

Jadłospisy za okres od dnia 2024-04-01 do dnia 2024-04-07 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- Podstawowa/Ogólna	SIE- Podstawowa wzbogacona	SIE- Położnicza podstawowa	SIE- Położnicza łatwostrawna	SIE- Z ogr. łatwoprzyswajalnych węglowodanów	
2024-04-01 poniedziałek	Śniadanie	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU JĘCZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Szynka z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i białek mleka, wędzona, parzona 50 g (<u>SOJ, MLE, GLU OW.</u>) Ser mozzarella kulki 25 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 80 g Mix sałat 20 g Kiwi 1 szt 1 szt Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU JĘCZ.</u>) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Szynka z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i białek mleka, wędzona, parzona 50 g (<u>SOJ, MLE, GLU OW.</u>) Ser mozzarella kulki 25 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 80 g Mix sałat 20 g	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU JĘCZ.</u>) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Szynka z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i białek mleka, wędzona, parzona 50 g (<u>SOJ, MLE, GLU OW.</u>) Ser mozzarella kulki 25 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 80 g Mix sałat 20 g	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU JĘCZ.</u>) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Szynka z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i białek mleka, wędzona, parzona 50 g (<u>SOJ, MLE, GLU OW.</u>) Ser mozzarella kulki 25 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 80 g Mix sałat 20 g	Kefir 2% tł 150 ml (<u>MLE.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Szynka z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i białek mleka, wędzona, parzona 50 g (<u>SOJ, MLE, GLU OW.</u>) Ser mozzarella kulki 25 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 80 g Mix sałat 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	
	II ŚN			Kiwi 1 szt 1 szt	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Kiwi 1 szt 1 szt	
	Obiad		Rosół z makaronem () 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 130 g Ziemniaki gotowane () 180 g Surówka Coleslaw () 100 g (<u>JAJ, MLE, GOR.</u>) Brokuł gotowany* 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt			Rosół z makaronem () 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) udziec drobiowy gotowany z/k z/s 130 g Ziemniaki gotowane () 180 g Brokuł gotowany* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Rosół z makaronem () 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 130 g Ziemniaki gotowane () 180 g Brokuł gotowany* 100 g Surówka z kapusty białej z olejem b/c () 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD			Podplomyki b/c 20 g (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)		Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Baton szynkowy z kurczak 20 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.</u>) Sałata zielona 10 g	
	Kolacja	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Pasta z twarogu i makreli wędzonej** 80 g (<u>RYB, MLE.</u>) Schab Benedykta wp parzony z dodatkiem wody 25 g (<u>GLU PSZ, SOJ, SEL, może zawierać: JAJ, OZI, MLE, GOR, SEZ.</u>) Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<u>MLE.</u>)	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Pasta z twarogu i makreli wędzonej** 80 g (<u>RYB, MLE.</u>) Schab Benedykta wp parzony z dodatkiem wody 25 g (<u>GLU PSZ, SOJ, SEL, może zawierać: JAJ, OZI, MLE, GOR, SEZ.</u>) Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<u>MLE.</u>)	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Pasta z twarogu i makreli wędzonej** 80 g (<u>RYB, MLE.</u>) Schab Benedykta wp parzony z dodatkiem wody 25 g (<u>GLU PSZ, SOJ, SEL, może zawierać: JAJ, OZI, MLE, GOR, SEZ.</u>) Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<u>MLE.</u>)	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Pasta z twarogu i makreli wędzonej** 80 g (<u>RYB, MLE.</u>) Schab Benedykta wp parzony z dodatkiem wody 25 g (<u>GLU PSZ, SOJ, SEL, może zawierać: JAJ, OZI, MLE, GOR, SEZ.</u>) Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<u>MLE.</u>)	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Pasta z twarogu i makreli wędzonej** 80 g (<u>RYB, MLE.</u>) Schab Benedykta wp parzony z dodatkiem wody 25 g (<u>GLU PSZ, SOJ, SEL, może zawierać: JAJ, OZI, MLE, GOR, SEZ.</u>) Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<u>MLE.</u>)	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-04-01 do dnia 2024-04-07 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- Podstawowa/Ogólna	SIE- Podstawowa wzbogacona	SIE- Położnicza podstawowa	SIE- Położnicza łatwostrawna	SIE- Z ogr. łatwoprzyswajalnych węglowodanów
2024-04-01 poniedziałek	PN	Wafle ryżowe 30 g Dżem 25 g 1 szt				Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Twarożek 40 g (<u>MLE.</u>) Sałata zielona 10 g
		Wartość energetyczna: 2377.96 kcal; Białko ogółem: 116.54 g; Tłuszcz: 69.97 g; Kw. tł. nasy.: 30.25 g; Węglowodany ogółem: 335.77 g; W tym cukry: 76.16 g; Błonnik pok.: 33.50 g; Sól: 8.97 g; WW: 30.49 Por.; : 19.60 %; : 50.85 %; Ener. z T: 26.48 %; Ener. z Bł.: 2.82 %; K: 4422.26 mg;	Wartość energetyczna: 2544.76 kcal; Białko ogółem: 124.34 g; Tłuszcz: 73.16 g; Kw. tł. nasy.: 31.57 g; Węglowodany ogółem: 362.47 g; W tym cukry: 84.41 g; Błonnik pok.: 33.95 g; Sól: 9.15 g; WW: 33.13 Por.; : 19.54 %; : 51.64 %; Ener. z T: 25.87 %; Ener. z Bł.: 2.67 %; K: 4690.76 mg;		Wartość energetyczna: 2535.35 kcal; Białko ogółem: 130.22 g; Tłuszcz: 66.76 g; Kw. tł. nasy.: 30.75 g; Węglowodany ogółem: 365.17 g; W tym cukry: 82.60 g; Błonnik pok.: 27.09 g; Sól: 8.77 g; WW: 33.94 Por.; : 20.54 %; : 53.34 %; Ener. z T: 23.70 %; Ener. z Bł.: 2.14 %; K: 4536.51 mg;	Wartość energetyczna: 2353.92 kcal; Białko ogółem: 124.71 g; Tłuszcz: 80.27 g; Kw. tł. nasy.: 35.44 g; Węglowodany ogółem: 305.54 g; W tym cukry: 45.67 g; Błonnik pok.: 46.53 g; Sól: 9.31 g; WW: 26.20 Por.; : 21.19 %; : 44.01 %; Ener. z T: 30.69 %; Ener. z Bł.: 3.95 %; K: 4938.82 mg;
2024-04-02 wtorek	Śniadanie	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (<u>MLE.</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Twaróg półtłusty 80 g (<u>MLE.</u>) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 25 g (<u>może zawierać: MLE, GOR.</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Jabłko 1 szt 1 szt	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (<u>MLE.</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Twaróg półtłusty 80 g (<u>MLE.</u>) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 25 g (<u>może zawierać: MLE, GOR.</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (<u>MLE.</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Twaróg półtłusty 80 g (<u>MLE.</u>) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 25 g (<u>może zawierać: MLE, GOR.</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (<u>MLE.</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Twaróg półtłusty 80 g (<u>MLE.</u>) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 25 g (<u>może zawierać: MLE, GOR.</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Maślanka 150 ml (<u>MLE.</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Twaróg półtłusty 80 g (<u>MLE.</u>) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 25 g (<u>może zawierać: MLE, GOR.</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g
	II ŚN		Jabłko 1 szt 1 szt	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Jabłko 1 szt 1 szt	
	Obiad	Solferino () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Makaron pełnoziarnisty ze szpinakiem i serem żółtym * 300 g (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Surówka z marchwi z olejem () 100 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (<u>SEL.</u>) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt			Solferino () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Kopytka ziemniaczane () 300 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos szpinakowy* 80 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Surówka z marchwi z olejem () 100 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (<u>SEL.</u>) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Solferino () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Makaron pełnoziarnisty ze szpinakiem i serem białym 300 g (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Surówka z marchwi z olejem b/c () 100 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (<u>SEL.</u>) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD		Jogurt brzoskwinowy 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) Biszkopty 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JĘCZ.</u>)		Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Kiełbasa Krakowska wieprzowa parzona grubo rozdrobniona wędzona w ostrońce niejadalnej. 20 g (<u>GOR.</u>) Sałata zielona 20 g	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-04-01 do dnia 2024-04-07 KUCHNIA SIEDLCE

	SIE- Podstawowa/Ogólna	SIE- Podstawowa wzbogacona	SIE- Położnicza podstawowa	SIE- Położnicza łatwostrawna	SIE- Z ogr. łatwoprzyswajalnych węglowodanów
2024-04-02 wtorek	Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Galaretka drobiowa z udźca kurczaka () 200 g (<u>SEL.</u>) 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-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Galaretka drobiowa z udźca kurczaka () 200 g (<u>SEL.</u>) 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 (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Galaretka drobiowa z udźca kurczaka () 200 g (<u>SEL.</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Galaretka drobiowa z udźca kurczaka () 200 g (<u>SEL.</u>) Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
		PN	Mus- przecier owocowy jablko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt		
	Wartość energetyczna: 2316.72 kcal; Białko ogółem: 90.54 g; Tłuszcz: 70.52 g; Kw. tł. nasy.: 26.79 g; Węglowodany ogółem: 344.48 g; W tym cukry: 90.75 g; Błonnik pok.: 40.92 g; Sól: 9.07 g; WW: 30.47 Por; : 15.63 %; : 52.41 %; Ener. z T: 27.40 %; Ener. z Bł.: 3.53 %; K: 3720.73 mg;	Wartość energetyczna: 2490.52 kcal; Białko ogółem: 96.04 g; Tłuszcz: 74.55 g; Kw. tł. nasy.: 28.35 g; Węglowodany ogółem: 380.68 g; W tym cukry: 108.45 g; Błonnik pok.: 41.37 g; Sól: 9.32 g; WW: 34.09 Por; : 15.43 %; : 54.50 %; Ener. z T: 26.94 %; Ener. z Bł.: 3.32 %; K: 4020.73 mg;	Wartość energetyczna: 2583.57 kcal; Białko ogółem: 93.45 g; Tłuszcz: 59.13 g; Kw. tł. nasy.: 21.72 g; Węglowodany ogółem: 443.84 g; W tym cukry: 109.09 g; Błonnik pok.: 35.35 g; Sól: 8.14 g; WW: 41.05 Por; : 14.47 %; : 63.24 %; Ener. z T: 20.60 %; Ener. z Bł.: 2.74 %; K: 5305.34 mg;	Wartość energetyczna: 2157.15 kcal; Białko ogółem: 92.92 g; Tłuszcz: 55.63 g; Kw. tł. nasy.: 21.66 g; Węglowodany ogółem: 339.00 g; W tym cukry: 63.01 g; Błonnik pok.: 51.51 g; Sól: 9.50 g; WW: 28.92 Por; : 17.23 %; : 53.31 %; Ener. z T: 23.21 %; Ener. z Bł.: 4.78 %; K: 4169.72 mg;	
2024-04-03 środa	Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (<u>SOJ.</u>) Ser żółty 25 g (<u>MLE.</u>) Rzepa biała 80 g Mix sałat 20 g	Płatki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (<u>SOJ.</u>) Ser żółty 25 g (<u>MLE.</u>) Rzepa biała 80 g Mix sałat 20 g	Płatki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (<u>SOJ.</u>) Szynka zielonogórska- wp. parzona 25 g (<u>SOJ.</u>) Pomidor 80 g Mix sałat 20 g	Jogurt naturalny 150 g (<u>MLE.</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (<u>SOJ.</u>) Ser żółty 25 g (<u>MLE.</u>) Rzepa biała 80 g Mix sałat 20 g
		II ŚN	Gruszka 1szt. 150 g		Jabłko pieczone 1szt. 1 szt
	Grysikowa () 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Zrazik drobiowy z udźca pieczony mielony 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Ziemniaki gotowane () 180 g Sos jarzynowy () 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Buraczki gotowane () 100 g Sałatka szwedzka () 100 g (<u>GOR.</u>) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Grysikowa () 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 180 g Zrazik drobiowy z udźca pieczony mielony 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos jarzynowy () 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Buraczki gotowane () 100 g Sałatka szwedzka () 100 g (<u>GOR.</u>) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Grysikowa () 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kotlet mielony drobiowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Ziemniaki gotowane () 180 g Buraczki gotowane () 100 g Sałatka szwedzka () 100 g (<u>GOR.</u>) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ryżowa () 300 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Zrazik drobiowy z udźca pieczony mielony 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Ziemniaki gotowane () 180 g Sos jarzynowy () 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Buraczki gotowane () 200 g	Grysikowa () 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Zrazik drobiowy z udźca pieczony mielony 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Ziemniaki gotowane () 180 g Sos jarzynowy () 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Buraczki gotowane () 100 g Sałatka szwedzka () 100 g (<u>GOR.</u>) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt

Jadłospisy za okres od dnia 2024-04-01 do dnia 2024-04-07 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- Podstawowa/Ogólna	SIE- Podstawowa wzbogacona	SIE- Położnicza podstawowa	SIE- Położnicza łatwostrawna	SIE- Z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów	
2024-04-03 środa	PD		Budyń o smaku waniliowym z/c 200 ml (<u>MLE</u>)			Wafle ryżowe 30 g	
	Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Pasztet z soczewicy () 60 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Baton szynkowy z kurcząt 25 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.</u>) Pomidorki koktajlowe 80 g Sałata zielona 20 g			Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Pasztet z soczewicy () 60 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Baton szynkowy z kurcząt 25 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.</u>) Pomidorki koktajlowe 80 g Sałata zielona 20 g		Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Chleb razowy pszenno-żytni 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Pasztet z soczewicy () 60 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Baton szynkowy z kurcząt 25 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.</u>) Pomidorki koktajlowe 80 g Sałata zielona 20 g
	PN	Mleko Smakowe UHT 1,5% tł 0,2l 1 szt (<u>MLE</u>) Biskvoty 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JEĆZ.</u>)				Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Szynka z piersią indyczą-wędliną drobiową grubo rozdrobnioną, parzona, w osłonce niejadalanej 25 g (<u>SOJ, SEL.</u>) Sałata zielona 10 g	
	Wartość energetyczna: 2506.17 kcal; Białko ogółem: 99.89 g; Tłuszcz: 75.66 g; Kw. tł. nasy.: 26.25 g; Węglowodany ogółem: 382.58 g; W tym cukry: 79.50 g; Błonnik pok.: 38.17 g; Sól: 9.92 g; WW: 34.45 Por.; : 15.94 %; : 54.97 %; Ener. z T: 27.17 %; Ener. z Bł.: 3.05 %; K: 4272.40 mg;	Wartość energetyczna: 2707.57 kcal; Białko ogółem: 106.56 g; Tłuszcz: 79.68 g; Kw. tł. nasy.: 28.64 g; Węglowodany ogółem: 417.14 g; W tym cukry: 104.50 g; Błonnik pok.: 38.21 g; Sól: 10.14 g; WW: 37.92 Por.; : 15.74 %; : 55.98 %; Ener. z T: 26.49 %; Ener. z Bł.: 2.82 %; K: 4556.33 mg;	Wartość energetyczna: 2827.33 kcal; Białko ogółem: 109.10 g; Tłuszcz: 86.15 g; Kw. tł. nasy.: 29.11 g; Węglowodany ogółem: 429.14 g; W tym cukry: 103.87 g; Błonnik pok.: 38.74 g; Sól: 10.23 g; WW: 39.07 Por.; : 15.43 %; : 55.23 %; Ener. z T: 27.42 %; Ener. z Bł.: 2.74 %; K: 4545.82 mg;	Wartość energetyczna: 2539.97 kcal; Białko ogółem: 103.04 g; Tłuszcz: 67.62 g; Kw. tł. nasy.: 24.37 g; Węglowodany ogółem: 400.19 g; W tym cukry: 107.60 g; Błonnik pok.: 26.69 g; Sól: 8.68 g; WW: 37.35 Por.; : 16.23 %; : 58.82 %; Ener. z T: 23.96 %; Ener. z Bł.: 2.10 %; K: 4429.24 mg;	Wartość energetyczna: 2390.44 kcal; Białko ogółem: 97.43 g; Tłuszcz: 73.65 g; Kw. tł. nasy.: 25.84 g; Węglowodany ogółem: 355.37 g; W tym cukry: 50.58 g; Błonnik pok.: 42.98 g; Sól: 10.57 g; WW: 31.23 Por.; : 16.30 %; : 52.27 %; Ener. z T: 27.73 %; Ener. z Bł.: 3.60 %; K: 4510.23 mg;		
2024-04-04 czwartek	Śniadanie	Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bułka graham-pszenna 60g 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt (<u>MLE</u>) Papryka świeża 80 g Roszponka 20 g Melon 100 g	Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bułka graham-pszenna 60g 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt (<u>MLE</u>) Papryka świeża 80 g Roszponka 20 g	Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt (<u>MLE</u>) Pomidor 80 g Roszponka 20 g	Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt (<u>MLE</u>) Pomidor 80 g Roszponka 20 g	Kefir 2% tł 150 ml (<u>MLE</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka graham-pszenna 60g 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt (<u>MLE</u>) Papryka świeża 80 g Roszponka 20 g	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-04-01 do dnia 2024-04-07 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- Podstawowa/Ogólna	SIE- Podstawowa wzbogacona	SIE- Położnicza podstawowa	SIE- Położnicza łatwostrawna	SIE- Z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów
2024-04-04 czwartek	II ŚN			Melon 100 g		
	Obiad	Barszcz biały z ziemniakami () 300 ml (GLUPSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT.) Gołąbki z ryżem i wieprzowiną 250 g (JAJ.) Ziemniaki gotowane () 180 g Sos pomidorowy 80 ml (GLUPSZ.) Surówka z selera i marchwi () 100 g (MLE, SEL.) Cukinia pieczona z olejem * 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Barszcz biały z ziemniakami () 300 ml (GLUPSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT.) Gołąbki z ryżem i wieprzowiną 250 g (JAJ.) Ziemniaki gotowane () 180 g Sos pomidorowy 80 ml (GLUPSZ.) Cukinia pieczona z olejem * 100 g Surówka z selera i marchwi () 100 g (MLE, SEL.) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Ziemniaczana () 300 ml (GLUPSZ, MLE, SEL.) Risotto z mięsem wieprzowym i warzywami () 300 g (SEL.) Surówka z selera i marchwi () 100 g (MLE, SEL.) Cukinia pieczona z olejem * 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Barszcz biały z ziemniakami () 300 ml (GLUPSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT.) Risotto (ryż brązowy) z mięsem wieprz i warzywami* 300 g (SEL.) Surówka z selera i marchwi z olejem () b/c 100 g (SEL.) Cukinia pieczona z olejem * 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml	
	PD		Maślanka truskawkowa 150 ml (MLE.) Herbatniki 30 g (GLUPSZ, SOJ, MLE.)		Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Baton szynkowy z kurcząt 20 g (może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.) Sałata zielona 20 g	
	Kolacja		Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Makaron z serem 300 g (GLUPSZ, MLE.) Sos jogurtowy naturalny 80 g (MLE.) Mus z jabłek () z/c 100 g		Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Szynka Delikatesowa z kurczaka produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 25 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	
	PN		Butka maślana 1 szt 1 szt (GLUPSZ, JAJ, MLE.)		Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt Podpiomyki b/c 20 g (GLUPSZ, MLE.)	
			Wartość energetyczna: 2843.96 kcal; Białko ogółem: 113.28 g; Tłuszcz: 66.85 g; Kw. tł. nasy.: 25.57 g; Węglowodany ogółem: 462.21 g; W tym cukry: 107.66 g; Błonnik pok.: 37.64 g; Sól: 7.09 g; WW: 42.54 Por.; : 15.93 %; : 59.72 %; Ener. z T: 21.16 %; Ener. z Bł.: 2.65 %; K: 5537.26 mg;	Wartość energetyczna: 3085.76 kcal; Białko ogółem: 120.54 g; Tłuszcz: 72.40 g; Kw. tł. nasy.: 27.49 g; Węglowodany ogółem: 503.25 g; W tym cukry: 117.71 g; Błonnik pok.: 38.03 g; Sól: 7.46 g; WW: 46.62 Por.; : 15.63 %; : 60.31 %; Ener. z T: 21.12 %; Ener. z Bł.: 2.46 %; K: 5574.16 mg;	Wartość energetyczna: 2942.11 kcal; Białko ogółem: 114.49 g; Tłuszcz: 72.48 g; Kw. tł. nasy.: 26.87 g; Węglowodany ogółem: 471.25 g; W tym cukry: 106.01 g; Błonnik pok.: 29.64 g; Sól: 6.83 g; WW: 44.15 Por.; : 15.57 %; : 60.04 %; Ener. z T: 22.17 %; Ener. z Bł.: 2.02 %; K: 3955.23 mg;	Wartość energetyczna: 2186.95 kcal; Białko ogółem: 89.59 g; Tłuszcz: 73.77 g; Kw. tł. nasy.: 27.78 g; Węglowodany ogółem: 310.48 g; W tym cukry: 43.28 g; Błonnik pok.: 51.27 g; Sól: 7.56 g; WW: 25.98 Por.; : 16.39 %; : 47.41 %; Ener. z T: 30.36 %; Ener. z Bł.: 4.69 %; K: 4438.84 mg;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-04-01 do dnia 2024-04-07 KUCHNIA SIEDLCE

	SIE- Podstawowa/Ogólna	SIE- Podstawowa wzbogacona	SIE- Położnicza podstawowa	SIE- Położnicza łatwostrawna	SIE- Z ogr. łatwoprzyswajalnych węglowodanów	
2024-04-05 piątek	Śniadanie	Płatki pszenne na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE.) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Twarożek 80 g (MLE.) Dżem 25 g 1 szt Pomidor 80 g Kiełki rzodkiewki 20 g Pomarańcza 1/2 szt. 1 Por	Płatki pszenne na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE.) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Twarożek 80 g (MLE.) Dżem 25 g 1 szt Pomidor 80 g Kiełki rzodkiewki 20 g	Płatki pszenne na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE.) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Twarożek 80 g (MLE.) Dżem 25 g 1 szt Pomidor 80 g Kiełki rzodkiewki 20 g	Płatki pszenne na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE.) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Twarożek 80 g (MLE.) Dżem 25 g 1 szt Kiełki rzodkiewki 20 g Pomidor 80 g	Maślanka 150 ml (MLE.) Kawa zbożowa b/c 250 ml (GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Twarożek 80 g (MLE.) Ser żółty 25 g (MLE.) Pomidor 80 g Kiełki rzodkiewki 20 g
	II ŚN	Pomarańcza 1/2 szt. 1 Por				
	Obiad	Dyniowa z makaronem () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Łosoś pieczony 120 g (RYB.) Sos cytrynowy 80 ml (GLU PSZ, MLE.) Ziemniaki gotowane () 180 g Szpinak gotowany z olejem* 100 g (GLU PSZ.) Surówka z kapusty czerwonej z olejem 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml	Dyniowa z makaronem () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane () 180 g Łosoś pieczony 120 g (RYB.) Sos cytrynowy 80 ml (GLU PSZ, MLE.) Surówka z kapusty czerwonej z olejem 100 g Szpinak gotowany z olejem* 100 g (GLU PSZ.) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml	Koperkowa z makaronem () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane () 180 g Łosoś pieczony 120 g (RYB.) Sos cytrynowy 80 ml (GLU PSZ, MLE.) Szpinak gotowany z olejem* 200 g (GLU PSZ.) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml	Dyniowa z makaronem () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane () 180 g Łosoś pieczony 120 g (RYB.) Sos cytrynowy 80 ml (GLU PSZ, MLE.) Szpinak gotowany z olejem* 100 g (GLU PSZ.) Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml	
	PD	Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (MLE.) Mieszanka studencka 30 g (OZI, ORZ.)		Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (MLE.) Biszkopty 30 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JĘCZ.)		Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.)
	Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 80 g (JAJ, MLE.) Ser mozzarella kulki 35 g (MLE.) Surówka z rzodkwi i czarnuszki z natką pietruszki 80 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 80 g (JAJ, MLE.) Ser mozzarella kulki 35 g (MLE.) Surówka z rzodkwi i czarnuszki z natką pietruszki 80 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 80 g (JAJ, MLE.) Ser mozzarella kulki 35 g (MLE.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 80 g (JAJ, MLE.) Ser mozzarella kulki 35 g (MLE.) Surówka z rzodkwi i czarnuszki z natką pietruszki 80 g Sałata zielona 20 g	
PN	Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 30 g				Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Twarożek z ziołami 40 g (MLE.) Sałata zielona 10 g	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-04-01 do dnia 2024-04-07 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- Podstawowa/Ogólna	SIE- Podstawowa wzbogacona	SIE- Położnicza podstawowa	SIE- Położnicza łatwostrawna	SIE- Z ogr. łatwoprzyswajalnych węglowodanów
2024-04-05 piątek		Wartość energetyczna: 2590.87 kcal; Białko ogółem: 114.28 g; Tłuszcz: 71.51 g; Kw. tł. nasy.: 28.29 g; Węglowodany ogółem: 388.52 g; W tym cukry: 111.19 g; Błonnik pok.: 35.54 g; Sól: 7.05 g; WW: 35.35 Por.; : 17.64 %; : 54.50 %; Ener. z T: 24.84 %; Ener. z Bł.: 2.74 %; K: 4714.60 mg;	Wartość energetyczna: 2819.47 kcal; Białko ogółem: 123.88 g; Tłuszcz: 82.46 g; Kw. tł. nasy.: 29.61 g; Węglowodany ogółem: 414.32 g; W tym cukry: 119.44 g; Błonnik pok.: 35.99 g; Sól: 7.23 g; WW: 37.90 Por.; : 17.57 %; : 53.68 %; Ener. z T: 26.32 %; Ener. z Bł.: 2.55 %; K: 4983.10 mg;		Wartość energetyczna: 2722.97 kcal; Białko ogółem: 124.02 g; Tłuszcz: 69.08 g; Kw. tł. nasy.: 29.29 g; Węglowodany ogółem: 420.30 g; W tym cukry: 120.14 g; Błonnik pok.: 25.36 g; Sól: 7.15 g; WW: 39.61 Por.; : 18.22 %; : 58.02 %; Ener. z T: 22.83 %; Ener. z Bł.: 1.86 %; K: 4554.16 mg;	Wartość energetyczna: 2355.22 kcal; Białko ogółem: 123.58 g; Tłuszcz: 79.48 g; Kw. tł. nasy.: 34.16 g; Węglowodany ogółem: 307.51 g; W tym cukry: 52.99 g; Błonnik pok.: 44.75 g; Sól: 7.09 g; WW: 26.32 Por.; : 20.99 %; : 44.63 %; Ener. z T: 30.37 %; Ener. z Bł.: 3.80 %; K: 5188.72 mg;
2024-04-06 sobota	Sniadanie	Ryż na mleku 300 ml (<u>MLE</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Ser żółty 25 g (<u>MLE</u>) Parówki z szynki-kiełbasa wieprzowa, homogenizowana, wędzona, parzona 60 g Ketchup 20 g (<u>SEL</u>) Mix sałat 20 g Pomidorki koktajlowe 80 g Jabłko 1 szt 1 szt	Ryż na mleku 300 ml (<u>MLE</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Ser żółty 25 g (<u>MLE</u>) Parówki z szynki-kiełbasa wieprzowa, homogenizowana, wędzona, parzona 60 g Ketchup 20 g (<u>SEL</u>) Mix sałat 20 g Pomidorki koktajlowe 80 g	Ryż na mleku 300 ml (<u>MLE</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Ser żółty 25 g (<u>MLE</u>) Parówki z szynki-kiełbasa wieprzowa, homogenizowana, wędzona, parzona 60 g Ketchup 20 g (<u>SEL</u>) Pomidorki koktajlowe 80 g Mix sałat 20 g	Ryż na mleku 300 ml (<u>MLE</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Szynka z piersią kurczaka-wędł.z drob.gr.rozd.parzo.w osł.niejadalnej 50 g (<u>SOJ</u>) Miód (25g) 1 szt Pomidorki koktajlowe 80 g Mix sałat 20 g	Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Szynka z piersią kurczaka-wędł.z drob.gr.rozd.parzo.w osł.niejadalnej 50 g (<u>SOJ</u>) Ser żółty 25 g (<u>MLE</u>) Pomidorki koktajlowe 80 g Mix sałat 20 g
	II ŚN	Jabłko 1 szt 1 szt			Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Jabłko 1 szt 1 szt
Obiad	Grochowa z ziemniakami () 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) kasza pęczak/sypko 180 g (<u>GLU PSZ</u>) Gulasz wołowy 150 g (<u>GLU PSZ</u>) Buraczki gotowane () 100 g Ogórek kiszony z cebulką z olejem 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Jarzynowa z ziemniakami () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) kasza pęczak/sypko 180 g (<u>GLU PSZ</u>) Gulasz wołowy 150 g (<u>GLU PSZ</u>) Buraczki gotowane () 100 g Ogórek kiszony z cebulką z olejem 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Selerowa z ziemniakami - dieta () 300 ml (<u>MLE, SEL</u>) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (<u>GLU JECZ</u>) Gulasz wołowy 150 g (<u>GLU PSZ</u>) Buraczki gotowane () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Grochowa z ziemniakami () 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) kasza pęczak/sypko 180 g (<u>GLU PSZ</u>) Gulasz wołowy 150 g (<u>GLU PSZ</u>) Buraczki gotowane () 100 g Ogórek kiszony z cebulką z olejem 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt		
PD	Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<u>MLE</u>)				Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Szynka gotowana wieprzowa wędzona parzona, zawiera wodę dodaną, w siatek niejadalnej 20 g (<u>GLU PSZ, SOJ</u>) Sałata zielona 10 g	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-04-01 do dnia 2024-04-07 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- Podstawowa/Ogólna	SIE- Podstawowa wzbogacona	SIE- Położnicza podstawowa	SIE- Położnicza łatwostrawna	SIE- Z ogr. łatwoprzyswajalnych węglowodanów	
2024-04-06 sobota	Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g Serek wiejski lekki 3% tł 150g 1 szt (MLE.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g Serek wiejski lekki 3% tł 150g 1 szt (MLE.) Sałata zielona 20 g 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 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g Serek wiejski lekki 3% tł 150g 1 szt (MLE.) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g Serek wiejski lekki 3% tł 150g 1 szt (MLE.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt		
	PN	Ciasto drożdżowe 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, S02.)				Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Baton szynkowy z kurcząt 25 g (może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.)	
		Wartość energetyczna: 2646.38 kcal; Białko ogółem: 113.04 g; Tłuszcz: 83.98 g; Kw. tł. nasy.: 31.61 g; Węglowodany ogółem: 366.31 g; W tym cukry: 71.96 g; Błonnik pok.: 43.81 g; Sól: 11.23 g; WW: 32.33 Por.; : 17.09 %; : 48.75 %; Ener. z T: 28.56 %; Ener. z Bł.: 3.31 %; K: 3589.91 mg;	Wartość energetyczna: 2699.68 kcal; Białko ogółem: 116.48 g; Tłuszcz: 86.02 g; Kw. tł. nasy.: 32.81 g; Węglowodany ogółem: 371.70 g; W tym cukry: 76.57 g; Błonnik pok.: 43.98 g; Sól: 11.33 g; WW: 32.88 Por.; : 17.26 %; : 48.56 %; Ener. z T: 28.68 %; Ener. z Bł.: 3.26 %; K: 3724.01 mg;	Wartość energetyczna: 2602.47 kcal; Białko ogółem: 110.61 g; Tłuszcz: 82.80 g; Kw. tł. nasy.: 32.59 g; Węglowodany ogółem: 358.62 g; W tym cukry: 76.74 g; Błonnik pok.: 40.15 g; Sól: 11.33 g; WW: 31.95 Por.; : 17.00 %; : 48.95 %; Ener. z T: 28.63 %; Ener. z Bł.: 3.09 %; K: 3591.83 mg;	Wartość energetyczna: 2447.74 kcal; Białko ogółem: 106.65 g; Tłuszcz: 59.07 g; Kw. tł. nasy.: 21.44 g; Węglowodany ogółem: 396.40 g; W tym cukry: 83.52 g; Błonnik pok.: 30.45 g; Sól: 8.99 g; WW: 36.73 Por.; : 17.43 %; : 59.80 %; Ener. z T: 21.72 %; Ener. z Bł.: 2.49 %; K: 3884.30 mg;	Wartość energetyczna: 2394.97 kcal; Białko ogółem: 116.59 g; Tłuszcz: 77.42 g; Kw. tł. nasy.: 29.26 g; Węglowodany ogółem: 336.03 g; W tym cukry: 48.99 g; Błonnik pok.: 57.15 g; Sól: 11.75 g; WW: 27.92 Por.; : 19.47 %; : 46.58 %; Ener. z T: 29.09 %; Ener. z Bł.: 4.77 %; K: 4132.48 mg;	
2024-04-07 niedziela	Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Twarożek ze słonecznikiem 80 g (MLE.) Baton szynkowy z kurcząt 25 g (może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.) Rzodkiew biała 80 g Sałata zielona 20 g Banan 150 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Twarożek ze słonecznikiem 80 g (MLE.) Baton szynkowy z kurcząt 25 g (może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.) Rzodkiew biała 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Twarożek ze słonecznikiem 80 g (MLE.) Baton szynkowy z kurcząt 25 g (może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.) Sałata zielona 20 g Rzodkiew biała 80 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Twarożek z koperkiem 80 g (MLE.) Baton szynkowy z kurcząt 25 g (może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Twarożek ze słonecznikiem 80 g (MLE.) Baton szynkowy z kurcząt 25 g (może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.) Rzodkiew biała 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	
	II ŚN			Banan 150 g		Gruszka 1szt. 150 g	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-04-01 do dnia 2024-04-07 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- Podstawowa/Ogólna	SIE- Podstawowa wzbogacona	SIE- Położnicza podstawowa	SIE- Położnicza łatwostrawna	SIE- Z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów	
2024-04-07 niedziela	Obiad	Rosół z makaronem () 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki gotowane () 180 g udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 130 g Surówka Coleslaw () 100 g (JAJ, MLE, GÓR.) 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 Udziec drobiowy gotowany z/k z/s 130 g Brokuł gotowany* 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml		Rosół z makaronem () 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki gotowane () 180 g Udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 130 g Brokuł gotowany* 100 g Surówka z kapusty białej z olejem b/c () 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml	
	PD	Galaretką o smaku cytrynowym z owocami 200 g					Chleb razowy żytnio-pszenno-żytniowy 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Szynka gotowana wieprzowa wędzona parzona, zawiera wodę dodaną, w siatce niejadalnej 20 g (GLU PSZ, SOJ.) Sałata zielona 10 g
	Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytniowy 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytniowy 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka zielonogórska- wp. parzona 50 g (SOJ.) Dżem 25 g 1 szt Papryka świeża 80 g Rukola 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenno-żytniowy 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb mieszany pszenno-żytniowy 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka zielonogórska- wp. parzona 50 g (SOJ.) Dżem 25 g 2 szt Papryka świeża 80 g Rukola 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytniowy 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka zielonogórska- wp. parzona 50 g (SOJ.) Dżem 25 g 1 szt Pomidor 80 g Rukola 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Chleb razowy żytnio-pszenno-żytniowy 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka zielonogórska- wp. parzona 50 g (SOJ.) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 25 g (SOJ.) Papryka świeża 80 g Rukola 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt		
	PN	Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt					Chleb razowy żytnio-pszenno-żytniowy 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Ser żółty 25 g (MLE.) Sałata zielona 10 g
			Wartość energetyczna: 2400.34 kcal; Białko ogółem: 108.39 g; Tłuszcz: 67.01 g; Kw. tł. nasy.: 25.44 g; Węglowodany ogółem: 359.86 g; W tym cukry: 118.27 g; Błonnik pok.: 36.09 g; Sól: 7.56 g; WW: 32.64 Por.; : 18.06 %; : 53.95 %; Ener. z T: 25.12 %; Ener. z Bł.: 3.01 %; K: 4760.36 mg;	Wartość energetyczna: 2573.07 kcal; Białko ogółem: 111.58 g; Tłuszcz: 67.06 g; Kw. tł. nasy.: 25.44 g; Węglowodany ogółem: 399.32 g; W tym cukry: 126.49 g; Błonnik pok.: 36.60 g; Sól: 7.56 g; WW: 36.53 Por.; : 17.35 %; : 56.39 %; Ener. z T: 23.46 %; Ener. z Bł.: 2.84 %; K: 4812.90 mg;	Wartość energetyczna: 2614.57 kcal; Białko ogółem: 111.71 g; Tłuszcz: 67.19 g; Kw. tł. nasy.: 25.44 g; Węglowodany ogółem: 409.82 g; W tym cukry: 135.99 g; Błonnik pok.: 36.60 g; Sól: 7.56 g; WW: 37.63 Por.; : 17.09 %; : 57.10 %; Ener. z T: 23.13 %; Ener. z Bł.: 2.80 %; K: 4812.90 mg;	Wartość energetyczna: 2513.12 kcal; Białko ogółem: 112.25 g; Tłuszcz: 60.58 g; Kw. tł. nasy.: 24.76 g; Węglowodany ogółem: 392.82 g; W tym cukry: 118.30 g; Błonnik pok.: 26.17 g; Sól: 7.44 g; WW: 36.82 Por.; : 17.87 %; : 58.36 %; Ener. z T: 21.69 %; Ener. z Bł.: 2.08 %; K: 4620.03 mg;	Wartość energetyczna: 2361.82 kcal; Białko ogółem: 121.67 g; Tłuszcz: 80.51 g; Kw. tł. nasy.: 34.22 g; Węglowodany ogółem: 313.20 g; W tym cukry: 45.87 g; Błonnik pok.: 50.83 g; Sól: 9.36 g; WW: 26.38 Por.; : 20.61 %; : 44.43 %; Ener. z T: 30.68 %; Ener. z Bł.: 4.30 %; K: 4755.69 mg;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-04-01 do dnia 2024-04-07 KUCHNIA SIEDLCE

	SIE- Z ogr. łatwoprzyswajalnych węgl. b/ml	SIE- Cukrzyca lekko strawna	SIE- Płynna 3x/Płynna wzb. 5x/Sonda 3x i 5x	SIE- Płynna wzbogacona b/ml/Sonda b/ml b/ml	SIE- Papkowata	
2024-04-01 poniedziałek	Śniadanie	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynka z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i białek mleka, wędzona, parzona 50 g (<u>SOJ, MLE, GLU OW.</u>) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 25 g (<u>SOJ.</u>) Pomidor 80 g Mix sałat 20 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Szynka z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i białek mleka, wędzona, parzona 50 g (<u>SOJ, MLE, GLU OW.</u>) Ser mozzarella kulki 25 g (<u>MLE.</u>) Pomidor b/skórki 80 g Mix sałat 20 g	Płynna śniadanie mleczna-SIED 500 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>)	Płynna śniadanie bezmleczna-SIED 500 ml (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>)	Kasza manna na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Szynka z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i białek mleka, wędzona, parzona 50 g (<u>SOJ, MLE, GLU OW.</u>) Ser mozzarella kulki 25 g (<u>MLE.</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 100 g (<u>SEL.</u>)
	II ŚN	Kiwi 1 szt 1 szt	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	
	Obiad	Rosół z makaronem () 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 130 g Ziemniaki gotowane () 180 g Surówka z kapusty białej z olejem b/c () 100 g Brokuł gotowany* 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Rosół z makaronem () 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 130 g Ziemniaki gotowane () 180 g Brokuł gotowany* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna obiad*(-)-SIED 500 ml (<u>SEL.</u>)	Rosół z makaronem () 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 180 g Pulpet drobiowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos ziołowy () 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Brokuł gotowany* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	
	PD	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona, parzona, z dod. wody, białka wp 20 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Sałata zielona 10 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Baton szynkowy z kurcząt 20 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.</u>) Sałata zielona 10 g	Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml	Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)	
Kolacja	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Pasta z ryby gotowanej (miruna) z warzywami* 80 g (<u>RYB, SEL.</u>) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Pasta z twarogu i ryby got.(miruna) z koperkiem 80 g (<u>RYB, MLE.</u>) Schab Benedykta wp parzony z dodatkiem wody 25 g (<u>GLU PSZ, SOJ, SEL, może zawierać: JAJ, OZI, MLE, GOR, SEZ.</u>) Pomidor b/skórki 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<u>MLE.</u>)	Płynna kolacja*(-)-SIED 500 ml (<u>SEL.</u>)	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Pasta z twarogu i ryby got.(miruna) z koperkiem 150 g (<u>RYB, MLE.</u>) Dynia z wody 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<u>MLE.</u>)		

Jadłospisy za okres od dnia 2024-04-01 do dnia 2024-04-07 KUCHNIA SIEDLCE

	SIE- Z ogr. łatwoprzyswajalnych węgl. b/ml	SIE- Cukrzyca lekko strawna	SIE- Płynna 3x/Płynna wzb. 5x/Sonda 3x i 5x	SIE- Płynna wzbogacona b/ml/Sonda b/ml b/ml	SIE- Papkowata	
2024-04-01 poniedziałek	PN	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody (SOJ.) Sałata zielona 10 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Twarożek 40 g (MLE.) Sałata zielona 10 g	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt	
		Wartość energetyczna: 2195.89 kcal; Białko ogółem: 113.15 g; Tłuszcz: 73.90 g; Kw. tł. nasy.: 18.94 g; Węglowodany ogółem: 293.12 g; W tym cukry: 33.00 g; Błonnik pok.: 48.00 g; Sól: 9.92 g; WW: 24.72 Por.; : 20.61 %; : 44.65 %; Ener. z T: 30.29 %; Ener. z Bł.: 4.37 %; K: 4616.90 mg;	Wartość energetyczna: 2349.12 kcal; Białko ogółem: 125.14 g; Tłuszcz: 70.49 g; Kw. tł. nasy.: 32.94 g; Węglowodany ogółem: 315.67 g; W tym cukry: 36.48 g; Błonnik pok.: 27.05 g; Sól: 9.97 g; WW: 28.92 Por.; : 21.31 %; : 49.14 %; Ener. z T: 27.00 %; Ener. z Bł.: 2.30 %; K: 3891.87 mg;	Wartość energetyczna: 2101.36 kcal; Białko ogółem: 87.20 g; Tłuszcz: 77.06 g; Kw. tł. nasy.: 16.19 g; Węglowodany ogółem: 278.80 g; W tym cukry: 83.89 g; Błonnik pok.: 29.72 g; Sól: 2.00 g; WW: 24.73 Por.; : 16.60 %; : 47.41 %; Ener. z T: 33.00 %; Ener. z Bł.: 2.83 %; K: 5021.46 mg;	Wartość energetyczna: 1894.56 kcal; Białko ogółem: 73.94 g; Tłuszcz: 68.81 g; Kw. tł. nasy.: 8.76 g; Węglowodany ogółem: 259.14 g; W tym cukry: 64.23 g; Błonnik pok.: 29.72 g; Sól: 1.56 g; WW: 22.72 Por.; : 15.61 %; : 48.44 %; Ener. z T: 32.69 %; Ener. z Bł.: 3.14 %; K: 4454.96 mg;	Wartość energetyczna: 2449.67 kcal; Białko ogółem: 124.05 g; Tłuszcz: 62.91 g; Kw. tł. nasy.: 28.69 g; Węglowodany ogółem: 358.91 g; W tym cukry: 97.69 g; Błonnik pok.: 30.66 g; Sól: 8.93 g; WW: 32.82 Por.; : 20.26 %; : 53.60 %; Ener. z T: 23.11 %; Ener. z Bł.: 2.50 %; K: 4547.95 mg;
2024-04-02 wtorek	Śniadanie	Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Hummus 80 g (SEZ.) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 25 g Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml	Maślanka 150 ml (MLE.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Twaróg półtłusty 80 g (MLE.) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 25 g (może zawierać: MLE, GOR.) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml	Płynna śniadanie mleczna-SIED 500 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE.)	Płynna śniadanie bezmleczna-SIED 500 ml (GLU PSZ, JAJ.)	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Twaróg półtłusty 80 g (MLE.) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 25 g (może zawierać: MLE, GOR.) Kalańfior gotowany* 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml
	II ŚN	Jabłko 1 szt 1 szt		Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	
2024-04-02 wtorek	Obiad	Solferino (bez mleka) () 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Makaron pełnoziarnisty 180 g (GLU PSZ.) Pulpet drobiowy 100 g (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Sos szpinakowy* 80 ml (GLU PSZ.) Surówka z marchwi z olejem b/c () 100 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (SEL.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Solferino () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Makaron ze szpinakiem i twarogiem*dieta 300 g (GLU PSZ, MLE.) Surówka z marchwi z olejem b/c () 100 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (SEL.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna obiad*()-SIED 500 ml (SEL.)	Solferino () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Makaron 180 g (GLU PSZ.) Pulpet drobiowy 100 g (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Sos szpinakowy* 80 ml (GLU PSZ.) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 200 g (SEL.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	
	PD	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Kiełbasa Krakowska wieprzowa parzona grubo rozdrobniona wędzona w osłonce niejadalnej. 20 g (GOR.) Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Kiełbasa Krakowska wieprzowa parzona grubo rozdrobniona wędzona w osłonce niejadalnej. 20 g (GOR.) Sałata zielona 20 g	Jogurt brzoskwiniowy 150g 1 szt (MLE.)	Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml	Jogurt brzoskwiniowy 150g 1 szt (MLE.)

Jadłospisy za okres od dnia 2024-04-01 do dnia 2024-04-07 KUCHNIA SIEDLCE

	SIE- Z ogr. łatwoprzyswajalnych węgl. b/ml	SIE- Cukrzyca lekko strawna	SIE- Płynna 3x/Płynna wzb. 5x/Sonda 3x i 5x	SIE- Płynna wzbogacona b/ml/Sonda b/ml b/ml	SIE- Papkowata
2024-04-02 wtorek	Kolacja	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Galaretki drobiowa z udźca kurczaka () 200 g (<u>SEL.</u>) 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 (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Galaretki drobiowa z udźca kurczaka () 200 g (<u>SEL.</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna kolacja *(<u>SEL.</u>)-SIED 500 ml (<u>SEL.</u>)	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Dżem 25 g 1 szt Marchew gotowana z olejem* 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PN	Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 30 g Sok pomidorowy 0,3l 1 szt		Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt
	Wartość energetyczna: 2376.07 kcal; Białko ogółem: 91.93 g; Tłuszcz: 83.81 g; Kw. tł. nasy.: 15.34 g; Węglowodany ogółem: 330.14 g; W tym cukry: 43.09 g; Błonnik pok.: 50.50 g; Sól: 11.21 g; WW: 28.06 Por.; : 15.48 %; : 47.08 %; Ener. z T: 31.74 %; Ener. z Bł.: 4.25 %; K: 4080.03 mg;	Wartość energetyczna: 2258.84 kcal; Białko ogółem: 95.84 g; Tłuszcz: 53.92 g; Kw. tł. nasy.: 21.60 g; Węglowodany ogółem: 361.55 g; W tym cukry: 60.55 g; Błonnik pok.: 32.12 g; Sól: 8.65 g; WW: 33.08 Por.; : 16.97 %; : 58.34 %; Ener. z T: 21.48 %; Ener. z Bł.: 2.84 %; K: 3568.60 mg;	Wartość energetyczna: 2090.42 kcal; Białko ogółem: 90.24 g; Tłuszcz: 79.26 g; Kw. tł. nasy.: 17.51 g; Węglowodany ogółem: 268.08 g; W tym cukry: 75.91 g; Błonnik pok.: 30.15 g; Sól: 2.04 g; WW: 23.65 Por.; : 17.27 %; : 45.53 %; Ener. z T: 34.12 %; Ener. z Bł.: 2.88 %; K: 5319.86 mg;	Wartość energetyczna: 1894.56 kcal; Białko ogółem: 73.94 g; Tłuszcz: 68.81 g; Kw. tł. nasy.: 8.76 g; Węglowodany ogółem: 259.14 g; W tym cukry: 64.23 g; Błonnik pok.: 29.72 g; Sól: 1.56 g; WW: 22.72 Por.; : 15.61 %; : 48.44 %; Ener. z T: 32.69 %; Ener. z Bł.: 3.14 %; K: 4454.96 mg;	Wartość energetyczna: 2448.69 kcal; Białko ogółem: 99.60 g; Tłuszcz: 64.80 g; Kw. tł. nasy.: 22.52 g; Węglowodany ogółem: 381.24 g; W tym cukry: 103.32 g; Błonnik pok.: 30.20 g; Sól: 7.89 g; WW: 35.22 Por.; : 16.27 %; : 57.34 %; Ener. z T: 23.82 %; Ener. z Bł.: 2.47 %; K: 3494.80 mg;
2024-04-03 środa	Śniadanie	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (<u>SOJ.</u>) Szynka zielonogórska- wp. parzona 25 g (<u>SOJ.</u>) Rzepa biała 80 g Mix sałat 20 g	Jogurt naturalny 150 g (<u>MLE.</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (<u>SOJ.</u>) Szynka zielonogórska- wp. parzona 25 g (<u>SOJ.</u>) Pomidor 80 g Mix sałat 20 g	Płynna śniadanie mleczna-SIED 500 ml (<u>GLU PSZ. JAJ. MLE.</u>)	Płynna śniadanie bezmleczna-SIED 500 ml (<u>GLU PSZ. JAJ.</u>)
	II ŚN	Gruszka 1szt. 150 g	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Budyń o smaku waniliowym b/c 200 ml (<u>MLE.</u>)	Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml
	Obiad	Grysikowa () 300 ml (<u>GLU PSZ. SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 180 g Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 100 g (<u>GLU PSZ. JAJ.</u>) Sos jarzynowy () 80 ml (<u>GLU PSZ. SEL.</u>) Buraczki gotowane () 100 g Sałatka szwedzka () 100 g (<u>GOR.</u>) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Grysikowa () 300 ml (<u>GLU PSZ. SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 180 g Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 100 g (<u>GLU PSZ. JAJ.</u>) Sos jarzynowy () 80 ml (<u>GLU PSZ. SEL.</u>) Buraczki gotowane () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna obiad*(<u>SEL.</u>)-SIED 500 ml (<u>SEL.</u>)	Grysikowa () 300 ml (<u>GLU PSZ. SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 180 g Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 100 g (<u>GLU PSZ. JAJ.</u>) Sos jarzynowy () 80 ml (<u>GLU PSZ. SEL.</u>) Buraczki gotowane () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt

Jadłospisy za okres od dnia 2024-04-01 do dnia 2024-04-07 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- Z ogr. łatwoprzyswajalnych węgl. b/ml	SIE- Cukrzyca lekko strawna	SIE- Płynna 3x/Płynna wzb. 5x/Sonda 3x i 5x	SIE- Płynna wzbogacona b/ml/Sonda b/ml b/ml	SIE- Papkowata		
2024-04-03 środa	PD	Wafle ryżowe 30 g		Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml		Budyń o smaku waniliowym z/c 200 ml (<u>MLE.</u>)		
	Kolacja	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Chleb razowy pszenno-żytni 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 25 g Pasztet z soczewicy () 60 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Pomidorki koktajlowe 80 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Baton szynkowy z kurcząt 25 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.</u>) Pomidorki koktajlowe 80 g Sałata zielona 20 g	Płynna kolacja *)-(SIED 500 ml (<u>SEL.</u>)		Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Baton szynkowy z kurcząt 25 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g		
2024-04-04 czwartek	PN	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona,w osłonce niejadanej 25 g (<u>SOJ, SEL.</u>) Sałata zielona 10 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona,w osłonce niejadanej 25 g (<u>SOJ, SEL.</u>) Sałata zielona 10 g	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt		Biszkopty 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JEĆZ.</u>) Mleko Smakowe UHT 1,5% tł 0,2l 1 szt (<u>MLE.</u>)		
	Śniadanie	Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Bułka graham-pszenna 60g 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 25 g (<u>SOJ.</u>) Papryka świeża 80 g Roszponka 20 g	Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt (<u>MLE.</u>) Pomidor 80 g Roszponka 20 g	Płynna śniadanie mleczna-SIED 500 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>)	Płynna śniadanie bezmleczna-SIED 500 ml (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>)	Wartość energetyczna: 2116.86 kcal; Białko ogółem: 91.82 g; Tłuszcz: 48.05 g; Kw. tł. nasy.: 20.64 g; Węglowodany ogółem: 342.13 g; W tym cukry: 50.98 g; Błonnik pok.: 27.91 g; Sól: 9.42 g; WW: 31.35 Por.; : 17.35 %; : 59.37 %; Ener. z T: 20.43 %; Ener. z Bł.: 2.64 %; K: 4015.19 mg;	Wartość energetyczna: 2177.22 kcal; Białko ogółem: 93.81 g; Tłuszcz: 81.09 g; Kw. tł. nasy.: 18.58 g; Węglowodany ogółem: 281.99 g; W tym cukry: 85.25 g; Błonnik pok.: 29.74 g; Sól: 2.17 g; WW: 25.05 Por.; : 17.23 %; : 46.34 %; Ener. z T: 33.52 %; Ener. z Bł.: 2.73 %; K: 5303.66 mg;	Wartość energetyczna: 1894.56 kcal; Białko ogółem: 73.94 g; Tłuszcz: 68.81 g; Kw. tł. nasy.: 8.76 g; Węglowodany ogółem: 259.14 g; W tym cukry: 64.23 g; Błonnik pok.: 29.72 g; Sól: 1.56 g; WW: 22.72 Por.; : 15.61 %; : 48.44 %; Ener. z T: 32.69 %; Ener. z Bł.: 3.14 %; K: 4454.96 mg;
		Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (<u>MLE.</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt (<u>MLE.</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (<u>SEL.</u>)						

Jadłospisy za okres od dnia 2024-04-01 do dnia 2024-04-07 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- Z ogr. łatwoprzyswajalnych węgl. b/ml	SIE- Cukrzyca lekko strawna	SIE- Płynna 3x/Płynna wzb. 5x/Sonda 3x i 5x	SIE- Płynna wzbogacona b/ml/Sonda b/ml b/ml	SIE- Papkowata
2024-04-04 czwartek	II ŚN	Melon 100 g		Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml		Jabłko pieczone 1szt. 1 szt
	Obiad	Ziemniaczana (bez mleka) () 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Risotto (ryż brązowy) z mięsem wieprz i warzywami* 300 g (SEL.) Surówka z selera i marchwi z olejem () 100 g (SEL.) Cukinia pieczona z olejem * 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml	Ziemniaczana () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Risotto z mięsem wieprzowym i warzywami () 300 g (SEL.) Surówka z selera i marchwi z olejem () b/c 100 g (SEL.) Cukinia pieczona z olejem * 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml	Płynna obiad*(-)-SIED 500 ml (SEL.)		Barszcz biały z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT.) Risotto z mięsem wieprzowym i warzywami () 300 g (SEL.) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml
	PD	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Szynka zielonogórska- wp. parzona 20 g (SOJ.) Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Baton szynkowy z kurcząt 20 g (może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.) Sałata zielona 20 g	Maślanka truskawkowa 150 ml (MLE.)	Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml	Maślanka truskawkowa 150 ml (MLE.)
	Kolacja	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Chleb razowy pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynka Delikatesowa z kurczaka produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 50 g Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka Delikatesowa z kurczaka produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 50 g Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g	Płynna kolacja*(-)-SIED 500 ml (SEL.)		Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka Delikatesowa z kurczaka produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 50 g Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Kalafior gotowany* 100 g
	PN	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Szynka gotowana wieprzowa wędzona parzona, zawiera wodę dodaną, w siatce niejadalnej 20 g (GLU PSZ, SOJ.) Sałata zielona 10 g	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt Podplomyki b/c 20 g (GLU PSZ, MLE.)	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt		Mus- przecier owocowy jabłko 100g (tubka) 1 szt
			Wartość energetyczna: 2149.96 kcal; Białko ogółem: 95.23 g; Tłuszcz: 67.26 g; Kw. tł. nasy.: 15.34 g; Węglowodany ogółem: 311.49 g; W tym cukry: 37.29 g; Błonnik pok.: 46.01 g; Sól: 10.11 g; WW: 26.56 Por.; : 17.72 %; : 49.39 %; Ener. z T: 28.15 %; Ener. z Bł.: 4.28 %; K: 4207.78 mg;	Wartość energetyczna: 2387.58 kcal; Białko ogółem: 96.59 g; Tłuszcz: 77.16 g; Kw. tł. nasy.: 27.95 g; Węglowodany ogółem: 338.43 g; W tym cukry: 34.68 g; Błonnik pok.: 31.98 g; Sól: 9.21 g; WW: 30.67 Por.; : 16.18 %; : 51.34 %; Ener. z T: 29.08 %; Ener. z Bł.: 2.68 %; K: 3629.02 mg;	Wartość energetyczna: 2113.42 kcal; Białko ogółem: 91.94 g; Tłuszcz: 79.31 g; Kw. tł. nasy.: 17.69 g; Węglowodany ogółem: 272.08 g; W tym cukry: 66.91 g; Błonnik pok.: 29.70 g; Sól: 2.09 g; WW: 24.05 Por.; : 17.40 %; : 45.88 %; Ener. z T: 33.77 %; Ener. z Bł.: 2.81 %; K: 5019.86 mg;	Wartość energetyczna: 1894.56 kcal; Białko ogółem: 73.94 g; Tłuszcz: 68.81 g; Kw. tł. nasy.: 8.76 g; Węglowodany ogółem: 259.14 g; W tym cukry: 64.23 g; Błonnik pok.: 29.72 g; Sól: 1.56 g; WW: 22.72 Por.; : 15.61 %; : 48.44 %; Ener. z T: 32.69 %; Ener. z Bł.: 3.14 %; K: 4454.96 mg;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-04-01 do dnia 2024-04-07 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- Z ogr. łatwoprzyswajalnych węgl. b/ml	SIE- Cukrzyca lekko strawna	SIE- Płynna 3x/Płynna wzb. 5x/Sonda 3x i 5x	SIE- Płynna wzbogacona b/ml/Sonda b/ml b/ml	SIE- Papkowata
2024-04-05 piątek	Śniadanie	Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynka zielonogórska- wp. parzona 75 g (SOJ.) Kiełki rzodkiewki 20 g Pomidor 80 g	Maślanka 150 ml (MLE.) Kawa zbożowa b/c 250 ml (GLU ŻYT, GLU JEZC.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Twarożek 100 g (MLE.) Kiełki rzodkiewki 20 g Pomidor 80 g	Płynna śniadanie mleczna-SIED 500 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE.)	Płynna śniadanie bezmleczna-SIED 500 ml (GLU PSZ, JAJ.)	Kasza manna na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE.) Kawa zbożowa z/c 250 ml (GLU ŻYT, GLU JEZC.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Twarożek 80 g (MLE.) Dżem 25 g 1 szt Marchew gotowana z olejem () 100 g
	II ŚN	Pomarańcza 1/2 szt. 1 Por		Budyń o smaku śmietankowym b/c 200 ml (MLE.)	Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml	Banan 150 g
	Obiad	Dyniowa z makaronem (bez mleka) () 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki gotowane () 180 g Łosoś pieczony 120 g (RYB.) Sos cytrynowy (bez mleka) 80 ml (GLU PSZ.) Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 100 g Szpinak gotowany z olejem* 100 g (GLU PSZ.) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml	Dyniowa z makaronem () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane () 180 g Łosoś pieczony 120 g (RYB.) Sos cytrynowy 80 ml (GLU PSZ, MLE.) Szpinak gotowany z olejem* 200 g (GLU PSZ.) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml	Płynna obiad*(-)-SIED 500 ml (SEL.)		Dyniowa z makaronem () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane () 180 g Łosoś pieczony 120 g (RYB.) Sos cytrynowy 80 ml (GLU PSZ, MLE.) Szpinak gotowany z olejem* 200 g (GLU PSZ.) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml
	PD	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.)	Galaretko o smaku truskawkowym 200 g		Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (MLE.)
	Kolacja	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Chleb razowy żytnio-pszenny 150 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Jajko gotowane kl M 2 szt (JAJ.) Surówka z rzodkwi i czarnuszki z natką pietruszki 80 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 80 g (JAJ, MLE.) Ser mozzarella kulki 35 g (MLE.) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g	Płynna kolacja*(-)-SIED 500 ml (SEL.)		Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 80 g (JAJ, MLE.) Ser mozzarella kulki 35 g (MLE.) Kalafior gotowany* 100 g
PN	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Indyk pieczony z Bobrownik produkt blokowy drobiowo w pieprzowy średnio rozdrobniony, pieczony 25 g Sałata zielona 10 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Twarożek z ziołami 40 g (MLE.) Sałata zielona 10 g	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt		Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 30 g	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-04-01 do dnia 2024-04-07 KUCHNIA SIEDLCE

	SIE- Z ogr. łatwoprzyswajalnych węgl. b/ml	SIE- Cukrzyca lekko strawna	SIE- Płynna 3x/Płynna wzb. 5x/Sonda 3x i 5x	SIE- Płynna wzbogacona b/ml/Sonda b/ml b/ml	SIE- Papkowata
2024-04-05 piątek	Wartość energetyczna: 2062.03 kcal; Białko ogółem: 100.30 g; Tłuszcz: 61.39 g; Kw. tł. nasy.: 13.08 g; Węglowodany ogółem: 299.43 g; W tym cukry: 34.12 g; Błonnik pok.: 47.25 g; Sól: 8.52 g; WW: 25.24 Por; : 19.46 %; : 48.92 %; Ener. z T: 26.79 %; Ener. z Bł.: 4.58 %; K: 4574.86 mg;	Wartość energetyczna: 2326.67 kcal; Białko ogółem: 122.46 g; Tłuszcz: 66.68 g; Kw. tł. nasy.: 29.29 g; Węglowodany ogółem: 319.80 g; W tym cukry: 46.94 g; Błonnik pok.: 25.70 g; Sól: 7.26 g; WW: 29.44 Por; : 21.05 %; : 50.56 %; Ener. z T: 25.79 %; Ener. z Bł.: 2.21 %; K: 4386.18 mg;	Wartość energetyczna: 2208.62 kcal; Białko ogółem: 96.73 g; Tłuszcz: 81.09 g; Kw. tł. nasy.: 18.58 g; Węglowodany ogółem: 286.27 g; W tym cukry: 68.27 g; Błonnik pok.: 29.71 g; Sól: 2.12 g; WW: 25.48 Por; : 17.52 %; : 46.46 %; Ener. z T: 33.04 %; Ener. z Bł.: 2.69 %; K: 5302.06 mg;	Wartość energetyczna: 1925.96 kcal; Białko ogółem: 76.86 g; Tłuszcz: 68.81 g; Kw. tł. nasy.: 8.76 g; Węglowodany ogółem: 263.42 g; W tym cukry: 47.25 g; Błonnik pok.: 29.70 g; Sól: 1.50 g; WW: 23.15 Por; : 15.96 %; : 48.54 %; Ener. z T: 32.15 %; Ener. z Bł.: 3.08 %; K: 4453.36 mg;	Wartość energetyczna: 2678.78 kcal; Białko ogółem: 117.44 g; Tłuszcz: 66.36 g; Kw. tł. nasy.: 27.43 g; Węglowodany ogółem: 415.99 g; W tym cukry: 124.74 g; Błonnik pok.: 28.88 g; Sól: 6.91 g; WW: 38.80 Por; : 17.54 %; : 57.80 %; Ener. z T: 22.29 %; Ener. z Bł.: 2.16 %; K: 4729.68 mg;
2024-04-06 sobota	Sniadanie Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szyńka z piersią kurczaka-wędl.z drob.gr.rozd.parzo.w ost.niejadalnej 50 g (<u>SOJ,</u>) Szyńka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 25 g (<u>SOJ,</u>) Pomidor koktajlowy 80 g Mix sałat 20 g	Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE,</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Szyńka z piersią kurczaka-wędl.z drob.gr.rozd.parzo.w ost.niejadalnej 25 g (<u>SOJ,</u>) Twaróg półtłusty 80 g (<u>MLE,</u>) Pomidor koktajlowy 80 g Mix sałat 20 g	Płynna śniadanie mleczna-SIED 500 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>)	Płynna śniadanie bezmleczna-SIED 500 ml (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>)	Ryż na mleku 300 ml (<u>MLE,</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Szyńka z piersią kurczaka-wędl.z drob.gr.rozd.parzo.w ost.niejadalnej 50 g (<u>SOJ,</u>) Miód (25g) 1 szt Marchew gotowana z olejem () 100 g
II ŚN	Jabłko 1 szt 1 szt	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	
Obiad	Grochowa z ziemniakami () 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) kasza pęczak/sypko 180 g (<u>GLU PSZ,</u>) Gulasz wołowy 150 g (<u>GLU PSZ,</u>) Ogórek kiszony z cebulką z olejem 100 g Buraczki gotowane () 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Selerowa z ziemniakami - dieta () 300 ml (<u>MLE, SEL,</u>) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (<u>GLU JECZ,</u>) Gulasz wołowy 150 g (<u>GLU PSZ,</u>) Buraczki gotowane () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna obiad*(-)-SIED 500 ml (<u>SEL,</u>)	Selerowa z ziemniakami - dieta () 300 ml (<u>MLE, SEL,</u>) Ryż na sypko 180 g Gulasz wołowy 150 g (<u>GLU PSZ,</u>) Buraczki gotowane drobno tarte () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	
PD	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Szyńka gotowana wieprzowa wędzona parzona,zawiera wodę dodaną, w siatce niejadalnej 20 g (<u>GLU PSZ, SOJ,</u>) Sałata zielona 10 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE,</u>) Szyńka gotowana wieprzowa wędzona parzona,zawiera wodę dodaną, w siatce niejadalnej 20 g (<u>GLU PSZ, SOJ,</u>) Sałata zielona 10 g	Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<u>MLE,</u>)	Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml	Kisiel o smaku cytrynowym z/c 200 ml

Jadłospisy za okres od dnia 2024-04-01 do dnia 2024-04-07 KUCHNIA SIEDLCE

	SIE- Z ogr. łatwoprzyswajalnych węgl. b/ml	SIE- Cukrzyca lekko strawna	SIE- Płynna 3x/Płynna wzb. 5x/Sonda 3x i 5x	SIE- Płynna wzbogacona b/ml/Sonda b/ml b/ml	SIE- Papkowata	
2024-04-06 sobota	Kolacja	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 75 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g Serek wiejski lekki 3% tł 150g 1 szt (MLE.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna kolacja *(SEL.)-SIED 500 ml (SEL.)	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Serek wiejski lekki 3% tł 150g 1 szt (MLE.) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g Brokuł gotowany* 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	
	PN	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 25 g (SOJ.) Sałata zielona 10 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Baton szynkowy z kurcząt 25 g (może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.) Sałata zielona 10 g	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ciasto drożdżowe 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, SO2.)	
		Wartość energetyczna: 2165.94 kcal; Białko ogółem: 99.00 g; Tłuszcz: 64.77 g; Kw. tł. nasy.: 14.77 g; Węglowodany ogółem: 324.77 g; W tym cukry: 40.35 g; Błonnik pok.: 57.53 g; Sól: 12.43 g; WW: 26.77 Por.; : 18.28 %; : 49.35 %; Ener. z T: 26.91 %; Ener. z Bł.: 5.31 %; K: 3860.81 mg;	Wartość energetyczna: 2385.29 kcal; Białko ogółem: 118.91 g; Tłuszcz: 61.91 g; Kw. tł. nasy.: 25.49 g; Węglowodany ogółem: 358.19 g; W tym cukry: 57.42 g; Błonnik pok.: 32.40 g; Sól: 10.45 g; WW: 32.60 Por.; : 19.94 %; : 54.63 %; Ener. z T: 23.36 %; Ener. z Bł.: 2.72 %; K: 3804.90 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 %; : 44.65 %; Ener. z T: 34.67 %; Ener. z Bł.: 2.89 %; K: 5141.86 mg;	Wartość energetyczna: 1894.56 kcal; Białko ogółem: 73.94 g; Tłuszcz: 68.81 g; Kw. tł. nasy.: 8.76 g; Węglowodany ogółem: 259.14 g; W tym cukry: 64.23 g; Błonnik pok.: 29.72 g; Sól: 1.56 g; WW: 22.72 Por.; : 15.61 %; : 48.44 %; Ener. z T: 32.69 %; Ener. z Bł.: 3.14 %; K: 4454.96 mg;	Wartość energetyczna: 2646.61 kcal; Białko ogółem: 105.62 g; Tłuszcz: 60.48 g; Kw. tł. nasy.: 20.39 g; Węglowodany ogółem: 445.10 g; W tym cukry: 113.79 g; Błonnik pok.: 32.86 g; Sól: 9.24 g; WW: 41.26 Por.; : 15.96 %; : 62.30 %; Ener. z T: 20.57 %; Ener. z Bł.: 2.48 %; K: 3862.79 mg;
2024-04-07 niedziela	Śniadanie	Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynka z piersią indyczą-wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona,w osłonce niejadalanej 75 g (SOJ, SEL.) Sałata zielona 20 g Rzodkiew biała 80 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Twarożek z koperkiem 80 g (MLE.) Baton szynkowy z kurcząt 25 g (może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Płynna śniadanie mleczna-SIED 500 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE.)	Płynna śniadanie bezmleczna-SIED 500 ml (GLU PSZ, JAJ.)	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Twarożek z koperkiem 80 g (MLE.) Baton szynkowy z kurcząt 25 g (może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.) Dyńia z wody 100 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml
	II ŚN	Gruszka 1szt. 150 g	Jabłko pieczone 150 g	Budyń o smaku czekoladowym b/c 200 ml (MLE.)	Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml	Banan 150 g

Jadłospisy za okres od dnia 2024-04-01 do dnia 2024-04-07 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- Z ogr. łatwoprzyswajalnych węgl. b/ml	SIE- Cukrzyca lekko strawna	SIE- Płynna 3x/Płynna wzb. 5x/Sonda 3x i 5x	SIE- Płynna wzbogacona b/ml/Sonda b/ml b/ml	SIE- Papkowata
2024-04-07 niedziela	Obiad	Rosół z makaronem () 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki gotowane () 180 g udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 130 g Surówka z kapusty białej z olejem b/c () 100 g Brokuł gotowany* 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml	Rosół z makaronem () 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki gotowane () 180 g udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 130 g Brokuł gotowany* 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml	Płynna obiad*(-)-SIED 500 ml (SEL.)		Rosół z makaronem () 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki gotowane () 180 g Pulpet drobiowy 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Brokuł gotowany* 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml
	PD	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Szynka gotowana wieprzowa wędzona parzona,zawiera wodę dodaną, w siatce niejadalnej 20 g (GLU PSZ, SOJ.) Sałata zielona 10 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Szynka gotowana wieprzowa wędzona parzona,zawiera wodę dodaną, w siatce niejadalnej 20 g (GLU PSZ, SOJ.) Sałata zielona 10 g	Galaretką o smaku cytrynowym 200 g		Galaretką o smaku cytrynowym z owocami 200 g
	Kolacja	Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynka zielonogórska- wp. parzona 50 g (SOJ.) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 25 g (SOJ.) Papryka świeża 80 g Rukola 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka zielonogórska- wp. parzona 50 g (SOJ.) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 25 g (SOJ.) Rukola 20 g Pomidor 80 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna kolacja*(-)-SIED 500 ml (SEL.)		Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka zielonogórska- wp. parzona 50 g (SOJ.) Dżem 25 g 1 szt Buraczki gotowane () 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PZ	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Sałata zielona 10 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Sałata zielona 10 g	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt		Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt
		Wartość energetyczna: 2175.92 kcal; Białko ogółem: 107.86 g; Tłuszcz: 68.62 g; Kw. tł. nasy.: 18.52 g; Węglowodany ogółem: 306.45 g; W tym cukry: 38.80 g; Błonnik pok.: 50.49 g; Sól: 10.02 g; WW: 25.68 Por; : 19.83 %; : 47.05 %; Ener. z T: 28.38 %; Ener. z Bł.: 4.64 %; K: 4555.52 mg;	Wartość energetyczna: 2346.73 kcal; Białko ogółem: 121.24 g; Tłuszcz: 71.36 g; Kw. tł. nasy.: 30.20 g; Węglowodany ogółem: 317.51 g; W tym cukry: 36.37 g; Błonnik pok.: 27.71 g; Sól: 10.10 g; WW: 28.97 Por; : 20.67 %; : 49.40 %; Ener. z T: 27.37 %; Ener. z Bł.: 2.36 %; K: 3962.96 mg;	Wartość energetyczna: 2153.62 kcal; Białko ogółem: 97.25 g; Tłuszcz: 81.38 g; Kw. tł. nasy.: 18.58 g; Węglowodany ogółem: 271.19 g; W tym cukry: 59.72 g; Błonnik pok.: 29.67 g; Sól: 2.12 g; WW: 23.98 Por; : 18.06 %; : 44.86 %; Ener. z T: 34.01 %; Ener. z Bł.: 2.76 %; K: 5300.26 mg;	Wartość energetyczna: 1925.96 kcal; Białko ogółem: 76.86 g; Tłuszcz: 68.81 g; Kw. tł. nasy.: 8.76 g; Węglowodany ogółem: 263.42 g; W tym cukry: 47.25 g; Błonnik pok.: 29.70 g; Sól: 1.50 g; WW: 23.15 Por; : 15.96 %; : 48.54 %; Ener. z T: 32.15 %; Ener. z Bł.: 3.08 %; K: 4453.36 mg;	Wartość energetyczna: 2459.21 kcal; Białko ogółem: 100.66 g; Tłuszcz: 50.94 g; Kw. tł. nasy.: 21.10 g; Węglowodany ogółem: 411.75 g; W tym cukry: 127.41 g; Błonnik pok.: 29.04 g; Sól: 7.93 g; WW: 38.30 Por; : 16.37 %; : 62.25 %; Ener. z T: 18.64 %; Ener. z Bł.: 2.36 %; K: 4597.72 mg;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-04-01 do dnia 2024-04-07 KUCHNIA SIEDLCE

	SIE- Papkowata b/ml	SIE- Łatwo strawna	SIE- Bezmleczna	SIE- Niskotłuszczowa	SIE- O kontr. zaw.kwasów tłuszczowych	
2024-04-01 poniedziałek	Śniadanie	Kasza manna na wodzie 300 ml (GLU PSZ.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w ost.niejad 50 g Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 25 g (SOJ.) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 100 g (SEL.)	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (MLE, GLU JĘCZ.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i białek mleka,wędzona,parzona 50 g (SOJ, MLE, GLU OW.) Ser mozzarella kulki 25 g (MLE.) Pomidor b/skórki 80 g Mix sałat 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Kasza manna na wodzie 300 ml (GLU PSZ.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w ost.niejad 50 g Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 25 g (SOJ.) Pomidor b/skórki 80 g Mix sałat 20 g Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (MLE, GLU JĘCZ.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 70 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Szynka z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i białek mleka,wędzona,parzona 50 g (SOJ, MLE, GLU OW.) Pomidor b/skórki 80 g Mix sałat 20 g Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (MLE, GLU JĘCZ.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynka z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i białek mleka,wędzona,parzona 50 g (SOJ, MLE, GLU OW.) Ser mozzarella kulki 25 g (MLE.) Pomidor 80 g Mix sałat 20 g
	II ŚN	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt			Kiwi 1 szt 1 szt	
	Obiad	Rosół z makaronem () 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki gotowane () 180 g Pulpet drobiowy 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos ziołowy () 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Brokuł gotowany* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Rosół z makaronem () 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Udziec drobiowy gotowany z/k z/s 130 g Ziemniaki gotowane () 180 g Brokuł gotowany* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Rosół z makaronem () 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki gotowane () 180 g udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 130 g Brokuł gotowany* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ryżowa () 300 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane () 180 g Pulpet drobiowy 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos ziołowy () 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Brokuł gotowany* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Rosół z makaronem () 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki gotowane () 180 g udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 130 g Śurówka z kapusty białej z olejem b/c () 100 g Brokuł gotowany* 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD	Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml			Podpiomyki b/c 20 g (GLU PSZ, MLE.) Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (MLE.)	
	Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w ost.niejad 75 g Dyńia z wody 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Pasta z twarogu i ryby got.(miruna) z koperkiem 80 g (RYB, MLE.) Schab Benedykta wp parzony z dodatkiem wody 25 g (GLU PSZ, SOJ, SEL, może zawierać: JAJ, OZI, MLE, GOR, SEZ.) Pomidor b/skórki 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE.)	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Pasta z ryby gotowanej (miruna) z warzywami* 80 g (RYB, SEL.) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w ost.niejad 25 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Pasta z twarogu i ryby got.(miruna) z koperkiem 80 g (RYB, MLE.) Schab Benedykta wp parzony z dodatkiem wody 25 g (GLU PSZ, SOJ, SEL, może zawierać: JAJ, OZI, MLE, GOR, SEZ.) Pomidor b/skórki 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE.)	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Pasta z twarogu i makreli wędzonej** 80 g (RYB, MLE.) Schab Benedykta wp parzony z dodatkiem wody 25 g (GLU PSZ, SOJ, SEL, może zawierać: JAJ, OZI, MLE, GOR, SEZ.) Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE.)

Jadłospisy za okres od dnia 2024-04-01 do dnia 2024-04-07 KUCHNIA SIEDLCE

	SIE- Papkowata b/ml	SIE- Łatwo strawna	SIE- Bezmleczna	SIE- Niskotłuszczowa	SIE- O kontr. zaw.kwasów tłuszczowych	
2024-04-01 poniedziałek	PN	Wafle ryżowe 30 g Dżem 25 g 1 szt	Dżem 25 g 1 szt Wafle ryżowe 30 g	Wafle ryżowe 30 g Dżem 25 g 1 szt		
		Wartość energetyczna: 2153.69 kcal; Białko ogółem: 85.66 g; Tłuszcz: 52.63 g; Kw. tł. nasy.: 12.87 g; Węglowodany ogółem: 346.42 g; W tym cukry: 85.19 g; Błonnik pok.: 30.00 g; Sól: 11.07 g; WW: 31.50 Por.; : 15.91 %; : 58.77 %; Ener. z T: 22.00 %; Ener. z Bł.: 2.79 %; K: 3631.94 mg;	Wartość energetyczna: 2367.25 kcal; Białko ogółem: 122.37 g; Tłuszcz: 63.57 g; Kw. tł. nasy.: 29.43 g; Węglowodany ogółem: 338.18 g; W tym cukry: 74.14 g; Błonnik pok.: 26.57 g; Sól: 8.57 g; WW: 31.27 Por.; : 20.68 %; : 52.65 %; Ener. z T: 24.17 %; Ener. z Bł.: 2.25 %; K: 4248.67 mg;	Wartość energetyczna: 2175.10 kcal; Białko ogółem: 102.65 g; Tłuszcz: 60.57 g; Kw. tł. nasy.: 15.87 g; Węglowodany ogółem: 316.57 g; W tym cukry: 56.49 g; Błonnik pok.: 26.27 g; Sól: 8.93 g; WW: 29.03 Por.; : 18.88 %; : 53.39 %; Ener. z T: 25.06 %; Ener. z Bł.: 2.42 %; K: 3744.43 mg;	Wartość energetyczna: 2142.43 kcal; Białko ogółem: 104.08 g; Tłuszcz: 39.62 g; Kw. tł. nasy.: 16.28 g; Węglowodany ogółem: 354.09 g; W tym cukry: 76.28 g; Błonnik pok.: 25.06 g; Sól: 7.26 g; WW: 33.05 Por.; : 19.43 %; : 61.43 %; Ener. z T: 16.64 %; Ener. z Bł.: 2.34 %; K: 4154.08 mg;	Wartość energetyczna: 2453.41 kcal; Białko ogółem: 124.45 g; Tłuszcz: 76.65 g; Kw. tł. nasy.: 26.28 g; Węglowodany ogółem: 335.69 g; W tym cukry: 66.75 g; Błonnik pok.: 41.40 g; Sól: 8.49 g; WW: 29.74 Por.; : 20.29 %; : 47.98 %; Ener. z T: 28.12 %; Ener. z Bł.: 3.37 %; K: 5096.78 mg;
	Śniadanie	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Twaróg półtłusty 80 g (MLE.) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 25 g (może zawierać: MLE, GOR.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Kasza kukurydziana na wodzie 300 ml Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 75 g Miód (25g) 1 szt Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Twaróg półtłusty 80 g (MLE.) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 25 g (może zawierać: MLE, GOR.) Sałata zielona 20 g Pomidor b/skórki 80 g Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Kasza kukurydziana na wodzie 300 ml (PSZ.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 75 g Kalaflor gotowany* 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE.) Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Twaróg półtłusty 80 g (MLE.) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 25 g (może zawierać: MLE, GOR.) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml
2024-04-02 wtorek	II ŚN	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt			Jabłko 1 szt 1 szt	
	Obiad	Solferino (bez mleka) () 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Makaron 180 g (GLU PSZ.) Pulpet drobiowy 100 g (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Sos szpinakowy* 80 ml (GLU PSZ.) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 200 g (SEL.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Solferino () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Makaron ze szpinakiem i twarogiem*dieta 300 g (GLU PSZ, MLE.) Surówka z marchwi z olejem () 100 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (SEL.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Solferino (bez mleka) () 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Makaron 180 g (GLU PSZ.) Pulpet drobiowy 100 g (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Sos szpinakowy* 80 ml (GLU PSZ.) Surówka z marchwi z olejem () 100 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (SEL.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Solferino () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Makaron ze szpinakiem i twarogiem*dieta 300 g (GLU PSZ, MLE.) Surówka z marchwi z olejem () 100 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 200 g (SEL.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Solferino () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Makaron pełnoziarnisty ze szpinakiem i serem białym 300 g (GLU PSZ, MLE.) Surówka z marchwi z olejem () 100 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (SEL.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD	Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml			Biszkopty 30 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JECZ.) Jogurt brzoskwinowy 150g 1 szt (MLE.)	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-04-01 do dnia 2024-04-07 KUCHNIA SIEDLCE

	SIE- Papkowata b/ml	SIE- Łatwo strawna	SIE- Bezmleczna	SIE- Niskotłuszczowa	SIE- O kontr. zaw.kwasów tłuszczowych	
2024-04-02 wtorek	Kolacja	Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Dżem 25 g 1 szt Marchew gotowana z olejem* 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Galaretki drobiowa z udźca kurczaka () 200 g (SEL.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Galaretki drobiowa z udźca kurczaka () 200 g (SEL.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Galaretki drobiowa z udźca kurczaka () 200 g (SEL.) Pomidor b/skórki 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Galaretki drobiowa z udźca kurczaka () 200 g (SEL.) Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PN	Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt				
	Wartość energetyczna: 2288.41 kcal; Białko ogółem: 82.76 g; Tłuszcz: 56.92 g; Kw. tł. nasy.: 11.25 g; Węglowodany ogółem: 377.03 g; W tym cukry: 96.64 g; Błonnik pok.: 29.77 g; Sól: 8.99 g; WW: 34.74 Por; : 14.47 %; : 60.70 %; Ener. z T: 22.39 %; Ener. z Bł.: 2.60 %; K: 2753.79 mg;	Wartość energetyczna: 2202.57 kcal; Białko ogółem: 91.72 g; Tłuszcz: 51.86 g; Kw. tł. nasy.: 20.61 g; Węglowodany ogółem: 357.19 g; W tym cukry: 92.45 g; Błonnik pok.: 31.17 g; Sól: 6.68 g; WW: 32.73 Por; : 16.66 %; : 59.21 %; Ener. z T: 21.19 %; Ener. z Bł.: 2.83 %; K: 3685.59 mg;	Wartość energetyczna: 2262.80 kcal; Białko ogółem: 88.82 g; Tłuszcz: 55.96 g; Kw. tł. nasy.: 11.68 g; Węglowodany ogółem: 367.16 g; W tym cukry: 76.70 g; Błonnik pok.: 30.59 g; Sól: 8.35 g; WW: 33.71 Por; : 15.70 %; : 59.50 %; Ener. z T: 22.26 %; Ener. z Bł.: 2.70 %; K: 3484.15 mg;	Wartość energetyczna: 2155.25 kcal; Białko ogółem: 95.68 g; Tłuszcz: 45.94 g; Kw. tł. nasy.: 15.22 g; Węglowodany ogółem: 353.48 g; W tym cukry: 89.40 g; Błonnik pok.: 27.89 g; Sól: 5.66 g; WW: 32.69 Por; : 17.76 %; : 60.43 %; Ener. z T: 19.18 %; Ener. z Bł.: 2.59 %; K: 3719.08 mg;	Wartość energetyczna: 2244.76 kcal; Białko ogółem: 94.06 g; Tłuszcz: 60.90 g; Kw. tł. nasy.: 17.04 g; Węglowodany ogółem: 354.80 g; W tym cukry: 93.23 g; Błonnik pok.: 48.46 g; Sól: 8.09 g; WW: 30.84 Por; : 16.76 %; : 54.59 %; Ener. z T: 24.42 %; Ener. z Bł.: 4.32 %; K: 4441.84 mg;	
2024-04-03 środa	Śniadanie	Płatki owsiane na wodzie 300 ml (GLU OW.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynka zielonogórska- wp. parzona 75 g (SOJ.) Brokuł gotowany* 100 g	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (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.) Szynka zielonogórska- wp. parzona 25 g (SOJ.) Pomidor 80 g Mix sałat 20 g Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Płatki owsiane na wodzie 300 ml (GLU OW.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 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.) Szynka zielonogórska- wp. parzona 25 g (SOJ.) Pomidor 80 g Mix sałat 20 g Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Szynka zielonogórska- wp. parzona 25 g (SOJ.) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 25 g (SOJ.) Mix sałat 20 g Pomidor b/skórki 80 g Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 120 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.) Szynka zielonogórska- wp. parzona 25 g (SOJ.) Rzepa biała 80 g Mix sałat 20 g
	II ŚN	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt				Gruszka 1szt. 150 g
	Grysikowa () 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki gotowane () 180 g Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos jarzynowy () 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Buraczki gotowane () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Grysikowa () 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Zrazik drobiowy z udźca pieczony mielony 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Ziemniaki gotowane () 180 g Sos jarzynowy () 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Buraczki gotowane () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Grysikowa () 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki gotowane () 180 g Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos jarzynowy () 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Buraczki gotowane () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Grysikowa () 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki gotowane () 180 g Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos jarzynowy () 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Buraczki gotowane () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Grysikowa () 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki gotowane () 180 g Zrazik drobiowy z udźca pieczony mielony 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos jarzynowy () 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Buraczki gotowane () 200 g Sałatka szwedzka () 100 g (GOR.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-04-01 do dnia 2024-04-07 KUCHNIA SIEDLCE

	SIE- Papkowata b/ml	SIE- Łatwo strawna	SIE- Bezmleczna	SIE- Niskotłuszczowa	SIE- O kontr. zaw.kwasów tłuszczowych
2024-04-03 środa	PD	Kisiel o smaku cytrynowym z/c 200 ml			Budyń o smaku waniliowym z/c 200 ml (MLE)
	Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 25 g Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ) Baton szynkowy z kurcząt 25 g (może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR) Pomidorki koktajlowe 80 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 25 g Pomidorki koktajlowe 80 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 5 g (MLE) Pasta z białek z koperkiem 80 g (JAJ, MLE) Baton szynkowy z kurcząt 25 g (może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR) Pomidor b/skórki 80 g Sałata zielona 20 g
2024-04-04 czwartek	PN	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Szynka z piersią indyczą-wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona,w osłonce niejadanej 25 g (SOJ, SEL) Sałata zielona 10 g	Mleko Smakowe UHT 1,5% tł 0,2l 1 szt (MLE) Biszkopty 30 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JĘCZ)	Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt Wafle ryżowe 30 g	Mleko Smakowe UHT 1,5% tł 0,2l 1 szt (MLE) Biszkopty 30 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JĘCZ)
	Śniadanie	Kasza kukurydziana na wodzie 300 ml Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (GLU PSZ, SOJ, MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 25 g (SOJ) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (SEL)	Zacierka na mleku 300 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (GLU PSZ, SOJ, MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt (MLE) Pomidor 80 g Roszponka 20 g Melon 100 g	Kasza manna na wodzie 300 ml (GLU PSZ) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (GLU PSZ, SOJ, MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 25 g (SOJ) Pomidor 80 g Roszponka 20 g Melon 100 g	Zacierka na mleku 300 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 5 g (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 25 g Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt (MLE) Pomidor b/skórki 80 g Roszponka 20 g Melon 100 g

Jadłospisy za okres od dnia 2024-04-01 do dnia 2024-04-07 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- Papkowata b/ml	SIE- Łatwo strawna	SIE- Bezmleczna	SIE- Niskotłuszczowa	SIE- O kontr. zaw.kwasów tłuszczowych
2024-04-04 czwartek	II ŚN	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt				Melon 100 g
	Obiad	Ziemniaczana (bez mleka) () 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Risotto z mięsem wieprzowym i warzywami () 300 g (SEL.) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Ziemniaczana () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Risotto z mięsem wieprzowym i warzywami () 300 g (SEL.) Surówka z selera i marchwi () 100 g (MLE, SEL.) Cukinia pieczona z olejem * 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Ziemniaczana (bez mleka) () 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Risotto z mięsem wieprzowym i warzywami () 300 g (SEL.) Surówka z selera i marchwi z olejem () 100 g (SEL.) Cukinia pieczona z olejem * 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Ziemniaczana () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryż na sypko 200 g Pulpet drobiowy 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos pomidorowy 80 ml (GLU PSZ.) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Barszcz biały z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT.) Risotto z mięsem wieprzowym i warzywami () 300 g (SEL.) Cukinia pieczona z olejem * 100 g Surówka z selera i marchwi () 100 g (MLE, SEL.) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml
	PD	Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml				Maślanka truskawkowa 150 ml (MLE.) Herbatniki 30 g (GLU PSZ, SOJ, MLE.)
	Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynka Delikatesowa z kurczaka produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 50 g Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Kalafior gotowany* 100 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Makaron z serem 300 g (GLU PSZ, MLE.) Sos jogurtowy naturalny 80 g (MLE.) Mus z jabłek () z/c 100 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynka Delikatesowa z kurczaka produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 50 g Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Szynka Delikatesowa z kurczaka produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 50 g Miód (25g) 1 szt Sałata zielona 20 g Pomidor b/skórki 80 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Makaron z serem b/c 300 g (GLU PSZ, MLE.) Sos jogurtowy naturalny 80 g (MLE.) Mus z jabłek () b/c 100 g
	PN	Mus- przecier owocowy jabłko 100g (tubka) 1 szt	Bułka maślana 1 szt 1 szt (GLU PSZ, JAJ, MLE.)	Mus- przecier owocowy jabłko 100g (tubka) 1 szt	Bułka maślana 1 szt 1 szt (GLU PSZ, JAJ, MLE.)	
		Wartość energetyczna: 2353.57 kcal; Białko ogółem: 86.07 g; Tłuszcz: 65.54 g; Kw. tł. nasy.: 13.05 g; Węglowodany ogółem: 368.41 g; W tym cukry: 95.67 g; Błonnik pok.: 27.87 g; Sól: 8.59 g; WW: 33.93 Por.; : 14.63 %; : 57.88 %; Ener. z T: 25.06 %; Ener. z Bł.: 2.37 %; K: 3035.16 mg;	Wartość energetyczna: 2700.31 kcal; Białko ogółem: 107.23 g; Tłuszcz: 66.93 g; Kw. tł. nasy.: 24.95 g; Węglowodany ogółem: 430.21 g; W tym cukry: 95.96 g; Błonnik pok.: 29.25 g; Sól: 6.46 g; WW: 40.07 Por.; : 15.88 %; : 59.39 %; Ener. z T: 22.31 %; Ener. z Bł.: 2.17 %; K: 3918.33 mg;	Wartość energetyczna: 2153.27 kcal; Białko ogółem: 84.30 g; Tłuszcz: 60.36 g; Kw. tł. nasy.: 12.77 g; Węglowodany ogółem: 332.30 g; W tym cukry: 73.10 g; Błonnik pok.: 27.19 g; Sól: 8.38 g; WW: 30.49 Por.; : 15.66 %; : 56.68 %; Ener. z T: 25.23 %; Ener. z Bł.: 2.53 %; K: 3396.93 mg;	Wartość energetyczna: 2584.10 kcal; Białko ogółem: 97.27 g; Tłuszcz: 58.08 g; Kw. tł. nasy.: 19.31 g; Węglowodany ogółem: 428.36 g; W tym cukry: 75.91 g; Błonnik pok.: 20.12 g; Sól: 7.19 g; WW: 40.84 Por.; : 15.06 %; : 63.19 %; Ener. z T: 20.23 %; Ener. z Bł.: 1.56 %; K: 3850.83 mg;	Wartość energetyczna: 2756.12 kcal; Białko ogółem: 115.83 g; Tłuszcz: 73.96 g; Kw. tł. nasy.: 24.36 g; Węglowodany ogółem: 420.59 g; W tym cukry: 70.16 g; Błonnik pok.: 35.58 g; Sól: 6.25 g; WW: 38.57 Por.; : 16.81 %; : 55.88 %; Ener. z T: 24.15 %; Ener. z Bł.: 2.58 %; K: 4257.66 mg;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-04-01 do dnia 2024-04-07 KUCHNIA SIEDLCE

	SIE- Papkowata b/ml	SIE- Łatwo strawna	SIE- Bezmleczna	SIE- Niskotłuszczowa	SIE- O kontr. zaw.kwasów tłuszczowych	
2024-04-05 piątek	Śniadanie	<p>Płatki pszenne na wodzie 300 ml (GLU PSZ.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynka zielonogórska- wp. parzona 50 g (SOJ.) Dżem 25 g 1 szt Marchew gotowana z olejem () 100 g</p>	<p>Płatki pszenne na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE.) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Twarożek 80 g (MLE.) Dżem 25 g 1 szt Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Pomarańcza 1/2 szt. 1 Por</p>	<p>Płatki pszenne na wodzie 300 ml (GLU PSZ.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynka zielonogórska- wp. parzona 50 g (SOJ.) Dżem 25 g 1 szt Pomidor 80 g Kiełki rzodkiewki 20 g Pomarańcza 1/2 szt. 1 Por</p>	<p>Płatki pszenne na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE.) Kawa zbożowa z/c 250 ml (GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Twarożek 80 g (MLE.) Dżem 25 g 1 szt Sałata zielona 20 g Pomidor b/skórki 80 g Banan 150 g</p>	<p>Płatki pszenne na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE.) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Twarożek 80 g (MLE.) Dżem 25 g 1 szt Kiełki rzodkiewki 20 g Pomidor 80 g</p>
	II ŚN	Banan 150 g				Pomarańcza 1/2 szt. 1 Por
	Obiad	<p>Dyniowa z makaronem (bez mleka) () 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki gotowane () 180 g Łosoś pieczony 120 g (RYB.) Sos cytrynowy (bez mleka) 80 ml (GLU PSZ.) Szpinak gotowany z olejem* 200 g (GLU PSZ.) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml</p>	<p>Dyniowa z makaronem () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane () 180 g Łosoś pieczony 120 g (RYB.) Sos cytrynowy 80 ml (GLU PSZ, MLE.) Szpinak gotowany z olejem* 200 g (GLU PSZ.) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml</p>	<p>Dyniowa z makaronem (bez mleka) () 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki gotowane () 180 g Łosoś pieczony 120 g (RYB.) Sos cytrynowy (bez mleka) 80 ml (GLU PSZ.) Szpinak gotowany z olejem* 200 g (GLU PSZ.) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml</p>	<p>Dyniowa z makaronem () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane () 180 g Łosoś pieczony 120 g (RYB.) Sos cytrynowy 80 ml (GLU PSZ, MLE.) Szpinak gotowany z olejem* 200 g (GLU PSZ.) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml</p>	<p>Dyniowa z makaronem () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane () 180 g Łosoś pieczony 120 g (RYB.) Sos cytrynowy 80 ml (GLU PSZ, MLE.) Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 100 g Szpinak gotowany z olejem* 100 g (GLU PSZ.) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml</p>
	PD	Galaretką o smaku truskawkowym 200 g				Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (MLE.)
	Kolacja	<p>Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Jajko gotowane kl M 2 szt (JAJ.) Kalafior gotowany* 100 g</p>	<p>Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 80 g (JAJ, MLE.) Ser mozzarella kulki 35 g (MLE.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g</p>	<p>Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Jajko gotowane kl M 2 szt (JAJ.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g</p>	<p>Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Pasta z białek z koperkiem 80 g (JAJ, MLE.) Ser mozzarella kulki 35 g (MLE.) Pomidor b/skórki 80 g Sałata zielona 20 g</p>	<p>Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Pasta z jaj z koperkiem -dieta 80 g (JAJ, MLE.) Ser mozzarella kulki 35 g (MLE.) Surówka z rzodkwi i czarnuszki z natką pietruszki 80 g Sałata zielona 20 g</p>
PN	<p>Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 30 g</p>					

Jadłospisy za okres od dnia 2024-04-01 do dnia 2024-04-07 KUCHNIA SIEDLCE

	SIE- Papkowata b/ml	SIE- Łatwo strawna	SIE- Bezmleczna	SIE- Niskotłuszczowa	SIE- O kontr. zaw.kwasów tłuszczowych	
2024-04-05 piątek	Wartość energetyczna: 2452.53 kcal; Białko ogółem: 95.44 g; Tłuszcz: 52.25 g; Kw. tł. nasy.: 11.40 g; Węglowodany ogółem: 413.59 g; W tym cukry: 100.95 g; Błonnik pok.: 30.15 g; Sól: 7.27 g; WW: 38.37 Por; : 15.57 %; : 62.54 %; Ener. z T: 19.17 %; Ener. z Bł.: 2.46 %; K: 4040.55 mg;	Wartość energetyczna: 2543.58 kcal; Białko ogółem: 115.43 g; Tłuszcz: 64.99 g; Kw. tł. nasy.: 27.78 g; Węglowodany ogółem: 385.53 g; W tym cukry: 105.61 g; Błonnik pok.: 25.96 g; Sól: 6.86 g; WW: 36.04 Por; : 18.15 %; : 56.55 %; Ener. z T: 23.00 %; Ener. z Bł.: 2.04 %; K: 4396.59 mg;	Wartość energetyczna: 2217.06 kcal; Białko ogółem: 92.30 g; Tłuszcz: 49.81 g; Kw. tł. nasy.: 11.13 g; Węglowodany ogółem: 361.73 g; W tym cukry: 81.32 g; Błonnik pok.: 26.16 g; Sól: 6.86 g; WW: 33.56 Por; : 16.65 %; : 60.54 %; Ener. z T: 20.22 %; Ener. z Bł.: 2.36 %; K: 3730.57 mg;	Wartość energetyczna: 2564.64 kcal; Białko ogółem: 120.82 g; Tłuszcz: 59.21 g; Kw. tł. nasy.: 22.14 g; Węglowodany ogółem: 397.98 g; W tym cukry: 115.14 g; Błonnik pok.: 23.49 g; Sól: 5.93 g; WW: 37.61 Por; : 18.84 %; : 58.41 %; Ener. z T: 20.78 %; Ener. z Bł.: 1.83 %; K: 4695.66 mg;	Wartość energetyczna: 2546.67 kcal; Białko ogółem: 119.82 g; Tłuszcz: 72.82 g; Kw. tł. nasy.: 23.20 g; Węglowodany ogółem: 373.08 g; W tym cukry: 101.10 g; Błonnik pok.: 43.13 g; Sól: 6.66 g; WW: 33.10 Por; : 18.82 %; : 51.83 %; Ener. z T: 25.74 %; Ener. z Bł.: 3.39 %; K: 5368.29 mg;	
2024-04-06 sobota	Sniadanie	Kasza kukurydziana na wodzie 300 ml Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynka z piersią kurczaka-wędł.z drob.gr.rozd.parzo.w osł.niejadalnej 50 g (SOJ.) Miód (25g) 1 szt Marchew gotowana z olejem () 100 g	Ryż na mleku 300 ml (MLE.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka z piersią kurczaka-wędł.z drob.gr.rozd.parzo.w osł.niejadalnej 50 g (SOJ.) Miód (25g) 1 szt Mix sałat 20 g Pomidorki koktajlowe 80 g Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Kasza kukurydziana na wodzie 300 ml Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynka z piersią kurczaka-wędł.z drob.gr.rozd.parzo.w osł.niejadalnej 50 g (SOJ.) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 25 g (SOJ.) Mix sałat 20 g Pomidor koktajlowy 80 g Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Ryż na mleku 300 ml (MLE.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Szynka z piersią kurczaka-wędł.z drob.gr.rozd.parzo.w osł.niejadalnej 50 g (SOJ.) Miód (25g) 1 szt Szynka z piersią kurczaka-wędł.z drob.gr.rozd.parzo.w osł.niejadalnej 50 g (SOJ.) Miód (25g) 1 szt Pomidor koktajlowy 80 g Mix sałat 20 g Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Ryż na mleku 300 ml (MLE.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynka z piersią kurczaka-wędł.z drob.gr.rozd.parzo.w osł.niejadalnej 50 g (SOJ.) Miód (25g) 1 szt Pomidor koktajlowy 80 g Mix sałat 20 g
	II ŚN	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt			Jabłko 1 szt 1 szt	
Obiad	Selerowa z ziemniakami (bez mleka) () 300 ml (SEL.) Ryż na sypko 180 g Gulasz wołowy 150 g (GLU PSZ.) Buraczki gotowane drobno tarte () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Selerowa z ziemniakami - dieta () 300 ml (MLE, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (GLU JECZ.) Gulasz wołowy 150 g (GLU PSZ.) Buraczki gotowane () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Selerowa z ziemniakami (bez mleka) () 300 ml (SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (GLU JECZ.) Gulasz wołowy 150 g (GLU PSZ.) Buraczki gotowane () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Selerowa z ziemniakami - dieta () 300 ml (MLE, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (GLU JECZ.) Gulasz wołowy 150 g (GLU PSZ.) Buraczki gotowane () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Grochowa z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Gulasz wołowy 150 g (GLU PSZ.) kasza pęczak/sypko 180 g (GLU PSZ.) Ogórek kiszony z cebulką z olejem 100 g Buraczki gotowane () 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	
PD	Kisiel o smaku cytrynowym z/c 200 ml				Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Szynka gotowana wieprzowa wędzona parzona,zawiera wodę dodaną, w siatce niejadalnej 20 g (GLU PSZ, SOJ.) Sałata zielona 10 g	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-04-01 do dnia 2024-04-07 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- Papkowata b/ml	SIE- Łatwo strawna	SIE- Bezmleczna	SIE- Niskotłuszczowa	SIE- O kontr. zaw.kwasów tłuszczowych
2024-04-06 sobota	Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ. GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 75 g Brokuł gotowany* 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ. GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g Serek wiejski lekki 3% tł 150g 1 szt (MLE.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ. GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 75 g Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g Serek wiejski lekki 3% tł 150g 1 szt (MLE.) Pomidor b/skórki 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (GLU PSZ. GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g Serek wiejski lekki 3% tł 150g 1 szt (MLE.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PN	Sok pomarańczowy 0,2L-kartonik 1 szt	Ciasto drożdżowe 50 g (GLU PSZ. JAJ. MLE. S02.)	Sok pomarańczowy 0,2L-kartonik 1 szt	Ciasto drożdżowe 50 g (GLU PSZ. JAJ. MLE. S02.)	
		Wartość energetyczna: 2297.47 kcal; Białko ogółem: 84.34 g; Tłuszcz: 44.11 g; Kw. tł. nasy.: 10.16 g; Węglowodany ogółem: 414.87 g; W tym cukry: 118.02 g; Błonnik pok.: 31.69 g; Sól: 9.14 g; WW: 38.27 Por.; : 14.68 %; : 66.71 %; Ener. z T: 17.28 %; Ener. z Bł.: 2.76 %; K: 3493.65 mg;	Wartość energetyczna: 2394.44 kcal; Białko ogółem: 103.21 g; Tłuszcz: 57.03 g; Kw. tł. nasy.: 20.24 g; Węglowodany ogółem: 391.01 g; W tym cukry: 78.91 g; Błonnik pok.: 30.28 g; Sól: 8.89 g; WW: 36.18 Por.; : 17.24 %; : 60.26 %; Ener. z T: 21.44 %; Ener. z Bł.: 2.53 %; K: 3750.20 mg;	Wartość energetyczna: 1993.38 kcal; Białko ogółem: 86.72 g; Tłuszcz: 41.36 g; Kw. tł. nasy.: 10.02 g; Węglowodany ogółem: 341.84 g; W tym cukry: 83.35 g; Błonnik pok.: 29.30 g; Sól: 9.48 g; WW: 31.27 Por.; : 17.40 %; : 62.72 %; Ener. z T: 18.67 %; Ener. z Bł.: 2.94 %; K: 3387.29 mg;	Wartość energetyczna: 2350.67 kcal; Białko ogółem: 107.19 g; Tłuszcz: 49.10 g; Kw. tł. nasy.: 14.74 g; Węglowodany ogółem: 393.53 g; W tym cukry: 81.00 g; Błonnik pok.: 28.34 g; Sól: 7.98 g; WW: 36.65 Por.; : 18.24 %; : 62.14 %; Ener. z T: 18.80 %; Ener. z Bł.: 2.41 %; K: 3912.57 mg;	Wartość energetyczna: 2525.28 kcal; Białko ogółem: 112.42 g; Tłuszcz: 70.75 g; Kw. tł. nasy.: 16.09 g; Węglowodany ogółem: 384.96 g; W tym cukry: 55.08 g; Błonnik pok.: 54.89 g; Sól: 10.70 g; WW: 33.13 Por.; : 17.81 %; : 52.28 %; Ener. z T: 25.21 %; Ener. z Bł.: 4.35 %; K: 4094.97 mg;
2024-04-07 niedziela	Śniadanie	Płatki owsiane na wodzie 300 ml (GLU OW.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ. GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona,w osłonce niejadanej 75 g (SOJ. SEL.) Dyńia z wody 100 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE. GLU OW.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ. GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Twarożek z koperkiem 80 g (MLE.) Baton szynkowy z kurcząt 25 g (może zawierać: GLU PSZ. MLE. GOR.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Banan 150 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Płatki owsiane na wodzie 300 ml (GLU OW.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ. GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona,w osłonce niejadanej 75 g (SOJ. SEL.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Banan 150 g	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE. GLU OW.) Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Twarożek z koperkiem 80 g (MLE.) Baton szynkowy z kurcząt 25 g (może zawierać: GLU PSZ. MLE. GOR.) Pomidor b/skórki 80 g Sałata zielona 20 g Banan 150 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE. GLU OW.) Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (GLU PSZ. GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Twarożek ze słonecznikiem 80 g (MLE.) Baton szynkowy z kurcząt 25 g (może zawierać: GLU PSZ. MLE. GOR.) Rzodkiew biała 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	II ŚN	Banan 150 g				Banan 150 g

Jadłospisy za okres od dnia 2024-04-01 do dnia 2024-04-07 KUCHNIA SIEDLCE

	SIE- Papkowata b/ml	SIE- Łatwo strawna	SIE- Bezmleczna	SIE- Niskotłuszczowa	SIE- O kontr. zaw.kwasów tłuszczowych	
2024-04-07 niedziela	Obiad	Rosół z makaronem () 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki gotowane () 180 g Pulpet drobiowy 100 g (GLU PSZ, JAJ.) 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 Udziec drobiowy gotowany z/k z/s 130 g Brokuł gotowany* 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Rosół z makaronem () 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki gotowane () 180 g udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 130 g Brokuł gotowany* 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Ryżowa () 300 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane () 180 g Udziec drobiowy gotowany z/k z/s 130 g Brokuł gotowany* 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Rosół z makaronem () 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki gotowane () 180 g udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 130 g Surówka z kapusty białej z olejem b/c () 100 g Brokuł gotowany* 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml
	PD	Galaretką o smaku cytrynowym z owocami 200 g				Galaretką o smaku cytrynowym z owocami 200 g
2024-04-07 niedziela	Kolacja	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynka zielonogórska- wp. parzona 50 g (SOJ.) Dżem 25 g 1 szt Buraczki gotowane () 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Dżem 25 g 1 szt Szynka zielonogórska- wp. parzona 50 g (SOJ.) Pomidor 80 g Rukola 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Dżem 25 g 1 szt Szynka zielonogórska- wp. parzona 50 g (SOJ.) Pomidor 80 g Rukola 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Dżem 25 g 1 szt Szynka zielonogórska- wp. parzona 50 g (SOJ.) Pomidor b/skórki 80 g Rukola 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynka zielonogórska- wp. parzona 50 g (SOJ.) Dżem 25 g 1 szt Papryka świeża 80 g Rukola 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PN	Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt				
	Wartość energetyczna: 2221.97 kcal; Białko ogółem: 84.17 g; Tłuszcz: 41.36 g; Kw. tł. nasy.: 10.50 g; Węglowodany ogółem: 390.80 g; W tym cukry: 103.82 g; Błonnik pok.: 28.97 g; Sól: 8.70 g; WW: 36.18 Por; : 15.15 %; : 65.14 %; Ener. z T: 16.75 %; Ener. z Bł.: 2.61 %; K: 4138.93 mg;	Wartość energetyczna: 2340.39 kcal; Białko ogółem: 109.07 g; Tłuszcz: 60.52 g; Kw. tł. nasy.: 24.76 g; Węglowodany ogółem: 353.37 g; W tym cukry: 110.09 g; Błonnik pok.: 25.67 g; Sól: 7.44 g; WW: 32.92 Por; : 18.64 %; : 56.01 %; Ener. z T: 23.27 %; Ener. z Bł.: 2.19 %; K: 4567.49 mg;	Wartość energetyczna: 2103.15 kcal; Białko ogółem: 92.58 g; Tłuszcz: 50.95 g; Kw. tł. nasy.: 14.17 g; Węglowodany ogółem: 332.42 g; W tym cukry: 86.50 g; Błonnik pok.: 25.60 g; Sól: 8.21 g; WW: 30.81 Por; : 17.61 %; : 58.35 %; Ener. z T: 21.80 %; Ener. z Bł.: 2.43 %; K: 4108.70 mg;	Wartość energetyczna: 2220.74 kcal; Białko ogółem: 107.65 g; Tłuszcz: 50.46 g; Kw. tł. nasy.: 18.48 g; Węglowodany ogółem: 346.85 g; W tym cukry: 103.14 g; Błonnik pok.: 23.12 g; Sól: 6.48 g; WW: 32.56 Por; : 19.39 %; : 58.31 %; Ener. z T: 20.45 %; Ener. z Bł.: 2.08 %; K: 4639.19 mg;	Wartość energetyczna: 2405.82 kcal; Białko ogółem: 111.69 g; Tłuszcz: 66.55 g; Kw. tł. nasy.: 19.00 g; Węglowodany ogółem: 362.56 g; W tym cukry: 98.85 g; Błonnik pok.: 44.05 g; Sól: 6.89 g; WW: 32.14 Por; : 18.57 %; : 52.96 %; Ener. z T: 24.90 %; Ener. z Bł.: 3.66 %; K: 5218.72 mg;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-04-01 do dnia 2024-04-07 KUCHNIA SIEDLCE

	SIE- Bogatobiałkowa	SIE- Bogatobiałkowa bezmleczna	SIE- Niskobiałkowa do 50 g białka	SIE- Niskobiałkowa do 30 g białka	SIE- Kleikowa	
2024-04-01 poniedziałek	Śniadanie	<p>Plątki jęczmienne na mleku 300 ml (MLE, GLU, JECZ.)</p> <p>Herbata czarna granulowana z/c 250 ml</p> <p>Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.)</p> <p>Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.)</p> <p>Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.)</p> <p>Szynka z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i białek mleka, wędzona, parzona 50 g (SOJ, MLE, GLU OW.)</p> <p>Ser mozzarella kulki 25 g (MLE.)</p> <p>Pomidor b/skórki 80 g</p> <p>Mix sałat 20 g</p>	<p>Kasza manna na wodzie 300 ml (GLU PSZ.)</p> <p>Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.)</p> <p>Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.)</p> <p>Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g</p> <p>Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g</p> <p>Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 25 g (SOJ.)</p> <p>Pomidor b/skórki 80 g</p> <p>Mix sałat 20 g</p>	<p>Herbata czarna granulowana z/c 250 ml</p> <p>Chleb bezglutenowy 120 g</p> <p>Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.)</p> <p>Szynka z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i białek mleka, wędzona, parzona 25 g (SOJ, MLE, GLU OW.)</p> <p>Pomidor b/skórki 80 g</p> <p>Mix sałat 20 g</p> <p>Jabłko pieczone 1szt. 1 szt</p>	<p>Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.)</p> <p>Chleb bezglutenowy 120 g</p> <p>Szynka z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i białek mleka, wędzona, parzona 25 g (SOJ, MLE, GLU OW.)</p> <p>Pomidor 80 g</p> <p>Mix sałat 20 g</p> <p>Herbata czarna granulowana z/c 250 ml</p> <p>Jabłko pieczone 1szt. 1 szt</p>	<p>Kleik ryżowy na wodzie 200 g</p> <p>Herbata czarna granulowana z/c 250 ml</p> <p>Suchary b/c 30 g (GLU PSZ, SOJ, MLE.)</p>
	II ŚN	<p>Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml (MLE.)</p> <p>Jabłko pieczone 1szt. 1 szt</p>	<p>Jabłko pieczone 1szt. 1 szt</p> <p>Galaretko o smaku truskawkowym 200 g</p>			
	Obiad	<p>Rosół z makaronem () 300 ml (GLU PSZ, SEL.)</p> <p>Ziemniaki gotowane () 180 g</p> <p>udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 130 g</p> <p>Brokuł gotowany* 200 g</p> <p>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt</p>		<p>Ryżowa () 300 ml (MLE, SEL.)</p> <p>Ziemniaki gotowane () 180 g</p> <p>udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 50 g</p> <p>Brokuł gotowany* 200 g</p> <p>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt</p>	<p>Ryżowa () 300 ml (MLE, SEL.)</p> <p>udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 50 g</p> <p>Ziemniaki gotowane () 180 g</p> <p>Brokuł gotowany* 200 g</p> <p>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt</p>	<p>Kleik ryżowy na wodzie 300 g</p> <p>Herbata czarna ekspresowa z/c 500 ml</p> <p>Suchary b/c 30 g (GLU PSZ, SOJ, MLE.)</p>
	PD	<p>Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (MLE.)</p> <p>Podplomyki b/c 20 g (GLU PSZ, MLE.)</p>	<p>Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.)</p> <p>Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g</p> <p>Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona, parzona, z dod.wody, białka wp 20 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.)</p> <p>Salata zielona 10 g</p>			
Kolacja	<p>Herbata czarna granulowana z/c 250 ml</p> <p>Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.)</p> <p>Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.)</p> <p>Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.)</p> <p>Pasta z twarogu i ryby got.(miruna) z koperkiem 80 g (RYB, MLE.)</p> <p>Schab Benedykta wp parzony z dodatkiem wody 25 g (GLU PSZ, SOJ, SEL, może zawierać: JAJ, OZI, MLE, GOR, SEZ.)</p> <p>Pomidor 80 g</p> <p>Salata zielona 20 g</p> <p>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt</p> <p>Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE.)</p>	<p>Herbata czarna granulowana z/c 250 ml</p> <p>Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.)</p> <p>Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.)</p> <p>Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g</p> <p>Pasta z ryby gotowanej (miruna) z warzywami* 80 g (RYB, SEL.)</p> <p>Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g</p> <p>Pomidor 80 g</p> <p>Salata zielona 20 g</p> <p>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt</p>	<p>Herbata czarna granulowana z/c 250 ml</p> <p>Chleb bezglutenowy 120 g</p> <p>Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.)</p> <p>Pasta z twarogu i ryby got.(miruna) z koperkiem 40 g (RYB, MLE.)</p> <p>Schab Benedykta wp parzony z dodatkiem wody 25 g (GLU PSZ, SOJ, SEL, może zawierać: JAJ, OZI, MLE, GOR, SEZ.)</p> <p>Pomidor b/skórki 80 g</p> <p>Salata zielona 20 g</p> <p>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt</p>	<p>Herbata czarna granulowana z/c 250 ml</p> <p>Chleb bezglutenowy 120 g</p> <p>Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.)</p> <p>Schab Benedykta wp parzony z dodatkiem wody 20 g (GLU PSZ, SOJ, SEL, może zawierać: JAJ, OZI, MLE, GOR, SEZ.)</p> <p>Miód (25g) 2 szt</p> <p>Pomidor 80 g</p> <p>Salata zielona 20 g</p> <p>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt</p>	<p>Kleik ryżowy na wodzie 200 g</p> <p>Herbata czarna granulowana z/c 250 ml</p> <p>Suchary b/c 30 g (GLU PSZ, SOJ, MLE.)</p> <p>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt</p>	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-04-01 do dnia 2024-04-07 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- Bogatobiałkowa	SIE- Bogatobiałkowa bezmleczna	SIE- Niskobiałkowa do 50 g białka	SIE- Niskobiałkowa do 30 g białka	SIE- Kleikowa
2024-04-01 poniedziałek	PN	Wafle ryżowe 30 g Dżem 25 g 1 szt		Dżem 25 g 1 szt Wafle ryżowe 30 g	Wafle ryżowe 30 g Dżem 25 g 1 szt	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
		Wartość energetyczna: 2736.10 kcal; Białko ogółem: 136.86 g; Tłuszcz: 70.79 g; Kw. tł. nasy.: 33.14 g; Węglowodany ogółem: 399.58 g; W tym cukry: 107.50 g; Błonnik pok.: 27.10 g; Sól: 8.99 g; WW: 37.39 Por; : 20.01 %; : 54.45 %; Ener. z T: 23.28 %; Ener. z Bł.: 1.98 %; K: 4810.78 mg;	Wartość energetyczna: 2462.76 kcal; Białko ogółem: 113.16 g; Tłuszcz: 66.00 g; Kw. tł. nasy.: 17.35 g; Węglowodany ogółem: 366.01 g; W tym cukry: 48.32 g; Błonnik pok.: 28.11 g; Sól: 9.75 g; WW: 33.81 Por; : 18.38 %; : 54.88 %; Ener. z T: 24.12 %; Ener. z Bł.: 2.28 %; K: 3762.22 mg;	Wartość energetyczna: 1703.34 kcal; Białko ogółem: 50.07 g; Tłuszcz: 42.60 g; Kw. tł. nasy.: 15.54 g; Węglowodany ogółem: 284.66 g; W tym cukry: 54.93 g; Błonnik pok.: 17.56 g; Sól: 3.11 g; WW: 26.72 Por; : 11.76 %; : 62.72 %; Ener. z T: 22.51 %; Ener. z Bł.: 2.06 %; K: 3097.85 mg;	Wartość energetyczna: 1807.22 kcal; Białko ogółem: 41.66 g; Tłuszcz: 40.82 g; Kw. tł. nasy.: 14.43 g; Węglowodany ogółem: 323.27 g; W tym cukry: 54.96 g; Błonnik pok.: 17.61 g; Sól: 2.92 g; WW: 30.60 Por; : 9.22 %; : 67.65 %; Ener. z T: 20.33 %; Ener. z Bł.: 1.95 %; K: 3097.44 mg;	Wartość energetyczna: 887.22 kcal; Białko ogółem: 19.86 g; Tłuszcz: 7.47 g; Kw. tł. nasy.: 0.18 g; Węglowodany ogółem: 184.88 g; W tym cukry: 34.15 g; Błonnik pok.: 2.73 g; Sól: 0.25 g; WW: 18.29 Por; : 8.95 %; : 82.12 %; Ener. z T: 7.57 %; Ener. z Bł.: 0.62 %; K: 159.20 mg;
2024-04-02 wtorek	Śniadanie	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Twaróg półtłusty 80 g (MLE.) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 25 g (może zawierać: MLE, GOR.) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g	Kasza kukurydziana na wodzie 300 ml Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Chleb bezglutenowy 120 g Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 30 g (może zawierać: MLE, GOR.) Dżem 25 g 2 szt Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Chleb bezglutenowy 120 g Dżem 25 g 2 szt Sałata zielona 20 g Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Kleik ryżowy na wodzie 200 g Suchary b/c 30 g (GLU PSZ, SOJ, MLE.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml
	II ŚN	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt				
	Obiad	Solferino () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Makaron ze szpinakiem i twarogiem*dieta 300 g (GLU PSZ, MLE.) Surówka z marchwi z olejem () 100 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (SEL.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Solferino (bez mleka) () 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Makaron 180 g (GLU PSZ.) Pulpet drobiowy 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos szpinakowy* 80 ml (GLU PSZ.) Surówka z marchwi z olejem () 100 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (SEL.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Solferino () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Makaron PKU ze szpinakiem i twarogiem*dieta 300 g (MLE.) Surówka z marchwi z olejem () 100 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (SEL.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Solferino () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Makaron PKU ze szpinakiem i twarogiem*dieta 250 g (MLE.) Surówka z marchwi z olejem () 100 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (SEL.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Herbata czarna ekspresowa z/c 500 ml Suchary b/c 30 g (GLU PSZ, SOJ, MLE.)
	PD	Jogurt brzoskwiniowy 100g 1 szt (MLE.) Biszkopty 30 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JĘCZ.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Kiełbasa Krakowska wieprzowa parzona grubo rozdrobniona wędzona w osłonce niejadalnej. 20 g (GOR.) Sałata zielona 10 g			

Jadłospisy za okres od dnia 2024-04-01 do dnia 2024-04-07 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- Bogatobiałkowa	SIE- Bogatobiałkowa bezmleczna	SIE- Niskobiałkowa do 50 g białka	SIE- Niskobiałkowa do 30 g białka	SIE- Kleikowa
2024-04-02 wtorek	Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Galaretka drobiowa z udźca kurczaka () 200 g (SEL.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Galaretka drobiowa z udźca kurczaka () 200 g (SEL.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Chleb bezglutenowy 120 g Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 120 g Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Kleik ryżowy na wodzie 200 g Suchary b/c 30 g (GLU PSZ, SOJ, MLE.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PN	Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt				Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
		Wartość energetyczna: 2370.37 kcal; Białko ogółem: 96.92 g; Tłuszcz: 56.19 g; Kw. tł. nasy.: 22.45 g; Węglowodany ogółem: 391.39 g; W tym cukry: 113.15 g; Błonnik pok.: 31.17 g; Sól: 6.93 g; WW: 36.15 Por; : 16.36 %; : 60.79 %; Ener. z T: 21.33 %; Ener. z Bł.: 2.63 %; K: 3685.59 mg;	Wartość energetyczna: 2420.02 kcal; Białko ogółem: 96.51 g; Tłuszcz: 66.20 g; Kw. tł. nasy.: 14.85 g; Węglowodany ogółem: 376.35 g; W tym cukry: 76.12 g; Błonnik pok.: 32.43 g; Sól: 9.26 g; WW: 34.42 Por; : 15.95 %; : 56.85 %; Ener. z T: 24.62 %; Ener. z Bł.: 2.68 %; K: 3557.24 mg;	Wartość energetyczna: 1879.96 kcal; Białko ogółem: 35.93 g; Tłuszcz: 47.35 g; Kw. tł. nasy.: 13.84 g; Węglowodany ogółem: 334.80 g; W tym cukry: 92.07 g; Błonnik pok.: 20.20 g; Sól: 3.67 g; WW: 31.58 Por; : 7.64 %; : 66.94 %; Ener. z T: 22.67 %; Ener. z Bł.: 2.15 %; K: 2504.31 mg;	Wartość energetyczna: 1734.30 kcal; Białko ogółem: 24.23 g; Tłuszcz: 43.88 g; Kw. tł. nasy.: 13.31 g; Węglowodany ogółem: 318.06 g; W tym cukry: 89.30 g; Błonnik pok.: 18.91 g; Sól: 2.17 g; WW: 30.03 Por; : 5.59 %; : 69.00 %; Ener. z T: 22.77 %; Ener. z Bł.: 2.18 %; K: 2235.01 mg;	Wartość energetyczna: 887.22 kcal; Białko ogółem: 19.86 g; Tłuszcz: 7.47 g; Kw. tł. nasy.: 0.18 g; Węglowodany ogółem: 184.88 g; W tym cukry: 34.15 g; Błonnik pok.: 2.73 g; Sól: 0.25 g; WW: 18.29 Por; : 8.95 %; : 82.12 %; Ener. z T: 7.57 %; Ener. z Bł.: 0.62 %; K: 159.20 mg;
2024-04-03 środa	Śniadanie	Platki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (SOJ.) Szynka zielonogórska- wp. parzona 25 g (SOJ.) Pomidor 80 g Mix sałat 20 g	Platki owsiane na wodzie 300 ml (GLU OW.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (SOJ.) Szynka zielonogórska- wp. parzona 25 g (SOJ.) Pomidor 80 g Mix sałat 20 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 120 g Masło extra 82% 15 g (MLE.) Dżem 25 g 2 szt Szynka zielonogórska- wp. parzona 25 g (SOJ.) Pomidor 80 g Mix sałat 20 g Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 120 g Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynka zielonogórska- wp. parzona 25 g (SOJ.) Pomidor 80 g Mix sałat 20 g Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Kleik ryżowy na wodzie 200 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Suchary b/c 30 g (GLU PSZ, SOJ, MLE.)
	II ŚN	Jabłko 1 szt 1 szt	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt			
	Obiad	Grysikowa () 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki gotowane () 180 g Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos jarzynowy () 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Buraczki gotowane () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Grysikowa () 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki gotowane () 180 g Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 50 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos jarzynowy () 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Buraczki gotowane () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Grysikowa () 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 40 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos jarzynowy () 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki gotowane () 180 g Buraczki gotowane () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Grysikowa () 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 40 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos jarzynowy () 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki gotowane () 180 g Buraczki gotowane () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Herbata czarna granulowana z/c 500 ml Suchary b/c 30 g (GLU PSZ, SOJ, MLE.)

Jadłospisy za okres od dnia 2024-04-01 do dnia 2024-04-07 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- Bogatobiałkowa	SIE- Bogatobiałkowa bezmleczna	SIE- Niskobiałkowa do 50 g białka	SIE- Niskobiałkowa do 30 g białka	SIE- Kleikowa
2024-04-03 środa	PD	Budyń o smaku waniliowym z/c 200 ml (<u>MLE</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Szynka gotowana wieprzowa wędzona parzona,zawiera wodę dodaną, w siatce niejadalnej 20 g (<u>GLU PSZ, SOJ</u>) Sałata zielona 10 g			
	Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Baton szynkowy z kurcząt 25 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>) Pomidorki koktajlowe 80 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 25 g Pomidorki koktajlowe 80 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Chleb bezglutenowy 120 g Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>) Pomidorki koktajlowe 80 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Chleb bezglutenowy 120 g Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Dżem 25 g 2 szt Pomidorki koktajlowe 80 g Sałata zielona 20 g	Kleik ryżowy na wodzie 200 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Suchary b/c 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u>) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PN	Mleko Smakowe UHT 1,5% tł 0,2l 1 szt (<u>MLE</u>) Biszkopty 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JĘCZ</u>)		Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt Wafle ryżowe 30 g		Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
		Wartość energetyczna: 2416.29 kcal; Białko ogółem: 103.12 g; Tłuszcz: 54.36 g; Kw. tł. nasy.: 23.44 g; Węglowodany ogółem: 399.01 g; W tym cukry: 107.21 g; Błonnik pok.: 26.71 g; Sól: 8.67 g; WW: 37.22 Por; : 17.07 %; : 61.63 %; Ener. z T: 20.25 %; Ener. z Bł.: 2.21 %; K: 4419.79 mg;	Wartość energetyczna: 2229.61 kcal; Białko ogółem: 90.23 g; Tłuszcz: 43.98 g; Kw. tł. nasy.: 11.57 g; Węglowodany ogółem: 382.32 g; W tym cukry: 78.71 g; Błonnik pok.: 29.50 g; Sól: 9.34 g; WW: 35.20 Por; : 16.19 %; : 63.30 %; Ener. z T: 17.75 %; Ener. z Bł.: 2.65 %; K: 3796.45 mg;	Wartość energetyczna: 1887.75 kcal; Białko ogółem: 41.41 g; Tłuszcz: 44.54 g; Kw. tł. nasy.: 17.03 g; Węglowodany ogółem: 336.94 g; W tym cukry: 95.77 g; Błonnik pok.: 19.51 g; Sól: 2.53 g; WW: 31.75 Por; : 8.77 %; : 67.26 %; Ener. z T: 21.24 %; Ener. z Bł.: 2.07 %; K: 3403.34 mg;	Wartość energetyczna: 1799.52 kcal; Białko ogółem: 33.12 g; Tłuszcz: 38.97 g; Kw. tł. nasy.: 15.35 g; Węglowodany ogółem: 335.72 g; W tym cukry: 95.75 g; Błonnik pok.: 19.48 g; Sól: 2.30 g; WW: 31.66 Por; : 7.36 %; : 70.30 %; Ener. z T: 19.49 %; Ener. z Bł.: 2.16 %; K: 3300.42 mg;	Wartość energetyczna: 887.22 kcal; Białko ogółem: 19.66 g; Tłuszcz: 7.47 g; Kw. tł. nasy.: 0.18 g; Węglowodany ogółem: 184.88 g; W tym cukry: 34.15 g; Błonnik pok.: 2.73 g; Sól: 0.19 g; WW: 18.29 Por; : 8.86 %; : 82.12 %; Ener. z T: 7.57 %; Ener. z Bł.: 0.62 %; K: 127.46 mg;
2024-04-04 czwartek	Śniadanie	Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt (<u>MLE</u>) Pomidor 80 g Roszponka 20 g	Kasza manna na wodzie 300 ml (<u>GLU PSZ</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 25 g (<u>SOJ</u>) Pomidor 80 g Roszponka 20 g	Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 120 g Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt (<u>MLE</u>) Dżem 25 g 4 szt Pomidor 80 g Roszponka 20 g Melon 100 g	Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 120 g Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Dżem 25 g 2 szt Pomidor 80 g Roszponka 20 g Melon 100 g	Kleik ryżowy na wodzie 200 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Suchary b/c 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u>)

Jadłospisy za okres od dnia 2024-04-01 do dnia 2024-04-07 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- Bogatobiałkowa	SIE- Bogatobiałkowa bezmleczna	SIE- Niskobiałkowa do 50 g białka	SIE- Niskobiałkowa do 30 g białka	SIE- Kleikowa	
2024-04-04 czwartek	II ŚN	Melon 100 g					
	Obiad	Barszcz biały z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ZYT.) Risotto z mięsem wieprzowym i warzywami () 300 g (SEL.) Surówka z selera i marchwi () 100 g (MLE, SEL.) Cukinia pieczona z olejem * 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Ziemniaczana (bez mleka) () 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Risotto z mięsem wieprzowym i warzywami () 300 g (SEL.) Surówka z selera i marchwi z olejem () 100 g (SEL.) Cukinia pieczona z olejem * 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Ziemniaczana (bez mleka) () 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Risotto z mięsem wieprzowym i warzywami () 200 g (SEL.) Surówka z selera i marchwi () 100 g (MLE, SEL.) Cukinia pieczona z olejem * 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Ziemniaczana (bez mleka) () 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Risotto z mięsem wieprzowym i warzywami () 150 g (SEL.) Surówka z selera i marchwi () 100 g (MLE, SEL.) Cukinia pieczona 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 (GLU PSZ, SOJ, MLE.)	
	PD	Maślanka truskawkowa 150 ml (MLE.) Herbatniki 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 Szynka zielonogórska- wp. parzona 20 g (SOJ.) Sałata zielona 20 g				
	Kolejca	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Makaron z serem 300 g (GLU PSZ, MLE.) Sos jogurtowy naturalny 80 g (MLE.) Mus z jabłek () z/c 100 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynka Delikatesowa z kurczaka produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 50 g Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Chleb bezglutenowy 120 g Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynka Delikatesowa z kurczaka produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 30 g Miód (25g) 2 szt Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Chleb bezglutenowy 120 g Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynka Delikatesowa z kurczaka produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 20 g Miód (25g) 2 szt Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g	Kleik ryżowy na wodzie 200 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Suchary b/c 30 g (GLU PSZ, SOJ, MLE.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	
	PN	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.)		Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	
		Wartość energetyczna: 2934.35 kcal; Białko ogółem: 114.38 g; Tłuszcz: 72.49 g; Kw. tł. nasy.: 27.43 g; Węglowodany ogółem: 469.12 g; W tym cukry: 106.43 g; Błonnik pok.: 30.02 g; Sól: 6.83 g; WW: 43.91 Por; : 15.59 %; : 59.86 %; Ener. z T: 22.23 %; Ener. z Bł.: 2.05 %; K: 3958.40 mg;	Wartość energetyczna: 2340.73 kcal; Białko ogółem: 90.66 g; Tłuszcz: 65.66 g; Kw. tł. nasy.: 14.33 g; Węglowodany ogółem: 361.61 g; W tym cukry: 73.37 g; Błonnik pok.: 29.22 g; Sól: 9.61 g; WW: 33.23 Por; : 15.49 %; : 56.80 %; Ener. z T: 25.25 %; Ener. z Bł.: 2.50 %; K: 3433.11 mg;	Wartość energetyczna: 2420.93 kcal; Białko ogółem: 47.09 g; Tłuszcz: 70.10 g; Kw. tł. nasy.: 26.34 g; Węglowodany ogółem: 409.62 g; W tym cukry: 103.63 g; Błonnik pok.: 20.31 g; Sól: 3.16 g; WW: 39.16 Por; : 7.78 %; : 64.32 %; Ener. z T: 26.06 %; Ener. z Bł.: 1.68 %; K: 3201.52 mg;	Wartość energetyczna: 2176.72 kcal; Białko ogółem: 38.88 g; Tłuszcz: 60.53 g; Kw. tł. nasy.: 21.39 g; Węglowodany ogółem: 376.85 g; W tym cukry: 83.12 g; Błonnik pok.: 19.54 g; Sól: 2.70 g; WW: 35.87 Por; : 7.14 %; : 65.66 %; Ener. z T: 25.03 %; Ener. z Bł.: 1.80 %; K: 3092.12 mg;	Wartość energetyczna: 887.22 kcal; Białko ogółem: 19.66 g; Tłuszcz: 7.47 g; Kw. tł. nasy.: 0.18 g; Węglowodany ogółem: 184.88 g; W tym cukry: 34.15 g; Błonnik pok.: 2.73 g; Sól: 0.19 g; WW: 18.29 Por; : 8.86 %; : 82.12 %; Ener. z T: 7.57 %; Ener. z Bł.: 0.62 %; K: 127.46 mg;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-04-01 do dnia 2024-04-07 KUCHNIA SIEDLCE

	SIE- Bogatobiałkowa	SIE- Bogatobiałkowa bezmleczna	SIE- Niskobiałkowa do 50 g białka	SIE- Niskobiałkowa do 30 g białka	SIE- Kleikowa	
2024-04-05 piątek	Śniadanie	<p>Platki pszenne na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE.) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Twarożek 80 g (MLE.) Dżem 25 g 1 szt Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g</p>	<p>Platki pszenne 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 ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szyńka zielonogórska- wp. parzona 75 g (SOJ.) Dżem 25 g 1 szt Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g</p>	<p>Kawa zbożowa z/c 250 ml (GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Chleb bezglutenowy 120 g Masło extra 82% 15 g (MLE.) Twarożek 25 g (MLE.) Dżem 25 g 1 szt Sałata zielona 20 g Jabłko pieczone 1szt. 1 szt</p>	<p>Kawa zbożowa z/c 250 ml (GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Chleb bezglutenowy 120 g Masło extra 82% 15 g (MLE.) Dżem 25 g 2 szt Sałata zielona 20 g Jabłko pieczone 1szt. 1 szt</p>	<p>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</p>
	II ŚN	<p>Pomarańcza 1/2 szt. 1 Por Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE.)</p>	<p>Pomarańcza 1/2 szt. 1 Por</p>			
	Obiad	<p>Dyniowa z makaronem () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane () 180 g Łosoś pieczony 120 g (RYB.) Sos cytrynowy 80 ml (GLU PSZ, MLE.) Szpinak gotowany z olejem* 200 g (GLU PSZ.) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml</p>	<p>Dyniowa z makaronem (bez mleka) () 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki gotowane () 180 g Łosoś pieczony 120 g (RYB.) Sos cytrynowy (bez mleka) 80 ml (GLU PSZ.) Szpinak gotowany z olejem* 200 g (GLU PSZ.) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml</p>	<p>Dyniowa z makaronem () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane () 180 g Łosoś pieczony 50 g (RYB.) Sos cytrynowy 80 ml (GLU PSZ, MLE.) Szpinak gotowany z olejem* 200 g (GLU PSZ.) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml</p>	<p>Dyniowa z makaronem () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane () 180 g Łosoś pieczony 40 g (RYB.) Sos cytrynowy 80 ml (GLU PSZ, MLE.) Szpinak gotowany z olejem* 200 g (GLU PSZ.) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml</p>	<p>Kleik ryżowy na wodzie 300 g Herbata czarna ekspresowa z/c 500 ml Suchary b/c 30 g (GLU PSZ, SOJ, MLE.)</p>
	PD	<p>Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (MLE.)</p>	<p>Galaretka o smaku truskawkowym 200 g</p>			
	Kolacja	<p>Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 80 g (JAJ, MLE.) Ser mozzarella kulki 35 g (MLE.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g</p>	<p>Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany 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 Sałata zielona 20 g</p>	<p>Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Chleb bezglutenowy 120 g Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 80 g (JAJ, MLE.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g</p>	<p>Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Chleb bezglutenowy 120 g Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 50 g (JAJ, MLE.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g</p>	<p>Kleik ryżowy na wodzie 200 g Suchary b/c 30 g (GLU PSZ, SOJ, MLE.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt</p>
PN	<p>Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 30 g</p>		<p>Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 30 g Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt</p>		<p>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt</p>	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-04-01 do dnia 2024-04-07 KUCHNIA SIEDLCE

	SIE- Bogatobiałkowa	SIE- Bogatobiałkowa bezmleczna	SIE- Niskobiałkowa do 50 g białka	SIE- Niskobiałkowa do 30 g białka	SIE- Kleikowa	
2024-04-05 piątek	Wartość energetyczna: 2683.58 kcal; Białko ogółem: 124.13 g; Tłuszcz: 69.24 g; Kw. tł. nasy.: 30.29 g; Węglowodany ogółem: 402.53 g; W tym cukry: 117.96 g; Błonnik pok.: 26.41 g; Sól: 7.14 g; WW: 37.74 Por; : 18.50 %; : 56.06 %; Ener. z T: 23.22 %; Ener. z Bł.: 1.97 %; K: 4787.09 mg;	Wartość energetyczna: 2376.43 kcal; Białko ogółem: 98.13 g; Tłuszcz: 50.63 g; Kw. tł. nasy.: 11.47 g; Węglowodany ogółem: 393.19 g; W tym cukry: 81.43 g; Błonnik pok.: 26.27 g; Sól: 7.54 g; WW: 36.72 Por; : 16.52 %; : 61.76 %; Ener. z T: 19.17 %; Ener. z Bł.: 2.21 %; K: 3708.35 mg;	Wartość energetyczna: 1991.84 kcal; Białko ogółem: 50.34 g; Tłuszcz: 55.80 g; Kw. tł. nasy.: 18.48 g; Węglowodany ogółem: 325.81 g; W tym cukry: 80.20 g; Błonnik pok.: 16.33 g; Sól: 2.10 g; WW: 31.00 Por; : 10.11 %; : 62.15 %; Ener. z T: 25.21 %; Ener. z Bł.: 1.64 %; K: 2888.62 mg;	Wartość energetyczna: 1941.22 kcal; Białko ogółem: 39.80 g; Tłuszcz: 51.20 g; Kw. tł. nasy.: 16.77 g; Węglowodany ogółem: 334.69 g; W tym cukry: 88.53 g; Błonnik pok.: 16.32 g; Sól: 1.89 g; WW: 31.95 Por; : 8.20 %; : 65.60 %; Ener. z T: 23.74 %; Ener. z Bł.: 1.68 %; K: 2751.05 mg;	Wartość energetyczna: 887.22 kcal; Białko ogółem: 19.86 g; Tłuszcz: 7.47 g; Kw. tł. nasy.: 0.18 g; Węglowodany ogółem: 184.88 g; W tym cukry: 34.15 g; Błonnik pok.: 2.73 g; Sól: 0.25 g; WW: 18.29 Por; : 8.95 %; : 82.12 %; Ener. z T: 7.57 %; Ener. z Bł.: 0.62 %; K: 159.20 mg;	
2024-04-06 sobota	Śniadanie	Ryż na mleku 300 ml (MLE,) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ,) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Szynka z piersią kurczaka-wędl.z drob.gr.rozd.parzo.w osł.niejadalnej 50 g (SOJ,) Miód (25g) 1 szt Pomidorki koktajlowe 80 g Mix sałat 20 g	Kasza kukurydziana na wodzie 300 ml Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ,) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynka z piersią kurczaka-wędl.z drob.gr.rozd.parzo.w osł.niejadalnej 75 g (SOJ,) Miód (25g) 1 szt Pomidor koktajlowy 80 g Mix sałat 20 g	Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 120 g Masło extra 82% 15 g (MLE,) Szynka z piersią kurczaka-wędl.z drob.gr.rozd.parzo.w osł.niejadalnej 30 g (SOJ,) Miód (25g) 1 szt Pomidor 80 g Mix sałat 20 g Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Masło extra 82% 15 g (MLE,) Chleb bezglutenowy 120 g Szynka z piersią kurczaka-wędl.z drob.gr.rozd.parzo.w osł.niejadalnej 20 g (SOJ,) Miód (25g) 1 szt Pomidor 80 g Mix sałat 20 g Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Kleik ryżowy na wodzie 200 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Suchary b/c 30 g (GLU PSZ, SOJ, MLE,)
II ŚN	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Koktajl bananowy 200 ml (MLE,)	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt				
Obiad	Selerowa z ziemniakami - dieta () 300 ml (MLE, SEL,) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (GLU JECZ,) Gulasz wołowy 150 g (GLU PSZ,) Buraczki gotowane () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Selerowa z ziemniakami (bez mleka) () 300 ml (SEL,) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (GLU JECZ,) Gulasz wołowy 150 g (GLU PSZ,) Buraczki gotowane () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Selerowa z ziemniakami - dieta () 300 ml (MLE, SEL,) Ryż na sypko 180 g Gulasz wołowy 80 g (GLU PSZ,) Buraczki gotowane () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Selerowa z ziemniakami - dieta () 300 ml (MLE, SEL,) Gulasz wołowy 60 g (GLU PSZ,) Ryż na sypko 180 g Buraczki gotowane () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Herbata czarna ekspresowa z/c 500 ml Suchary b/c 30 g (GLU PSZ, SOJ, MLE,)	
PD	Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE,)	Kisiel o smaku cytrynowym z/c 200 ml				

Jadłospisy za okres od dnia 2024-04-01 do dnia 2024-04-07 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- Bogatobiałkowa	SIE- Bogatobiałkowa bezmleczna	SIE- Niskobiałkowa do 50 g białka	SIE- Niskobiałkowa do 30 g białka	SIE- Kleikowa
2024-04-06 sobota	Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g Serek wiejski lekki 3% tł 150g 1 szt (MLE.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 75 g Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 120 g Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 30 g Miód (25g) 2 szt Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 120 g Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 30 g Miód (25g) 2 szt Pomidor 80 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Sałata zielona 20 g	Kleik ryżowy na wodzie 200 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Suchary b/c 30 g (GLU PSZ, SOJ, MLE.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PN	Ciasto drożdżowe 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, S02.)	Sok pomarańczowy 0,2L-kartonik 1 szt	Ciasto drożdżowe 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, S02.)		Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
			Wartość energetyczna: 2602.21 kcal; Białko ogółem: 113.35 g; Tłuszcz: 62.53 g; Kw. tł. nasy.: 23.47 g; Węglowodany ogółem: 420.87 g; W tym cukry: 104.27 g; Błonnik pok.: 31.27 g; Sól: 9.22 g; WW: 39.09 Por.; : 17.42 %; : 59.89 %; Ener. z T: 21.63 %; Ener. z Bł.: 2.40 %; K: 4356.56 mg;	Wartość energetyczna: 2219.66 kcal; Białko ogółem: 85.36 g; Tłuszcz: 43.39 g; Kw. tł. nasy.: 10.45 g; Węglowodany ogółem: 400.34 g; W tym cukry: 114.01 g; Błonnik pok.: 29.33 g; Sól: 9.47 g; WW: 37.14 Por.; : 15.38 %; : 66.86 %; Ener. z T: 17.59 %; Ener. z Bł.: 2.64 %; K: 3400.66 mg;	Wartość energetyczna: 2154.23 kcal; Białko ogółem: 47.51 g; Tłuszcz: 54.11 g; Kw. tł. nasy.: 17.81 g; Węglowodany ogółem: 381.49 g; W tym cukry: 63.60 g; Błonnik pok.: 20.82 g; Sól: 3.54 g; WW: 36.12 Por.; : 8.82 %; : 66.97 %; Ener. z T: 22.61 %; Ener. z Bł.: 1.93 %; K: 2983.30 mg;	Wartość energetyczna: 2117.19 kcal; Białko ogółem: 42.71 g; Tłuszcz: 51.77 g; Kw. tł. nasy.: 17.31 g; Węglowodany ogółem: 380.12 g; W tym cukry: 63.52 g; Błonnik pok.: 20.76 g; Sól: 3.25 g; WW: 35.99 Por.; : 8.07 %; : 67.89 %; Ener. z T: 22.01 %; Ener. z Bł.: 1.96 %; K: 2920.22 mg;
2024-04-07 niedziela	Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Twarożek z koperkiem 80 g (MLE.) Baton szynkowy z kurcząt 25 g (może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Płatki owsiane na wodzie 300 ml (GLU OW.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynka z piersią indyczą-wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadanej 75 g (SOJ, SEL.) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 120 g Masło extra 82% 15 g (MLE.) Baton szynkowy z kurcząt 50 g (może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Banan 150 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 120 g Masło extra 82% 15 g (MLE.) Dżem 25 g 2 szt Baton szynkowy z kurcząt 25 g (może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Banan 150 g	Kleik ryżowy na wodzie 200 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Suchary b/c 30 g (GLU PSZ, SOJ, MLE.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml
	II ŚN	Banan 150 g Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.)	Banan 150 g			

Jadłospisy za okres od dnia 2024-04-01 do dnia 2024-04-07 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- Bogatobiałkowa	SIE- Bogatobiałkowa bezmleczna	SIE- Niskobiałkowa do 50 g białka	SIE- Niskobiałkowa do 30 g białka	SIE- Kleikowa	
2024-04-07 niedziela	Obiad	Rosół z makaronem () 300 ml (GLU PSZ. SEL.) Ziemniaki gotowane () 180 g udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 130 g Brokuł gotowany* 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml		Ryżowa () 300 ml (MLE. SEL.) Ziemniaki gotowane () 180 g udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 50 g Brokuł gotowany* 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Ryżowa () 300 ml (MLE. SEL.) udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 50 g Ziemniaki gotowane () 180 g Brokuł gotowany* 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Herbata czarna granulowana z/c 500 ml Suchary b/c 30 g (GLU PSZ. SOJ. MLE.)	
	PD	Budyń o smaku waniliowym z/c 200 ml (MLE.)	Galaretka o smaku cytrynowym z owocami 200 g				
	Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ. GLU ZYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Dżem 25 g 1 szt Szynka zielonogórska- wp. parzona 50 g (SOJ.) Pomidor 80 g Rukola 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ. GLU ZYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Dżem 25 g 1 szt Szynka zielonogórska- wp. parzona 50 g (SOJ.) Pomidor 80 g Rukola 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb bezglutenowy 120 g Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynka zielonogórska- wp. parzona 50 g (SOJ.) Pomidor 80 g Rukola 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Chleb bezglutenowy 120 g Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynka zielonogórska- wp. parzona 20 g (SOJ.) Pomidor 80 g Rukola 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Kleik ryżowy na wodzie 200 g Suchary b/c 30 g (GLU PSZ. SOJ. MLE.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	
	PN	Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt					Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
		Wartość energetyczna: 2631.79 kcal; Białko ogółem: 122.03 g; Tłuszcz: 67.55 g; Kw. tł. nasy.: 28.94 g; Węglowodany ogółem: 397.23 g; W tym cukry: 141.39 g; Błonnik pok.: 25.71 g; Sól: 7.91 g; WW: 37.29 Por; : 18.55 %; : 56.47 %; Ener. z T: 23.10 %; Ener. z Bł.: 1.95 %; K: 5151.43 mg;	Wartość energetyczna: 2275.88 kcal; Białko ogółem: 95.77 g; Tłuszcz: 51.00 g; Kw. tł. nasy.: 14.17 g; Węglowodany ogółem: 371.87 g; W tym cukry: 94.71 g; Błonnik pok.: 26.10 g; Sól: 8.21 g; WW: 34.70 Por; : 16.83 %; : 60.77 %; Ener. z T: 20.17 %; Ener. z Bł.: 2.29 %; K: 4161.24 mg;	Wartość energetyczna: 1808.84 kcal; Białko ogółem: 46.84 g; Tłuszcz: 55.04 g; Kw. tł. nasy.: 19.89 g; Węglowodany ogółem: 287.70 g; W tym cukry: 75.88 g; Błonnik pok.: 17.21 g; Sól: 4.02 g; WW: 27.13 Por; : 10.36 %; : 59.82 %; Ener. z T: 27.38 %; Ener. z Bł.: 1.90 %; K: 3484.71 mg;	Wartość energetyczna: 1853.63 kcal; Białko ogółem: 39.06 g; Tłuszcz: 51.53 g; Kw. tł. nasy.: 19.52 g; Węglowodany ogółem: 315.84 g; W tym cukry: 103.36 g; Błonnik pok.: 17.21 g; Sól: 2.85 g; WW: 30.04 Por; : 8.43 %; : 64.44 %; Ener. z T: 25.02 %; Ener. z Bł.: 1.86 %; K: 3484.88 mg;	Wartość energetyczna: 887.22 kcal; Białko ogółem: 19.66 g; Tłuszcz: 7.47 g; Kw. tł. nasy.: 0.18 g; Węglowodany ogółem: 184.88 g; W tym cukry: 34.15 g; Błonnik pok.: 2.73 g; Sól: 0.19 g; WW: 18.29 Por; : 8.86 %; : 82.12 %; Ener. z T: 7.57 %; Ener. z Bł.: 0.62 %; K: 127.46 mg;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-04-01 do dnia 2024-04-07 KUCHNIA SIEDLCE

	SIE- Kleikowa rozszerzona	SIE- Dzieci 1-3 lat Podstawowa	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż podstawa	SIE- Bogatoresztkowa	SIE- Bezglutenowa	
2024-04-01 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 jęczmienne na mleku 250 ml (MLE, GLU JĘCZ.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 5 g (MLE) Szynka z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i białek mleka, wędzona, parzona 25 g (SOJ, MLE, GLU OW) Ser mozzarella kulki 25 g (MLE) Pomidor b/skórki 80 g Mix sałat 20 g	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (MLE, GLU JĘCZ.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Szynka z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i białek mleka, wędzona, parzona 50 g (SOJ, MLE, GLU OW) Ser mozzarella kulki 25 g (MLE) Pomidor b/skórki 80 g Mix sałat 20 g	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (MLE, GLU JĘCZ.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Szynka z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i białek mleka, wędzona, parzona 50 g (SOJ, MLE, GLU OW) Ser mozzarella kulki 25 g (MLE) Pomidor 80 g Mix sałat 20 g	Ryż na mleku 300 ml (MLE) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 120 g Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Ser mozzarella kulki 25 g (MLE) Pomidor 80 g Mix sałat 20 g Kiwi 1 szt 1 szt
	II ŚN	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Suchary b/c 15 g (GLU PSZ, SOJ, MLE) Kleik ryżowy na wodzie 200 g	Kiwi 1 szt 1 szt			
	Obiad	Ryżowa (bez mleka) () 300 ml (SEL) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Rosół z makaronem () 250 ml (GLU PSZ, SEL) udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 100 g Ziemniaki gotowane () 90 g Brokuł gotowany* 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Rosół z makaronem () 300 ml (GLU PSZ, SEL) udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 130 g Ziemniaki gotowane () 180 g Surówka Colesław () 100 g (JAJ, MLE, GOR) Brokuł gotowany* 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Rosół z makaronem (bez glutenu) () 300 ml (SEL) udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 130 g Ziemniaki gotowane () 180 g Surówka Colesław () 100 g (JAJ, MLE, GOR) Brokuł gotowany* 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	
	PD	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Suchary b/c 15 g (GLU PSZ, SOJ, MLE) Kleik ryżowy na wodzie 200 g	Podplomyki b/c 20 g (GLU PSZ, MLE) Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (MLE)			
Kolacja	Kleik ryżowy na wodzie 200 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Suchary b/c 30 g (GLU PSZ, SOJ, MLE) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 5 g (MLE) Pasta z twarogu i ryby got.(miruna) z koperkiem 40 g (RYB, MLE) Schab Benedykta wp parzony z dodatkiem wody 25 g (GLU PSZ, SOJ, SEL, może zawierać: JAJ, OZI, MLE, GOR, SEZ) Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE)	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Pasta z twarogu i ryby got.(miruna) z koperkiem 80 g (RYB, MLE) Schab Benedykta wp parzony z dodatkiem wody 25 g (GLU PSZ, SOJ, SEL, może zawierać: JAJ, OZI, MLE, GOR, SEZ) Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE)	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Pasta z twarogu i makreli wędzonej** 80 g (RYB, MLE) Schab Benedykta wp parzony z dodatkiem wody 25 g (GLU PSZ, SOJ, SEL, może zawierać: JAJ, OZI, MLE, GOR, SEZ) Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE)	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 120 g Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Pasta z twarogu i makreli wędzonej** 80 g (RYB, MLE) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 25 g Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE)	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-04-01 do dnia 2024-04-07 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- Kleikowa rozszerzona	SIE- Dzieci 1-3 lat Podstawowa	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż podstawa	SIE- Bogatoresztkowa	SIE- Bezglutenowa
2024-04-01 poniedziałek	PN	Wafle ryżowe 30 g Dżem 25 g 1 szt				
		Wartość energetyczna: 1065.96 kcal; Białko ogółem: 22.96 g; Tłuszcz: 7.83 g; Kw. tł. nasy.: 0.25 g; Węglowodany ogółem: 226.66 g; W tym cukry: 44.09 g; Błonnik pok.: 4.91 g; Sól: 0.67 g; WW: 22.27 Por.; : 8.61 %; : 83.21 %; Ener. z T: 6.61 %; Ener. z Bł.: 0.92 %; K: 286.12 mg;	Wartość energetyczna: 1738.79 kcal; Białko ogółem: 93.53 g; Tłuszcz: 47.90 g; Kw. tł. nasy.: 21.53 g; Węglowodany ogółem: 240.79 g; W tym cukry: 71.65 g; Błonnik pok.: 16.86 g; Sól: 4.85 g; WW: 22.61 Por.; : 21.52 %; : 51.51 %; Ener. z T: 24.79 %; Ener. z Bł.: 1.94 %; K: 3313.04 mg;	Wartość energetyczna: 2579.68 kcal; Białko ogółem: 129.95 g; Tłuszcz: 70.31 g; Kw. tł. nasy.: 31.15 g; Węglowodany ogółem: 368.80 g; W tym cukry: 83.82 g; Błonnik pok.: 27.31 g; Sól: 8.70 g; WW: 34.41 Por.; : 20.15 %; : 52.95 %; Ener. z T: 24.53 %; Ener. z Bł.: 2.12 %; K: 4513.84 mg;	Wartość energetyczna: 2506.96 kcal; Białko ogółem: 124.62 g; Tłuszcz: 73.72 g; Kw. tł. nasy.: 31.57 g; Węglowodany ogółem: 355.33 g; W tym cukry: 86.65 g; Błonnik pok.: 41.09 g; Sól: 8.51 g; WW: 31.73 Por.; : 19.88 %; : 50.14 %; Ener. z T: 26.46 %; Ener. z Bł.: 3.28 %; K: 5081.36 mg;	Wartość energetyczna: 2398.17 kcal; Białko ogółem: 101.08 g; Tłuszcz: 77.99 g; Kw. tł. nasy.: 28.99 g; Węglowodany ogółem: 328.35 g; W tym cukry: 74.48 g; Błonnik pok.: 19.05 g; Sól: 5.58 g; WW: 31.13 Por.; : 16.86 %; : 51.59 %; Ener. z T: 29.27 %; Ener. z Bł.: 1.59 %; K: 4048.25 mg;
2024-04-02 wtorek	Śniadanie	Kleik ryżowy na wodzie 200 g Suchary b/c 30 g (GLU PSZ, SOJ, MLE,) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Kasza kukurydziana na mleku 250 ml (MLE,) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 25 g (może zawierać: MLE, GOR,) Twaróg półtłusty 80 g (MLE,) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE,) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ,) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Twaróg półtłusty 80 g (MLE,) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 25 g (może zawierać: MLE, GOR,) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE,) Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Twaróg półtłusty 80 g (MLE,) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 25 g (może zawierać: MLE, GOR,) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE,) Wafle ryżowe 60 g Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Twaróg półtłusty 80 g (MLE,) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 25 g (może zawierać: MLE, GOR,) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Jabłko 1 szt 1 szt Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml
	II ŚN	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Suchary b/c 15 g (GLU PSZ, SOJ, MLE,) Kleik ryżowy na wodzie 200 g	Jabłko 1 szt 1 szt			
	Obiad	Ryżowa (bez mleka) () 300 ml (SEL,) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Solferino () 250 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Kopytka ziemniaczane () 200 g (GLU PSZ, JAJ,) Sos szpinakowy* 80 ml (GLU PSZ,) Surówka z marchwi z olejem () 50 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 50 g (SEL,) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Solferino () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Kopytka ziemniaczane () 300 g (GLU PSZ, JAJ,) Sos szpinakowy* 80 ml (GLU PSZ,) Surówka z marchwi z olejem () 100 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (SEL,) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Solferino () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Makaron pełnoziarnisty ze szpinakiem i serem białym 300 g (GLU PSZ, MLE,) Surówka z marchwi z olejem () 100 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (SEL,) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Sos szpinakowy* 80 ml (GLU PSZ,)	Solferino (bez glutenu) () 300 ml (MLE, SEL,) Makaron bezglutenowy ze szpinakiem i twarogiem* 300 g (MLE,) Surówka z marchwi z olejem () 100 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (SEL,) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Suchary b/c 15 g (GLU PSZ, SOJ, MLE,) Kleik ryżowy na wodzie 200 g	Jogurt brzoskwinowy 150g 1 szt (MLE,) Biszkopty 30 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JĘCZ,)			

Jadłospisy za okres od dnia 2024-04-01 do dnia 2024-04-07 KUCHNIA SIEDLCE

	SIE- Kleikowa rozszerzona	SIE- Dzieci 1-3 lat Podstawowa	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż podstawa	SIE- Bogatoresztkowa	SIE- Bezglutenowa	
2024-04-02 wtorek	Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Kleik ryżowy na wodzie 200 g Suchary b/c 30 g (GLU PSZ, SOJ, MLE) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Ryż z jabłkiem prażonym i cynamonem 200 g Sos jogurtowy naturalny 100 g (MLE) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Ryż z jabłkiem prażonym i cynamonem 300 g Sos jogurtowy naturalny 100 g (MLE) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (GLU PSZ, GLU ZYT) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Galaretki drobiowa z udźca kurczaka () 200 g (SEL) Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 120 g Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Galaretki drobiowa z udźca kurczaka () 200 g (SEL) Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PN	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt			
	Wartość energetyczna: 1065.96 kcal; Białko ogółem: 22.96 g; Tłuszcz: 7.83 g; Kw. tł. nasy.: 0.25 g; Węglowodany ogółem: 226.66 g; W tym cukry: 44.09 g; Błonnik pok.: 4.91 g; Sól: 0.67 g; WW: 22.27 Por; : 8.61 %; : 83.21 %; Ener. z T: 6.61 %; Ener. z Bł.: 0.92 %; K: 286.12 mg;	Wartość energetyczna: 1844.56 kcal; Białko ogółem: 64.55 g; Tłuszcz: 38.30 g; Kw. tł. nasy.: 14.62 g; Węglowodany ogółem: 329.79 g; W tym cukry: 116.57 g; Błonnik pok.: 20.42 g; Sól: 3.51 g; WW: 31.10 Por; : 14.00 %; : 67.09 %; Ener. z T: 18.69 %; Ener. z Bł.: 2.21 %; K: 3732.29 mg;	Wartość energetyczna: 2475.76 kcal; Białko ogółem: 80.19 g; Tłuszcz: 48.05 g; Kw. tł. nasy.: 16.08 g; Węglowodany ogółem: 456.17 g; W tym cukry: 135.95 g; Błonnik pok.: 30.76 g; Sól: 5.52 g; WW: 42.71 Por; : 12.96 %; : 68.73 %; Ener. z T: 17.47 %; Ener. z Bł.: 2.48 %; K: 4860.12 mg;	Wartość energetyczna: 2304.84 kcal; Białko ogółem: 94.78 g; Tłuszcz: 57.47 g; Kw. tł. nasy.: 22.24 g; Węglowodany ogółem: 376.92 g; W tym cukry: 111.89 g; Błonnik pok.: 48.69 g; Sól: 8.09 g; WW: 33.02 Por; : 16.45 %; : 56.96 %; Ener. z T: 22.44 %; Ener. z Bł.: 4.23 %; K: 4466.48 mg;	Wartość energetyczna: 2126.03 kcal; Białko ogółem: 75.47 g; Tłuszcz: 62.30 g; Kw. tł. nasy.: 20.76 g; Węglowodany ogółem: 325.31 g; W tym cukry: 89.73 g; Błonnik pok.: 26.86 g; Sól: 4.88 g; WW: 29.90 Por; : 14.20 %; : 56.15 %; Ener. z T: 26.37 %; Ener. z Bł.: 2.53 %; K: 3306.84 mg;	
2024-04-03 środa	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 czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Ser żółty 25 g (MLE) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 25 g (SOJ) Pomidor 80 g Mix sałat 20 g	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ZYT) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Ser żółty 25 g (MLE) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 25 g (SOJ) Pomidor 80 g Mix sałat 20 g	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (GLU PSZ, GLU ZYT) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Ser żółty 25 g (MLE) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (SOJ) Rzepa biała 80 g Mix sałat 20 g	Kasza jaglana na mleku 300 ml (MLE) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 120 g Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Szynka zielonogórska- wp. parzona 25 g (SOJ) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (SOJ) Rzepa biała 80 g Mix sałat 20 g Gruszka 1szt. 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	Gruszka 1szt. 150 g			
	Obiad	Ryżowa (bez mleka) () 300 ml (SEL) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Grycikowa () 250 ml (GLU PSZ, SEL) Ziemniaki gotowane () 90 g Zrazik drobiowy z udźca pieczony mielony 50 g (GLU PSZ, JAJ) Buraczki gotowane () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Grycikowa () 300 ml (GLU PSZ, SEL) Ziemniaki gotowane () 180 g Zrazik drobiowy z udźca pieczony mielony 100 g (GLU PSZ, JAJ) Buraczki gotowane () 100 g Sałatka szwedzka () 100 g (GOR) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Grycikowa () 300 ml (GLU PSZ, SEL) Ziemniaki gotowane () 180 g Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 100 g (GLU PSZ, JAJ) Sos jarzynowy () 80 ml (GLU PSZ, SEL) Sałatka szwedzka () 100 g (GOR) Buraczki gotowane () 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ryżowa () 300 ml (MLE, SEL) Ziemniaki gotowane () 180 g Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony (bez glutenu) 100 g (JAJ) Sos jarzynowy (bez glutenu) () 80 ml (SEL) Sałatka szwedzka () 100 g (GOR) Buraczki gotowane () 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt

Jadłospisy za okres od dnia 2024-04-01 do dnia 2024-04-07 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- Kleikowa rozszerzona	SIE- Dzieci 1-3 lat Podstawowa	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż podstawa	SIE- Bogatoresztkowa	SIE- Bezglutenowa	
2024-04-03 środa	PD	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Suchary b/c 15 g (GLU PSZ, SOJ, MLE,) Kleik ryżowy na wodzie 200 g	Budyń o smaku waniliowym z/c 200 ml (MLE,)				
	Kolacja	Kleik ryżowy na wodzie 200 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Suchary b/c 30 g (GLU PSZ, SOJ, MLE,) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Baton szynkowy z kurcząt 25 g (może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR,) Paszтет z soczewicy () 30 g (GLU PSZ, JAJ,) Pomidorki koktajlowe 80 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ,) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Paszтет z soczewicy () 60 g (GLU PSZ, JAJ,) Baton szynkowy z kurcząt 25 g (może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR,) Pomidorki koktajlowe 80 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Chleb razowy pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Paszтет z soczewicy () 60 g (GLU PSZ, JAJ,) Baton szynkowy z kurcząt 25 g (może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR,) Pomidorki koktajlowe 80 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Chleb bezglutenowy 120 g Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Miód (25g) 1 szt Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ,) Pomidorki koktajlowe 80 g Sałata zielona 20 g	
2024-04-04 czwartek	PN	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Mleko Smakowe UHT 1,5% tł 0,2l 1 szt (MLE,) Biszkopty 30 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JĘCZ,)				Mleko Smakowe UHT 1,5% tł 0,2l 1 szt (MLE,) Waffle ryżowe 30 g
	Śniadanie	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 %; : 83.21 %; Ener. z T: 6.61 %; Ener. z Bł.: 0.92 %; K: 270.25 mg;	Wartość energetyczna: 1940.00 kcal; Białko ogółem: 76.17 g; Tłuszcz: 60.04 g; Kw. tł. nasy.: 25.66 g; Węglowodany ogółem: 291.60 g; W tym cukry: 104.69 g; Błonnik pok.: 20.58 g; Sól: 4.96 g; WW: 27.07 Por.; : 15.70 %; : 55.88 %; Ener. z T: 27.85 %; Ener. z Bł.: 2.12 %; K: 3524.35 mg;	Wartość energetyczna: 2694.38 kcal; Białko ogółem: 103.50 g; Tłuszcz: 78.61 g; Kw. tł. nasy.: 28.55 g; Węglowodany ogółem: 414.44 g; W tym cukry: 101.82 g; Błonnik pok.: 28.56 g; Sól: 9.13 g; WW: 38.58 Por.; : 15.37 %; : 57.29 %; Ener. z T: 26.26 %; Ener. z Bł.: 2.12 %; K: 4310.08 mg;	Wartość energetyczna: 2556.95 kcal; Białko ogółem: 108.64 g; Tłuszcz: 67.26 g; Kw. tł. nasy.: 27.80 g; Węglowodany ogółem: 406.32 g; W tym cukry: 97.54 g; Błonnik pok.: 39.23 g; Sól: 10.05 g; WW: 36.75 Por.; : 16.99 %; : 57.43 %; Ener. z T: 23.68 %; Ener. z Bł.: 3.07 %; K: 4775.16 mg;	Wartość energetyczna: 2248.10 kcal; Białko ogółem: 81.49 g; Tłuszcz: 56.40 g; Kw. tł. nasy.: 20.86 g; Węglowodany ogółem: 360.00 g; W tym cukry: 68.75 g; Błonnik pok.: 21.14 g; Sól: 5.79 g; WW: 33.86 Por.; : 14.50 %; : 60.29 %; Ener. z T: 22.58 %; Ener. z Bł.: 1.88 %; K: 3819.83 mg;	
		Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Kleik ryżowy na wodzie 200 g Suchary b/c 30 g (GLU PSZ, SOJ, MLE,)	Zacierka na mleku 250 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE,) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (GLU PSZ, SOJ, MLE,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 25 g Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt (MLE,) Papryka świeża 80 g Roszponka 20 g	Zacierka na mleku 300 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE,) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (GLU PSZ, SOJ, MLE,) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt (MLE,) Papryka świeża 80 g Roszponka 20 g	Zacierka na mleku 300 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE,) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Bułka graham-pszenna 60g 1 szt (GLU PSZ,) Chleb razowy żytnio-pszenny 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt (MLE,) Papryka świeża 80 g Roszponka 20 g	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE,) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 120 g Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt (MLE,) Papryka świeża 80 g Roszponka 20 g Melon 100 g	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-04-01 do dnia 2024-04-07 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- Kleikowa rozszerzona	SIE- Dzieci 1-3 lat Podstawowa	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż podstawa	SIE- Bogatoresztkowa	SIE- Bezglutenowa	
2024-04-04 czwartek	II ŚN	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Suchary b/c 15 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u>) Kleik ryżowy na wodzie 200 g	Melon 100 g				
	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>) Gołąbki z ryżem i wieprzowiną 150 g (<u>JAJ</u>) Sos pomidorowy 80 ml (<u>GLU PSZ</u>) Ziemniaki gotowane () 180 g Surówka z selera i marchwi () 50 g (<u>MLE, SEL</u>) Cukinia pieczona z olejem * 50 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>) Gołąbki z ryżem i wieprzowiną 300 g (<u>JAJ</u>) Sos pomidorowy 80 ml (<u>GLU PSZ</u>) Ziemniaki gotowane () 180 g Surówka z selera i marchwi () 100 g (<u>MLE, SEL</u>) Cukinia pieczona 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>) Gołąbki z ryżem i wieprzowiną 250 g (<u>JAJ</u>) Sos pomidorowy 80 ml (<u>GLU PSZ</u>) Ziemniaki gotowane () 180 g Surówka z selera i marchwi () 100 g (<u>MLE, SEL</u>) Cukinia pieczona z olejem * 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Ziemniaczana (bez glutenu) () 300 ml (<u>MLE, SEL</u>) Ryż na sypko 180 g Pulpet drobiowy (bez glutenu) 100 g (<u>JAJ</u>) Sos pomidorowy (bez glutenu) 80 ml Cukinia pieczona z olejem * 100 g Surówka z selera i marchwi () 100 g (<u>MLE, SEL</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	
	PD	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Suchary b/c 15 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u>) Kleik ryżowy na wodzie 200 g	Maślanka truskawkowa 100 ml (<u>MLE</u>) Herbatniki 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u>)	Maślanka truskawkowa 150 ml (<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>) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Makaron z serem 200 g (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Sos jogurtowy naturalny 80 g (<u>MLE</u>) Mus z jabłek () z/c 100 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Makaron z serem 300 g (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Sos jogurtowy naturalny 80 g (<u>MLE</u>) Mus z jabłek () z/c 100 g		Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Makaron bezglutenowy z serem 300 g (<u>MLE</u>) Sos jogurtowy naturalny 80 g (<u>MLE</u>) Mus z jabłek () z/c 100 g	
	PN	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Bułka maślana 1 szt 1 szt (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>)			Mus- przecier owocowy jabłko 100g (tubka) 1 szt	
		Wartość energetyczna: 1139.04 kcal; Białko ogółem: 24.68 g; Tłuszcz: 7.87 g; Kw. tł. nasy.: 0.24 g; Węglowodany ogółem: 244.19 g; W tym cukry: 44.54 g; Błonnik pok.: 7.01 g; Sól: 0.67 g; WW: 23.82 Por.; : 8.67 %; : 83.29 %; Ener. z T: 6.22 %; Ener. z Bł.: 1.23 %; K: 1040.31 mg;	Wartość energetyczna: 2397.33 kcal; Białko ogółem: 86.21 g; Tłuszcz: 55.18 g; Kw. tł. nasy.: 22.98 g; Węglowodany ogółem: 400.90 g; W tym cukry: 100.49 g; Błonnik pok.: 26.69 g; Sól: 5.26 g; WW: 37.48 Por.; : 14.38 %; : 62.44 %; Ener. z T: 20.71 %; Ener. z Bł.: 2.23 %; K: 4457.86 mg;	Wartość energetyczna: 3179.18 kcal; Białko ogółem: 124.65 g; Tłuszcz: 75.42 g; Kw. tł. nasy.: 28.28 g; Węglowodany ogółem: 517.49 g; W tym cukry: 117.01 g; Błonnik pok.: 37.48 g; Sól: 7.95 g; WW: 48.08 Por.; : 15.68 %; : 60.39 %; Ener. z T: 21.35 %; Ener. z Bł.: 2.36 %; K: 5590.78 mg;	Wartość energetyczna: 3029.66 kcal; Białko ogółem: 120.66 g; Tłuszcz: 72.64 g; Kw. tł. nasy.: 27.49 g; Węglowodany ogółem: 490.21 g; W tym cukry: 108.69 g; Błonnik pok.: 41.09 g; Sól: 7.18 g; WW: 45.02 Por.; : 15.93 %; : 59.30 %; Ener. z T: 21.58 %; Ener. z Bł.: 2.71 %; K: 5741.36 mg;	Wartość energetyczna: 2356.41 kcal; Białko ogółem: 92.11 g; Tłuszcz: 60.81 g; Kw. tł. nasy.: 21.85 g; Węglowodany ogółem: 370.38 g; W tym cukry: 103.26 g; Błonnik pok.: 22.75 g; Sól: 3.75 g; WW: 34.80 Por.; : 15.64 %; : 59.01 %; Ener. z T: 23.22 %; Ener. z Bł.: 1.93 %; K: 3615.20 mg;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-04-01 do dnia 2024-04-07 KUCHNIA SIEDLCE

	SIE- Kleikowa rozszerzona	SIE- Dzieci 1-3 lat Podstawowa	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż podstawa	SIE- Bogatoresztkowa	SIE- Bezglutenowa	
2024-04-05 piątek	Śniadanie	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Kleik ryżowy na wodzie 200 g Suchary b/c 30 g (GLU PSZ, SOJ, MLE.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Płatki kukurydziane na mleku 250 ml (MLE.) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Twarożek 80 g (MLE.) Dżem 25 g 1 szt Kiełki rzodkiewki 20 g Pomidor 80 g	Płatki kukurydziane na mleku 300 ml (MLE.) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Dżem 25 g 1 szt Twarożek 80 g (MLE.) Kiełki rzodkiewki 20 g Pomidor 80 g	Płatki pszenne na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE.) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Dżem 25 g 1 szt Twarożek 80 g (MLE.) Pomidor 80 g Kiełki rzodkiewki 20 g	Płatki kukurydziane na mleku 300 ml (MLE.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Wafle ryżowe 60 g Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Dżem 25 g 1 szt Twarożek 80 g (MLE.) Kiełki rzodkiewki 20 g Pomidor 80 g Pomarańcza 1/2 szt. 1 Por
	II ŚN	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Suchary b/c 15 g (GLU PSZ, SOJ, MLE.) Kleik ryżowy na wodzie 200 g	Pomarańcza 1/2 szt. 1 Por			
	Obiad	Grysikowa () 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Dyniowa z makaronem () 250 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane () 90 g Łosoś pieczony 60 g (RYB.) Sos cytrynowy 80 ml (GLU PSZ, MLE.) Surówka z kapusty czerwonej z olejem 50 g Szpinak gotowany z olejem* 50 g (GLU PSZ.) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Dyniowa z makaronem () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane () 180 g Łosoś pieczony 120 g (RYB.) Sos cytrynowy 80 ml (GLU PSZ, MLE.) Surówka z kapusty czerwonej z olejem 100 g Szpinak gotowany z olejem* 100 g (GLU PSZ.) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Dyniowa z makaronem (bez glutenu) () 300 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane () 180 g Łosoś pieczony 120 g (RYB.) Sos cytrynowy (bez glutenu) 80 ml (MLE.) Surówka z kapusty czerwonej z olejem 100 g Szpinak gotowany z olejem (bez glutenu)* 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	
	PD	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Suchary b/c 15 g (GLU PSZ, SOJ, MLE.) Kleik ryżowy na wodzie 200 g	Galaretko o smaku truskawkowym 200 g		Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (MLE.)	
	Kolacja	Kleik ryżowy na wodzie 200 g Suchary b/c 30 g (GLU PSZ, SOJ, MLE.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 40 g (JAJ, MLE.) Ser mozzarella kulki 35 g (MLE.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 80 g (JAJ, MLE.) Ser mozzarella kulki 35 g (MLE.) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 80 g (JAJ, MLE.) Ser mozzarella kulki 35 g (MLE.) Surówka z rzodkwi i czarnuszki z natką pietruszki 80 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Chleb bezglutenowy 120 g Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 80 g (JAJ, MLE.) Ser mozzarella kulki 35 g (MLE.) Surówka z rzodkwi i czarnuszki z natką pietruszki 80 g Sałata zielona 20 g
PN	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 30 g				

Jadłospisy za okres od dnia 2024-04-01 do dnia 2024-04-07 KUCHNIA SIEDLCE

	SIE- Kleikowa rozszerzona	SIE- Dzieci 1-3 lat Podstawowa	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż podstawa	SIE- Bogatoresztkowa	SIE- Bezglutenowa	
2024-04-05 piątek	Wartość energetyczna: 1067.54 kcal; Białko ogółem: 23.52 g; Tłuszcz: 7.96 g; Kw. tł. nasy.: 0.25 g; Węglowodany ogółem: 226.17 g; W tym cukry: 44.06 g; Błonnik pok.: 4.93 g; Sól: 0.67 g; WW: 22.20 Por.; : 8.81 %; : 82.90 %; Ener. z T: 6.71 %; Ener. z Bł.: 0.92 %; K: 287.24 mg;	Wartość energetyczna: 1979.56 kcal; Białko ogółem: 83.10 g; Tłuszcz: 51.94 g; Kw. tł. nasy.: 24.88 g; Węglowodany ogółem: 300.68 g; W tym cukry: 104.48 g; Błonnik pok.: 17.07 g; Sól: 3.64 g; WW: 28.42 Por.; : 16.79 %; : 57.31 %; Ener. z T: 23.61 %; Ener. z Bł.: 1.72 %; K: 3137.38 mg;	Wartość energetyczna: 2730.75 kcal; Białko ogółem: 119.34 g; Tłuszcz: 65.63 g; Kw. tł. nasy.: 27.85 g; Węglowodany ogółem: 425.65 g; W tym cukry: 112.03 g; Błonnik pok.: 27.02 g; Sól: 6.81 g; WW: 39.90 Por.; : 17.48 %; : 58.39 %; Ener. z T: 21.63 %; Ener. z Bł.: 1.98 %; K: 4517.05 mg;	Wartość energetyczna: 2643.07 kcal; Białko ogółem: 119.96 g; Tłuszcz: 74.32 g; Kw. tł. nasy.: 29.61 g; Węglowodany ogółem: 393.68 g; W tym cukry: 121.68 g; Błonnik pok.: 43.13 g; Sól: 6.59 g; WW: 35.15 Por.; : 18.15 %; : 53.05 %; Ener. z T: 25.31 %; Ener. z Bł.: 3.26 %; K: 5373.70 mg;	Wartość energetyczna: 2429.96 kcal; Białko ogółem: 97.29 g; Tłuszcz: 71.61 g; Kw. tł. nasy.: 25.98 g; Węglowodany ogółem: 355.09 g; W tym cukry: 103.40 g; Błonnik pok.: 23.76 g; Sól: 3.51 g; WW: 33.12 Por.; : 16.02 %; : 54.54 %; Ener. z T: 26.52 %; Ener. z Bł.: 1.96 %; K: 4120.79 mg;	
2024-04-06 sobota	Sniadanie	Kleik ryżowy na wodzie 200 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Suchary b/c 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u>)	Ryż na mleku 250 ml (<u>MLE</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Parówki z szynki-kiełbasa wieprzowa, homogenizowana, wędzona, parzona 60 g Ser żółty 25 g (<u>MLE</u>) Pomidor koktajlowy 80 g Mix sałat 20 g	Ryż na mleku 300 ml (<u>MLE</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Ser żółty 25 g (<u>MLE</u>) Parówki z szynki-kiełbasa wieprzowa, homogenizowana, wędzona, parzona 60 g Ketchup 20 g (<u>SEL</u>) Pomidor koktajlowy 80 g Mix sałat 20 g	Ryż na mleku 300 ml (<u>MLE</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Ser żółty 25 g (<u>MLE</u>) Parówki z szynki-kiełbasa wieprzowa, homogenizowana, wędzona, parzona 60 g Ketchup 20 g (<u>SEL</u>) Pomidor koktajlowy 80 g Mix sałat 20 g	Ryż na mleku 300 ml (<u>MLE</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 120 g Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Szynka z piersią kurczaka-wędz. z drob.gr.rozdz.parzo.w osł.niejadalnej 50 g (<u>SOJ</u>) Miód (25g) 1 szt Pomidor koktajlowy 80 g Mix sałat 20 g Jabłko 1 szt 1 szt
	II ŚN	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Suchary b/c 15 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u>) Kleik ryżowy na wodzie 200 g	Jabłko 1 szt 1 szt			
Obiad	Ziemniaczana (bez mleka) () 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Jarzynowa z ziemniakami () 250 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) kasza pęczak/sypko 90 g (<u>GLU PSZ</u>) Gulasz wołowy 80 g (<u>GLU PSZ</u>) Buraczki gotowane () 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Jarzynowa z ziemniakami () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) kasza pęczak/sypko 180 g (<u>GLU PSZ</u>) Gulasz wołowy 150 g (<u>GLU PSZ</u>) Buraczki gotowane () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Grochowa z ziemniakami () 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) kasza pęczak/sypko 180 g (<u>GLU PSZ</u>) Gulasz wołowy 150 g (<u>GLU PSZ</u>) Ogórek kiszony z cebulką z olejem 100 g Buraczki gotowane () 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Selerowa z ziemniakami - dieta () 300 ml (<u>MLE, SEL</u>) Ryż na sypko 180 g Gulasz wołowy (bez glutenu) 150 g Ogórek kiszony z cebulką z olejem 100 g Buraczki gotowane () 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	
	PD	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Suchary b/c 15 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u>) Kleik ryżowy na wodzie 200 g	Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<u>MLE</u>)			

Jadłospisy za okres od dnia 2024-04-01 do dnia 2024-04-07 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- Kleikowa rozszerzona	SIE- Dzieci 1-3 lat Podstawowa	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż podstawa	SIE- Bogatoresztkowa	SIE- Bezglutenowa
2024-04-06 sobota	Kolacja	Kleik ryżowy na wodzie 200 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Suchary b/c 30 g (GLU PSZ, SOJ, MLE) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g Serek wiejski lekki 3% tł 150g 1 szt (MLE) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g Serek wiejski lekki 3% tł 150g 1 szt (MLE) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g Serek wiejski lekki 3% tł 150g 1 szt (MLE) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 120 g Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g Serek wiejski lekki 3% tł 150g 1 szt (MLE) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PN	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ciasto drożdżowe 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, SO2)			Wafle ryżowe 30 g
		Wartość energetyczna: 1139.04 kcal; Białko ogółem: 24.78 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: 0.70 g; WW: 23.82 Por.; : 8.70 %; : 83.29 %; Ener. z T: 6.22 %; Ener. z Bł.: 1.23 %; K: 1056.18 mg;	Wartość energetyczna: 1922.48 kcal; Białko ogółem: 85.96 g; Tłuszcz: 69.55 g; Kw. tł. nasy.: 29.90 g; Węglowodany ogółem: 242.32 g; W tym cukry: 69.43 g; Błonnik pok.: 21.03 g; Sól: 6.40 g; WW: 22.24 Por.; : 17.89 %; : 46.04 %; Ener. z T: 32.56 %; Ener. z Bł.: 2.19 %; K: 2763.63 mg;	Wartość energetyczna: 2634.73 kcal; Białko ogółem: 114.27 g; Tłuszcz: 78.53 g; Kw. tł. nasy.: 32.23 g; Węglowodany ogółem: 372.82 g; W tym cukry: 82.14 g; Błonnik pok.: 35.00 g; Sól: 9.37 g; WW: 33.86 Por.; : 17.35 %; : 51.29 %; Ener. z T: 26.83 %; Ener. z Bł.: 2.66 %; K: 3721.74 mg;	Wartość energetyczna: 2622.36 kcal; Białko ogółem: 116.77 g; Tłuszcz: 86.58 g; Kw. tł. nasy.: 32.81 g; Węglowodany ogółem: 354.67 g; W tym cukry: 68.89 g; Błonnik pok.: 51.14 g; Sól: 10.70 g; WW: 30.49 Por.; : 17.81 %; : 46.30 %; Ener. z T: 29.71 %; Ener. z Bł.: 3.90 %; K: 4120.05 mg;	Wartość energetyczna: 2293.27 kcal; Białko ogółem: 82.49 g; Tłuszcz: 63.74 g; Kw. tł. nasy.: 18.59 g; Węglowodany ogółem: 363.09 g; W tym cukry: 70.23 g; Błonnik pok.: 19.17 g; Sól: 6.12 g; WW: 34.50 Por.; : 14.39 %; : 59.99 %; Ener. z T: 25.01 %; Ener. z Bł.: 1.67 %; K: 3189.79 mg;
2024-04-07 niedziela	Śniadanie	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	Płatki owsiane na mleku 250 ml (MLE, GLU OW) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Twarożek z koperkiem 40 g (MLE) Baton szynkowy z kurcząt 25 g (może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Twarożek ze słonecznikiem 80 g (MLE) Baton szynkowy z kurcząt 25 g (może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW) Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Twarożek ze słonecznikiem 80 g (MLE) Baton szynkowy z kurcząt 25 g (może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR) Rzodkiew biała 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Kasza jaglana na mleku 300 ml (MLE) Chleb bezglutenowy 120 g Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Twarożek ze słonecznikiem 80 g (MLE) Szynka z piersią indyczą-wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadanej 25 g (SOJ, SEL) Rzodkiew biała 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Banan 150 g
	II ŚN	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Suchary b/c 15 g (GLU PSZ, SOJ, MLE) Kleik ryżowy na wodzie 200 g	Banan 150 g			

Jadłospisy za okres od dnia 2024-04-01 do dnia 2024-04-07 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- Kleikowa rozszerzona	SIE- Dzieci 1-3 lat Podstawowa	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż podstawa	SIE- Bogatoresztkowa	SIE- Bezglutenowa	
2024-04-07 niedziela	Obiad	Ryżowa (bez mleka) () 300 ml (SEL.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Rosół z makaronem () 250 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki gotowane () 90 g udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 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 udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 130 g Surówka Colesław () 100 g (JAJ, MLE, GOR.) 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 udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 130 g Surówka Colesław () 100 g (JAJ, MLE, GOR.) Brokuł gotowany* 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	
	PD	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Suchary b/c 15 g (GLU PSZ, SOJ, MLE.) Kleik ryżowy na wodzie 200 g	Galaretką o smaku cytrynowym z owocami 200 g				
	Kolacja	Kleik ryżowy na wodzie 200 g Suchary b/c 30 g (GLU PSZ, SOJ, MLE.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Dżem 25 g 1 szt Szynka zielonogórska- wp. parzona 30 g (SOJ.) Papryka świeża 80 g Rukola 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Dżem 25 g 1 szt Szynka zielonogórska- wp. parzona 50 g (SOJ.) Papryka świeża 80 g Rukola 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Dżem 25 g 1 szt Szynka zielonogórska- wp. parzona 50 g (SOJ.) Papryka świeża 80 g Rukola 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 120 g Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka zielonogórska- wp. parzona 50 g (SOJ.) Dżem 25 g 1 szt Papryka świeża 80 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Rukola 20 g	
	PN	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt				
		Wartość energetyczna: 1065.96 kcal; Białko ogółem: 22.86 g; Tłuszcz: 7.83 g; Kw. tł. nasy.: 0.25 g; Węglowodany ogółem: 226.66 g; W tym cukry: 44.09 g; Błonnik pok.: 4.91 g; Sól: 0.64 g; WW: 22.27 Por; : 8.58 %; : 83.21 %; Ener. z T: 6.61 %; Ener. z Bł.: 0.92 %; K: 270.25 mg;	Wartość energetyczna: 1824.14 kcal; Białko ogółem: 78.36 g; Tłuszcz: 49.86 g; Kw. tł. nasy.: 21.02 g; Węglowodany ogółem: 274.78 g; W tym cukry: 113.87 g; Błonnik pok.: 17.20 g; Sól: 3.90 g; WW: 25.96 Por; : 17.18 %; : 56.48 %; Ener. z T: 24.60 %; Ener. z Bł.: 1.89 %; K: 3347.06 mg;	Wartość energetyczna: 2613.53 kcal; Białko ogółem: 113.68 g; Tłuszcz: 66.77 g; Kw. tł. nasy.: 25.39 g; Węglowodany ogółem: 403.75 g; W tym cukry: 126.22 g; Błonnik pok.: 27.84 g; Sól: 7.36 g; WW: 37.84 Por; : 17.40 %; : 57.53 %; Ener. z T: 22.99 %; Ener. z Bł.: 2.13 %; K: 4588.75 mg;	Wartość energetyczna: 2501.35 kcal; Białko ogółem: 111.86 g; Tłuszcz: 67.62 g; Kw. tł. nasy.: 25.44 g; Węglowodany ogółem: 383.70 g; W tym cukry: 120.25 g; Błonnik pok.: 43.74 g; Sól: 6.92 g; WW: 34.28 Por; : 17.89 %; : 54.36 %; Ener. z T: 24.33 %; Ener. z Bł.: 3.50 %; K: 5203.33 mg;	Wartość energetyczna: 2387.27 kcal; Białko ogółem: 93.32 g; Tłuszcz: 71.91 g; Kw. tł. nasy.: 24.89 g; Węglowodany ogółem: 351.00 g; W tym cukry: 116.62 g; Błonnik pok.: 22.38 g; Sól: 4.19 g; WW: 33.10 Por; : 15.64 %; : 55.06 %; Ener. z T: 27.11 %; Ener. z Bł.: 1.87 %; K: 4417.22 mg;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-04-01 do dnia 2024-04-07 KUCHNIA SIEDLCE

	SIE- Wegetariańska	SIE- Pooperacyjna	SIE- Dzieci 1-3 lat Łatwo strawna	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż łatwostrawna	SIE- Z ogr.subst.pobudz.wydz.soków żołądkowych	
2024-04-01 poniedziałek	Śniadanie	<p>Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU JĘCZ.</u>) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Hummus 80 g (<u>SEZ.</u>) Ser mozzarella kulki 25 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 80 g Mix sałat 20 g Kiwi 1 szt 1 szt</p>	<p>Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU JĘCZ.</u>) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Szynka z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i białek mleka, wędzona, parzona 50 g (<u>SOJ, MLE, GLU OW.</u>) Dzem 25 g 1 szt</p>	<p>Płatki jęczmienne na mleku 250 ml (<u>MLE, GLU JĘCZ.</u>) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Szynka z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i białek mleka, wędzona, parzona 25 g (<u>SOJ, MLE, GLU OW.</u>) Ser mozzarella kulki 25 g (<u>MLE.</u>) Pomidor b/skórki 80 g Mix sałat 20 g</p>	<p>Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU JĘCZ.</u>) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Szynka z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i białek mleka, wędzona, parzona 50 g (<u>SOJ, MLE, GLU OW.</u>) Ser mozzarella kulki 25 g (<u>MLE.</u>) Pomidor b/skórki 80 g Mix sałat 20 g</p>	<p>Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU JĘCZ.</u>) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Szynka z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i białek mleka, wędzona, parzona 50 g (<u>SOJ, MLE, GLU OW.</u>) Pomidor b/skórki 80 g Mix sałat 20 g Jabłko pieczone 1szt. 1 szt</p>
	II ŚN			Jabłko pieczone 1szt. 1 szt		
	Obiad	<p>Ryżowa () 300 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 180 g Kotlety sojowe 100 g (<u>SOJ.</u>) Surówka Coleslaw () 100 g (<u>JAJ, MLE, GOR.</u>) Brokuł gotowany* 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt</p>	<p>Ryżowa (bez mleka) () 300 ml (<u>SEL.</u>) Pulpet drobiowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos ziołowy () 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 180 g Marchew gotowana z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt</p>	<p>Rosół z makaronem () 250 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Udziec drobiowy gotowany z/k z/s 100 g Ziemniaki gotowane () 90 g Brokuł gotowany* 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt</p>	<p>Rosół z makaronem () 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 180 g Udziec drobiowy gotowany z/k z/s 130 g Brokuł gotowany* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt</p>	
	PD		Podpiłomyki b/c 20 g (<u>GLU PSZ, MLE.</u>)	Podpiłomyki b/c 20 g (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)		
Kolacja	<p>Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Pasta z twarogu i makreli wędzonej** 80 g (<u>RYB, MLE.</u>) Ser żółty 25 g (<u>MLE.</u>) Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<u>MLE.</u>)</p>	<p>Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Pasta z twarogu i ryby got.(miruna) z koperkiem 80 g (<u>RYB, MLE.</u>) Schab Benedykta wp parzony z dodatkiem wody 25 g (<u>GLU PSZ, SOJ, SEL, może zawierać: JAJ, OZI, MLE, GOR, SEZ.</u>) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt</p>	<p>Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Pasta z twarogu i ryby got.(miruna) z koperkiem 50 g (<u>RYB, MLE.</u>) Schab Benedykta wp parzony z dodatkiem wody 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ, SEL, może zawierać: JAJ, OZI, MLE, GOR, SEZ.</u>) Sałata zielona 20 g Pomidor b/skórki 80 g Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<u>MLE.</u>)</p>	<p>Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Pasta z twarogu i ryby got.(miruna) z koperkiem 80 g (<u>RYB, MLE.</u>) Schab Benedykta wp parzony z dodatkiem wody 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ, SEL, może zawierać: JAJ, OZI, MLE, GOR, SEZ.</u>) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<u>MLE.</u>)</p>	<p>Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Pasta z twarogu i ryby got.(miruna) z koperkiem 80 g (<u>RYB, MLE.</u>) Schab Benedykta wp parzony z dodatkiem wody 25 g (<u>GLU PSZ, SOJ, SEL, może zawierać: JAJ, OZI, MLE, GOR, SEZ.</u>) Pomidor b/skórki 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<u>MLE.</u>)</p>	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-04-01 do dnia 2024-04-07 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- Wegetariańska	SIE- Pooperacyjna	SIE- Dzieci 1-3 lat Łatwo strawna	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż łatwostrawna	SIE- Z ogr.subst.pobudz.wydz.soków żołądkowych
2024-04-01 poniedziałek	PN	Wafle ryżowe 30 g Dżem 25 g 1 szt		Dżem 25 g 1 szt Wafle ryżowe 30 g		Wafle ryżowe 30 g Dżem 25 g 1 szt
		Wartość energetyczna: 2451.37 kcal; Białko ogółem: 98.96 g; Tłuszcz: 75.63 g; Kw. tł. nasy.: 29.63 g; Węglowodany ogółem: 353.20 g; W tym cukry: 76.28 g; Błonnik pok.: 40.47 g; Sól: 8.42 g; WW: 31.53 Por.; : 16.15 %; : 51.03 %; Ener. z T: 27.77 %; Ener. z Bł.: 3.30 %; K: 3759.17 mg;	Wartość energetyczna: 2304.42 kcal; Białko ogółem: 97.72 g; Tłuszcz: 49.92 g; Kw. tł. nasy.: 20.68 g; Węglowodany ogółem: 379.52 g; W tym cukry: 85.58 g; Błonnik pok.: 27.44 g; Sól: 7.23 g; WW: 35.38 Por.; : 16.96 %; : 61.11 %; Ener. z T: 19.50 %; Ener. z Bł.: 2.38 %; K: 3603.73 mg;	Wartość energetyczna: 1763.92 kcal; Białko ogółem: 95.61 g; Tłuszcz: 48.26 g; Kw. tł. nasy.: 21.78 g; Węglowodany ogółem: 244.27 g; W tym cukry: 76.45 g; Błonnik pok.: 17.12 g; Sól: 4.99 g; WW: 22.87 Por.; : 21.68 %; : 51.51 %; Ener. z T: 24.63 %; Ener. z Bł.: 1.94 %; K: 3262.91 mg;	Wartość energetyczna: 2538.97 kcal; Białko ogółem: 130.98 g; Tłuszcz: 66.85 g; Kw. tł. nasy.: 30.84 g; Węglowodany ogółem: 365.09 g; W tym cukry: 82.50 g; Błonnik pok.: 27.06 g; Sól: 8.87 g; WW: 33.93 Por.; : 20.64 %; : 53.26 %; Ener. z T: 23.70 %; Ener. z Bł.: 2.13 %; K: 4526.84 mg;	Wartość energetyczna: 2246.42 kcal; Białko ogółem: 119.85 g; Tłuszcz: 50.93 g; Kw. tł. nasy.: 20.75 g; Węglowodany ogółem: 338.72 g; W tym cukry: 74.55 g; Błonnik pok.: 25.52 g; Sól: 7.74 g; WW: 31.44 Por.; : 21.34 %; : 55.77 %; Ener. z T: 20.40 %; Ener. z Bł.: 2.27 %; K: 4324.57 mg;
2024-04-02 wtorek	Śniadanie	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Twaróg półtłusty 80 g (MLE.) Hummus 60 g (SEZ.) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Jabłko 1 szt 1 szt	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE.) Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (może zawierać: MLE, GOR.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Kasza kukurydziana na mleku 250 ml (MLE.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 25 g (może zawierać: MLE, GOR.) Twaróg półtłusty 80 g (MLE.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Twaróg półtłusty 80 g (MLE.) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 25 g (może zawierać: MLE, GOR.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE.) Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Twaróg półtłusty 80 g (MLE.) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 25 g (może zawierać: MLE, GOR.) Sałata zielona 20 g Pomidor b/skórki 80 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Jabłko pieczone 1szt. 1 szt
	II ŚN			Jabłko pieczone 1szt. 1 szt		
	Obiad	Solferino () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Makaron pełnoziarnisty ze szpinakiem i serem żółtym * 300 g (GLU PSZ, MLE.) Surówka z marchwi z olejem () 100 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (SEL.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Solferino (bez mleka) () 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Makaron 180 g (GLU PSZ.) Pulpet drobiowy 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos szpinakowy* 80 ml (GLU PSZ.) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 200 g (SEL.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Solferino () 250 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Kopytka ziemniaczane () 200 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos szpinakowy* 80 ml (GLU PSZ.) Surówka z marchwi z olejem () 50 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 50 g (SEL.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Solferino () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Kopytka ziemniaczane () 300 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos szpinakowy* 80 ml (GLU PSZ.) Surówka z marchwi z olejem () 100 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (SEL.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Solferino () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Makaron 180 g (GLU PSZ.) Pulpet drobiowy 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos szpinakowy* 80 ml (GLU PSZ.) Surówka z marchwi z olejem () 100 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (SEL.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD		Jogurt brzoskwinowy 150g 1 szt (MLE.)	Jogurt brzoskwinowy 150g 1 szt (MLE.) Biskopki 30 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JĘCZ.)		

Jadłospisy za okres od dnia 2024-04-01 do dnia 2024-04-07 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- Wegetariańska	SIE- Pooperacyjna	SIE- Dzieci 1-3 lat Łatwo strawna	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż łatwostrawna	SIE- Z ogr.subst.pobudz.wydz.soków żołądkowych
2024-04-02 wtorek	Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Paszтет sojowy z pomidorami 100 g (SOJ, GOR.) Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Twarożek 100 g (MLE.) Dżem 25 g 1 szt Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Ryż z jabłkiem prażonym i cynamonem 200 g Sos jogurtowy naturalny 100 g (MLE.)	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Ryż z jabłkiem prażonym i cynamonem 300 g Sos jogurtowy naturalny 100 g (MLE.)	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Galaretka drobiowa z udzca kurczaka () 200 g (SEL.) Pomidor b/skórki 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PN	Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt				
		Wartość energetyczna: 2621.50 kcal; Białko ogółem: 82.08 g; Tłuszcz: 103.22 g; Kw. tł. nasy.: 28.65 g; Węglowodany ogółem: 351.06 g; W tym cukry: 87.55 g; Błonnik pok.: 41.06 g; Sól: 9.63 g; WW: 31.09 Por.; : 12.52 %; : 47.30 %; Ener. z T: 35.44 %; Ener. z Bł.: 3.13 %; K: 3235.97 mg;	Wartość energetyczna: 2382.45 kcal; Białko ogółem: 98.08 g; Tłuszcz: 62.11 g; Kw. tł. nasy.: 21.98 g; Węglowodany ogółem: 368.60 g; W tym cukry: 98.45 g; Błonnik pok.: 22.33 g; Sól: 5.54 g; WW: 34.76 Por.; : 16.47 %; : 58.14 %; Ener. z T: 23.46 %; Ener. z Bł.: 1.87 %; K: 3254.99 mg;	Wartość energetyczna: 1838.58 kcal; Białko ogółem: 64.55 g; Tłuszcz: 38.30 g; Kw. tł. nasy.: 14.62 g; Węglowodany ogółem: 328.29 g; W tym cukry: 115.07 g; Błonnik pok.: 20.42 g; Sól: 3.51 g; WW: 30.95 Por.; : 14.04 %; : 66.98 %; Ener. z T: 18.75 %; Ener. z Bł.: 2.22 %; K: 3732.13 mg;	Wartość energetyczna: 2469.78 kcal; Białko ogółem: 80.19 g; Tłuszcz: 48.05 g; Kw. tł. nasy.: 16.08 g; Węglowodany ogółem: 454.67 g; W tym cukry: 134.45 g; Błonnik pok.: 30.76 g; Sól: 5.52 g; WW: 42.56 Por.; : 12.99 %; : 68.65 %; Ener. z T: 17.51 %; Ener. z Bł.: 2.49 %; K: 4859.96 mg;	Wartość energetyczna: 2306.15 kcal; Białko ogółem: 106.33 g; Tłuszcz: 53.68 g; Kw. tł. nasy.: 16.12 g; Węglowodany ogółem: 363.81 g; W tym cukry: 92.28 g; Błonnik pok.: 28.42 g; Sól: 6.28 g; WW: 33.68 Por.; : 18.44 %; : 58.17 %; Ener. z T: 20.95 %; Ener. z Bł.: 2.47 %; K: 4050.22 mg;
2024-04-03 środa	Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Ser żółty 50 g (MLE.) Dżem 25 g 1 szt Rzepa biała 80 g Mix sałat 20 g Gruszka 1szt. 150 g	Ryż na mleku 300 ml (MLE.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka zielonogórska- wp. parzona 25 g (SOJ.) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (SOJ.)	Płatki owsiane na mleku 250 ml (MLE, GLU OW.) 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- wp. parzona 30 g (SOJ.) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (SOJ.) Mix sałat 20 g Pomidor 80 g	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka zielonogórska- wp. parzona 30 g (SOJ.) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (SOJ.) Mix sałat 20 g Pomidor 80 g	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Szynka zielonogórska- wp. parzona 25 g (SOJ.) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 25 g (SOJ.) Mix sałat 20 g Pomidor b/skórki 80 g Jabłko pieczone 1szt. 1 szt
	II ŚN		Jabłko pieczone 1szt. 1 szt		Jabłko 1 szt 1 szt	
	Obiad	Grycikowa () 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Kotlety gryczane z ciecierz. () 300 g (GLU PSZ.) Buraczki gotowane () 100 g Sałatka szwedzka () 100 g (GOR.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Grycikowa () 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki gotowane () 180 g Zrazik drobiowy z udzca gotowany mielony 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos jarzynowy () 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Dyńia z wody 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Grycikowa () 250 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki gotowane () 90 g Zrazik drobiowy z udzca gotowany mielony 50 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos jarzynowy () 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Buraczki gotowane () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Grycikowa () 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki gotowane () 180 g Zrazik drobiowy z udzca gotowany mielony 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos jarzynowy () 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Buraczki gotowane () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-04-01 do dnia 2024-04-07 KUCHNIA SIEDLCE

	SIE- Wegetariańska	SIE- Pooperacyjna	SIE- Dzieci 1-3 lat Łatwo strawna	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż łatwostrawna	SIE- Z ogr.subst.pobudz.wydz.soków żołądkowych	
2024-04-03 środa	PD	Budyń o smaku waniliowym z/c 200 ml (<u>MLE,</u>)				
	Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Pasztet z soczewicy () 60 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ,</u>) Sałata zielona 20 g Pomidorki koktajlowe 80 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Bułka pszenna długa krojona 120 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ,</u>) Baton szynkowy z kurcząt 25 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR,</u>) Baton szynkowy z kurcząt 25 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR,</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ,</u>) Pomidorki koktajlowe 50 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Baton szynkowy z kurcząt 25 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR,</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ,</u>) Pomidorki koktajlowe 50 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ,</u>) Baton szynkowy z kurcząt 25 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR,</u>) Pomidor koktajlowy 80 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Bułka pszenna długa krojona 120 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE,</u>) Pasta z białek z koperkiem 80 g (<u>JAJ, MLE,</u>) Baton szynkowy z kurcząt 25 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR,</u>) Pomidor b/skórki 80 g Sałata zielona 20 g
2024-04-04 czwartek	PN	Mleko Smakowe UHT 1,5% tł 0,2l 1 szt (<u>MLE,</u>) Biszkopty 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JĘCZ,</u>)	Mleko Smakowe UHT 1,5% tł 0,2l 1 szt (<u>MLE,</u>) Biszkopty 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JĘCZ,</u>)			
	Śniadanie	Wartość energetyczna: 3000.13 kcal; Białko ogółem: 95.28 g; Tłuszcz: 113.60 g; Kw. tł. nasy.: 33.65 g; Węglowodany ogółem: 423.73 g; W tym cukry: 90.84 g; Błonnik pok.: 41.83 g; Sól: 8.21 g; WW: 38.14 Por.; : 12.70 %; : 50.92 %; Ener. z T: 34.08 %; Ener. z Bł.: 2.79 %; K: 3230.00 mg;	Wartość energetyczna: 2221.73 kcal; Białko ogółem: 95.57 g; Tłuszcz: 49.67 g; Kw. tł. nasy.: 21.22 g; Węglowodany ogółem: 361.56 g; W tym cukry: 92.81 g; Błonnik pok.: 19.66 g; Sól: 7.75 g; WW: 34.17 Por.; : 17.21 %; : 61.56 %; Ener. z T: 20.12 %; Ener. z Bł.: 1.77 %; K: 3625.82 mg;	Wartość energetyczna: 1781.85 kcal; Białko ogółem: 76.27 g; Tłuszcz: 47.20 g; Kw. tł. nasy.: 21.60 g; Węglowodany ogółem: 279.50 g; W tym cukry: 103.45 g; Błonnik pok.: 18.91 g; Sól: 5.37 g; WW: 26.02 Por.; : 17.12 %; : 58.50 %; Ener. z T: 23.84 %; Ener. z Bł.: 2.12 %; K: 3413.90 mg;	Wartość energetyczna: 2402.14 kcal; Białko ogółem: 100.09 g; Tłuszcz: 53.98 g; Kw. tł. nasy.: 23.50 g; Węglowodany ogółem: 399.07 g; W tym cukry: 107.17 g; Błonnik pok.: 26.73 g; Sól: 8.23 g; WW: 37.21 Por.; : 16.67 %; : 62.00 %; Ener. z T: 20.23 %; Ener. z Bł.: 2.23 %; K: 4425.43 mg;	Wartość energetyczna: 2268.08 kcal; Białko ogółem: 106.54 g; Tłuszcz: 50.05 g; Kw. tł. nasy.: 18.21 g; Węglowodany ogółem: 367.38 g; W tym cukry: 84.14 g; Błonnik pok.: 24.56 g; Sól: 7.28 g; WW: 34.22 Por.; : 18.79 %; : 60.46 %; Ener. z T: 19.86 %; Ener. z Bł.: 2.17 %; K: 4419.02 mg;
		Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka graham-pszenna 60g 1 szt (<u>GLU PSZ,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Hummus 50 g (<u>SEZ,</u>) Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt (<u>MLE,</u>) Papryka świeża 80 g Roszponka 20 g Melon 100 g	Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Pasta z twarogu z koperkiem 80 g (<u>MLE,</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 25 g	Zacierka na mleku 250 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 25 g Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt (<u>MLE,</u>) Roszponka 20 g Pomidor 80 g	Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt (<u>MLE,</u>) Pomidor 80 g Roszponka 20 g	Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE,</u>) Bułka pszenna długa krojona 70 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE,</u>) Pasta z twarogu z koperkiem 80 g (<u>MLE,</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 25 g Pomidor b/skórki 80 g Roszponka 20 g Melon 100 g

Jadłospisy za okres od dnia 2024-04-01 do dnia 2024-04-07 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- Wegetariańska	SIE- Pooperacyjna	SIE- Dzieci 1-3 lat Łatwo strawna	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż łatwostrawna	SIE- Z ogr.subst.pobudz.wydz.soków żołądkowych
2024-04-04 czwartek	II ŚN		Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Melon 100 g		
	Obiad	Barszcz biały z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ZYT.) Risotto wegetariańskie* 300 g (SEL.) Cukinia pieczona z olejem * 100 g Surówka z selera i marchwi () 100 g (MLE, SEL.) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Ziemniaczana () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryż na sypko 180 g Sos własny () 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Schab gotowany 100 g Cukinia pieczona z olejem * 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Ziemniaczana () 250 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Risotto z mięsem wieprzowym i warzywami () 150 g (SEL.) Surówka z selera i marchwi () 100 g (MLE, SEL.) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Ziemniaczana () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Risotto z mięsem wieprzowym i warzywami () 300 g (SEL.) Surówka z selera i marchwi () 100 g (MLE, SEL.) Cukinia pieczona z olejem * 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Ziemniaczana () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryż na sypko 200 g Pulpet drobiowy 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos pomidorowy 80 ml (GLU PSZ.) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml
	PD		Maślanka truskawkowa 150 ml (MLE.)	Maślanka truskawkowa 100 ml (MLE.) Herbatniki 30 g (GLU PSZ, SOJ, MLE.)	Maślanka truskawkowa 150 ml (MLE.) Herbatniki 30 g (GLU PSZ, SOJ, MLE.)	
	Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Makaron z serem 300 g (GLU PSZ, MLE.) Sos jogurtowy naturalny 80 g (MLE.) Mus z jabłek () z/c 100 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka Delikatesowa z kurczaka produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 50 g Baton szynkowy z kurcząt 25 g (może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.)	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Makaron z serem 150 g (GLU PSZ, MLE.) Sos jogurtowy naturalny 50 g (MLE.) Mus z jabłek () z/c 50 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Makaron z serem 300 g (GLU PSZ, MLE.) Sos jogurtowy naturalny 80 g (MLE.) Mus z jabłek () z/c 100 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Szynka Delikatesowa z kurczaka produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 50 g Miód (25g) 1 szt Sałata zielona 20 g Pomidor b/skórki 80 g
	PN	Bułka maślana 1 szt 1 szt (GLU PSZ, JAJ, MLE.)				
		Wartość energetyczna: 2662.45 kcal; Białko ogółem: 86.89 g; Tłuszcz: 69.91 g; Kw. tł. nasy.: 23.44 g; Węglowodany ogółem: 432.27 g; W tym cukry: 101.49 g; Błonnik pok.: 33.47 g; Sól: 5.94 g; WW: 39.92 Por; : 13.05 %; : 59.92 %; Ener. z T: 23.63 %; Ener. z Bł.: 2.51 %; K: 3867.94 mg;	Wartość energetyczna: 2708.37 kcal; Białko ogółem: 128.00 g; Tłuszcz: 63.93 g; Kw. tł. nasy.: 24.59 g; Węglowodany ogółem: 414.53 g; W tym cukry: 79.00 g; Błonnik pok.: 18.85 g; Sól: 7.59 g; WW: 39.58 Por; : 18.90 %; : 58.44 %; Ener. z T: 21.24 %; Ener. z Bł.: 1.39 %; K: 3358.46 mg;	Wartość energetyczna: 2005.33 kcal; Białko ogółem: 72.19 g; Tłuszcz: 49.35 g; Kw. tł. nasy.: 21.05 g; Węglowodany ogółem: 327.43 g; W tym cukry: 89.26 g; Błonnik pok.: 20.58 g; Sól: 4.37 g; WW: 30.70 Por; : 14.40 %; : 61.20 %; Ener. z T: 22.15 %; Ener. z Bł.: 2.05 %; K: 2907.84 mg;	Wartość energetyczna: 2942.11 kcal; Białko ogółem: 114.49 g; Tłuszcz: 72.48 g; Kw. tł. nasy.: 26.87 g; Węglowodany ogółem: 471.25 g; W tym cukry: 106.01 g; Błonnik pok.: 29.64 g; Sól: 6.83 g; WW: 44.15 Por; : 15.57 %; : 60.04 %; Ener. z T: 22.17 %; Ener. z Bł.: 2.02 %; K: 3955.23 mg;	Wartość energetyczna: 2628.76 kcal; Białko ogółem: 108.72 g; Tłuszcz: 56.47 g; Kw. tł. nasy.: 17.43 g; Węglowodany ogółem: 430.55 g; W tym cukry: 77.00 g; Błonnik pok.: 20.24 g; Sól: 7.60 g; WW: 41.08 Por; : 16.54 %; : 62.43 %; Ener. z T: 19.33 %; Ener. z Bł.: 1.54 %; K: 3889.74 mg;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-04-01 do dnia 2024-04-07 KUCHNIA SIEDLCE

	SIE- Wegetariańska	SIE- Pooperacyjna	SIE- Dzieci 1-3 lat Łatwo strawna	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż łatwostrawna	SIE- Z ogr.subst.pobudz.wydz.soków żołądkowych	
2024-04-05 piątek	Śniadanie	Płatki pszenne na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE.) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Dżem 25 g 1 szt Twarożek 80 g (MLE.) Pomidor 80 g Kielki rzodkiewki 20 g Pomarańcza 1/2 szt. 1 Por	Płatki pszenne na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Dżem 25 g 1 szt Twarożek 80 g (MLE.)	Płatki kukurydziane na mleku 250 ml (MLE.) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Dżem 25 g 1 szt Twarożek 30 g (MLE.) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g	Płatki kukurydziane na mleku 300 ml (MLE.) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Dżem 25 g 1 szt Twarożek 80 g (MLE.) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g	Płatki pszenne na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE.) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Twarożek 80 g (MLE.) Dżem 25 g 1 szt Pomidor b/skórki 80 g Sałata zielona 20 g Banan 150 g
	II ŚN		Banan 150 g	Pomarańcza 1/2 szt. 1 Por		
	Obiad	Dyniowa z makaronem () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane () 180 g Łosoś pieczony 120 g (RYB.) Sos cytrynowy 80 ml (GLU PSZ, MLE.) Surówka z kapusty czerwonej z olejem 100 g Szpinak gotowany z olejem* 100 g (GLU PSZ.) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Dyniowa z makaronem () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane () 180 g Łosoś pieczony 120 g (RYB.) Sos cytrynowy 80 ml (GLU PSZ, MLE.) Szpinak gotowany z olejem* 200 g (GLU PSZ.) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Koperkowa z makaronem () 250 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane () 90 g Łosoś pieczony 60 g (RYB.) Sos cytrynowy 40 ml (GLU PSZ, MLE.) Szpinak gotowany z olejem* 100 g (GLU PSZ.) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Koperkowa z makaronem () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane () 180 g Łosoś pieczony 120 g (RYB.) Sos cytrynowy 80 ml (GLU PSZ, MLE.) Szpinak gotowany z olejem* 200 g (GLU PSZ.) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Dyniowa z makaronem () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane () 180 g Łosoś pieczony 120 g (RYB.) Łosoś pieczony 120 g (RYB.) Sos cytrynowy 80 ml (GLU PSZ, MLE.) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 200 g (SEL.) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml
	PD			Galaretko o smaku truskawkowym 200 g		
	Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 80 g (JAJ, MLE.) Ser mozzarella kulki 35 g (MLE.) Surówka z rzodkwi i czarnuszki z natką pietruszki 80 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Twaróg półtłusty 100 g (MLE.)	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 30 g (JAJ, MLE.) Ser mozzarella kulki 35 g (MLE.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 80 g (JAJ, MLE.) Ser mozzarella kulki 35 g (MLE.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Pasta z białek z koperkiem 80 g (JAJ, MLE.) Ser mozzarella kulki 35 g (MLE.) Pomidor b/skórki 80 g Sałata zielona 20 g
PN	Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 30 g					

Jadłospisy za okres od dnia 2024-04-01 do dnia 2024-04-07 KUCHNIA SIEDLCE

	SIE- Wegetariańska	SIE- Pooperacyjna	SIE- Dzieci 1-3 lat Łatwo strawna	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż łatwostrawna	SIE- Z ogr.subst.pobudz.wydz.soków żołądkowych
2024-04-05 piątek	Wartość energetyczna: 2604.87 kcal; Białko ogółem: 115.03 g; Tłuszcz: 71.31 g; Kw. tł. nasy.: 28.29 g; Węglowodany ogółem: 390.52 g; W tym cukry: 110.89 g; Błonnik pok.: 32.99 g; Sól: 7.28 g; WW: 35.80 Por; : 17.66 %; : 54.90 %; Ener. z T: 24.64 %; Ener. z Bł.: 2.53 %; K: 4643.10 mg;	Wartość energetyczna: 2566.10 kcal; Białko ogółem: 116.29 g; Tłuszcz: 51.97 g; Kw. tł. nasy.: 21.67 g; Węglowodany ogółem: 417.01 g; W tym cukry: 112.12 g; Błonnik pok.: 20.69 g; Sól: 4.81 g; WW: 39.84 Por; : 18.13 %; : 61.78 %; Ener. z T: 18.23 %; Ener. z Bł.: 1.61 %; K: 4061.75 mg;	Wartość energetyczna: 1832.56 kcal; Białko ogółem: 71.32 g; Tłuszcz: 46.62 g; Kw. tł. nasy.: 23.07 g; Węglowodany ogółem: 287.35 g; W tym cukry: 97.68 g; Błonnik pok.: 14.92 g; Sól: 3.51 g; WW: 27.34 Por; : 15.57 %; : 59.47 %; Ener. z T: 22.89 %; Ener. z Bł.: 1.63 %; K: 2842.48 mg;	Wartość energetyczna: 2667.65 kcal; Białko ogółem: 117.41 g; Tłuszcz: 64.59 g; Kw. tł. nasy.: 27.68 g; Węglowodany ogółem: 413.26 g; W tym cukry: 103.74 g; Błonnik pok.: 24.02 g; Sól: 6.81 g; WW: 39.03 Por; : 17.60 %; : 58.36 %; Ener. z T: 21.79 %; Ener. z Bł.: 1.80 %; K: 4205.64 mg;	Wartość energetyczna: 2773.46 kcal; Białko ogółem: 124.00 g; Tłuszcz: 76.34 g; Kw. tł. nasy.: 29.78 g; Węglowodany ogółem: 410.52 g; W tym cukry: 129.79 g; Błonnik pok.: 27.67 g; Sól: 6.34 g; WW: 38.33 Por; : 17.88 %; : 55.22 %; Ener. z T: 24.77 %; Ener. z Bł.: 2.00 %; K: 5149.40 mg;
2024-04-06 sobota	Sniadanie	Ryż na mleku 300 ml (MLE) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Paszтет sojowy z pomidorami 80 g (SOJ, GOR) Ser żółty 25 g (MLE) Pomidor koktajlowy 80 g Mix sałat 20 g Jabłko 1 szt 1 szt	Ryż na mleku 250 ml (MLE) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Szynka z piersią kurczaka-wędl.z drob.gr.rozd.parzo.w osł.niejadalnej 50 g (SOJ) Miód (25g) 1 szt	Ryż na mleku 300 ml (MLE) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Szynka z piersią kurczaka-wędl.z drob.gr.rozd.parzo.w osł.niejadalnej 50 g (SOJ) Miód (25g) 1 szt Pomidorki koktajlowe 80 g Mix sałat 20 g	Ryż na mleku 300 ml (MLE) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Szynka z piersią kurczaka-wędl.z drob.gr.rozd.parzo.w osł.niejadalnej 50 g (SOJ) Miód (25g) 1 szt Mix sałat 20 g Pomidor koktajlowy 80 g Jabłko pieczone 1szt. 1 szt
	II ŚN	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt			
	Obiad	Grochowa z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, SEL) kasza pęczak/sypko 180 g (GLU PSZ) Gulasz sojowy z warzywami * 150 g (GLU PSZ, SOJ, SEL) Ogórek kiszony z cebulką z olejem 100 g Buraczki gotowane () 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Selerowa z ziemniakami - dieta () 300 ml (MLE, SEL) Ryż na sypko 180 g Kłopsik wieprzowy 100 g (GLU PSZ, JAJ) Marchew gotowana z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Selerowa z ziemniakami - dieta () 250 ml (MLE, SEL) Kasza jęczmienna/sypko 90 g (GLU JECZ) Gulasz wołowy 80 g (GLU PSZ) Buraczki gotowane () 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Selerowa z ziemniakami - dieta () 300 ml (MLE, SEL) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (GLU JECZ) Gulasz wołowy 150 g (GLU PSZ) Buraczki gotowane () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
PD	Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE)				

Jadłospisy za okres od dnia 2024-04-01 do dnia 2024-04-07 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- Wegetariańska	SIE- Pooperacyjna	SIE- Dzieci 1-3 lat Łatwo strawna	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż łatwostrawna	SIE- Z ogr.subst.pobudz.wydz.soków żołądkowych
2024-04-06 sobota	Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Serek wiejski lekki 3% tł 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g Serek wiejski lekki 3% tł 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g Serek wiejski lekki 3% tł 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g Serek wiejski lekki 3% tł 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g Serek wiejski lekki 3% tł 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) Pomidor b/skórki 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PN	Ciasto drożdżowe 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, S02.</u>)				
		Wartość energetyczna: 2573.46 kcal; Białko ogółem: 102.04 g; Tłuszcz: 75.95 g; Kw. tł. nasy.: 23.50 g; Węglowodany ogółem: 374.97 g; W tym cukry: 70.07 g; Błonnik pok.: 53.20 g; Sól: 9.59 g; WW: 32.22 Por.; : 15.86 %; : 50.01 %; Ener. z T: 26.56 %; Ener. z Bł.: 4.13 %; K: 3112.20 mg;	Wartość energetyczna: 2561.46 kcal; Białko ogółem: 103.90 g; Tłuszcz: 71.28 g; Kw. tł. nasy.: 23.29 g; Węglowodany ogółem: 399.34 g; W tym cukry: 73.60 g; Błonnik pok.: 27.25 g; Sól: 8.06 g; WW: 37.38 Por.; : 16.22 %; : 58.11 %; Ener. z T: 25.05 %; Ener. z Bł.: 2.13 %; K: 3161.30 mg;	Wartość energetyczna: 1729.72 kcal; Białko ogółem: 75.29 g; Tłuszcz: 47.74 g; Kw. tł. nasy.: 18.73 g; Węglowodany ogółem: 263.44 g; W tym cukry: 70.65 g; Błonnik pok.: 19.48 g; Sól: 5.39 g; WW: 24.54 Por.; : 17.41 %; : 56.42 %; Ener. z T: 24.84 %; Ener. z Bł.: 2.25 %; K: 2888.56 mg;	Wartość energetyczna: 2448.12 kcal; Białko ogółem: 106.66 g; Tłuszcz: 59.07 g; Kw. tł. nasy.: 21.44 g; Węglowodany ogółem: 396.49 g; W tym cukry: 83.59 g; Błonnik pok.: 30.47 g; Sól: 9.00 g; WW: 36.73 Por.; : 17.43 %; : 59.80 %; Ener. z T: 21.72 %; Ener. z Bł.: 2.49 %; K: 3889.94 mg;	Wartość energetyczna: 2458.81 kcal; Białko ogółem: 107.15 g; Tłuszcz: 58.13 g; Kw. tł. nasy.: 20.17 g; Węglowodany ogółem: 398.98 g; W tym cukry: 80.28 g; Błonnik pok.: 25.68 g; Sól: 7.62 g; WW: 37.46 Por.; : 17.43 %; : 60.73 %; Ener. z T: 21.28 %; Ener. z Bł.: 2.09 %; K: 3797.44 mg;
2024-04-07 niedziela	Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Twarożek ze słonecznikiem 80 g (<u>MLE.</u>) Ser mozzarella kulki 35 g (<u>MLE.</u>) Sałata zielona 20 g Rzodkiew biała 80 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Banan 150 g	Płatki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Twarożek 80 g (<u>MLE.</u>) Baton szynkowy z kurcząt 25 g (<u>może zawierać: GLU PSZ. MLE, GOR.</u>)	Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Płatki owsiane na mleku 250 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Twarożek z koperkiem 40 g (<u>MLE.</u>) Baton szynkowy z kurcząt 25 g (<u>może zawierać: GLU PSZ. MLE, GOR.</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Płatki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Twarożek z koperkiem 80 g (<u>MLE.</u>) Baton szynkowy z kurcząt 25 g (<u>może zawierać: GLU PSZ. MLE, GOR.</u>) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Płatki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Bułka pszenna długa krojona 120 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Twarożek z koperkiem 80 g (<u>MLE.</u>) Baton szynkowy z kurcząt 25 g (<u>może zawierać: GLU PSZ. MLE, GOR.</u>) Pomidor b/skórki 80 g Sałata zielona 20 g Banan 150 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml
	II ŚN	Banan 150 g				

Jadłospisy za okres od dnia 2024-04-01 do dnia 2024-04-07 KUCHNIA SIEDLCE

	SIE- Wegetariańska	SIE- Pooperacyjna	SIE- Dzieci 1-3 lat Łatwo strawna	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż łatwostrawna	SIE- Z ogr.subst.pobudz.wydz.soków żołądkowych
Obiad	Ryżowa () 300 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane () 180 g Kotlety sojowe 100 g (SOJ.) Surówka Coleslaw () 100 g (JAJ, MLE, GOR.) 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 Udziec drobiowy gotowany z/k z/s 130 g Marchew gotowana z olejem () 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Rosół z makaronem () 250 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki gotowane () 90 g Udziec drobiowy gotowany z/k z/s 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 Udziec drobiowy gotowany z/k z/s 130 g Brokuł gotowany* 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	
PD	Galaretką o smaku cytrynowym z owocami 200 g				
2024-04-07 niedziela Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Dżem 25 g 1 szt Papryka świeża 80 g Rukola 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka zielonogórska- wp. parzona 50 g (SOJ.) Dżem 25 g 1 szt Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka zielonogórska- wp. parzona 30 g (SOJ.) Dżem 25 g 1 szt Pomidor 80 g Rukola 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka zielonogórska- wp. parzona 50 g (SOJ.) Dżem 25 g 1 szt Pomidor 80 g Rukola 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Dżem 25 g 1 szt Szynka zielonogórska- wp. parzona 50 g (SOJ.) Pomidor b/skórki 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
PN	Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt				
	Wartość energetyczna: 2248.28 kcal; Białko ogółem: 92.02 g; Tłuszcz: 51.78 g; Kw. tł. nasy.: 24.25 g; Węglowodany ogółem: 368.88 g; W tym cukry: 118.91 g; Błonnik pok.: 43.06 g; Sól: 6.24 g; WW: 32.83 Por; : 16.37 %; : 57.97 %; Ener. z T: 20.73 %; Ener. z Bł.: 3.83 %; K: 4163.77 mg;	Wartość energetyczna: 2570.80 kcal; Białko ogółem: 110.89 g; Tłuszcz: 64.72 g; Kw. tł. nasy.: 24.94 g; Węglowodany ogółem: 400.20 g; W tym cukry: 123.98 g; Błonnik pok.: 26.31 g; Sól: 6.49 g; WW: 37.58 Por; : 17.25 %; : 58.17 %; Ener. z T: 22.66 %; Ener. z Bł.: 2.05 %; K: 4329.30 mg;	Wartość energetyczna: 1810.29 kcal; Białko ogółem: 77.90 g; Tłuszcz: 49.55 g; Kw. tł. nasy.: 20.97 g; Węglowodany ogółem: 272.08 g; W tym cukry: 111.94 g; Błonnik pok.: 16.34 g; Sól: 3.92 g; WW: 25.74 Por; : 17.21 %; : 56.51 %; Ener. z T: 24.64 %; Ener. z Bł.: 1.81 %; K: 3350.11 mg;	Wartość energetyczna: 2513.12 kcal; Białko ogółem: 112.25 g; Tłuszcz: 60.58 g; Kw. tł. nasy.: 24.76 g; Węglowodany ogółem: 392.82 g; W tym cukry: 118.30 g; Błonnik pok.: 26.17 g; Sól: 7.44 g; WW: 36.82 Por; : 17.87 %; : 58.36 %; Ener. z T: 21.69 %; Ener. z Bł.: 2.08 %; K: 4620.03 mg;	Wartość energetyczna: 2354.20 kcal; Białko ogółem: 111.08 g; Tłuszcz: 60.67 g; Kw. tł. nasy.: 24.75 g; Węglowodany ogółem: 354.25 g; W tym cukry: 110.80 g; Błonnik pok.: 24.65 g; Sól: 6.96 g; WW: 33.12 Por; : 18.87 %; : 56.00 %; Ener. z T: 23.20 %; Ener. z Bł.: 2.09 %; K: 4635.94 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,