () 100 g (MLE.) Buraczki gotowane drobno tarte () 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Koperkowa z ryżem (bez mleka) () 300 ml (SEL.) Kasza jaglana na sypko 180 g Gulasz wołowy 150 g (GLU PSZ.) Buraczki gotowane drobno tarte () 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Koperkowa z ryżem (bez mleka) () 300 ml (MLE, SEL.) Gulasz wołowy 150 g (GLU PSZ.) Kasza jaglana na sypko 180 g Surówka z marchwi i jabłka b/c () 100 g (MLE.) Buraczki gotowane drobno tarte () 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Koperkowa z ryżem (bez mleka) () 300 ml (MLE, SEL.) Kasza jaglana na sypko 180 g Gulasz wołowy 150 g (GLU PSZ.) Surówka z marchwi i jabłka b/c () 100 g (MLE.) Buraczki gotowane drobno tarte () 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Koperkowa z ryżem (bez mleka) () 300 ml (MLE, SEL.) Kasza jaglana na sypko 180 g Gulasz wołowy 150 g (GLU PSZ.) Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c () 100 g Buraczki gotowane drobno tarte () 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Koperkowa z ryżem (bez mleka) () 300 ml (MLE, SEL.) Kasza jaglana na sypko 180 g Gulasz wołowy 80 g (GLU PSZ.) Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c () 100 g Buraczki gotowane drobno tarte () 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Koperkowa z ryżem (bez mleka) () 300 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane () 180 g Gulasz wołowy 50 g (GLU PSZ.) Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c () 100 g Buraczki gotowane drobno tarte () 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.)	

Jadłospisy za okres od dnia 2025-11-24 do dnia 2025-11-30 KUCHNIA SIEDLCE

	SIE- Papkowata b/ml	SIE- Łatwo strawna	SIE- Bezmleczna	SIE- Niskotuszczowa	SIE- O kontr. zaw.kwasów tłuszczowych	SIE- Bogatobiałkowa	SIE- Bogatobiałkowa bezmleczna	SIE- Niskobiałkowa do 50 g białka	SIE- Niskobiałkowa do 30 g białka	SIE- Kleikowa
PD	Kisiel o smaku truskawkowym z/c 200 ml				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.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ. GLU ZYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Sałata zielona 20 g			
2025-11-29 sobota Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ. GLU ZYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona mielona 75 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 50 g (GLU PSZ. GLU ZYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynkowa Extra-wędzonka wieprzowa,wędzona ,z wodą dodaną. 30 g (SOJ.) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 25 g (SOJ. może zawierać: GLU PSZ. JAJ. MLE. SEL. GOR.) Pomidor 80 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ. GLU ZYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 75 g Pomidor 80 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Szynkowa Extra-wędzonka wieprzowa,wędzona ,z wodą dodaną. 30 g (SOJ.) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 25 g (SOJ. może zawierać: GLU PSZ. JAJ. MLE. SEL. GOR.) Pomidor b/skórki 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU PSZ. GLU ZYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Pasta z soczewicy czerwonej 80 g Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 25 g (SOJ. może zawierać: GLU PSZ. JAJ. MLE. SEL. GOR.) Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ. GLU ZYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynkowa Extra-wędzonka wieprzowa,wędzona ,z wodą dodaną. 50 g (SOJ.) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 25 g (SOJ. może zawierać: GLU PSZ. JAJ. MLE. SEL. GOR.) 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 50 g (GLU PSZ. GLU ZYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 75 g Pomidor 80 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 100 g (SEZ. może zawierać: ORZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 50 g (SOJ. może zawierać: GLU PSZ. JAJ. MLE. SEL. GOR.) Dżem 25 g 1 szt Pomidor 80 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 100 g (SEZ. może zawierać: ORZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 20 g (SOJ. może zawierać: GLU PSZ. JAJ. MLE. SEL. GOR.) Dżem 25 g 2 szt Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Kleik ryżowy na wodzie 200 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Suchary b/c 30 g (GLU PSZ. SOJ. MLE.)
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.)		Mus- przecier owocowy jabłko 100g (tubka) 1 szt		Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt		

Jadłospisy za okres od dnia 2025-11-24 do dnia 2025-11-30 KUCHNIA SIEDLCE

	SIE- Papkowata b/ml	SIE- Łatwo strawna	SIE- Bezmleczna	SIE- Niskotłuszczowa	SIE- O kontr. zaw.kwasów tłuszczowych	SIE- Bogatobiałkowa	SIE- Bogatobiałkowa bezmleczna	SIE- Niskobiałkowa do 50 g białka	SIE- Niskobiałkowa do 30 g białka	SIE- Kleikowa
2025-11-29 sobota	Wartość energetyczna: 2189.23 kcal; Białko ogółem: 81.68 g; Tłuszcz: 38.29 g; Kw. tł. nasy.: 9.51 g; Węglowodany ogółem: 393.87 g; W tym cukry: 133.17 g; Błonnik pok.: 29.46 g; Sól: 8.28 g; WW: 36.46 Por; : 14.92 %; : 71.97 %; Ener. z T: 15.74 %; Ener. z Bł.: 2.69 %; K: 4260.69 mg;	Wartość energetyczna: 2439.67 kcal; Białko ogółem: 101.60 g; Tłuszcz: 50.96 g; Kw. tł. nasy.: 21.51 g; Węglowodany ogółem: 406.25 g; W tym cukry: 103.42 g; Błonnik pok.: 26.91 g; Sól: 9.45 g; WW: 37.98 Por; : 16.66 %; : 66.61 %; Ener. z T: 18.80 %; Ener. z Bł.: 2.21 %; K: 3459.81 mg;	Wartość energetyczna: 1993.05 kcal; Białko ogółem: 81.41 g; Tłuszcz: 37.64 g; Kw. tł. nasy.: 9.87 g; Węglowodany ogółem: 344.21 g; W tym cukry: 95.22 g; Błonnik pok.: 24.54 g; Sól: 7.41 g; WW: 31.97 Por; : 16.34 %; : 69.08 %; Ener. z T: 17.00 %; Ener. z Bł.: 2.46 %; K: 2911.89 mg;	Wartość energetyczna: 2359.44 kcal; Białko ogółem: 101.24 g; Tłuszcz: 40.63 g; Kw. tł. nasy.: 15.14 g; Węglowodany ogółem: 408.97 g; W tym cukry: 108.32 g; Błonnik pok.: 24.11 g; Sól: 7.96 g; WW: 38.53 Por; : 17.16 %; : 69.33 %; Ener. z T: 15.50 %; Ener. z Bł.: 2.04 %; K: 3702.48 mg;	Wartość energetyczna: 2516.77 kcal; Białko ogółem: 112.36 g; Tłuszcz: 64.73 g; Kw. tł. nasy.: 22.38 g; Węglowodany ogółem: 392.49 g; W tym cukry: 87.55 g; Błonnik pok.: 42.52 g; Sól: 9.62 g; WW: 34.99 Por; : 17.86 %; : 62.38 %; Ener. z T: 23.15 %; Ener. z Bł.: 3.38 %; K: 4032.47 mg;	Wartość energetyczna: 2803.07 kcal; Białko ogółem: 109.83 g; Tłuszcz: 64.29 g; Kw. tł. nasy.: 29.59 g; Węglowodany ogółem: 458.81 g; W tym cukry: 128.42 g; Błonnik pok.: 26.95 g; Sól: 9.82 g; WW: 43.24 Por; : 15.67 %; : 65.47 %; Ener. z T: 20.64 %; Ener. z Bł.: 1.92 %; K: 3743.74 mg;	Wartość energetyczna: 2174.56 kcal; Białko ogółem: 94.17 g; Tłuszcz: 47.75 g; Kw. tł. nasy.: 12.88 g; Węglowodany ogółem: 354.85 g; W tym cukry: 94.99 g; Błonnik pok.: 26.57 g; Sól: 9.04 g; WW: 32.80 Por; : 17.32 %; : 65.27 %; Ener. z T: 19.76 %; Ener. z Bł.: 2.44 %; K: 3003.07 mg;	Wartość energetyczna: 2056.51 kcal; Białko ogółem: 50.37 g; Tłuszcz: 49.54 g; Kw. tł. nasy.: 19.60 g; Węglowodany ogółem: 358.69 g; W tym cukry: 103.54 g; Błonnik pok.: 25.22 g; Sól: 3.21 g; WW: 33.39 Por; : 9.80 %; : 69.77 %; Ener. z T: 21.68 %; Ener. z Bł.: 2.45 %; K: 2550.49 mg;	Wartość energetyczna: 1975.02 kcal; Białko ogółem: 34.86 g; Tłuszcz: 43.87 g; Kw. tł. nasy.: 18.32 g; Węglowodany ogółem: 368.05 g; W tym cukry: 113.28 g; Błonnik pok.: 27.01 g; Sól: 2.61 g; WW: 34.25 Por; : 7.06 %; : 74.54 %; Ener. z T: 19.99 %; Ener. z Bł.: 2.74 %; K: 3568.40 mg;	Wartość energetyczna: 887.22 kcal; Białko ogółem: 19.86 g; Tłuszcz: 7.47 g; Kw. tł. nasy.: 0.18 g; Węglowodany ogółem: 184.88 g; W tym cukry: 34.15 g; Błonnik pok.: 2.73 g; Sól: 0.25 g; WW: 18.29 Por; : 8.95 %; : 83.35 %; Ener. z T: 7.57 %; Ener. z Bł.: 0.62 %; K: 159.20 mg;
2025-11-30 niedziela	Śniadanie Kasza kukurydziana na wodzie 300 ml Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ. GLU ZYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody mielona 75 g (<u>SOJ.</u>) Marchew gotowana z olejem () 100 g	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (<u>MLE.</u>) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ. GLU ZYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Pomidor 80 g Mix sałat 20 g Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (<u>SOJ.</u>) Ser mozzarella kulki 35 g (<u>MLE.</u>) Jabłko pieczone 150 g	Kasza kukurydziana na wodzie 300 ml Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ. GLU ZYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Miód (25g) 1 szt Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (<u>SOJ.</u>) Miód (25g) 1 szt Jabłko pieczone 150 g Mix sałat 20 g	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (<u>MLE.</u>) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Pomidor b/skórki 80 g Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (<u>SOJ.</u>) Miód (25g) 1 szt Jabłko pieczone 150 g Mix sałat 20 g	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (<u>MLE.</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (<u>GLU PSZ. GLU ZYT.</u>) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (<u>SOJ.</u>) Ser mozzarella kulki 35 g (<u>MLE.</u>) Pomidorki koktajlowe 80 g Mix sałat 20 g	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (<u>MLE.</u>) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ. GLU ZYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Pomidor 80 g Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (<u>SOJ.</u>) Ser mozzarella kulki 35 g (<u>MLE.</u>) Mix sałat 20 g	Kasza kukurydziana na wodzie 300 ml Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ. GLU ZYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 75 g (<u>SOJ.</u>) Pomidor 80 g Mix sałat 20 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 100 g (<u>SEZ. może zawierać: ORZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 20 g (<u>SOJ.</u>) Miód (25g) 2 szt Pomidor 80 g Jabłko pieczone 150 g Biszkopty b/ml 30 g (<u>GLU PSZ. JAJ.</u>) Mix sałat 20 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 100 g (<u>SEZ. może zawierać: ORZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 20 g (<u>SOJ.</u>) Miód (25g) 2 szt Pomidor 80 g Jabłko pieczone 150 g Mix sałat 20 g	Kleik ryżowy na wodzie 200 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Suchary b/c 30 g (<u>GLU PSZ. SOJ. MLE.</u>)
II ŚN	Jabłko pieczone 150 g				Jabłko 150 g	Jabłko pieczone 150 g				

Jadłospisy za okres od dnia 2025-11-24 do dnia 2025-11-30 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- Papkowata b/ml	SIE- Łatwo strawna	SIE- Bezmleczna	SIE- Niskotłuszczowa	SIE- O kontr. zaw.kwasów tłuszczowych	SIE- Bogatobiałkowa	SIE- Bogatobiałkowa bezmleczna	SIE- Niskobiałkowa do 50 g białka	SIE- Niskobiałkowa do 30 g białka	SIE- Kleikowa	
2025-11-30 niedziela	Obiad	Rosół z makaronem () 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki gotowane puree (bez mleka) () 180 g Pulpet drobiowy rozdrobniony 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos pietruszkowy (bez mleka)* 80 ml (GLU PSZ.) Brokuł gotowany* 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 Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 100 g Brokuł gotowany* 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 Brokuł gotowany* 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 pieczona 130 g Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 100 g Brokuł gotowany* 100 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 Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 100 g Brokuł gotowany* 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 Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 100 g Brokuł gotowany* 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 Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 100 g Brokuł gotowany* 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Rosół z makaronem PKU () 300 ml (SEL.) Pulpet drobiowy 30 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos pietruszkowy* 80 ml (GLU PSZ, MLE.) Ziemniaki gotowane () 180 g Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 100 g Brokuł gotowany* 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Herbata czarna granulowana z/c 500 ml Suchary b/c 30 g (GLU PSZ, SOJ, MLE.)		
	PD	Galaretka o smaku truskawkowym 200 g						Galaretka o smaku truskawkowym 200 g				

Jadłospisy za okres od dnia 2025-11-24 do dnia 2025-11-30 KUCHNIA SIEDLCE

	SIE- Papkowata b/ml	SIE- Łatwo strawna	SIE- Bezmleczna	SIE- Niskotłuszczowa	SIE- O kontr. zaw.kwasów tłuszczowych	SIE- Bogatobiałkowa	SIE- Bogatobiałkowa bezmleczna	SIE- Niskobiałkowa do 50 g białka	SIE- Niskobiałkowa do 30 g białka	SIE- Kleikowa
2025-11-30 niedziela	Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Dżem 25 g 1 szt Szynka z piersią kurczaka-wędł.z drob.gr.rozd.parzo. w osł.niejadalnej mielona 50 g (SOJ.) Seler z pietruszką gotowany z olejem () 100g (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 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka z piersią kurczaka-wędł.z drob.gr.rozd.parzo. w osł.niejadalnej 50 g (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 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Dżem 25 g 1 szt Szynka z piersią kurczaka-wędł.z drob.gr.rozd.parzo. w osł.niejadalnej 50 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 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Szynka z piersią kurczaka-wędł.z drob.gr.rozd.parzo. w osł.niejadalnej 25 g (SOJ.) Dżem 25 g 2 szt Pomidor b/skórki 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Dżem 25 g 1 szt Szynka z piersią kurczaka-wędł.z drob.gr.rozd.parzo. w osł.niejadalnej 50 g (SOJ.) 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 (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Dżem 25 g 1 szt Szynka z piersią kurczaka-wędł.z drob.gr.rozd.parzo. w osł.niejadalnej 50 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 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynka z piersią kurczaka-wędł.z drob.gr.rozd.parzo. w osł.niejadalnej 50 g (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 100 g (SEZ, może zawierać: ORZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynka z piersią kurczaka-wędł.z drob.gr.rozd.parzo. w osł.niejadalnej 20 g (SOJ.) Dżem 25 g 2 szt Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Kleik ryżowy na wodzie 200 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Suchary b/c 30 g (GLU PSZ, SOJ, MLE.)
	PN	Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt Biszkopty b/ml 30 g (GLU PSZ, JAJ.)	Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt Podplomyki b/c 20 g (GLU PSZ, MLE.)	Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt Biszkopty b/ml 30 g (GLU PSZ, JAJ.)	Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt Podplomyki b/c 20 g (GLU PSZ, MLE.)		Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt Biszkopty b/ml 30 g (GLU PSZ, JAJ.)	Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt	Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
		Wartość energetyczna: 2226.57 kcal; Białko ogółem: 88.37 g; Tłuszcz: 49.95 g; Kw. tł. nasy.: 9.85 g; Węglowodany ogółem: 382.97 g; W tym cukry: 89.84 g; Błonnik pok.: 31.79 g; Sól: 8.77 g; WW: 35.12 Por; : 15.88 %; : 68.80 %; Ener. z T: 20.19 %; Ener. z Bł.: 2.86 %; K: 3727.63 mg;	Wartość energetyczna: 2446.08 kcal; Białko ogółem: 120.09 g; Tłuszcz: 78.67 g; Kw. tł. nasy.: 30.04 g; Węglowodany ogółem: 337.40 g; W tym cukry: 100.14 g; Błonnik pok.: 23.56 g; Sól: 8.23 g; WW: 31.47 Por; : 19.64 %; : Ener. z T: 26.06 %; Ener. z Bł.: 2.01 %; K: 4299.54 mg;	Wartość energetyczna: 2348.89 kcal; Białko ogółem: 105.63 g; Tłuszcz: 68.02 g; Kw. tł. nasy.: 16.26 g; Węglowodany ogółem: 351.87 g; W tym cukry: 87.75 g; Błonnik pok.: 23.56 g; Sól: 7.50 g; WW: 32.90 Por; : 17.99 %; : 59.92 %; Ener. z T: 26.06 %; Ener. z Bł.: 2.01 %; K: 3953.54 mg;	Wartość energetyczna: 2231.15 kcal; Białko ogółem: 103.30 g; Tłuszcz: 50.09 g; Kw. tł. nasy.: 17.30 g; Węglowodany ogółem: 359.44 g; W tym cukry: 105.91 g; Błonnik pok.: 21.65 g; Sól: 6.37 g; WW: 33.91 Por; : 18.52 %; : 64.44 %; Ener. z T: 20.21 %; Ener. z Bł.: 1.94 %; K: 4186.05 mg;	Wartość energetyczna: 2418.47 kcal; Białko ogółem: 121.03 g; Tłuszcz: 81.46 g; Kw. tł. nasy.: 24.91 g; Węglowodany ogółem: 329.68 g; W tym cukry: 74.86 g; Błonnik pok.: 37.39 g; Sól: 7.98 g; WW: 29.36 Por; : 20.02 %; : 54.53 %; Ener. z T: 30.31 %; Ener. z Bł.: 3.09 %; K: 4789.09 mg;	Wartość energetyczna: 2576.41 kcal; Białko ogółem: 123.06 g; Tłuszcz: 78.67 g; Kw. tł. nasy.: 30.04 g; Węglowodany ogółem: 366.40 g; W tym cukry: 100.14 g; Błonnik pok.: 23.56 g; Sól: 8.23 g; WW: 34.37 Por; : 19.11 %; : 56.89 %; Ener. z T: 27.48 %; Ener. z Bł.: 1.83 %; K: 4299.54 mg;	Wartość energetyczna: 2423.63 kcal; Białko ogółem: 113.25 g; Tłuszcz: 68.67 g; Kw. tł. nasy.: 16.26 g; Węglowodany ogółem: 361.15 g; W tym cukry: 87.39 g; Błonnik pok.: 23.56 g; Sól: 8.18 g; WW: 33.83 Por; : 18.69 %; : 59.60 %; Ener. z T: 25.50 %; Ener. z Bł.: 1.94 %; K: 3942.04 mg;	Wartość energetyczna: 2128.54 kcal; Białko ogółem: 52.01 g; Tłuszcz: 63.22 g; Kw. tł. nasy.: 22.39 g; Węglowodany ogółem: 349.52 g; W tym cukry: 96.50 g; Błonnik pok.: 24.87 g; Sól: 2.95 g; WW: 32.50 Por; : 9.77 %; : 65.68 %; Ener. z T: 26.73 %; Ener. z Bł.: 2.34 %; K: 3331.34 mg;	Wartość energetyczna: 1889.72 kcal; Białko ogółem: 33.87 g; Tłuszcz: 51.56 g; Kw. tł. nasy.: 19.16 g; Węglowodany ogółem: 334.48 g; W tym cukry: 96.82 g; Błonnik pok.: 25.16 g; Sól: 2.86 g; WW: 30.97 Por; : 7.17 %; : 70.80 %; Ener. z T: 24.55 %; Ener. z Bł.: 2.66 %; K: 3051.87 mg;

Jadłospisy za okres od dnia 2025-11-24 do dnia 2025-11-30 KUCHNIA SIEDLCE

	SIE- Kleikowa rozszerzona	SIE- Dzieci 1-3 lat Podstawowa	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż. podstawa	SIE- Bogatoreszkowa	SIE- Bezglutenowa	SIE- Wegetariańska	SIE- Pooperacyjna	SIE- Dzieci 1-3 lat Łatwo strawna	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż. łatwostrawna	SIE- Z ogr.subst.pobudz.w ydz.soków żołądkowych	
2025-11-24 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 kukurydziane na mleku 250 ml (MLE.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynkowa Extra-wędzonka wieprzowa,wędzona ,z wodą dodaną. 25 g (SOJ.) Ser mozzarella kulki 35 g (MLE.) Pomidor 80 g Roszponka 20 g	Płatki kukurydziane na mleku 300 ml (MLE.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynkowa Extra-wędzonka wieprzowa,wędzona ,z wodą dodaną. 50 g (SOJ.) Ser mozzarella kulki 35 g (MLE.) Pomidor 80 g Roszponka 20 g	Płatki pszenne na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynkowa Extra-wędzonka wieprzowa,wędzona ,z wodą dodaną. 50 g (SOJ.) Ser mozzarella kulki 35 g (MLE.) Pomidor 80 g Roszponka 20 g	Płatki ryżowe błyskawiczne na mleku 300 g (MLE.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 100 g (SEZ, może zawierać: ORZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (SOJ.) Ser mozzarella kulki 35 g (MLE.) Pomidor 80 g Gruszka 150 g Roszponka 20 g	Płatki pszenne na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Hummus z ciecierzycy 80 g Ser mozzarella kulki 35 g (MLE.) Pomidor 80 g Gruszka 150 g Roszponka 20 g	Płatki pszenne na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynkowa Extra-wędzonka wieprzowa,wędzona ,z wodą dodaną. 50 g (SOJ.) Ser mozzarella kulki 35 g (MLE.)	Płatki kukurydziane na mleku 250 ml (MLE.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynkowa Extra-wędzonka wieprzowa,wędzona ,z wodą dodaną. 25 g (SOJ.) Ser mozzarella kulki 35 g (MLE.) Pomidor 80 g Roszponka 20 g	Płatki kukurydziane na mleku 300 ml (MLE.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ZYT.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynkowa Extra-wędzonka wieprzowa,wędzona ,z wodą dodaną. 50 g (SOJ.) Ser mozzarella kulki 35 g (MLE.) Pomidor 80 g Roszponka 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, GLU ZYT.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynkowa Extra-wędzonka wieprzowa,wędzona ,z wodą dodaną. 50 g (SOJ.) Ser mozzarella kulki 35 g (MLE.) Pomidor b/skórki 80 g Roszponka 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 150 g				Jabłko pieczone 150 g	Mus owocowy 100g-produkt pasteryzowany 1 szt		
		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 jabłek () z/c 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Dyniowa z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Makaron z serem 300 g (GLU PSZ, MLE.) Mus z jabłek () z/c 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Fasolowa z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Makaron pełnoziarnisty z serem 300 g (GLU PSZ, MLE.) Mus z jabłek () z/c 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Fasolowa z ziemniakami () (bez glutenu) 300 ml (SEL.) Makaron bezglutenowy z serem 300 g (MLE.) Mus z jabłek () z/c 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Fasolowa z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Makaron pełnoziarnisty z serem 300 g (GLU PSZ, MLE.) Mus z jabłek () z/c 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	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.) Marchew gotowana z olejem () 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Dyniowa z ziemniakami () 250 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Makaron z serem 200 g (GLU PSZ, MLE.) Mus z jabłek () z/c 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Dyniowa z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Makaron z serem 300 g (GLU PSZ, MLE.) Mus z jabłek () z/c 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml

Jadłospisy za okres od dnia 2025-11-24 do dnia 2025-11-30 KUCHNIA SIEDLCE

	SIE- Kleikowa rozszerzona	SIE- Dzieci 1-3 lat Podstawowa	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż podstawa	SIE- Bogatoreszkowa	SIE- Bezglutenowa	SIE- Wegetariańska	SIE- Pooperacyjna	SIE- Dzieci 1-3 lat Łatwo strawna	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż łatwostrawna	SIE- Z ogr.subst.pobudz.w ydz.soków żołądkowych
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,) Biszkopty b/ml 30 g (GLU PSZ, JAJ,)	Budyń o smaku waniliowym z/c 200 ml (MLE,) Biszkopty b/ml 30 g (GLU PSZ, JAJ,)	Budyń o smaku waniliowym z/c 200 ml (MLE,) Mieszanka studencka 30 g (OZI, ORZ,)			Budyń o smaku waniliowym z/c 200 ml (MLE,)	Budyń o smaku waniliowym z/c 100 ml (MLE,) Biszkopty b/ml 30 g (GLU PSZ, JAJ,)	Budyń o smaku waniliowym z/c 200 ml (MLE,) Biszkopty b/ml 30 g (GLU PSZ, JAJ,)	
Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Suchary b/c 30 g (GLU PSZ, SOJ, MLE,) Kleik ryżowy na wodzie 200 g	Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalanej 25 g (SOJ, SEL, może zawierać: MLE, GOR,) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ,) Salata zielona 20 g Pomidor 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 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalanej 50 g (SOJ, SEL, może zawierać: MLE, GOR,) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ,) Jogurt brzoskwinowy 150g 1 szt (MLE,) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Salata zielona 20 g Ogórek kiszony 80 g	Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Chleb razowy pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ZYT,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalanej 50 g (SOJ, SEL, może zawierać: MLE, GOR,) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ,) Salata zielona 20 g Jogurt brzoskwinowy 150g 1 szt (MLE,) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Salata zielona 20 g Ogórek kiszony 80 g	Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 100 g (SEZ, może zawierać: ORZ,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalanej 50 g (SOJ, SEL, może zawierać: MLE, GOR,) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ,) Ser żółty 50 g (MLE,) Jogurt brzoskwinowy 150g 1 szt (MLE,) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Salata zielona 20 g Ogórek kiszony 80 g	Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT,) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ,) Ser żółty 50 g (MLE,) Jogurt brzoskwinowy 150g 1 szt (MLE,) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Salata zielona 20 g Ogórek kiszony 80 g	Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalanej 75 g (SOJ, SEL, może zawierać: MLE, GOR,) 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 piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalanej 25 g (SOJ, SEL, może zawierać: MLE, GOR,) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ,) Jogurt brzoskwinowy 150g 1 szt (MLE,) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Salata zielona 20 g Pomidor 80 g	Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ,) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalanej 50 g (SOJ, SEL, może zawierać: MLE, GOR,) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ,) Jogurt brzoskwinowy 150g 1 szt (MLE,) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Salata zielona 20 g Pomidor 80 g	Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ,) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalanej 75 g (SOJ, SEL, może zawierać: MLE, GOR,) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ,) Jogurt brzoskwinowy 150g 1 szt (MLE,) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Salata zielona 20 g Pomidor b/skórki 80 g Salata zielona 20 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					Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 30 g		Mleko Smakowe UHT 1,5% tł 0,2l 1 szt (MLE,) Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 30 g	

Jadłospisy za okres od dnia 2025-11-24 do dnia 2025-11-30 KUCHNIA SIEDLCE

	SIE- Kleikowa rozszerzona	SIE- Dzieci 1-3 lat Podstawowa	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż. podstawa	SIE- Bogatoreszkowa	SIE- Bezglutenowa	SIE- Wegetariańska	SIE- Pooperacyjna	SIE- Dzieci 1-3 lat Łatwo strawna	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż. łatwostrawna	SIE- Z ogr.subst.pobudz.w ydz.soków żołądkowych
2025-11-24 poniedziałek	Wartość energetyczna: 1139.04 kcal; Białko ogółem: 24.68 g; Tłuszcz: 7.87 g; Kw. tł. nasy.: 0.24 g; Węglowodany ogółem: 244.19 g; W tym cukry: 44.54 g; Błonnik pok.: 7.01 g; Sól: 0.67 g; WW: 23.82 Por; : 8.67 %; : 85.75 %; Ener. z T: 6.22 %; Ener. z Bł.: 1.23 %; K: 1040.31 mg;	Wartość energetyczna: 2170.04 kcal; Białko ogółem: 82.24 g; Tłuszcz: 54.37 g; Kw. tł. nasy.: 28.88 g; Węglowodany ogółem: 343.85 g; W tym cukry: 115.03 g; Błonnik pok.: 20.01 g; Sól: 4.90 g; WW: 32.47 Por; : 15.16 %; : 63.38 %; Ener. z T: 22.55 %; Ener. z Bł.: 1.84 %; K: 2569.99 mg;	Wartość energetyczna: 2797.58 kcal; Białko ogółem: 111.23 g; Tłuszcz: 63.26 g; Kw. tł. nasy.: 32.42 g; Węglowodany ogółem: 452.44 g; W tym cukry: 132.07 g; Błonnik pok.: 24.29 g; Sól: 9.73 g; WW: 42.88 Por; : 15.90 %; : 64.69 %; Ener. z T: 20.35 %; Ener. z Bł.: 1.74 %; K: 2820.28 mg;	Wartość energetyczna: 2839.77 kcal; Białko ogółem: 119.69 g; Tłuszcz: 73.99 g; Kw. tł. nasy.: 32.74 g; Węglowodany ogółem: 435.55 g; W tym cukry: 125.35 g; Błonnik pok.: 35.85 g; Sól: 9.95 g; WW: 40.10 Por; : 16.86 %; : 61.35 %; Ener. z T: 23.45 %; Ener. z Bł.: 2.52 %; K: 3387.88 mg;	Wartość energetyczna: 2601.55 kcal; Białko ogółem: 88.29 g; Tłuszcz: 63.99 g; Kw. tł. nasy.: 28.65 g; Węglowodany ogółem: 423.98 g; W tym cukry: 106.83 g; Błonnik pok.: 28.13 g; Sól: 5.96 g; WW: 39.54 Por; : 13.58 %; : 65.19 %; Ener. z T: 22.14 %; Ener. z Bł.: 2.16 %; K: 2448.76 mg;	Wartość energetyczna: 2757.60 kcal; Białko ogółem: 109.77 g; Tłuszcz: 80.27 g; Kw. tł. nasy.: 39.69 g; Węglowodany ogółem: 407.68 g; W tym cukry: 107.55 g; Błonnik pok.: 38.85 g; Sól: 7.87 g; WW: 37.00 Por; : 15.92 %; : 59.14 %; Ener. z T: 26.20 %; Ener. z Bł.: 2.82 %; K: 2982.72 mg;	Wartość energetyczna: 2436.53 kcal; Białko ogółem: 99.34 g; Tłuszcz: 61.93 g; Kw. tł. nasy.: 25.85 g; Węglowodany ogółem: 381.20 g; W tym cukry: 103.69 g; Błonnik pok.: 25.78 g; Sól: 8.82 g; WW: 35.57 Por; : 16.31 %; : 62.58 %; Ener. z T: 22.87 %; Ener. z Bł.: 2.12 %; K: 3232.55 mg;	Wartość energetyczna: 2161.54 kcal; Białko ogółem: 81.84 g; Tłuszcz: 54.72 g; Kw. tł. nasy.: 28.84 g; Węglowodany ogółem: 337.00 g; W tym cukry: 98.83 g; Błonnik pok.: 16.36 g; Sól: 5.00 g; WW: 32.17 Por; : 15.15 %; : 62.36 %; Ener. z T: 22.78 %; Ener. z Bł.: 1.51 %; K: 2278.99 mg;	Wartość energetyczna: 2795.98 kcal; Białko ogółem: 110.80 g; Tłuszcz: 63.70 g; Kw. tł. nasy.: 32.41 g; Węglowodany ogółem: 447.63 g; W tym cukry: 118.31 g; Błonnik pok.: 21.28 g; Sól: 8.45 g; WW: 42.76 Por; : 15.85 %; : 64.04 %; Ener. z T: 20.50 %; Ener. z Bł.: 1.52 %; K: 2695.02 mg;	Wartość energetyczna: 2439.97 kcal; Białko ogółem: 98.69 g; Tłuszcz: 54.35 g; Kw. tł. nasy.: 28.90 g; Węglowodany ogółem: 395.93 g; W tym cukry: 107.21 g; Błonnik pok.: 23.04 g; Sól: 8.60 g; WW: 37.44 Por; : 16.18 %; : 64.91 %; Ener. z T: 20.05 %; Ener. z Bł.: 1.89 %; K: 2584.05 mg;
2025-11-25 wtorek	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 (GLUPSZ. 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.) Papryka świeża 80 g Rukola 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Zacierka na mleku 300 ml (GLUPSZ. MLE.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ. GLU ZYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 25 g Twarożek z koperkiem 80 g (MLE.) Papryka świeża 80 g Rukola 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Rukola 20 g	Zacierka na mleku 300 ml (GLUPSZ. MLE.) Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU PSZ. GLU ZYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 25 g Twarożek z koperkiem 80 g (MLE.) Papryka świeża 80 g Rukola 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Rukola 20 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE.) Chleb bezglutenowy 100 g (SEZ. może zawierać: ORZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 25 g Twarożek z koperkiem 80 g (MLE.) Jabłko 150 g Papryka świeża 80 g Rukola 20 g	Zacierka na mleku 300 ml (GLUPSZ. MLE.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ. GLU ZYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ. GLU ZYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Twarożek z koperkiem 80 g (MLE.) Dżem 25 g 1 szt Papryka świeża 80 g Jabłko 150 g Rukola 20 g	Zacierka na mleku 300 ml (GLUPSZ. MLE.) Bułka pszenna długa krojona 100 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 (GLUPSZ. 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 Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Zacierka na mleku 300 ml (GLUPSZ. MLE.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ. GLU ZYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 25 g Twarożek z koperkiem 80 g (MLE.) Pomidor 80 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Sałata zielona 20 g	Zacierka na mleku 300 ml (GLUPSZ. MLE.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ. GLU ZYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 25 g Twarożek z koperkiem 80 g (MLE.) Jabłko pieczone 150 g Pomidor b/skórki 80 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Sałata zielona 20 g
II ŚN	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Suchary b/c 15 g (GLU PSZ. SOJ. MLE.) Kleik ryżowy na wodzie 200 g	Jabłko 150 g			Jabłko pieczone 150 g					

Jadłospisy za okres od dnia 2025-11-24 do dnia 2025-11-30 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- Kleikowa rozszerzona	SIE- Dzieci 1-3 lat Podstawowa	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż. podstawa	SIE- Bogatoreszkowa	SIE- Bezglutenowa	SIE- Wegetariańska	SIE- Pooperacyjna	SIE- Dzieci 1-3 lat Łatwo strawna	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż. łatwostrawna	SIE- Z ogr.subst.pobudz.w ydz.soków żołądkowych
2025-11-25 wtorek	Obiad	Marchewkowa z ziemniakami (bez mleka) 300 g (GLU PSZ, SEL.) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Ogórkowa z ziemniakami () 250 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryż na sypko 90 g Szynka wieprzowa gotowana 50 g Sos meksykański 80 g (GLU PSZ.) Buraczki gotowane () 50 g Surówka z kapusty białej z olejem () 50 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Ogórkowa z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Szynka wieprzowa gotowana 100 g Ryż na sypko (brązowy) 180 g Sos meksykański 80 g (GLU PSZ.) Surówka z kapusty białej z olejem () 100 g Buraczki gotowane () 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Ogórkowa z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryż na sypko (brązowy) 180 g Karczek pieczony 100 g (GLU PSZ.) Sos meksykański 80 g (GLU PSZ.) Surówka z kapusty białej z olejem () 100 g Buraczki gotowane () 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Brokułowa z ziemniakami (bez glutenu) () 300 ml (MLE, SEL.) Ryż na sypko 180 g Szynka wieprzowa gotowana 100 g Sos meksykański b/glutenu 80 g Surówka z kapusty białej z olejem () 100 g Buraczki gotowane () 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Ogórkowa z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Kotlety sojowe 100 g (SOJ.) Sos meksykański 80 g (GLU PSZ.) Ryż na sypko (brązowy) 180 g Surówka z kapusty białej z olejem () 100 g Buraczki gotowane () 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Brokułowa z ziemniakami () 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.) Ryż na sypko 180 g Szynka wieprzowa gotowana 50 g Sos własny () 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Buraczki gotowane () 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Brokułowa z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryż 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	Brokułowa z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryż na sypko 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
	P.D	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Suchary b/c 15 g (GLU PSZ, SOJ, MLE.) Kleik ryżowy na wodzie 200 g	Drożdźówka mini 50g 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE.)	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt Pieczywo chrupkie ekstrudowane-żytnie 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)			Kisiel o smaku wiśniowym z/c 200 ml	Drożdźówka mini 50g 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE.)			

Jadłospisy za okres od dnia 2025-11-24 do dnia 2025-11-30 KUCHNIA SIEDLCE

	SIE- Kleikowa rozszerzona	SIE- Dzieci 1-3 lat Podstawowa	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż. podstawa	SIE- Bogatoreszkowa	SIE- Bezglutenowa	SIE- Wegetariańska	SIE- Pooperacyjna	SIE- Dzieci 1-3 lat Łatwo strawna	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż. łatwostrawna	SIE- Z ogr.subst.pobudz.w ydz.soków żołądkowych
2025-11-25 wtorek	Kolacja	Kleik ryżowy na wodzie 200 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka zielonogórska-wieprzowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 25 g (SOJ. MLE. SEL. może zawierać: JAJ. GOR.) Miód (25g) 1 szt Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ. GLU ZYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka zielonogórska-wieprzowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 50 g (SOJ. MLE. SEL. może zawierać: JAJ. GOR.) Miód (25g) 1 szt Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU PSZ. GLU ZYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Galaretki drobiowa z udźcem z kurczaka () 200 g (SEL.) Szynka zielonogórska-wieprzowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 25 g (SOJ. MLE. SEL. może zawierać: JAJ. GOR.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 100 g (SEL. może zawierać: ORZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Galaretki drobiowa z udźcem z kurczaka () 200 g (SEL.) Szynka zielonogórska-wieprzowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 25 g (SOJ. MLE. SEL. może zawierać: JAJ. GOR.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ. GLU ZYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ. GLU ZYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Ser żółty 50 g (MLE.) Miód (25g) 1 szt Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka zielonogórska-wieprzowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 50 g (SOJ. MLE. SEL. może zawierać: JAJ. GOR.) Miód (25g) 1 szt Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka zielonogórska-wieprzowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 25 g (SOJ. MLE. SEL. może zawierać: JAJ. GOR.) Miód (25g) 1 szt Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ. GLU ZYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka zielonogórska-wieprzowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 50 g (SOJ. MLE. SEL. może zawierać: JAJ. GOR.) Miód (25g) 1 szt Pomidor b/skórki 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	
PN	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Przecier owocowy jabłko-truskawka 120g 1 szt					Biszkopty b/ml 30 g (GLU PSZ. JAJ.)	Przecier owocowy jabłko-truskawka 120g 1 szt		

Jadłospisy za okres od dnia 2025-11-24 do dnia 2025-11-30 KUCHNIA SIEDLCE

	SIE- Kleikowa rozszerzona	SIE- Dzieci 1-3 lat Podstawowa	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż. podstawa	SIE- Bogatoreszkowa	SIE- Bezglutenowa	SIE- Wegetariańska	SIE- Pooperacyjna	SIE- Dzieci 1-3 lat Łatwo strawna	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż. łatwostrawna	SIE- Z ogr.subst.pobudz.w ydz.soków żołądkowych
2025-11-25 wtorek	Wartość energetyczna: 1061.16 kcal; Białko ogółem: 23.08 g; Tłuszcz: 7.81 g; Kw. tł. nasy.: 0.25 g; Węglowodany ogółem: 226.10 g; W tym cukry: 45.55 g; Błonnik pok.: 6.20 g; Sól: 0.73 g; WW: 22.07 Por; : 8.70 %; : 85.23 %; Ener. z T: 6.63 %; Ener. z Bł.: 1.17 %; K: 619.27 mg;	Wartość energetyczna: 1695.20 kcal; Białko ogółem: 64.97 g; Tłuszcz: 39.21 g; Kw. tł. nasy.: 17.54 g; Węglowodany ogółem: 271.51 g; W tym cukry: 88.33 g; Błonnik pok.: 16.85 g; Sól: 3.99 g; WW: 25.53 Por; : 15.33 %; : 64.07 %; Ener. z T: 20.82 %; Ener. z Bł.: 1.99 %; K: 2625.19 mg;	Wartość energetyczna: 2383.25 kcal; Białko ogółem: 104.22 g; Tłuszcz: 51.80 g; Kw. tł. nasy.: 21.72 g; Węglowodany ogółem: 377.42 g; W tym cukry: 101.23 g; Błonnik pok.: 29.16 g; Sól: 6.77 g; WW: 34.86 Por; : 17.49 %; : 63.35 %; Ener. z T: 19.56 %; Ener. z Bł.: 2.45 %; K: 3649.18 mg;	Wartość energetyczna: 2493.94 kcal; Białko ogółem: 111.74 g; Tłuszcz: 72.53 g; Kw. tł. nasy.: 28.88 g; Węglowodany ogółem: 364.72 g; W tym cukry: 106.14 g; Błonnik pok.: 46.07 g; Sól: 9.56 g; WW: 31.92 Por; : 17.92 %; : 58.50 %; Ener. z T: 26.17 %; Ener. z Bł.: 3.69 %; K: 4494.57 mg;	Wartość energetyczna: 2211.49 kcal; Białko ogółem: 98.67 g; Tłuszcz: 58.00 g; Kw. tł. nasy.: 21.74 g; Węglowodany ogółem: 332.56 g; W tym cukry: 101.83 g; Błonnik pok.: 30.77 g; Sól: 4.43 g; WW: 30.22 Por; : 17.85 %; : 60.15 %; Ener. z T: 23.60 %; Ener. z Bł.: 2.78 %; K: 4056.36 mg;	Wartość energetyczna: 2304.73 kcal; Białko ogółem: 90.45 g; Tłuszcz: 54.74 g; Kw. tł. nasy.: 27.91 g; Węglowodany ogółem: 373.81 g; W tym cukry: 110.92 g; Błonnik pok.: 43.11 g; Sól: 5.99 g; WW: 33.17 Por; : 15.70 %; : 64.88 %; Ener. z T: 21.38 %; Ener. z Bł.: 3.74 %; K: 3250.68 mg;	Wartość energetyczna: 2284.71 kcal; Białko ogółem: 101.59 g; Tłuszcz: 41.66 g; Kw. tł. nasy.: 20.82 g; Węglowodany ogółem: 380.64 g; W tym cukry: 104.61 g; Błonnik pok.: 20.10 g; Sól: 5.90 g; WW: 36.06 Por; : 17.79 %; : 66.64 %; Ener. z T: 16.41 %; Ener. z Bł.: 1.76 %; K: 4158.69 mg;	Wartość energetyczna: 1800.30 kcal; Białko ogółem: 66.69 g; Tłuszcz: 38.74 g; Kw. tł. nasy.: 17.50 g; Węglowodany ogółem: 297.35 g; W tym cukry: 86.71 g; Błonnik pok.: 16.32 g; Sól: 3.60 g; WW: 28.12 Por; : 14.82 %; : 66.07 %; Ener. z T: 19.36 %; Ener. z Bł.: 1.81 %; K: 2764.26 mg;	Wartość energetyczna: 2344.17 kcal; Białko ogółem: 103.65 g; Tłuszcz: 47.11 g; Kw. tł. nasy.: 21.18 g; Węglowodany ogółem: 380.16 g; W tym cukry: 100.57 g; Błonnik pok.: 23.28 g; Sól: 6.29 g; WW: 35.69 Por; : 17.69 %; : 64.87 %; Ener. z T: 18.09 %; Ener. z Bł.: 1.99 %; K: 3759.94 mg;	Wartość energetyczna: 2309.50 kcal; Białko ogółem: 94.03 g; Tłuszcz: 52.68 g; Kw. tł. nasy.: 22.35 g; Węglowodany ogółem: 376.18 g; W tym cukry: 100.52 g; Błonnik pok.: 23.65 g; Sól: 6.23 g; WW: 35.25 Por; : 16.29 %; : 65.15 %; Ener. z T: 20.53 %; Ener. z Bł.: 2.05 %; K: 3570.18 mg;
2025-11-26 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 manna z jabłkiem prażonym 300 g (GLU PSZ, MLE.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Paszтет rybno-warzywny (Morszczuk) 40 g (GLU PSZ, JAJ, RYB.) Połędwica Sopotcka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 25 g (SOJ.) Pomidor 80 g Mix sałat 20 g	Kasza manna z jabłkiem prażonym 300 g (GLU PSZ, MLE.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Paszтет rybno-warzywny (Morszczuk) 80 g (GLU PSZ, JAJ, RYB.) Połędwica Sopotcka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g (SOJ.) Ogórek kiszony 80 g Mix sałat 20 g	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Połędwica Sopotcka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g (SOJ.) Dżem 25 g 1 szt Banan 150 g Ogórek kiszony 80 g Mix sałat 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE.) Chleb bezglutenowy 100 g (SEZ, może zawierać: ORZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Połędwica Sopotcka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g (SOJ.) Dżem 25 g 1 szt Banan 150 g Ogórek kiszony 80 g Mix sałat 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Połędwica Sopotcka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g (SOJ.) Dżem 25 g 1 szt Banan 150 g Ogórek kiszony 80 g Mix sałat 20 g	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Połędwica Sopotcka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g (SOJ.) Dżem 25 g 1 szt	Kasza manna z jabłkiem prażonym 300 g (GLU PSZ, MLE.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Paszтет rybno-warzywny (Morszczuk) 40 g (GLU PSZ, JAJ, RYB.) Połędwica Sopotcka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 25 g (SOJ.) Pomidor 80 g 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 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Paszтет rybno-warzywny (Morszczuk) 80 g (GLU PSZ, JAJ, RYB.) Połędwica Sopotcka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g (SOJ.) Banan 150 g Pomidor b/skórki 80 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	Banan 150 g						Banan 150 g	

Jadłospisy za okres od dnia 2025-11-24 do dnia 2025-11-30 KUCHNIA SIEDLCE

	SIE- Kleikowa rozszerzona	SIE- Dzieci 1-3 lat Podstawowa	SIE- Dzieci powyżej 3 r.z. podstawa	SIE- Bogatoresztkowa	SIE- Bezglutenowa	SIE- Wegetariańska	SIE- Pooperacyjna	SIE- Dzieci 1-3 lat Łatwo strawna	SIE- Dzieci powyżej 3 r.z. łatwostrawna	SIE- Z ogr.subst.pobudz.w ydz.soków żołądkowych
2025-11-26 środa	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 Kotlet mielony drobiowy 50 g (GLUPSZ. JAJ.) Surówka z marchwi z olejem b/c () 50 g Fasolka szparagowa z wody* 100 g Surówka z marchwi z olejem b/c () 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Jarzynowa z makaronem dieta () 300 ml (GLU PSZ. MLE. SEL.) Ziemniaki gotowane () 180 g Kotlet mielony drobiowy 100 g (GLUPSZ. JAJ.) Fasolka szparagowa z wody* 100 g Surówka z marchwi z olejem b/c () 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Pieczarkowa z makaronem () 300 ml (GLU PSZ. MLE. SEL. S02.) Ziemniaki gotowane () 180 g Kotlet mielony drobiowy 100 g (GLUPSZ. JAJ.) Fasolka szparagowa z wody* 100 g Surówka z marchwi z olejem b/c () 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Pieczarkowa z makaronem (bez glutenu) () 300 ml (MLE. SEL. S02.) Ziemniaki gotowane () 180 g Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony (bez glutenu) 100 g (JAJ.) Sos pietruszkowy (bez glutenu) 80 ml (MLE.) Fasolka szparagowa z wody* 100 g Surówka z marchwi z olejem b/c () 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Pieczarkowa z makaronem () 300 ml (GLU PSZ. MLE. SEL. S02.) Ziemniaki gotowane () 180 g Kotlet z jaj 100 g (GLUPSZ. JAJ.) Sos pietruszkowy 80 ml (GLU PSZ. MLE. SEL.) Fasolka szparagowa z wody* 100 g Surówka z marchwi z olejem b/c () 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Jarzynowa z makaronem (bez mleka) () 300 ml (GLU PSZ. SEL.) Ziemniaki gotowane () 180 g Zrazik drobiowy z udźca pieczony mielony 100 g (GLUPSZ. JAJ.) Sos pietruszkowy 80 ml (GLU PSZ. MLE. SEL.) Marchew gotowana z olejem () 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Jarzynowa z makaronem dieta () 250 ml (GLU PSZ. MLE. SEL.) Ziemniaki gotowane () 90 g Zrazik drobiowy z udźca pieczony mielony 50 g (GLUPSZ. JAJ.) Sos pietruszkowy 80 ml (GLU PSZ. MLE. SEL.) Surówka z marchwi z olejem b/c () 50 g Fasolka szparagowa z wody* 50 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Jarzynowa z makaronem dieta () 300 ml (GLU PSZ. MLE. SEL.) Ziemniaki gotowane () 180 g Zrazik drobiowy z udźca pieczony mielony 100 g (GLUPSZ. JAJ.) Sos pietruszkowy 80 ml (GLU PSZ. MLE. SEL.) Marchew gotowana z olejem () 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml
		PD	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Suchary b/c 15 g (GLU PSZ. SOJ. MLE.) Kleik ryżowy na wodzie 200 g	Budyń o smaku śmietankowym z/c 100 ml (MLE.) Podpłomyki b/c 20 g (GLUPSZ. MLE.)	Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml (MLE.) Podpłomyki b/c 20 g (GLUPSZ. MLE.)	Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml (MLE.)		Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml (MLE.)	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.)

Jadłospisy za okres od dnia 2025-11-24 do dnia 2025-11-30 KUCHNIA SIEDLCE

	SIE- Kleikowa rozszerzona	SIE- Dzieci 1-3 lat Podstawowa	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż. podstawa	SIE- Bogatoreszkowa	SIE- Bezglutenowa	SIE- Wegetariańska	SIE- Pooperacyjna	SIE- Dzieci 1-3 lat Łatwo strawna	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż. łatwostrawna	SIE- Z ogr.subst.pobudz.w ydz.soków żołądkowych
2025-11-26 środa Kolacja	Kleik ryżowy na wodzie 200 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Suchary b/c 30 g (GLU PSZ, SOJ, MLE,)	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt (MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE,) Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona, parzona, z dod. wody, białka wp 25 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,) Pomidorki koktajlowe 80 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Sałata lodowa 20 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ,) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Schab Ojca Grzegorza-wędlina wędzona, parzona, z dod. wody, białka wp 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,) Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt (MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE,) Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona, parzona, z dod. wody, białka wp 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,) Pomidorki koktajlowe 80 g Sałata lodowa 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU PSZ, GLU ZYT,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt (MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE,) Pomidorki koktajlowe 80 g Sałata lodowa 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 100 g (SEZ, może zawierać: ORZ,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt (MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE,) Pomidorki koktajlowe 80 g Sałata lodowa 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT,) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Pasztet sojowy z pomidorami 80 g (SOJ, GOR,) Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt (MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE,) Pomidorki koktajlowe 80 g Sałata lodowa 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona, parzona, z dod. wody, białka wp 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ,) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt (MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE,) Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona, parzona, z dod. wody, białka wp 25 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ,) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt (MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE,) 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 lodowa 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ,) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt (MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE,) Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona, parzona, z dod. wody, białka wp 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,) Pomidor b/skórki 80 g Sałata lodowa 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 Pieczywo chrupkie ekstrudowane-żytnie 30 g (GLU PSZ, GLU ZYT, GLU JĘCZ,)	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Ciasto drożdżowe 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, S02,)				

Jadłospisy za okres od dnia 2025-11-24 do dnia 2025-11-30 KUCHNIA SIEDLCE

	SIE- Kleikowa rozszerzona	SIE- Dzieci 1-3 lat Podstawowa	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż. podstawa	SIE- Bogatoreszkowa	SIE- Bezglutenowa	SIE- Wegetariańska	SIE- Pooperacyjna	SIE- Dzieci 1-3 lat Łatwo strawna	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż. łatwostrawna	SIE- Z ogr.subst.pobudz.w ydz.soków żołądkowych
2025-11-26 środa	Wartość energetyczna: 1065.96 kcal; Białko ogółem: 22.86 g; Tłuszcz: 7.83 g; Kw. tł. nasy.: 0.25 g; Węglowodany ogółem: 226.66 g; W tym cukry: 44.09 g; Błonnik pok.: 4.91 g; Sól: 0.64 g; WW: 22.27 Por; : 8.58 %; : 85.05 %; Ener. z T: 6.61 %; Ener. z Bł.: 0.92 %; K: 270.25 mg;	Wartość energetyczna: 1998.51 kcal; Białko ogółem: 70.85 g; Tłuszcz: 57.50 g; Kw. tł. nasy.: 22.55 g; Węglowodany ogółem: 306.38 g; W tym cukry: 99.10 g; Błonnik pok.: 18.48 g; Sól: 4.26 g; WW: 28.97 Por; : 14.18 %; : 61.32 %; Ener. z T: 25.89 %; Ener. z Bł.: 1.85 %; K: 3199.67 mg;	Wartość energetyczna: 2876.80 kcal; Białko ogółem: 114.40 g; Tłuszcz: 79.31 g; Kw. tł. nasy.: 26.63 g; Węglowodany ogółem: 437.29 g; W tym cukry: 115.38 g; Błonnik pok.: 28.83 g; Sól: 9.39 g; WW: 41.04 Por; : 15.91 %; : 60.80 %; Ener. z T: 24.81 %; Ener. z Bł.: 2.00 %; K: 4524.92 mg;	Wartość energetyczna: 2620.79 kcal; Białko ogółem: 110.94 g; Tłuszcz: 73.34 g; Kw. tł. nasy.: 26.07 g; Węglowodany ogółem: 394.00 g; W tym cukry: 105.85 g; Błonnik pok.: 44.47 g; Sól: 8.72 g; WW: 35.19 Por; : 16.93 %; : 60.13 %; Ener. z T: 25.18 %; Ener. z Bł.: 3.39 %; K: 4990.62 mg;	Wartość energetyczna: 2031.59 kcal; Białko ogółem: 73.29 g; Tłuszcz: 54.50 g; Kw. tł. nasy.: 21.24 g; Węglowodany ogółem: 318.21 g; W tym cukry: 93.86 g; Błonnik pok.: 29.64 g; Sól: 6.10 g; WW: 28.99 Por; : 14.43 %; : 62.65 %; Ener. z T: 24.14 %; Ener. z Bł.: 2.92 %; K: 3885.37 mg;	Wartość energetyczna: 2647.80 kcal; Białko ogółem: 92.47 g; Tłuszcz: 88.81 g; Kw. tł. nasy.: 26.53 g; Węglowodany ogółem: 382.28 g; W tym cukry: 88.01 g; Błonnik pok.: 38.09 g; Sól: 9.37 g; WW: 34.52 Por; : 13.97 %; : 57.75 %; Ener. z T: 30.19 %; Ener. z Bł.: 2.88 %; K: 4349.45 mg;	Wartość energetyczna: 2506.02 kcal; Białko ogółem: 91.50 g; Tłuszcz: 65.77 g; Kw. tł. nasy.: 22.44 g; Węglowodany ogółem: 399.43 g; W tym cukry: 123.29 g; Błonnik pok.: 25.29 g; Sól: 6.35 g; WW: 37.57 Por; : 14.60 %; : 63.76 %; Ener. z T: 23.62 %; Ener. z Bł.: 2.02 %; K: 4131.60 mg;	Wartość energetyczna: 1954.82 kcal; Białko ogółem: 70.04 g; Tłuszcz: 55.06 g; Kw. tł. nasy.: 22.33 g; Węglowodany ogółem: 302.07 g; W tym cukry: 99.19 g; Błonnik pok.: 18.09 g; Sól: 4.26 g; WW: 28.58 Por; : 14.33 %; : 61.81 %; Ener. z T: 25.35 %; Ener. z Bł.: 1.85 %; K: 3208.92 mg;	Wartość energetyczna: 2769.70 kcal; Białko ogółem: 111.98 g; Tłuszcz: 73.69 g; Kw. tł. nasy.: 26.19 g; Węglowodany ogółem: 426.65 g; W tym cukry: 117.86 g; Błonnik pok.: 28.45 g; Sól: 7.90 g; WW: 40.05 Por; : 16.17 %; : 61.62 %; Ener. z T: 23.94 %; Ener. z Bł.: 2.05 %; K: 4677.47 mg;	Wartość energetyczna: 2486.27 kcal; Białko ogółem: 103.41 g; Tłuszcz: 71.28 g; Kw. tł. nasy.: 24.51 g; Węglowodany ogółem: 371.55 g; W tym cukry: 94.35 g; Błonnik pok.: 30.92 g; Sól: 7.83 g; WW: 34.22 Por; : 16.64 %; : 59.78 %; Ener. z T: 25.80 %; Ener. z Bł.: 2.49 %; K: 4609.52 mg;

Jadłospisy za okres od dnia 2025-11-24 do dnia 2025-11-30 KUCHNIA SIEDLCE

	SIE- Kleikowa rozszerzona	SIE- Dzieci 1-3 lat Podstawowa	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż. podstawa	SIE- Bogatoreszkowa	SIE- Bezglutenowa	SIE- Wegetariańska	SIE- Pooperacyjna	SIE- Dzieci 1-3 lat Łatwo strawna	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż. łatwostrawna	SIE- Z ogr.subst.pobudz.w ydz.soków żołądkowych
2025-11-27 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 pszenna kajzerka 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 25 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Ser żółty 25 g (MLE.) Sałatka jarzynowa () 100 g (JAJ, MLE, SEL, GOR.) Sałata zielona 20 g	Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Ser żółty 25 g (MLE.) Sałatka jarzynowa () 100 g (JAJ, MLE, SEL, GOR.) Sałata zielona 20 g	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Ser żółty 25 g (MLE.) Sałatka jarzynowa () 100 g (JAJ, MLE, SEL, GOR.) Sałata zielona 20 g	Płatki ryżowe błyskawiczne na mleku 300 g (MLE.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 100 g (SEZ, może zawierać: ORZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b. sojowego i wody 50 g (SOJ.) Ser żółty 25 g (MLE.) Sałatka jarzynowa () 100 g (JAJ, MLE, SEL, GOR.) Sałata zielona 20 g Jabłko 150 g	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Ser żółty 50 g (MLE.) Miód (25g) 1 szt Sałatka jarzynowa () 100 g (JAJ, MLE, SEL, GOR.) Sałata zielona 20 g Jabłko 150 g	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b. sojowego i wody 75 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, GLU ZYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 25 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b. sojowego i wody 25 g (SOJ.) Sałatka jarzynowa - dieta () 100 g (MLE, SEL.) Sałata zielona 20 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, GLU ZYT.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b. sojowego i wody 25 g (SOJ.) Sałatka jarzynowa - dieta () 100 g (MLE, SEL.) Sałata zielona 20 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, GLU ZYT.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b. sojowego i wody 25 g (SOJ.) Pomidor b/skórki 80 g Sałata zielona 20 g Jabłko pieczone 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	Jabłko 150 g			Jabłko pieczone 150 g					

Jadłospisy za okres od dnia 2025-11-24 do dnia 2025-11-30 KUCHNIA SIEDLCE

	SIE- Kleikowa rozszerzona	SIE- Dzieci 1-3 lat Podstawowa	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż podstawa	SIE- Bogatoreszkowa	SIE- Bezglutenowa	SIE- Wegetariańska	SIE- Pooperacyjna	SIE- Dzieci 1-3 lat Łatwo strawna	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż łatwostrawna	SIE- Z ogr.subst.pobudz.w ydz.soków żołądkowych
2025-11-27 czwartek	Obiad	Ziemniaczana (bez mleka) () 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Barszcz biały z ziemniakami () 250 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ZYT.</u>) Pierogi leniwe 200 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>) Mus z jabłek () b/c 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Barszcz biały z ziemniakami () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ZYT.</u>) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami* 300 g (<u>SEL, GLU JECZ.</u>) Dyńia z wody 100 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Barszcz biały z ziemniakami () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ZYT.</u>) Kaszotto wegetariańskie z tofú * 300 g (<u>SOJ, SEL, GLU JECZ.</u>) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g Dyńia z wody 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Ziemniaczana (bez glutenu) () 300 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Pulpet wieprzowy (bez glutenu) 100 g (<u>JAJ.</u>) Sos pomidorowy (bez glutenu) 80 ml Ziemniaki gotowane () 180 g Dyńia z wody 100 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Ziemniaczana (bez mleka) () 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 180 g Pulpet wieprzowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Dyńia z wody 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Ziemniaczana () 250 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Pierogi leniwe 200 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>) Mus z jabłek () b/c 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Ziemniaczana () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Pierogi leniwe 300 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>) Mus z jabłek () b/c 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Ziemniaczana () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami* 300 g (<u>SEL, GLU JECZ.</u>) Dyńia z wody 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml
	PD	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Suchary b/c 15 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u>) Kleik ryżowy na wodzie 200 g	Serek homogenizowany o smaku waniliowym 140g 1 szt (<u>MLE.</u>) Herbatniki 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u>)	Wafle ryżowe 30 g Serek homogenizowany o smaku waniliowym 140g 1 szt (<u>MLE.</u>)				Kisiel o smaku cytrynowym z/c 200 ml	Serek homogenizowany o smaku waniliowym 140g 1 szt (<u>MLE.</u>) Herbatniki 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u>)	
	Kolacja	Kleik ryżowy na wodzie 200 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Suchary b/c 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u>)	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml 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 Banan 150 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u>) Leczo z drobiem-dieta () 300 g Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u>) Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<u>MLE.</u>) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Banan 150 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Leczo z drobiem-dieta () 300 g Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u>) Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<u>MLE.</u>) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Banan 150 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 100 g (<u>SEZ, może zawierać: ORZ.</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 Banan 150 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Leczo wegetariańskie 300 g Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u>) Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<u>MLE.</u>) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Banan 150 g	Twarożek 100 g (<u>MLE.</u>) Miód (25g) 1 szt Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) 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 (<u>MLE.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Banan 150 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT.</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 Banan 150 g

Jadłospisy za okres od dnia 2025-11-24 do dnia 2025-11-30 KUCHNIA SIEDLCE

	SIE- Kleikowa rozszerzona	SIE- Dzieci 1-3 lat Podstawowa	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż. podstawa	SIE- Bogatoreszkowa	SIE- Bezglutenowa	SIE- Wegetariańska	SIE- Pooperacyjna	SIE- Dzieci 1-3 lat Łatwo strawna	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż. łatwostrawna	SIE- Z ogr.subst.pobudz.w ydz.soków żołądkowych
2025-11-27 czwartek	PN	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Dżem 25 g 1 szt Wafle ryżowe 30 g	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt Pieczywo chrupkie ekstrudowane-żytni e 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	Wafle ryżowe 30 g Dżem 25 g 1 szt			Dżem 25 g 1 szt Wafle 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 %; : 85.75 %; Ener. z T: 6.22 %; Ener. z Bł.: 1.23 %; K: 1040.31 mg;	Wartość energetyczna: 2249.09 kcal; Białko ogółem: 82.67 g; Tłuszcz: 55.80 g; Kw. tł. nasy.: 22.79 g; Węglowodany ogółem: 365.34 g; W tym cukry: 137.99 g; Błonnik pok.: 25.41 g; Sól: 4.17 g; WW: 34.22 Por; : 14.70 %; : 64.98 %; Ener. z T: 22.33 %; Ener. z Bł.: 2.26 %; K: 3548.36 mg;	Wartość energetyczna: 2764.32 kcal; Białko ogółem: 109.07 g; Tłuszcz: 63.47 g; Kw. tł. nasy.: 25.00 g; Węglowodany ogółem: 455.25 g; W tym cukry: 144.91 g; Błonnik pok.: 34.86 g; Sól: 6.80 g; WW: 42.29 Por; : 15.78 %; : 65.87 %; Ener. z T: 20.67 %; Ener. z Bł.: 2.52 %; K: 4308.82 mg;	Wartość energetyczna: 2668.46 kcal; Białko ogółem: 114.15 g; Tłuszcz: 69.25 g; Kw. tł. nasy.: 24.63 g; Węglowodany ogółem: 415.48 g; W tym cukry: 117.13 g; Błonnik pok.: 54.47 g; Sól: 7.06 g; WW: 36.19 Por; : 17.11 %; : 62.28 %; Ener. z T: 23.36 %; Ener. z Bł.: 4.08 %; K: 5214.85 mg;	Wartość energetyczna: 2644.38 kcal; Białko ogółem: 102.68 g; Tłuszcz: 71.77 g; Kw. tł. nasy.: 22.26 g; Węglowodany ogółem: 406.63 g; W tym cukry: 124.46 g; Błonnik pok.: 36.24 g; Sól: 5.11 g; WW: 37.07 Por; : 15.53 %; : 61.51 %; Ener. z T: 24.43 %; Ener. z Bł.: 2.74 %; K: 5730.23 mg;	Wartość energetyczna: 2576.82 kcal; Białko ogółem: 73.32 g; Tłuszcz: 73.55 g; Kw. tł. nasy.: 25.27 g; Węglowodany ogółem: 416.33 g; W tym cukry: 126.65 g; Błonnik pok.: 46.24 g; Sól: 6.77 g; WW: 37.12 Por; : 11.38 %; : 64.63 %; Ener. z T: 25.69 %; Ener. z Bł.: 3.59 %; K: 4447.69 mg;	Wartość energetyczna: 2402.20 kcal; Białko ogółem: 99.34 g; Tłuszcz: 48.63 g; Kw. tł. nasy.: 21.96 g; Węglowodany ogółem: 399.47 g; W tym cukry: 115.29 g; Błonnik pok.: 22.80 g; Sól: 6.40 g; WW: 37.76 Por; : 16.54 %; : 66.52 %; Ener. z T: 18.22 %; Ener. z Bł.: 1.90 %; K: 4196.40 mg;	Wartość energetyczna: 2126.21 kcal; Białko ogółem: 81.09 g; Tłuszcz: 41.42 g; Kw. tł. nasy.: 16.54 g; Węglowodany ogółem: 368.36 g; W tym cukry: 137.92 g; Błonnik pok.: 24.86 g; Sól: 4.07 g; WW: 34.56 Por; : 15.26 %; : 69.30 %; Ener. z T: 17.53 %; Ener. z Bł.: 2.34 %; K: 3604.20 mg;	Wartość energetyczna: 2667.24 kcal; Białko ogółem: 107.41 g; Tłuszcz: 49.74 g; Kw. tł. nasy.: 18.69 g; Węglowodany ogółem: 461.37 g; W tym cukry: 143.42 g; Błonnik pok.: 31.94 g; Sól: 6.80 g; WW: 43.17 Por; : 16.11 %; : 69.19 %; Ener. z T: 16.78 %; Ener. z Bł.: 2.40 %; K: 4250.13 mg;
2025-11-28 piątek	Śniadanie	Kleik ryżowy na wodzie 200 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Suchary b/c 30 g (GLU PSZ, SOJ, 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.) Papryka świeża 80 g Kakao z mlekiem z/c 250 ml (MLE.) Rukola 20 g	Płatki kukurydziane na mleku 300 ml (MLE.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Serek wiejski lekki 3% tł 150g 1 szt (MLE.) Papryka świeża 80 g Kakao z mlekiem z/c 250 ml (MLE.) Rukola 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 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.) Papryka świeża 80 g Sliwka 150 g Rukola 20 g	Płatki kukurydziane na mleku 300 ml (MLE.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 100 g (SEZ, może zawierać: ORZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Dżem 25 g 1 szt Serek wiejski lekki 3% tł 150g 1 szt (MLE.) Papryka świeża 80 g Sliwka 150 g Rukola 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 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.) Papryka świeża 80 g Sliwka 150 g Rukola 20 g	Kasza manna na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 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 z/c 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 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Serek wiejski lekki 3% tł 150g 1 szt (MLE.) Papryka świeża 80 g Pomidor 80 g Kakao z mlekiem z/c 250 ml (MLE.) Sałata zielona 20 g Mus owocowy 100g-produkt pasteryzowany 1 szt Pomidor b/skórki 80 g Sałata zielona 20 g

Jadłospisy za okres od dnia 2025-11-24 do dnia 2025-11-30 KUCHNIA SIEDLCE

	SIE- Kleikowa rozszerzona	SIE- Dzieci 1-3 lat Podstawowa	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż podstawa	SIE- Bogatoreszkowa	SIE- Bezglutenowa	SIE- Wegetariańska	SIE- Pooperacyjna	SIE- Dzieci 1-3 lat Łatwo strawna	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż łatwostrawna	SIE- Z ogr.subst.pobudz.w ydz.soków żołądkowych
2025-11-28 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			Śliwka 150 g			Jabłko pieczone 150 g	Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt	
	Obiad	Grycikowa () 300 ml (GLU PSZ, SEL) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Szpinakowa z zacierką () 250 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Ziemniaki gotowane () 90 g Kotlet z ryby (Morszczuk) 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, MLE, SEL) Ziemniaki gotowane () 180 g Kotlet z ryby (Morszczuk) 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 Ryba pieczona (Morszczuk) 120 g (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	Szpinakowa z zacierką () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Ziemniaki gotowane () 180 g Kotlet z ryby (Morszczuk) 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	Grycikowa () 300 ml (GLU PSZ, SEL) Ziemniaki gotowane () 180 g Pulpet rybny (Morszczuk) 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, MLE, SEL) Ziemniaki gotowane () 90 g Pulpet rybny (Morszczuk) 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, MLE, SEL) Ziemniaki gotowane () 180 g Pulpet rybny (Morszczuk) 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	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)	Jogurt brzoskwinowy 150g 1 szt (MLE) Płatki owsiane 20 g (GLU OW)				Jogurt brzoskwinowy 150g 1 szt (MLE)		

Jadłospisy za okres od dnia 2025-11-24 do dnia 2025-11-30 KUCHNIA SIEDLCE

	SIE- Kleikowa rozszerzona	SIE- Dzieci 1-3 lat Podstawowa	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż. podstawa	SIE- Bogatoreszkowa	SIE- Bezglutenowa	SIE- Wegetariańska	SIE- Pooperacyjna	SIE- Dzieci 1-3 lat Łatwo strawna	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż. łatwostrawna	SIE- Z ogr.subst.pobudz.w ydz.soków żołądkowych
Kolacja	Kleik ryżowy na wodzie 200 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Suchary b/c 30 g (GLU PSZ, SOJ, MLE,)	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Pasta z jaj z natką pietruszki i cebulą 80 g (JAJ, MLE, GOR,) Pomidor 80 g Serek homo z natką pietruszki 50 g (MLE,) 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 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Pasta z jaj z natką pietruszki i cebulą 80 g (JAJ, MLE, GOR,) Pomidor 80 g Serek homo z natką pietruszki 80 g (MLE,) Kiełki brokuła 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU PSZ, GLU ZYT,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Pasta z jaj z natką pietruszki i cebulą 80 g (JAJ, MLE, GOR,) Pomidor 80 g Serek homo z natką pietruszki 80 g (MLE,) Kiełki brokuła 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 100 g (SEZ, może zawierać: ORZ,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Pasta z jaj z natką pietruszki i cebulą 80 g (JAJ, MLE, GOR,) Serek homo z natką pietruszki 80 g (MLE,) Pomidor 80 g Kiełki brokuła 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT,) Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Pasta z jaj z natką pietruszki i cebulą 80 g (JAJ, MLE, GOR,) Serek homo z natką pietruszki 80 g (MLE,) Kiełki brokuła 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz .parzo.z dodad.wody w osł.niejad 50 g 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,) Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 80 g (JAJ, MLE,) Serek homo z natką pietruszki 50 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 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 80 g (JAJ, MLE,) Serek homo z natką pietruszki 80 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 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 80 g (JAJ, MLE,) Pomidor b/skórki 80 g Serek homo z natką pietruszki 80 g (MLE,) Sałata zielona 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/ml 30 g (GLU PSZ, JAJ,)	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt Pieczywo chrupkie ekstrudowane-żytnie 30 g (GLU PSZ, GLU ZYT, GLU JĘCZ,)	Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (MLE,) Biszkopty b/ml 30 g (GLU PSZ, JAJ,)	Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (MLE,) Biszkopty b/ml 30 g (GLU PSZ, JAJ,)	Biszkopty b/ml 30 g (GLU PSZ, JAJ,)	Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (MLE,) Biszkopty b/ml 30 g (GLU PSZ, JAJ,)	Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (MLE,) Biszkopty b/ml 30 g (GLU PSZ, JAJ,)	Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (MLE,) Biszkopty b/ml 30 g (GLU PSZ, JAJ,)	
	Wartość energetyczna: 1067.54 kcal; Białko ogółem: 23.52 g; Tłuszcz: 7.96 g; Kw. tł. nasy.: 0.25 g; Węglowodany ogółem: 226.17 g; W tym cukry: 44.06 g; Błonnik pok.: 4.93 g; Sól: 0.67 g; WW: 22.20 Por; : 8.81 %; : 84.74 %; Ener. z T: 6.71 %; Ener. z Bł.: 0.92 %; K: 287.24 mg;	Wartość energetyczna: 2202.74 kcal; Białko ogółem: 96.69 g; Tłuszcz: 75.22 g; Kw. tł. nasy.: 26.30 g; Węglowodany ogółem: 291.93 g; W tym cukry: 128.47 g; Błonnik pok.: 20.84 g; Sól: 5.27 g; WW: 27.30 Por; : 17.56 %; : 53.01 %; Ener. z T: 28.62 %; Ener. z Bł.: 1.89 %; K: 3810.43 mg;	Wartość energetyczna: 2950.45 kcal; Białko ogółem: 126.92 g; Tłuszcz: 93.83 g; Kw. tł. nasy.: 28.65 g; Węglowodany ogółem: 410.32 g; W tym cukry: 138.44 g; Błonnik pok.: 30.66 g; Sól: 7.83 g; WW: 38.15 Por; : 17.21 %; : 55.63 %; Ener. z T: 28.62 %; Ener. z Bł.: 2.08 %; K: 5028.04 mg;	Wartość energetyczna: 2987.73 kcal; Białko ogółem: 125.32 g; Tłuszcz: 104.76 g; Kw. tł. nasy.: 27.67 g; Węglowodany ogółem: 401.32 g; W tym cukry: 115.65 g; Błonnik pok.: 45.12 g; Sól: 10.16 g; WW: 35.78 Por; : 16.78 %; : 53.73 %; Ener. z T: 31.56 %; Ener. z Bł.: 3.02 %; K: 5141.18 mg;	Wartość energetyczna: 2484.47 kcal; Białko ogółem: 114.72 g; Tłuszcz: 78.26 g; Kw. tł. nasy.: 22.25 g; Węglowodany ogółem: 337.24 g; W tym cukry: 102.20 g; Błonnik pok.: 30.93 g; Sól: 4.94 g; WW: 30.69 Por; : 18.47 %; : 54.30 %; Ener. z T: 28.35 %; Ener. z Bł.: 2.49 %; K: 4518.95 mg;	Wartość energetyczna: 2736.55 kcal; Białko ogółem: 119.06 g; Tłuszcz: 87.70 g; Kw. tł. nasy.: 25.14 g; Węglowodany ogółem: 381.61 g; W tym cukry: 108.21 g; Błonnik pok.: 33.09 g; Sól: 7.68 g; WW: 35.00 Por; : 17.40 %; : 55.78 %; Ener. z T: 28.84 %; Ener. z Bł.: 2.42 %; K: 4696.84 mg;	Wartość energetyczna: 2412.26 kcal; Białko ogółem: 112.66 g; Tłuszcz: 60.14 g; Kw. tł. nasy.: 20.09 g; Węglowodany ogółem: 368.07 g; W tym cukry: 108.33 g; Błonnik pok.: 26.12 g; Sól: 8.69 g; WW: 34.35 Por; : 18.68 %; : 61.03 %; Ener. z T: 22.44 %; Ener. z Bł.: 2.17 %; K: 3975.81 mg;	Wartość energetyczna: 2061.85 kcal; Białko ogółem: 101.38 g; Tłuszcz: 62.35 g; Kw. tł. nasy.: 25.08 g; Węglowodany ogółem: 278.85 g; W tym cukry: 113.17 g; Błonnik pok.: 18.50 g; Sól: 5.33 g; WW: 26.17 Por; : 19.67 %; : 54.10 %; Ener. z T: 27.22 %; Ener. z Bł.: 1.79 %; K: 3601.34 mg;	Wartość energetyczna: 2757.51 kcal; Białko ogółem: 136.09 g; Tłuszcz: 76.08 g; Kw. tł. nasy.: 27.18 g; Węglowodany ogółem: 392.47 g; W tym cukry: 122.97 g; Błonnik pok.: 30.35 g; Sól: 8.35 g; WW: 36.36 Por; : 19.74 %; : 56.93 %; Ener. z T: 24.83 %; Ener. z Bł.: 2.20 %; K: 5046.50 mg;	Wartość energetyczna: 2600.29 kcal; Białko ogółem: 130.13 g; Tłuszcz: 70.95 g; Kw. tł. nasy.: 23.71 g; Węglowodany ogółem: 371.96 g; W tym cukry: 94.43 g; Błonnik pok.: 28.76 g; Sól: 7.76 g; WW: 34.43 Por; : 20.02 %; : 57.22 %; Ener. z T: 24.56 %; Ener. z Bł.: 2.21 %; K: 4600.51 mg;

Jadłospisy za okres od dnia 2025-11-24 do dnia 2025-11-30 KUCHNIA SIEDLCE

	SIE- Kleikowa rozszerzona	SIE- Dzieci 1-3 lat Podstawowa	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż. podstawa	SIE- Bogatoresztkowa	SIE- Bezglutenowa	SIE- Wegetariańska	SIE- Kooperacyjna	SIE- Dzieci 1-3 lat Łatwo strawna	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż. łatwostrawna	SIE- Z ogr.subst.pobudz.w ydz.soków żołądkowych	
2025-11-29 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, homoge nizowana, wędzona, parzona 60 g Pomidor 80 g Ketchup 20 g (SEL.) Ser żółty 25 g (MLE.) Sałata lodowa 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 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Parówki z szynki-kielbasa wieprzowa, homoge nizowana, wędzona, parzona 60 g Ketchup 20 g (SEL.) Pomidor 80 g Ser żółty 25 g (MLE.) Sałata lodowa 20 g	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (MLE, GLU JĘCZ.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Parówki z szynki-kielbasa wieprzowa, homoge nizowana, wędzona, parzona 60 g Ketchup 20 g (SEL.) Pomidor 80 g Ser żółty 25 g (MLE.) Sałata lodowa 20 g	Ryż na mleku 300 ml (MLE.) Chleb bezglutenowy 100 g (SEZ. może zawierać: ORZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Połędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g (SOJ.) Ser żółty 25 g (MLE.) Pomidor 80 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Gruszka 150 g Sałata lodowa 20 g	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (MLE, GLU JĘCZ.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Pomidor 80 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Pasztet sojowy z pomidorami 50 g (SOJ, GOR.) Miód (25g) 1 szt Pomidor 80 g Gruszka 150 g Sałata lodowa 20 g	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (MLE, GLU JĘCZ.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Połędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 25 g (SOJ.) Pomidor 80 g Miód (25g) 1 szt Sałata lodowa 20 g	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.) Połędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g (SOJ.) Pomidor 80 g Miód (25g) 1 szt Sałata lodowa 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 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Połędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g (SOJ.) Miód (25g) 1 szt Pomidor b/skórki 80 g Banana 150 g Sałata lodowa 20 g	
		Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Suchary b/c 15 g (GLU PSZ, SOJ. MLE.) Kleik ryżowy na wodzie 200 g	Gruszka 150 g					Banan 150 g			
		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 marchwi i jabłka b/c 50 g (MLE.) Buraczki gotowane drobno tarte 50 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml	Koperkowa z ryżem 300 ml (MLE, SEL.) Kasza jaglana na sypko 180 g Gulasz wołowy 150 g (GLU PSZ.) Surówka z marchwi i jabłka b/c 100 g (MLE.) Buraczki gotowane drobno tarte 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml	Koperkowa z ryżem 300 ml (MLE, SEL.) Kasza jaglana na sypko 180 g Gulasz wołowy (bez glutenu) 150 g Surówka z marchwi i jabłka b/c 100 g (MLE.) Buraczki gotowane drobno tarte 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml	Koperkowa z ryżem 300 ml (MLE, SEL.) Kasza jaglana na sypko 180 g Gulasz sojowy z warzywami* (bez glutenu) 150 g (SOJ, SEL.) Surówka z marchwi i jabłka b/c 100 g (MLE.) Buraczki gotowane drobno tarte 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml	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 Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml	Koperkowa z ryżem 250 ml (MLE, SEL.) Kasza jaglana na sypko 90 g Gulasz wołowy 60 g (GLU PSZ.) Buraczki gotowane drobno tarte 50 g Surówka z marchwi i jabłka b/c 50 g (MLE.) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml	Koperkowa z ryżem 300 ml (MLE, SEL.) Kasza jaglana na sypko 180 g Gulasz wołowy 120 g (GLU PSZ.) Surówka z marchwi i jabłka b/c 100 g (MLE.) Buraczki gotowane drobno tarte 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml	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 Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml

Jadłospisy za okres od dnia 2025-11-24 do dnia 2025-11-30 KUCHNIA SIEDLCE

	SIE- Kleikowa rozszerzona	SIE- Dzieci 1-3 lat Podstawowa	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż podstawa	SIE- Bogatoreszkowa	SIE- Bezglutenowa	SIE- Wegetariańska	SIE- Pooperacyjna	SIE- Dzieci 1-3 lat Łatwo strawna	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż łatwostrawna	SIE- Z ogr.subst.pobudz.w ydz.soków żołądkowych
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 200 ml (MLE.) Wafelki 30 g (GLU PSZ, SOJ, MLE.)	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt Pieczywo chrupkie ekstrudowane-żytnie 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)				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.)		
2025-11-29 sobota Kolacja	Kleik ryżowy na wodzie 200 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Suchary b/c 30 g (GLU PSZ, SOJ, MLE.)	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Pasta z soczewicy czerwonej 40 g Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 25 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Pomidor 80 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Salata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ,) Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Pasta z soczewicy czerwonej 80 g Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 25 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Ogórek kiszony 80 g Salata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 100 g (SEZ, może zawierać: ORZ,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Pasta z soczewicy czerwonej 80 g Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 25 g Ogórek kiszony 80 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Salata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Pasta z soczewicy czerwonej 80 g Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 25 g Ogórek kiszony 80 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Salata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Pasta z soczewicy czerwonej 80 g Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 25 g Ogórek kiszony 80 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Salata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynkowa Extra-wędzonka wieprzowa, wędzona ,z wodą dodaną. 50 g (SOJ,) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 25 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynkowa Extra-wędzonka wieprzowa, wędzona ,z wodą dodaną. 25 g (SOJ,) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 25 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Pomidor 80 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Salata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ,) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynkowa Extra-wędzonka wieprzowa, wędzona ,z wodą dodaną. 50 g (SOJ,) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 25 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Pomidor 80 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Salata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ,) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynkowa Extra-wędzonka wieprzowa, wędzona ,z wodą dodaną. 50 g (SOJ,) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 25 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Pomidor b/skórki 80 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Salata zielona 20 g
PN	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Bułka maślana 1 szt 1 szt (GLU PSZ, JAJ, MLE.)		Mus- przecier owocowy jabłko 100g (tubka) 1 szt			Bułka maślana 1 szt 1 szt (GLU PSZ, JAJ, MLE.)			

Jadłospisy za okres od dnia 2025-11-24 do dnia 2025-11-30 KUCHNIA SIEDLCE

	SIE- Kleikowa rozszerzona	SIE- Dzieci 1-3 lat Podstawowa	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż. podstawa	SIE- Bogatoreszkowa	SIE- Bezglutenowa	SIE- Wegetariańska	SIE- Kooperacyjna	SIE- Dzieci 1-3 lat Łatwo strawna	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż. łatwostrawna	SIE- Z ogr.subst.pobudz.w ydz.soków żołądkowych
2025-11-29 sobota	Wartość energetyczna: 1065.96 kcal; Białko ogółem: 22.96 g; Tłuszcz: 7.83 g; Kw. tł. nasy.: 0.25 g; Węglowodany ogółem: 226.66 g; W tym cukry: 44.09 g; Błonnik pok.: 4.91 g; Sól: 0.67 g; WW: 22.27 Por; : 8.61 %; : 85.05 %; Ener. z T: 6.61 %; Ener. z Bł.: 0.92 %; K: 286.12 mg;	Wartość energetyczna: 2372.66 kcal; Białko ogółem: 89.01 g; Tłuszcz: 79.68 g; Kw. tł. nasy.: 38.16 g; Węglowodany ogółem: 333.46 g; W tym cukry: 106.35 g; Błonnik pok.: 21.24 g; Sól: 6.80 g; WW: 31.25 Por; : 15.01 %; : 56.22 %; Ener. z T: 30.22 %; Ener. z Bł.: 1.79 %; K: 2867.34 mg;	Wartość energetyczna: 3009.74 kcal; Białko ogółem: 117.63 g; Tłuszcz: 89.82 g; Kw. tł. nasy.: 40.62 g; Węglowodany ogółem: 447.26 g; W tym cukry: 115.95 g; Błonnik pok.: 34.01 g; Sól: 10.22 g; WW: 41.31 Por; : 15.63 %; : 59.44 %; Ener. z T: 26.86 %; Ener. z Bł.: 2.26 %; K: 3798.51 mg;	Wartość energetyczna: 2720.22 kcal; Białko ogółem: 112.01 g; Tłuszcz: 77.38 g; Kw. tł. nasy.: 32.68 g; Węglowodany ogółem: 410.41 g; W tym cukry: 83.88 g; Błonnik pok.: 48.64 g; Sól: 10.15 g; WW: 36.17 Por; : 16.47 %; : 60.35 %; Ener. z T: 25.60 %; Ener. z Bł.: 3.58 %; K: 3820.90 mg;	Wartość energetyczna: 2209.41 kcal; Białko ogółem: 83.57 g; Tłuszcz: 60.59 g; Kw. tł. nasy.: 23.95 g; Węglowodany ogółem: 340.60 g; W tym cukry: 91.14 g; Błonnik pok.: 29.48 g; Sól: 5.66 g; WW: 31.00 Por; : 15.13 %; : 61.66 %; Ener. z T: 24.68 %; Ener. z Bł.: 2.67 %; K: 2991.98 mg;	Wartość energetyczna: 2541.68 kcal; Białko ogółem: 92.19 g; Tłuszcz: 61.33 g; Kw. tł. nasy.: 24.02 g; Węglowodany ogółem: 419.52 g; W tym cukry: 88.60 g; Błonnik pok.: 46.29 g; Sól: 8.38 g; WW: 37.26 Por; : 14.51 %; : 66.02 %; Ener. z T: 21.72 %; Ener. z Bł.: 3.64 %; K: 3053.74 mg;	Wartość energetyczna: 2601.74 kcal; Białko ogółem: 98.63 g; Tłuszcz: 59.80 g; Kw. tł. nasy.: 22.74 g; Węglowodany ogółem: 430.59 g; W tym cukry: 113.64 g; Błonnik pok.: 27.17 g; Sól: 9.73 g; WW: 40.44 Por; : 15.16 %; : 66.20 %; Ener. z T: 20.69 %; Ener. z Bł.: 2.09 %; K: 4276.24 mg;	Wartość energetyczna: 2120.47 kcal; Białko ogółem: 71.49 g; Tłuszcz: 52.40 g; Kw. tł. nasy.: 26.24 g; Węglowodany ogółem: 349.52 g; W tym cukry: 117.58 g; Błonnik pok.: 17.94 g; Sól: 5.94 g; WW: 33.24 Por; : 13.49 %; : 65.93 %; Ener. z T: 22.24 %; Ener. z Bł.: 1.69 %; K: 2880.68 mg;	Wartość energetyczna: 2758.63 kcal; Białko ogółem: 104.56 g; Tłuszcz: 62.39 g; Kw. tł. nasy.: 29.10 g; Węglowodany ogółem: 457.19 g; W tym cukry: 128.31 g; Błonnik pok.: 26.87 g; Sól: 9.75 g; WW: 43.09 Por; : 15.16 %; : 66.29 %; Ener. z T: 20.36 %; Ener. z Bł.: 1.95 %; K: 3649.12 mg;	Wartość energetyczna: 2442.02 kcal; Białko ogółem: 102.54 g; Tłuszcz: 49.82 g; Kw. tł. nasy.: 20.84 g; Węglowodany ogółem: 407.64 g; W tym cukry: 107.31 g; Błonnik pok.: 25.61 g; Sól: 9.37 g; WW: 38.22 Por; : 16.80 %; : 66.77 %; Ener. z T: 18.36 %; Ener. z Bł.: 2.10 %; K: 3592.98 mg;
2025-11-30 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 Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (SEZ. może zawierać: ORZ. GLU PSZ. GLU ZYT.) 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 100 g (SEZ. może zawierać: ORZ.) 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 150 g Mix sałat 20 g	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ. GLU ZYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Pasta warzywna* 80 g (SEL.) Ser mozzarella kulki 35 g (MLE.) Pomidorki koktajlowe 80 g Jabłko 150 g Mix sałat 20 g	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 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.) Pomidor 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. GLU ZYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Pomidor 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 50 g (GLU PSZ. GLU ZYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Pomidor b/skórki 80 g Jabłko pieczone 150 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
II ŚN	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Suchary b/c 15 g (GLU PSZ. SOJ. MLE.) Kleik ryżowy na wodzie 200 g	Jabłko 150 g			Jabłko pieczone 150 g					

Jadłospisy za okres od dnia 2025-11-24 do dnia 2025-11-30 KUCHNIA SIEDLCE

	SIE- Kleikowa rozszerzona	SIE- Dzieci 1-3 lat Podstawowa	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż. podstawa	SIE- Bogatoreszkowa	SIE- Bezglutenowa	SIE- Wegetariańska	SIE- Pooperacyjna	SIE- Dzieci 1-3 lat Łatwo strawna	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż. łatwostrawna	SIE- Z ogr.subst.pobudz.w ydz.soków żołądkowych
2025-11-30 niedziela	Obiad	Grycikowa () 300 ml (GLU PSZ, 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 Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 50 g Brokuł gotowany* 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 Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 100 g Brokuł gotowany* 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 Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 100 g Brokuł gotowany* 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Grycikowa () 300 ml (GLU PSZ, SEL) Ziemniaki gotowane () 180 g Kotlety sojowe 100 g (SOJ) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 100 g Brokuł gotowany* 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Grycikowa () 300 ml (GLU PSZ, SEL) Ziemniaki gotowane () 180 g Ćwiartka z kurczaka gotowana 100 g Dyńia z wody 200 g 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 Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 50 g Brokuł gotowany* 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 Brokuł gotowany* 100 g Sałatka z buraczków i jabłka 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 Dyńia z wody 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml
	PD	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Suchary b/c 15 g (GLU PSZ, SOJ, MLE) Kleik ryżowy na wodzie 200 g	Galaretka o smaku truskawkowym 200 g	Galaretka o smaku truskawkowym 200 g Pieczywo chrupkie ekstrudowane-żytnie 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ)			Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml	Galaretka o smaku truskawkowym 200 g		

Jadłospisy za okres od dnia 2025-11-24 do dnia 2025-11-30 KUCHNIA SIEDLCE

	SIE- Kleikowa rozszerzona	SIE- Dzieci 1-3 lat Podstawowa	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż podstawa	SIE- Bogatoreszkowa	SIE- Bezglutenowa	SIE- Wegetariańska	SIE- Pooperacyjna	SIE- Dzieci 1-3 lat Łatwo strawna	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż łatwostrawna	SIE- Z ogr.subst.pobudz.w ydz.soków żołądkowych	
2025-11-30 niedziela	Kolacja	Kleik ryżowy na wodzie 200 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Suchary b/c 30 g (GLU PSZ, SOJ, MLE,)	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Szynka z piersią kurczaka-wędl.z drob.gr.rozd.parzo. w osł.niejadalnej 25 g (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 razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU PSZ, GLU ZYT,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Dżem 25 g 1 szt Szynka z piersią kurczaka-wędl.z drob.gr.rozd.parzo. w osł.niejadalnej 50 g (SOJ,) 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 100 g (SEZ, może zawierać: ORZ,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Dżem 25 g 1 szt Szynka z piersią kurczaka-wędl.z drob.gr.rozd.parzo. w osł.niejadalnej 50 g (SOJ,) Rzodkiew biała 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT,) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Dżem 25 g 1 szt Szynka z piersią kurczaka-wędl.z drob.gr.rozd.parzo. w osł.niejadalnej 50 g (SOJ,) Hummus 80 g (SEZ,) 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 Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Dżem 25 g 1 szt Szynka z piersią kurczaka-wędl.z drob.gr.rozd.parzo. w osł.niejadalnej 50 g (SOJ,) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Dżem 25 g 1 szt Szynka z piersią kurczaka-wędl.z drob.gr.rozd.parzo. w osł.niejadalnej 25 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 50 g (GLU PSZ,) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Dżem 25 g 1 szt Szynka z piersią kurczaka-wędl.z drob.gr.rozd.parzo. w osł.niejadalnej 50 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 50 g (GLU PSZ,) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Dżem 25 g 1 szt Szynka z piersią kurczaka-wędl.z drob.gr.rozd.parzo. w osł.niejadalnej 50 g (SOJ,) Pomidor b/skórki 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	
	PN	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt Podpłomyki b/c 20 g (GLU PSZ, MLE,)			Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt Wafle ryżowe 20 g	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: 1067.54 kcal; Białko ogółem: 23.42 g; Tłuszcz: 7.96 g; Kw. tł. nasy.: 0.25 g; Węglowodany ogółem: 226.17 g; W tym cukry: 44.06 g; Błonnik pok.: 4.93 g; Sól: 0.64 g; WW: 22.20 Por; : 8.77 %; : 84.74 %; Ener. z T: 6.71 %; Ener. z Bł.: 0.92 %; K: 271.37 mg;	Wartość energetyczna: 1764.11 kcal; Białko ogółem: 71.06 g; Tłuszcz: 52.44 g; Kw. tł. nasy.: 23.29 g; Węglowodany ogółem: 264.81 g; W tym cukry: 92.63 g; Błonnik pok.: 15.05 g; Sól: 4.26 g; WW: 25.07 Por; : 16.11 %; : 60.04 %; Ener. z T: 26.75 %; Ener. z Bł.: 1.71 %; K: 2677.60 mg;	Wartość energetyczna: 2605.81 kcal; Białko ogółem: 123.55 g; Tłuszcz: 81.36 g; Kw. tł. nasy.: 30.22 g; Węglowodany ogółem: 368.34 g; W tym cukry: 99.92 g; Błonnik pok.: 25.69 g; Sól: 8.23 g; WW: 34.36 Por; : 18.97 %; : 56.54 %; Ener. z T: 28.10 %; Ener. z Bł.: 1.97 %; K: 4348.63 mg;	Wartość energetyczna: 2606.79 kcal; Białko ogółem: 123.61 g; Tłuszcz: 82.44 g; Kw. tł. nasy.: 30.37 g; Węglowodany ogółem: 370.61 g; W tym cukry: 93.65 g; Błonnik pok.: 39.94 g; Sól: 8.29 g; WW: 33.19 Por; : 18.97 %; : 56.87 %; Ener. z T: 28.46 %; Ener. z Bł.: 3.06 %; K: 4794.46 mg;	Wartość energetyczna: 2441.55 kcal; Białko ogółem: 105.22 g; Tłuszcz: 87.64 g; Kw. tł. nasy.: 29.75 g; Węglowodany ogółem: 327.06 g; W tym cukry: 98.89 g; Błonnik pok.: 28.83 g; Sól: 5.68 g; WW: 29.83 Por; : 17.24 %; : 53.58 %; Ener. z T: 32.30 %; Ener. z Bł.: 2.36 %; K: 4203.11 mg;	Wartość energetyczna: 2280.91 kcal; Białko ogółem: 77.38 g; Tłuszcz: 66.19 g; Kw. tł. nasy.: 22.38 g; Węglowodany ogółem: 354.59 g; W tym cukry: 103.26 g; Błonnik pok.: 42.38 g; Sól: 6.73 g; WW: 31.27 Por; : 13.57 %; : 62.18 %; Ener. z T: 26.12 %; Ener. z Bł.: 3.72 %; K: 3807.55 mg;	Wartość energetyczna: 2219.86 kcal; Białko ogółem: 101.70 g; Tłuszcz: 63.11 g; Kw. tł. nasy.: 26.61 g; Węglowodany ogółem: 264.94 g; W tym cukry: 95.72 g; Błonnik pok.: 18.42 g; Sól: 7.49 g; WW: 31.00 Por; : 18.33 %; : 59.04 %; Ener. z T: 25.59 %; Ener. z Bł.: 1.66 %; K: 3497.97 mg;	Wartość energetyczna: 1755.65 kcal; Białko ogółem: 71.08 g; Tłuszcz: 51.44 g; Kw. tł. nasy.: 23.23 g; Węglowodany ogółem: 264.94 g; W tym cukry: 92.72 g; Błonnik pok.: 15.08 g; Sól: 4.27 g; WW: 25.08 Por; : 16.19 %; : 60.36 %; Ener. z T: 26.37 %; Ener. z Bł.: 1.72 %; K: 2685.65 mg;	Wartość energetyczna: 2576.41 kcal; Białko ogółem: 123.06 g; Tłuszcz: 78.67 g; Kw. tł. nasy.: 30.04 g; Węglowodany ogółem: 366.40 g; W tym cukry: 100.14 g; Błonnik pok.: 23.56 g; Sól: 8.23 g; WW: 34.37 Por; : 19.11 %; : 56.89 %; Ener. z T: 27.48 %; Ener. z Bł.: 1.83 %; K: 4299.54 mg;	Wartość energetyczna: 2371.48 kcal; Białko ogółem: 118.01 g; Tłuszcz: 73.24 g; Kw. tł. nasy.: 29.73 g; Węglowodany ogółem: 328.75 g; W tym cukry: 99.75 g; Błonnik pok.: 22.92 g; Sól: 8.37 g; WW: 30.66 Por; : 19.90 %; : 55.45 %; Ener. z T: 27.79 %; Ener. z Bł.: 1.93 %; K: 4191.43 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,