

Jadłospisy za okres od dnia 2025-11-17 do dnia 2025-11-23 KUCHNIA SIEDLCE

	SIE- Podstawowa/Ogólna	SIE- Podstawowa wzbogacona	SIE- Położnicza podstawowa	SIE- Położnicza łatwostrawna	SIE- Z ogr. łatwoprzyswajalnych węglowodanów	SIE- Z ogr. łatwoprzyswajalnych węgl. b/ml	SIE- Cukrzyca lekko strawna	SIE- Płynna 3x/Płynna wzb. 5x	SIE- Płynna wzbogacona b/ml	SIE- Papkowata
2025-11-17 poniedziałek	Śniadanie	<p>Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (<b>MLE</b>)                      Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<b>GLU PSZ</b>)                      Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<b>GLU PSZ, GLU ZYT</b>)                      Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<b>MLE</b>)                      Połędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g (<b>SOJ</b>)                      Pomidor 80 g                      Sałata zielona 20 g                      Gruszka 150 g                      Herbata ekspresowa owocowa                      Cateringowa z/c 250 ml                      Jogurt typu islandzkiego naturalny Skyr 150g 1 szt (<b>MLE</b>)</p>	<p>Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (<b>MLE</b>)                      Herbata ekspresowa owocowa                      Cateringowa z/c 250 ml                      Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<b>GLU PSZ</b>)                      Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<b>GLU PSZ, GLU ZYT</b>)                      Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<b>GLU PSZ, GLU ZYT</b>)                      Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<b>GLU PSZ, GLU ZYT</b>)                      graham-pszenna 50g 1 szt (<b>GLU PSZ</b>)                      Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<b>MLE</b>)                      Połędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g (<b>SOJ</b>)                      Pomidor 80 g                      Sałata zielona 20 g                      Jogurt typu islandzkiego naturalny Skyr 150g 1 szt (<b>MLE</b>)</p>	<p>Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (<b>MLE</b>)                      Herbata ekspresowa owocowa                      Cateringowa z/c 250 ml                      Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<b>GLU PSZ, GLU ZYT</b>)                      Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<b>GLU PSZ, GLU ZYT</b>)                      Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<b>MLE</b>)                      Połędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g (<b>SOJ</b>)                      Pomidor 80 g                      Sałata zielona 20 g                      Jogurt typu islandzkiego naturalny Skyr 150g 1 szt (<b>MLE</b>)</p>	<p>Maślanka 150 ml (<b>MLE</b>)                      Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<b>GLU PSZ, GLU ZYT</b>)                      Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<b>GLU PSZ</b>)                      Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<b>MLE</b>)                      Połędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g (<b>SOJ</b>)                      Pomidor 80 g                      Sałata zielona 20 g                      Herbata ekspresowa owocowa                      Cateringowa b/c 250 ml                      Jogurt typu islandzkiego naturalny Skyr 150g 1 szt (<b>MLE</b>)</p>	<p>Herbata ekspresowa owocowa                      Cateringowa b/c 250 ml                      Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<b>GLU PSZ, GLU ZYT</b>)                      Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<b>GLU PSZ</b>)                      Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g                      Połędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 25 g (<b>SOJ</b>)                      Hummus 80 g (<b>SEZ</b>)                      Pomidor 80 g                      Sałata zielona 20 g</p>	<p>Maślanka 150 ml (<b>MLE</b>)                      Herbata ekspresowa owocowa                      Cateringowa b/c 250 ml                      Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<b>GLU PSZ, GLU ZYT</b>)                      Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<b>MLE</b>)                      Połędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g (<b>SOJ</b>)                      Pomidor 80 g                      Sałata zielona 20 g                      Jogurt typu islandzkiego naturalny Skyr 150g 1 szt (<b>MLE</b>)</p>	<p>Płynna śniadanie mleczna-SIED 500 ml (<b>GLU PSZ, JAJ, MLE</b>)                      Herbata czarna granulowana b/c 250 ml</p>	<p>Płynna śniadanie bezmleczna-SIED 500 ml (<b>GLU PSZ, JAJ, MLE</b>)                      Herbata czarna granulowana b/c 250 ml</p>	<p>Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (<b>MLE</b>)                      Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<b>GLU PSZ, GLU ZYT</b>)                      Bułka pszenna długa krojona 50 g (<b>GLU PSZ</b>)                      Herbata ekspresowa owocowa                      Cateringowa z/c 250 ml                      Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<b>MLE</b>)                      Połędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g (<b>SOJ</b>)                      Pomidor 80 g                      Sałata zielona 20 g                      Jogurt typu islandzkiego naturalny Skyr 150g 1 szt (<b>MLE</b>)                      Marchew gotowana z olejem ( ) 100 g                      Jogurt typu islandzkiego naturalny Skyr 150g 1 szt (<b>MLE</b>)</p>
II ŚN		Gruszka 150 g	Jabłko pieczone 150 g	Jabłko 150 g	Jabłko pieczone 150 g	Budyń o smaku śmietankowym b/c 200 ml ( <b>MLE</b> )	Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml	Jabłko pieczone 150 g		

Jadłospisy za okres od dnia 2025-11-17 do dnia 2025-11-23 KUCHNIA SIEDLCE

	SIE- Podstawowa/Ogólna	SIE- Podstawowa wzbogacona	SIE- Położnicza podstawowa	SIE- Położnicza łatwostrawna	SIE- Z ogr. łatwoprzyswajalnych węglowodanów	SIE- Z ogr. łatwoprzyswajalnych węgl. b/ml	SIE- Cukrzyca lekko strawna	SIE- Płynna 3x/Płynna wzb. 5x	SIE- Płynna wzbogacona b/ml	SIE- Papkowata
2025-11-17 poniedziałek	Obiad	Barszcz ukraiński z ziemniakami ( ) 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Ryż brązowy z jabłkiem prażonym i cynamonem 300 g Sos jogurtowy naturalny 100 g ( <b>MLE.</b> ) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml	Barszcz ukraiński z ziemniakami ( ) 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Naleśniki z serem 300 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE.</b> ) Sos jogurtowy naturalny 100 g ( <b>MLE.</b> ) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami ( ) 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Ryż z jabłkiem prażonym i cynamonem 300 g Sos jogurtowy naturalny 100 g ( <b>MLE.</b> ) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml	Barszcz ukraiński z ziemniakami ( ) 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Ryż na sypko (brązowy) 180 g Pulpet wieprzowy 100 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> ) Sos ziołowy* 80 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Surówka z selera i marchwi z olejem ( ) b/c 200 g ( <b>SEL.</b> ) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml	Barszcz ukraiński z ziemniakami (bez mleka) ( ) 300 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Ryż na sypko (brązowy) 180 g Pulpet wieprzowy 100 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> ) Sos ziołowy* 80 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Surówka z selera i marchwi z olejem ( ) b/c 200 g ( <b>SEL.</b> ) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami ( ) 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Ryż na sypko 180 g Pulpet wieprzowy 100 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> ) Sos ziołowy* 80 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Surówka z selera i marchwi z olejem ( ) b/c 200 g ( <b>SEL.</b> ) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml	Płynna obiad*()-SIED 500 ml ( <b>SEL.</b> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami ( ) 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Ryż z jabłkiem prażonym i cynamonem 300 g Sos jogurtowy naturalny 100 g ( <b>MLE.</b> ) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml	
			Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml ( <b>MLE.</b> )		Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE.</b> ) Szykowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 20 g Sałata zielona 10 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Szykowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 20 g Sałata zielona 10 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE.</b> ) Szykowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 20 g Sałata zielona 10 g	Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml	Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml ( <b>MLE.</b> )	
			Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Ser żółty 25 g ( <b>MLE.</b> ) Szykowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g 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 ( <b>GLU PSZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Ser żółty 25 g ( <b>MLE.</b> ) Szykowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Ser żółty 25 g ( <b>MLE.</b> ) Szykowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szykowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 75 g Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Szykowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g Serek a'la homogenizowany 80 g ( <b>MLE.</b> ) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna kolacja *()-SIED 500 ml ( <b>SEL.</b> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Szykowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad mielona 25 g Serek a'la homogenizowany 80 g ( <b>MLE.</b> ) Brokuł gotowany* 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	
	Kolacja									

**Jadłospisy za okres od dnia 2025-11-17 do dnia 2025-11-23 KUCHNIA SIEDLCE**

	SIE- Podstawowa/Ogólna	SIE- Podstawowa wzbogacona	SIE- Położnicza podstawowa	SIE- Położnicza łatwostrawna	SIE- Z ogr. łatwoprzyswajalnych węglowodanów	SIE- Z ogr. łatwoprzyswajalnych węgl. b/ml	SIE- Cukrzyca lekko strawna	SIE- Płynna 3x/Płynna wzb. 5x	SIE- Płynna wzbogacona b/ml	SIE- Papkowata	
2025-11-17 poniedziałek	PN	Sok przecierowy warzywno-owocowy 0,33 l 1 szt Podplomyki b/c 20 g ( <b>GLU PSZ, MLE,</b> )				Pieczywo chrupkie Fit Rölls gryczany z solą morską 60 g 1 szt ( <b>może zawierać: GLU PSZ, MLE, SEŻ,</b> ) Sok pomidorowy 0,3l 1 szt	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt Pieczywo chrupkie ekstrudowane-żytnie 30 g ( <b>GLU PSZ, GLU JĘCZ,</b> )	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt Wafle ryżowe 20 g	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Podplomyki b/c 20 g ( <b>GLU PSZ, MLE,</b> ) Sok przecierowy warzywno-owocowy 0,33 l 1 szt	
		Wartość energetyczna: 2208.26 kcal; Białko ogółem: 88.59 g; Tłuszcz: 43.19 g; Kw. tł. nasy.: 22.58 g; Węglowodany ogółem: 377.58 g; W tym cukry: 137.33 g; Błonnik pok.: 30.01 g; Sól: 9.20 g; WW: 34.73 Por.; : 16.05 %; : 68.39 %; Ener. z T: 17.60 %; Ener. z Bł.: 2.72 %; K: 2618.27 mg;	Wartość energetyczna: 2409.66 kcal; Białko ogółem: 95.25 g; Tłuszcz: 47.21 g; Kw. tł. nasy.: 24.97 g; Węglowodany ogółem: 412.14 g; W tym cukry: 162.33 g; Błonnik pok.: 30.05 g; Sól: 9.42 g; WW: 38.20 Por.; : 15.81 %; : 68.41 %; Ener. z T: 17.63 %; Ener. z Bł.: 2.49 %; K: 2902.21 mg;	Wartość energetyczna: 2774.24 kcal; Białko ogółem: 120.86 g; Tłuszcz: 64.25 g; Kw. tł. nasy.: 29.51 g; Węglowodany ogółem: 436.99 g; W tym cukry: 163.06 g; Błonnik pok.: 24.98 g; Sól: 9.45 g; WW: 41.30 Por.; : 17.43 %; : 63.01 %; Ener. z T: 20.84 %; Ener. z Bł.: 1.80 %; K: 2941.21 mg;	Wartość energetyczna: 2439.81 kcal; Białko ogółem: 97.16 g; Tłuszcz: 42.04 g; Kw. tł. nasy.: 21.53 g; Węglowodany ogółem: 426.98 g; W tym cukry: 164.66 g; Błonnik pok.: 19.57 g; Sól: 6.75 g; WW: 40.88 Por.; : 15.93 %; : 70.00 %; Ener. z T: 15.51 %; Ener. z Bł.: 1.60 %; K: 3014.90 mg;	Wartość energetyczna: 2432.74 kcal; Białko ogółem: 118.85 g; Tłuszcz: 69.21 g; Kw. tł. nasy.: 27.09 g; Węglowodany ogółem: 354.67 g; W tym cukry: 54.84 g; Błonnik pok.: 51.11 g; Sól: 12.73 g; WW: 30.44 Por.; : 19.54 %; : 58.32 %; Ener. z T: 25.60 %; Ener. z Bł.: 4.20 %; K: 3948.00 mg;	Wartość energetyczna: 2328.39 kcal; Białko ogółem: 90.86 g; Tłuszcz: 81.84 g; Kw. tł. nasy.: 15.87 g; Węglowodany ogółem: 324.44 g; W tym cukry: 41.52 g; Błonnik pok.: 53.80 g; Sól: 13.52 g; WW: 27.11 Por.; : 15.61 %; : 55.74 %; Ener. z T: 31.63 %; Ener. z Bł.: 4.62 %; K: 3645.66 mg;	Wartość energetyczna: 2341.50 kcal; Białko ogółem: 111.55 g; Tłuszcz: 62.69 g; Kw. tł. nasy.: 23.73 g; Węglowodany ogółem: 349.22 g; W tym cukry: 54.77 g; Błonnik pok.: 35.33 g; Sól: 11.18 g; WW: 31.51 Por.; : 19.06 %; : 59.66 %; Ener. z T: 24.09 %; Ener. z Bł.: 3.02 %; K: 3566.66 mg;	Wartość energetyczna: 2177.22 kcal; Białko ogółem: 93.81 g; Tłuszcz: 81.09 g; Kw. tł. nasy.: 18.58 g; Węglowodany ogółem: 281.99 g; W tym cukry: 85.25 g; Błonnik pok.: 29.74 g; Sól: 2.17 g; WW: 25.05 Por.; : 17.23 %; : 51.81 %; Ener. z T: 33.52 %; Ener. z Bł.: 2.73 %; K: 5304.05 mg;	Wartość energetyczna: 1894.56 kcal; Białko ogółem: 73.94 g; Tłuszcz: 68.81 g; Kw. tł. nasy.: 8.76 g; Węglowodany ogółem: 259.14 g; W tym cukry: 64.23 g; Błonnik pok.: 29.72 g; Sól: 1.56 g; WW: 22.72 Por.; : 15.61 %; : 54.71 %; Ener. z T: 32.69 %; Ener. z Bł.: 3.14 %; K: 4455.35 mg;	Wartość energetyczna: 2476.65 kcal; Białko ogółem: 98.87 g; Tłuszcz: 43.86 g; Kw. tł. nasy.: 21.61 g; Węglowodany ogółem: 433.42 g; W tym cukry: 169.02 g; Błonnik pok.: 24.02 g; Sól: 7.15 g; WW: 40.96 Por.; : 15.97 %; : 70.00 %; Ener. z T: 15.94 %; Ener. z Bł.: 1.94 %; K: 3232.96 mg;
2025-11-18 wtorek	Śniadanie	Platki jęczmienne na mleku 300 ml ( <b>MLE, GLU JĘCZ,</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT,</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT,</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE,</b> ) Szynkowa Extra-wędzonka wieprzowa,wędzona ,z wodą dodaną. 50 g ( <b>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,</b> ) Ser mozzarella kulki 35 g ( <b>MLE,</b> ) Pomidor koktajlowy 80 g Roszponka 20 g Banan 150 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Platki jęczmienne na mleku 300 ml ( <b>MLE, GLU JĘCZ,</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT,</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT,</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE,</b> ) Szynkowa Extra-wędzonka wieprzowa,wędzona ,z wodą dodaną. 50 g ( <b>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,</b> ) Ser mozzarella kulki 35 g ( <b>MLE,</b> ) Roszponka 20 g Pomidor koktajlowy 80 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Platki jęczmienne na mleku 300 ml ( <b>MLE, GLU JĘCZ,</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT,</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT,</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE,</b> ) Szynkowa Extra-wędzonka wieprzowa,wędzona ,z wodą dodaną. 50 g ( <b>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,</b> ) Ser mozzarella kulki 35 g ( <b>MLE,</b> ) Roszponka 20 g Pomidor koktajlowy 80 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Platki jęczmienne na mleku 300 ml ( <b>MLE, GLU JĘCZ,</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT,</b> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ,</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE,</b> ) Szynkowa Extra-wędzonka wieprzowa,wędzona ,z wodą dodaną. 50 g ( <b>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,</b> ) Ser mozzarella kulki 35 g ( <b>MLE,</b> ) Roszponka 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <b>MLE,</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT,</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE,</b> ) Szynkowa Extra-wędzonka wieprzowa,wędzona ,z wodą dodaną. 50 g ( <b>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,</b> ) Ser mozzarella kulki 35 g ( <b>MLE,</b> ) Pomidor koktajlowy 80 g Roszponka 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT,</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynkowa drobiowa-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, wędzony, parzony 75 g Roszponka 20 g Pomidor koktajlowy 80 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <b>MLE,</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT,</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE,</b> ) Ser mozzarella kulki 35 g ( <b>MLE,</b> ) Szynkowa Extra-wędzonka wieprzowa,wędzona ,z wodą dodaną. 50 g ( <b>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,</b> ) Pomidor 80 g Roszponka 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Płynna śniadanie mleczna-SIED 500 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE,</b> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Płynna śniadanie bezmleczna-SIED 500 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ,</b> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Kasza manna na mleku 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE,</b> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ,</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT,</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE,</b> ) Szynkowa Extra-wędzonka wieprzowa,wędzona ,z wodą dodaną. 50 g ( <b>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,</b> ) Ser mozzarella kulki 35 g ( <b>MLE,</b> ) Kalafior gotowany* 100 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml

Jadłospisy za okres od dnia 2025-11-17 do dnia 2025-11-23 KUCHNIA SIEDLCE

	SIE- Podstawowa/Ogólna	SIE- Podstawowa wzbogacona	SIE- Położnicza podstawowa	SIE- Położnicza łatwostrawna	SIE- Z ogr. łatwoprzyswajalnych węglowodanów	SIE- Z ogr. łatwoprzyswajalnych węgl. b/ml	SIE- Cukrzyca lekko strawna	SIE- Płynna 3x/Płynna wzb. 5x	SIE- Płynna wzbogacona b/ml	SIE- Papkowata
II ŚN		Banan 150 g			Jabłko 150 g		Jabłko pieczone 150 g	Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml	Banan 150 g	
2025-11-18 wtorek	Obiad	Jarzynowa z zacierką dieta ( ) 300 ml ( <b>GLU PSZ. JAJ. MLE. SEL.</b> ) Ziemniaki gotowane ( ) 180 g Kotlet drobiowy panierowany 100 g ( <b>GLU PSZ. JAJ.</b> ) Ziemniaki gotowane ( ) 180 g Kotlet drobiowy panierowany 100 g ( <b>GLU PSZ. JAJ.</b> ) Fasolka szparagowa z wody* 100 g Surówka wielowarzywna z olejem 100 g ( <b>SEL.</b> ) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml	Jarzynowa z zacierką dieta ( ) 300 ml ( <b>GLU PSZ. JAJ. MLE. SEL.</b> ) Ziemniaki gotowane ( ) 180 g Surówka wielowarzywna z olejem 100 g ( <b>SEL.</b> ) Fasolka szparagowa z wody* 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem ( ) 300 ml ( <b>GLU PSZ. MLE. SEL.</b> ) Ziemniaki gotowane ( ) 180 g Filet z kurczaka gotowany 100 g Sos pietruszkowy* 80 ml ( <b>GLU PSZ. MLE.</b> ) Fasolka szparagowa z wody* 100 g Buraczki gotowane ( ) 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml	Jarzynowa z zacierką dieta ( ) 300 ml ( <b>GLU PSZ. JAJ. MLE. SEL.</b> ) Ziemniaki gotowane ( ) 180 g Filet z kurczaka gotowany 100 g Sos pietruszkowy* 80 ml ( <b>GLU PSZ. MLE.</b> ) Fasolka szparagowa z wody* 100 g Surówka wielowarzywna z olejem b/c 100 g ( <b>SEL.</b> ) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml	Jarzynowa z zacierką (bez mleka) 300 ml ( <b>GLU PSZ. SEL.</b> ) Ziemniaki gotowane ( ) 180 g Filet z kurczaka gotowany 100 g Sos pietruszkowy (bez mleka)* 80 ml ( <b>GLU PSZ. MLE.</b> ) Surówka wielowarzywna z olejem b/c 100 g ( <b>SEL.</b> ) Fasolka szparagowa z wody* 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml	Jarzynowa z zacierką dieta ( ) 300 ml ( <b>GLU PSZ. JAJ. MLE. SEL.</b> ) Ziemniaki gotowane ( ) 180 g Filet z kurczaka gotowany 100 g Sos pietruszkowy* 80 ml ( <b>GLU PSZ. MLE.</b> ) Fasolka szparagowa z wody* 100 g Buraczki gotowane ( ) 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml	Płynna obiad*()-SIED 500 ml ( <b>SEL.</b> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Jarzynowa z zacierką dieta ( ) 300 ml ( <b>GLU PSZ. JAJ. MLE. SEL.</b> ) Ziemniaki gotowane puree ( ) 180 g ( <b>MLE.</b> ) Filet z kurczaka gotowany rozdrobniony 100 g Sos pietruszkowy* 80 ml ( <b>GLU PSZ. MLE.</b> ) Buraczki gotowane ( ) 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml	
	PD		Drożdżówka mini 50g 50 g ( <b>GLU PSZ. JAJ. MLE.</b> )		Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt Pieczywo chrupkie ekstrudowane-żytnie 30 g ( <b>GLU PSZ. GLU ŻYT. GLU JĘCZ.</b> )		Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 30 g	Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <b>MLE.</b> )	Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml	Drożdżówka mini 50g 50 g ( <b>GLU PSZ. JAJ. MLE.</b> )

Jadłospisy za okres od dnia 2025-11-17 do dnia 2025-11-23 KUCHNIA SIEDLCE

	SIE- Podstawowa/Ogólna	SIE- Podstawowa wzbogacona	SIE- Położnicza podstawowa	SIE- Położnicza łatwostrawna	SIE- Z ogr. łatwoprzyswajalnych węglowodanów	SIE- Z ogr. łatwoprzyswajalnych węgl. b/ml	SIE- Cukrzyca lekko strawna	SIE- Płynna 3x/Płynna wzb. 5x	SIE- Płynna wzbogacona b/ml	SIE- Papkowata
2025-11-18 wtorek	Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ.</b> ) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Rzepa biała 80 g Sałata zielona 20 g Kefir 1,5% tł 150g 1 Por ( <b>MLE.</b> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ.</b> ) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Rzepa biała 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Kefir 1,5% tł 150g 1 Por ( <b>MLE.</b> )	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ.</b> ) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Kefir 1,5% tł 150g 1 Por ( <b>MLE.</b> )	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ.</b> ) Rzepa biała 80 g Sałata zielona 20 g Kefir 1,5% tł 150g 1 Por ( <b>MLE.</b> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ.</b> ) Rzepa biała 80 g Sałata zielona 20 g Kefir 1,5% tł 150g 1 Por ( <b>MLE.</b> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ.</b> ) Rzepa biała 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ.</b> ) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Kefir 1,5% tł 150g 1 Por ( <b>MLE.</b> )	Płynna kolacja *(-)-SIED 500 ml ( <b>SEL.</b> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona mielona 50 g Pasta z jaj 80 g ( <b>JAJ, MLE.</b> ) Marchew gotowana z olejem ( ) 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Kefir 1,5% tł 150g 1 Por ( <b>MLE.</b> )
PN		Przecier owocowy jabłko-truskawka 120g 1 szt Wafle ryżowe 20 g		Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE.</b> ) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy parzony w osłonce niejadalnej 20 g ( <b>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.</b> ) Sałata zielona 10 g	Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Szynka z piersią kurczaka-wędł.z drob.gr.rozd.parzo. w osł.niejadalnej 20 g ( <b>SOJ.</b> ) Sałata zielona 10 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE.</b> ) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy parzony w osłonce niejadalnej 20 g ( <b>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.</b> ) Sałata zielona 10 g		Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Przecier owocowy jabłko-truskawka 120g 1 szt Biszkopty 30 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JĘCZ.</b> )	

Jadłospisy za okres od dnia 2025-11-17 do dnia 2025-11-23 KUCHNIA SIEDLCE

	SIE- Podstawowa/Ogólna	SIE- Podstawowa wzbogacona	SIE- Położnicza podstawowa	SIE- Położnicza łatwostrawna	SIE- Z ogr. łatwoprzyswajalnych węglowodanów	SIE- Z ogr. łatwoprzyswajalnych węgl. b/ml	SIE- Cukrzyca lekko strawna	SIE- Płynna 3x/Płynna wzb. 5x	SIE- Płynna wzbogacona b/ml	SIE- Papkowata
2025-11-18 wtorek	Wartość energetyczna: 2380.32 kcal; Białko ogółem: 101.33 g; Tłuszcz: 67.24 g; Kw. tł. nasy.: 25.34 g; Węglowodany ogółem: 358.62 g; W tym cukry: 106.52 g; Błonnik pok.: 35.61 g; Sól: 9.61 g; WW: 32.45 Por; : 17.03 %; 60.26 %; Ener. z T: 25.42 %; Ener. z Bł.: 2.99 %; K: 4450.69 mg;	Wartość energetyczna: 2523.32 kcal; Białko ogółem: 103.78 g; Tłuszcz: 70.97 g; Kw. tł. nasy.: 25.34 g; Węglowodany ogółem: 376.12 g; W tym cukry: 106.52 g; Błonnik pok.: 35.61 g; Sól: 9.76 g; WW: 34.20 Por; : 16.45 %; : 59.62 %; Ener. z T: 25.31 %; Ener. z Bł.: 2.82 %; K: 4450.69 mg;	Wartość energetyczna: 2423.61 kcal; Białko ogółem: 115.58 g; Tłuszcz: 53.15 g; Kw. tł. nasy.: 23.92 g; Węglowodany ogółem: 376.07 g; W tym cukry: 111.03 g; Błonnik pok.: 26.06 g; Sól: 9.29 g; WW: 35.10 Por; : 19.08 %; : 62.07 %; Ener. z T: 19.74 %; Ener. z Bł.: 2.15 %; K: 4807.50 mg;	Wartość energetyczna: 2109.92 kcal; Białko ogółem: 112.53 g; Tłuszcz: 57.81 g; Kw. tł. nasy.: 26.47 g; Węglowodany ogółem: 301.94 g; W tym cukry: 47.87 g; Błonnik pok.: 47.06 g; Sól: 10.04 g; WW: 25.63 Por; : 21.33 %; : 57.24 %; Ener. z T: 24.66 %; Ener. z Bł.: 4.46 %; K: 4514.94 mg;	Wartość energetyczna: 1843.34 kcal; Białko ogółem: 102.63 g; Tłuszcz: 41.13 g; Kw. tł. nasy.: 10.35 g; Węglowodany ogółem: 287.25 g; W tym cukry: 36.96 g; Błonnik pok.: 46.18 g; Sól: 8.86 g; WW: 24.28 Por; : 22.27 %; : 62.33 %; Ener. z T: 20.08 %; Ener. z Bł.: 5.01 %; K: 4013.89 mg;	Wartość energetyczna: 2159.26 kcal; Białko ogółem: 112.40 g; Tłuszcz: 53.48 g; Kw. tł. nasy.: 26.14 g; Węglowodany ogółem: 316.83 g; W tym cukry: 48.22 g; Błonnik pok.: 29.82 g; Sól: 10.64 g; WW: 28.74 Por; : 20.82 %; : 58.69 %; Ener. z T: 22.29 %; Ener. z Bł.: 2.76 %; K: 4030.23 mg;	Wartość energetyczna: 2092.42 kcal; Białko ogółem: 93.44 g; Tłuszcz: 80.06 g; Kw. tł. nasy.: 17.98 g; Węglowodany ogółem: 263.38 g; W tym cukry: 73.21 g; Błonnik pok.: 29.70 g; Sól: 2.18 g; WW: 23.15 Por; : 17.86 %; : 50.35 %; Ener. z T: 34.44 %; Ener. z Bł.: 2.84 %; K: 5320.25 mg;	Wartość energetyczna: 1894.56 kcal; Białko ogółem: 73.94 g; Tłuszcz: 68.81 g; Kw. tł. nasy.: 8.76 g; Węglowodany ogółem: 259.14 g; W tym cukry: 64.23 g; Błonnik pok.: 29.72 g; Sól: 1.56 g; WW: 22.72 Por; : 15.61 %; : 54.71 %; Ener. z T: 32.69 %; Ener. z Bł.: 3.14 %; K: 4455.35 mg;	Wartość energetyczna: 2463.12 kcal; Białko ogółem: 122.54 g; Tłuszcz: 52.40 g; Kw. tł. nasy.: 20.02 g; Węglowodany ogółem: 389.71 g; W tym cukry: 129.19 g; Błonnik pok.: 28.68 g; Sól: 9.72 g; WW: 35.97 Por; : 19.90 %; : 63.29 %; Ener. z T: 19.15 %; Ener. z Bł.: 2.33 %; K: 4934.92 mg;	
2025-11-19 środa Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 300 ml ( <u>MLE, GLU OW.</u> ) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u> ) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE.</u> ) Serek a'la homogenizowany 80 g ( <u>MLE.</u> ) Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 25 g ( <u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u> ) Papryka świeża 80 g Kielki rzodkiewki 20 g Śliwka 150 g	Płatki owsiane na mleku 300 ml ( <u>MLE, GLU OW.</u> ) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u> ) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE.</u> ) Serek a'la homogenizowany 80 g ( <u>MLE.</u> ) Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 25 g ( <u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u> ) Kielki rzodkiewki 20 g Papryka świeża 80 g	Płatki owsiane na mleku 300 ml ( <u>MLE, GLU OW.</u> ) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE.</u> ) Serek a'la homogenizowany 80 g ( <u>MLE.</u> ) Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 25 g ( <u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u> ) Papryka świeża 80 g Kielki rzodkiewki 20 g	Płatki owsiane na mleku 300 ml ( <u>MLE, GLU OW.</u> ) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE.</u> ) Serek a'la homogenizowany 80 g ( <u>MLE.</u> ) Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 25 g ( <u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u> ) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g	Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE.</u> ) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 75 g ( <u>SOJ.</u> ) Papryka świeża 80 g Kielki rzodkiewki 20 g	Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 75 g ( <u>SOJ.</u> ) Papryka świeża 80 g Kielki rzodkiewki 20 g	Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE.</u> ) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE.</u> ) Serek a'la homogenizowany 80 g ( <u>MLE.</u> ) Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 25 g ( <u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u> ) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Płynna śniadanie mleczna-SIED 500 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Płynna śniadanie bezmleczna-SIED 500 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Płatki owsiane na mleku 300 ml ( <u>MLE, GLU OW.</u> ) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE.</u> ) Serek a'la homogenizowany 80 g ( <u>MLE.</u> ) Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. mielona 25 g ( <u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u> ) Brokuł gotowany* 100 g

Jadłospisy za okres od dnia 2025-11-17 do dnia 2025-11-23 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- Podstawowa/Ogólna	SIE- Podstawowa wzbogacona	SIE- Położnicza podstawowa	SIE- Położnicza łatwostrawna	SIE- Z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów	SIE- Z ogr. łatwo przyswajalnych węgl. b/ml	SIE- Cukrzyca lekko strawna	SIE- Płynna 3x/Płynna wzb. 5x	SIE- Płynna wzbogacona b/ml	SIE- Papkowata
2025-11-19 środa	II ŚN		Śliwka 150 g	Jabłko pieczone 150 g	Jabłko 150 g	Jabłko pieczone 150 g	Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml	Jabłko pieczone 150 g			Jabłko pieczone 150 g
	Obiad	Kapuśniak z kapusty kiszzonej ( ) 300 ml ( <u>GLUPSZ.</u> <u>SEL.</u> <u>GOR.</u> ) Kasza jaglana na sypko 180 g Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g ( <u>GLUPSZ.</u> <u>JAJ.</u> ) Sos pomidorowy 80 ml ( <u>GLUPSZ.</u> ) Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c ( ) 100 g Cukinia pieczona z olejem * 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml		Ziemniaczana ( ) 300 ml ( <u>GLUPSZ.</u> <u>MLE.</u> <u>SEL.</u> ) Kasza jaglana na sypko 180 g Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g ( <u>GLUPSZ.</u> <u>JAJ.</u> ) Sos pomidorowy 80 ml ( <u>GLUPSZ.</u> ) Cukinia pieczona z olejem * 100 g Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c ( ) 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Kapuśniak z kapusty kiszzonej ( ) 300 ml ( <u>GLUPSZ.</u> <u>SEL.</u> <u>GOR.</u> ) Kasza jaglana na sypko 180 g Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g ( <u>GLUPSZ.</u> <u>JAJ.</u> ) Sos pomidorowy 80 ml ( <u>GLUPSZ.</u> ) Cukinia pieczona z olejem * 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml	Kapuśniak z kapusty kiszzonej ( ) 300 ml ( <u>GLUPSZ.</u> <u>SEL.</u> <u>GOR.</u> ) Kasza jaglana na sypko 180 g Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g ( <u>GLUPSZ.</u> <u>JAJ.</u> ) Sos pomidorowy 80 ml ( <u>GLUPSZ.</u> ) Cukinia pieczona z olejem * 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml	Ziemniaczana ( ) 300 ml ( <u>GLUPSZ.</u> <u>MLE.</u> <u>SEL.</u> ) Kasza jaglana na sypko 180 g Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g ( <u>GLUPSZ.</u> <u>JAJ.</u> ) Sos pomidorowy 80 ml ( <u>GLUPSZ.</u> ) Cukinia pieczona z olejem * 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml	Płynna obiad*( )-SIED 500 ml ( <u>SEL.</u> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ziemniaczana ( ) 300 ml ( <u>GLUPSZ.</u> <u>MLE.</u> <u>SEL.</u> ) Ryż na sypko 180 g Pieczeń rzymska wieprzowa rozdrobniona 100 g ( <u>GLUPSZ.</u> <u>JAJ.</u> ) Sos pomidorowy 80 ml ( <u>GLUPSZ.</u> ) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml		
	PD		Budyń o smaku śmietankowym b/c 200 ml ( <u>MLE.</u> )	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <u>GLUPSZ.</u> <u>GLU</u> <u>ZYT.</u> ) Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE.</u> ) Szynka gotowana wieprzowa wędzona parzona, zawiera wodę dodaną, w siatce niejadalnej 20 g ( <u>SOJ.</u> <u>może zawierać: GLUPSZ.</u> <u>JAJ.</u> <u>MLE.</u> <u>SEL.</u> <u>GOR.</u> <u>GLU</u> <u>OW.</u> ) Sałata zielona 10 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <u>GLUPSZ.</u> <u>GLU</u> <u>ZYT.</u> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 20 g Sałata zielona 10 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLUPSZ.</u> <u>GLU</u> <u>ZYT.</u> ) Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE.</u> ) Szynka gotowana wieprzowa wędzona parzona, zawiera wodę dodaną, w siatce niejadalnej 20 g ( <u>SOJ.</u> <u>może zawierać: GLUPSZ.</u> <u>JAJ.</u> <u>MLE.</u> <u>SEL.</u> <u>GOR.</u> <u>GLU</u> <u>OW.</u> ) Sałata zielona 10 g	Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml	Budyń o smaku śmietankowym b/c 200 ml ( <u>MLE.</u> )			

Jadłospisy za okres od dnia 2025-11-17 do dnia 2025-11-23 KUCHNIA SIEDLCE

	SIE- Podstawowa/Ogólna	SIE- Podstawowa wzbogacona	SIE- Położnicza podstawowa	SIE- Położnicza łatwostrawna	SIE- Z ogr. łatwoprzyswajalnych węglowodanów	SIE- Z ogr. łatwoprzyswajalnych węgl. b/ml	SIE- Cukrzyca lekko strawna	SIE- Płynna 3x/Płynna wzb. 5x	SIE- Płynna wzbogacona b/ml	SIE- Papkowata
2025-11-19 środa	Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE.</u> ) Paprykarz szczeciński 80 g ( <u>RYB, SOJ.</u> ) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 25 g ( <u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</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 mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE.</u> ) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 25 g ( <u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u> ) Paprykarz rybnny (morszczuk)-warzywny ( ) 80 g ( <u>RYB, SOJ.</u> ) Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE.</u> ) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 25 g ( <u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u> ) Paprykarz rybnny (morszczuk)-warzywny ( ) 80 g ( <u>RYB, SOJ.</u> ) 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 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE.</u> ) Paprykarz szczeciński 80 g ( <u>RYB, SOJ.</u> ) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 25 g ( <u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u> ) Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Paprykarz szczeciński 80 g ( <u>RYB, SOJ.</u> ) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dod. wody w osł.niejad 25 g Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE.</u> ) Paprykarz rybnny (morszczuk)-warzywny ( ) 80 g ( <u>RYB, SOJ.</u> ) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 25 g ( <u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u> ) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna kolacja *(-)-SIED 500 ml ( <u>SEL.</u> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE.</u> ) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona mielona 25 g ( <u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u> ) Paprykarz rybnny (morszczuk)-warzywny ( ) 80 g ( <u>RYB, SOJ.</u> ) Dynia z wody 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	
		PN	Ciasto drożdżowe 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SO2.</u> )	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt Pieczywo chrupkie ekstrudowane-żytnie 30 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> )	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt Pieczywo chrupkie ekstrudowane-żytnie 20 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> )	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt Podpłomyki b/c 20 g ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> )	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt		
			Wartość energetyczna: 2510.48 kcal; Białko ogółem: 107.23 g; Tłuszcz: 75.67 g; Kw. tł. nasy.: 25.78 g; Węglowodany ogółem: 365.03 g; W tym cukry: 77.83 g; Błonnik pok.: 34.86 g; Sól: 9.46 g; WW: 33.03 Por; : 17.09 %; : 58.16 %; Ener. z T: 27.13 %; Ener. z Bł.: 2.78 %; K: 3921.45 mg;	Wartość energetyczna: 2685.28 kcal; Białko ogółem: 113.90 g; Tłuszcz: 79.70 g; Kw. tł. nasy.: 28.17 g; Węglowodany ogółem: 392.94 g; W tym cukry: 96.18 g; Błonnik pok.: 34.90 g; Sól: 9.69 g; WW: 35.83 Por; : 16.97 %; : 58.53 %; Ener. z T: 26.71 %; Ener. z Bł.: 2.60 %; K: 4205.25 mg;	Wartość energetyczna: 2651.43 kcal; Białko ogółem: 114.71 g; Tłuszcz: 64.90 g; Kw. tł. nasy.: 26.31 g; Węglowodany ogółem: 414.98 g; W tym cukry: 100.10 g; Błonnik pok.: 29.82 g; Sól: 6.61 g; WW: 38.57 Por; : 17.31 %; : 62.61 %; Ener. z T: 22.03 %; Ener. z Bł.: 2.25 %; K: 4276.55 mg;	Wartość energetyczna: 2368.79 kcal; Białko ogółem: 108.35 g; Tłuszcz: 74.14 g; Kw. tł. nasy.: 26.49 g; Węglowodany ogółem: 336.11 g; W tym cukry: 48.61 g; Błonnik pok.: 45.16 g; Sól: 12.08 g; WW: 29.06 Por; : 18.30 %; : 56.76 %; Ener. z T: 28.17 %; Ener. z Bł.: 3.81 %; K: 4178.55 mg;	Wartość energetyczna: 2224.62 kcal; Białko ogółem: 97.10 g; Tłuszcz: 67.47 g; Kw. tł. nasy.: 14.58 g; Węglowodany ogółem: 327.78 g; W tym cukry: 48.46 g; Błonnik pok.: 43.91 g; Sól: 13.45 g; WW: 28.38 Por; : 17.46 %; : 58.94 %; Ener. z T: 27.30 %; Ener. z Bł.: 3.95 %; K: 3707.87 mg;	Wartość energetyczna: 2321.84 kcal; Białko ogółem: 106.31 g; Tłuszcz: 58.85 g; Kw. tł. nasy.: 24.53 g; Węglowodany ogółem: 355.85 g; W tym cukry: 47.37 g; Błonnik pok.: 30.78 g; Sól: 10.00 g; WW: 32.46 Por; : 18.31 %; : 61.30 %; Ener. z T: 22.81 %; Ener. z Bł.: 2.65 %; K: 3830.35 mg;	Wartość energetyczna: 2101.36 kcal; Białko ogółem: 87.20 g; Tłuszcz: 77.06 g; Kw. tł. nasy.: 16.19 g; Węglowodany ogółem: 278.80 g; W tym cukry: 83.89 g; Błonnik pok.: 29.72 g; Sól: 2.00 g; WW: 24.73 Por; : 16.60 %; : 53.07 %; Ener. z T: 33.00 %; Ener. z Bł.: 2.83 %; K: 5021.85 mg;	Wartość energetyczna: 1894.56 kcal; Białko ogółem: 73.94 g; Tłuszcz: 68.81 g; Kw. tł. nasy.: 8.76 g; Węglowodany ogółem: 259.14 g; W tym cukry: 64.23 g; Błonnik pok.: 29.72 g; Sól: 1.56 g; WW: 22.72 Por; : 15.61 %; : 54.71 %; Ener. z T: 33.00 %; Ener. z Bł.: 3.14 %; K: 4455.35 mg;

Jadłospisy za okres od dnia 2025-11-17 do dnia 2025-11-23 KUCHNIA SIEDLCE

SIE- Podstawowa/Ogólna	SIE- Podstawowa wzbogacona	SIE- Położnicza podstawowa	SIE- Położnicza łatwostrawna	SIE- Z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów	SIE- Z ogr. łatwo przyswajalnych węgl. b/ml	SIE- Cukrzyca lekko strawna	SIE- Płynna 3x/Płynna wzb. 5x	SIE- Płynna wzbogacona b/ml	SIE- Papkowata
<p>2025-11-20 czwartek</p> <p>Śniadanie</p> <p>Kasza manna na mleku 300 ml (<b>GLU PSZ, MLE.</b>)                      Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<b>GLU PSZ.</b>)                      Chleb mieszany pszenno-żytni 50g (<b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b>)                      Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<b>MLE.</b>)                      Pasta z fasoli 80g                      Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 25g                      Pomidor 80g                      Rukola 20g                      Banan 150g                      Herbata czarna granulowana z/c 250 ml</p>	<p>Kasza manna na mleku 300 ml (<b>GLU PSZ, MLE.</b>)                      Herbata czarna granulowana z/c 250 ml                      Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<b>GLU PSZ.</b>)                      Chleb mieszany pszenno-żytni 50g (<b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b>)                      Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<b>MLE.</b>)                      Pasta z fasoli 80g                      Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 25g                      Pomidor 80g                      Rukola 20g</p>	<p>Kasza manna na mleku 300 ml (<b>GLU PSZ, MLE.</b>)                      Herbata czarna granulowana z/c 250 ml                      Chleb mieszany pszenno-żytni 50g (<b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b>)                      Bułka pszenka kajzerka 50g 1 szt (<b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b>)                      Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<b>MLE.</b>)                      Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 25g                      Twarożek 80g (<b>MLE.</b>)                      Pomidor 80g                      Sałata zielona 20g</p>	<p>Maślanka 150 ml (<b>MLE.</b>)                      Chleb razowy żytnio-pszenny 50g (<b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b>)                      Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<b>GLU PSZ.</b>)                      Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<b>MLE.</b>)                      Pasta z fasoli 80g                      Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 25g                      Pomidor 80g                      Rukola 20g                      Herbata czarna granulowana b/c 250 ml</p>	<p>Herbata czarna granulowana b/c 250 ml                      Chleb razowy żytnio-pszenny 50g (<b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b>)                      Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<b>GLU PSZ.</b>)                      Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10g                      Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 25g                      Pasta z fasoli 80g                      Pomidor 80g                      Rukola 20g</p>	<p>Maślanka 150 ml (<b>MLE.</b>)                      Herbata czarna granulowana b/c 250 ml                      Chleb mieszany pszenno-żytni 100g (<b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b>)                      Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<b>MLE.</b>)                      Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 25g                      Twarożek 80g (<b>MLE.</b>)                      Pomidor 80g                      Sałata zielona 20g</p>	<p>Płynna śniadanie mleczna-SIED 500 ml (<b>GLU PSZ, JAJ, MLE.</b>)                      Herbata czarna granulowana b/c 250 ml</p>	<p>Płynna śniadanie bezmleczna-SIED 500 ml (<b>GLU PSZ, JAJ.</b>)                      Herbata czarna granulowana b/c 250 ml</p>	<p>Kasza manna na mleku 300 ml (<b>GLU PSZ, MLE.</b>)                      Herbata czarna granulowana z/c 250 ml                      Bułka pszenka długa krojona 50g (<b>GLU PSZ.</b>)                      Chleb mieszany pszenno-żytni 50g (<b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b>)                      Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<b>MLE.</b>)                      Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona mielona 25g                      Twarożek 80g (<b>MLE.</b>)                      Buraczki gotowane () 100g</p>	
<p>II ŚN</p>	<p>Banan 150g</p>	<p>Jabłko 150g</p>	<p>Jabłko pieczone 150g</p>	<p>Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml</p>	<p>Jabłko pieczone 1szt. 1szt</p>				

Jadłospisy za okres od dnia 2025-11-17 do dnia 2025-11-23 KUCHNIA SIEDLCE

	SIE- Podstawowa/Ogólna	SIE- Podstawowa wzbogacona	SIE- Położnicza podstawowa	SIE- Położnicza łatwostrawna	SIE- Z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów	SIE- Z ogr. łatwo przyswajalnych węgl. b/ml	SIE- Cukrzyca lekko strawna	SIE- Płynna 3x/Płynna wzb. 5x	SIE- Płynna wzbogacona b/ml	SIE- Papkowata
2025-11-20 czwartek	Obiad	Szpinakowa z ziemniakami ( ) 300 ml ( <b>GLU PSZ. MLE. SEL.</b> ) Makaron pełnoziarnisty z sosem bolognese, z łop wp ( ) 300 g ( <b>GLU PSZ. MLE. SEL.</b> ) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Surówka z rzodkwi i jabłka ( ) 100 g ( <b>MLE.</b> ) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Szpinakowa z ziemniakami ( ) 300 ml ( <b>GLU PSZ. MLE. SEL.</b> ) Makaron pełnoziarnisty z sosem bolognese, z łop wp ( ) 300 g ( <b>GLU PSZ. SEL.</b> ) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Koperkowa z ziemniakami ( ) 300 ml ( <b>GLU PSZ. MLE. SEL.</b> ) Makaron z sosem bolognese, z łop wp - dieta ( ) 300 g ( <b>GLU PSZ. SEL.</b> ) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Szpinakowa z ziemniakami ( ) 300 ml ( <b>GLU PSZ. MLE. SEL.</b> ) Makaron pełnoziarnisty z sosem bolognese, z łop wp ( ) 300 g ( <b>GLU PSZ. MLE. SEL.</b> ) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Surówka z rzodkwi i jabłka ( ) 100 g ( <b>MLE.</b> ) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml	Szpinakowa z ziemniakami (bez mleka) ( ) 300 ml ( <b>GLU PSZ. SEL.</b> ) Makaron pełnoziarnisty z sosem bolognese, z łop wp ( ) 300 g ( <b>GLU PSZ. SEL.</b> ) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml	Szpinakowa z ziemniakami ( ) 300 ml ( <b>GLU PSZ. MLE. SEL.</b> ) Makaron z sosem bolognese, z łop wp - dieta ( ) 300 g ( <b>GLU PSZ. SEL.</b> ) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml	Płynna obiad*( )-SIED 500 ml ( <b>SEL.</b> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Szpinakowa z ziemniakami ( ) 300 ml ( <b>GLU PSZ. MLE. SEL.</b> ) Klopsik wieprzowy rozdrobniony 100 g ( <b>GLU PSZ. JAJ.</b> ) Sos bazyliowy* 80 ml ( <b>GLU PSZ. SEL.</b> ) Ziemniaki gotowane puree ( ) 180 g ( <b>MLE.</b> ) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	
		PD	Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Musli 30 g ( <b>GLU PSZ. GLU OW. GLU JĘCZ. może zawierać: OZI, SOJ, MLE, ORZ.</b> )	Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Biszkopty b/c 20 g ( <b>GLU PSZ. JAJ.</b> )	Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Płatki owsiane 20 g ( <b>GLU OW.</b> )	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <b>GLU PSZ. GLU ZYT.</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 20 g ( <b>SOJ.</b> ) Sałata zielona 10 g	Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Płatki owsiane 20 g ( <b>GLU OW.</b> )	Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <b>MLE.</b> )	Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml	Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Biszkopty b/c 20 g ( <b>GLU PSZ. JAJ.</b> )

Jadłospisy za okres od dnia 2025-11-17 do dnia 2025-11-23 KUCHNIA SIEDLCE

	SIE- Podstawowa/Ogólna	SIE- Podstawowa wzbogacona	SIE- Położnicza podstawowa	SIE- Położnicza łatwostrawna	SIE- Z ogr. łatwoprzyswajalnych węglowodanów	SIE- Z ogr. łatwoprzyswajalnych węgl. b/ml	SIE- Cukrzyca lekko strawna	SIE- Płynna 3x/Płynna wzb. 5x	SIE- Płynna wzbogacona b/ml	SIE- Papkowata
2025-11-20 czwartek	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Leczo z drobiem-dieta * 300 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Jabłko 1 szt 1 szt	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Leczo z drobiem-dieta * 300 g Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Leczo z drobiem-dieta * 300 g Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Leczo z drobiem-dieta * 300 g Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Leczo z drobiem-dieta * 300 g Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Jabłko 1 szt 1 szt	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Leczo z drobiem-dieta * 300 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Płynna kolacja *(-)-SIED 500 ml ( <b>SEL.</b> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Leczo z drobiem-dieta * 300 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	
	PN	Mus owocowy 100g-produkt pasteryzowany 1 szt				Pieczywo chrupkie ekstrudowane-żytnie 30 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT, GLU JĘCZ.</b> ) Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE.</b> ) Połudwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkiem wody parzona 25 g ( <b>GLU PSZ, SOJ. może zawierać: MLE, SEL, GOR.</b> ) Sałata zielona 10 g	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Mus owocowy 100g-produkt pasteryzowany 1 szt	

**Jadłospisy za okres od dnia 2025-11-17 do dnia 2025-11-23 KUCHNIA SIEDLCE**

	SIE- Podstawowa/Ogólna	SIE- Podstawowa wzbogacona	SIE- Położnicza podstawowa	SIE- Położnicza łatwostrawna	SIE- Z ogr. łatwoprzyswajalnych węglowodanów	SIE- Z ogr. łatwoprzyswajalnych węgl. b/ml	SIE- Cukrzyca lekko strawna	SIE- Płynna 3x/Płynna wzb. 5x	SIE- Płynna wzbogacona b/ml	SIE- Papkowata
2025-11-20 czwartek	Wartość energetyczna: 2463.30 kcal; Białko ogółem: 101.58 g; Tłuszcz: 55.05 g; Kw. tł. nasy.: 17.66 g; Węglowodany ogółem: 408.39 g; W tym cukry: 106.10 g; Błonnik pok.: 43.41 g; Sól: 6.06 g; WW: 36.68 Por; : 16.49 %; : 66.32 %; Ener. z T: 20.11 %; Ener. z Bł.: 3.52 %; K: 4834.37 mg;	Wartość energetyczna: 2666.40 kcal; Białko ogółem: 110.88 g; Tłuszcz: 60.21 g; Kw. tł. nasy.: 19.78 g; Węglowodany ogółem: 436.89 g; W tym cukry: 115.70 g; Błonnik pok.: 45.90 g; Sól: 6.57 g; WW: 39.26 Por; : 16.63 %; : 65.54 %; Ener. z T: 20.32 %; Ener. z Bł.: 3.44 %; K: 5134.37 mg;	Wartość energetyczna: 2515.51 kcal; Białko ogółem: 112.80 g; Tłuszcz: 52.95 g; Kw. tł. nasy.: 18.01 g; Węglowodany ogółem: 403.22 g; W tym cukry: 109.86 g; Błonnik pok.: 26.64 g; Sól: 5.41 g; WW: 37.80 Por; : 17.94 %; : 64.12 %; Ener. z T: 18.94 %; Ener. z Bł.: 2.12 %; K: 4054.94 mg;	Wartość energetyczna: 2385.20 kcal; Białko ogółem: 108.75 g; Tłuszcz: 55.97 g; Kw. tł. nasy.: 17.21 g; Węglowodany ogółem: 380.81 g; W tym cukry: 67.98 g; Błonnik pok.: 53.48 g; Sól: 6.13 g; WW: 32.90 Por; : 18.24 %; : 63.86 %; Ener. z T: 21.12 %; Ener. z Bł.: 4.48 %; K: 4942.95 mg;	Wartość energetyczna: 2262.96 kcal; Białko ogółem: 99.48 g; Tłuszcz: 49.68 g; Kw. tł. nasy.: 8.93 g; Węglowodany ogółem: 372.42 g; W tym cukry: 52.87 g; Błonnik pok.: 53.84 g; Sól: 6.53 g; WW: 32.07 Por; : 17.58 %; : 65.83 %; Ener. z T: 19.76 %; Ener. z Bł.: 4.76 %; K: 4252.67 mg;	Wartość energetyczna: 2272.41 kcal; Białko ogółem: 110.76 g; Tłuszcz: 53.78 g; Kw. tł. nasy.: 18.58 g; Węglowodany ogółem: 345.99 g; W tym cukry: 63.29 g; Błonnik pok.: 28.91 g; Sól: 7.22 g; WW: 31.82 Por; : 19.50 %; : 60.90 %; Ener. z T: 21.30 %; Ener. z Bł.: 2.54 %; K: 3486.30 mg;	Wartość energetyczna: 2092.42 kcal; Białko ogółem: 93.44 g; Tłuszcz: 80.06 g; Kw. tł. nasy.: 17.98 g; Węglowodany ogółem: 263.38 g; W tym cukry: 73.21 g; Błonnik pok.: 29.70 g; Sól: 2.18 g; WW: 23.15 Por; : 17.86 %; : 50.35 %; Ener. z T: 34.44 %; Ener. z Bł.: 2.84 %; K: 5320.25 mg;	Wartość energetyczna: 1894.56 kcal; Białko ogółem: 73.94 g; Tłuszcz: 68.81 g; Kw. tł. nasy.: 8.76 g; Węglowodany ogółem: 259.14 g; W tym cukry: 64.23 g; Błonnik pok.: 29.72 g; Sól: 1.56 g; WW: 22.72 Por; : 15.61 %; : 54.71 %; Ener. z T: 32.69 %; Ener. z Bł.: 3.14 %; K: 4455.35 mg;	Wartość energetyczna: 2445.45 kcal; Białko ogółem: 116.09 g; Tłuszcz: 51.08 g; Kw. tł. nasy.: 18.66 g; Węglowodany ogółem: 388.48 g; W tym cukry: 99.77 g; Błonnik pok.: 29.10 g; Sól: 6.12 g; WW: 35.98 Por; : 18.99 %; : 63.54 %; Ener. z T: 18.80 %; Ener. z Bł.: 2.38 %; K: 4820.03 mg;	
2025-11-21 piątek	Śniadanie	Zacierka na mleku 300 ml ( <b>GLUPSZ, MLE</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE</b> ) Serek wiejski lekki 3% tł 150g 1 szt ( <b>MLE</b> ) Powidła śliwkowe 25 g Pomidor 80 g Kielki brokuła 20 g Śliwka 150 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ</b> )	Zacierka na mleku 300 ml ( <b>GLUPSZ, MLE</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Chleb razowy pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE</b> ) Serek wiejski lekki 3% tł 150g 1 szt ( <b>MLE</b> ) Powidła śliwkowe 25 g Kielki brokuła 20 g Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ</b> )	Zacierka na mleku 300 ml ( <b>GLUPSZ, MLE</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE</b> ) Serek wiejski lekki 3% tł 150g 1 szt ( <b>MLE</b> ) Miód (25g) 1 szt Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ</b> )	Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <b>MLE</b> ) Kawa zbożowa b/c 250 ml ( <b>GLU ŻYT, GLU JĘCZ</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE</b> ) Serek wiejski lekki 3% tł 150g 1 szt ( <b>MLE</b> ) Hummus 25 g ( <b>SEZ</b> ) Pomidor 80 g Kielki brokuła 20 g	Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynka z piersią kurczaka-wędl.z drob.gr.rozd.parzo. w osł.niejadalnej 50 g ( <b>SOJ</b> ) Hummus 25 g ( <b>SEZ</b> ) Kielki brokuła 20 g Pomidor 80 g Kawa zbożowa b/c 250 ml ( <b>GLU ŻYT, GLU JĘCZ</b> )	Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <b>MLE</b> ) Kawa zbożowa b/c 250 ml ( <b>GLU PSZ, GLU JĘCZ, GLU ŻYT</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE</b> ) Szynka z piersią kurczaka-wędl.z drob.gr.rozd.parzo. w osł.niejadalnej 25 g ( <b>SOJ</b> ) Serek wiejski lekki 3% tł 150g 1 szt ( <b>MLE</b> ) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Płynna śniadanie mleczna-SIED 500 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE</b> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Płynna śniadanie bezmleczna-SIED 500 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ</b> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml ( <b>MLE</b> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE</b> ) Twarożek 80 g ( <b>MLE</b> ) Miód (25g) 1 szt Cukinia pieczona z olejem * 100 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ</b> )
II ŚN		Śliwka 150 g	Mus- przecier owocowy jabłko 100g (tubka) 1 szt	Jabłko 150 g	Jabłko pieczone 150 g	Budyń o smaku śmietankowym b/c 200 ml ( <b>MLE</b> )	Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml	Mus- przecier owocowy jabłko 100g (tubka) 1 szt		

Jadłospisy za okres od dnia 2025-11-17 do dnia 2025-11-23 KUCHNIA SIEDLCE

	SIE- Podstawowa/Ogólna	SIE- Podstawowa wzbogacona	SIE- Położnicza podstawowa	SIE- Położnicza łatwostrawna	SIE- Z ogr. łatwoprzyswajalnych węglowodanów	SIE- Z ogr. łatwoprzyswajalnych węgl. b/ml	SIE- Cukrzyca lekko strawna	SIE- Płynna 3x/Płynna wzb. 5x	SIE- Płynna wzbogacona b/ml	SIE- Papkowata
2025-11-21 piątek	Obiad	Krupnik jęczmienny () 300 ml ( <u>MLE, SEL, GLU JĘCZ.</u> ) Ziemniaki gotowane () 180 g Ryba smażona (Morszczuk) 100 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u> ) Surówka z kapusty kiszzonej z olejem () 100 g Warzywa po grecku () 100 g ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Krupnik jęczmienny () 300 ml ( <u>MLE, SEL, GLU JĘCZ.</u> ) Ziemniaki gotowane () 180 g Pulpet rybny (Morszczuk) 100 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u> ) Sos koperkowy * 80 ml ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> ) Warzywa po grecku () 200 g ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Krupnik jęczmienny () 300 ml ( <u>MLE, SEL, GLU JĘCZ.</u> ) Ziemniaki gotowane () 180 g Pulpet rybny (Morszczuk) 100 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u> ) Sos koperkowy * 80 ml ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> ) Warzywa po grecku () 100 g ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Surówka z kapusty kiszzonej z olejem b/c () 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml	Krupnik jęczmienny (bez mleka) () 300 ml ( <u>SEL, GLU JĘCZ.</u> ) Ziemniaki gotowane () 180 g Pulpet rybny (Morszczuk) 100 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u> ) Sos koperkowy *(bez mleka) 80 ml ( <u>GLU PSZ.</u> ) Surówka z kapusty kiszzonej z olejem b/c () 100 g Warzywa po grecku () 100 g ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml	Krupnik jęczmienny () 300 ml ( <u>MLE, SEL, GLU JĘCZ.</u> ) Ziemniaki gotowane () 180 g Pulpet rybny (Morszczuk) 100 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u> ) Sos koperkowy * 80 ml ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> ) Warzywa po grecku () 200 g ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml	Płynna obiad*()-SIED 500 ml ( <u>SEL.</u> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryżowa () 300 ml ( <u>MLE, SEL.</u> ) Ziemniaki gotowane puree () 180 g ( <u>MLE.</u> ) Pulpet rybny (Morszczuk) rozdrobniony 100 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u> ) Sos koperkowy * 80 ml ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> ) Warzywa po grecku () 200 g ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml		
			Kisiel o smaku cytrynowym z/c 200 ml	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt Pieczywo chrupkie Fit Rölls gryczany z solą morską 60 g 1 szt ( <u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, SEZ.</u> )	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 20 g ( <u>SOJ.</u> ) Sałata zielona 10 g	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt Wafle ryżowe 30 g	Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml	Kisiel o smaku cytrynowym z/c 200 ml		

Jadłospisy za okres od dnia 2025-11-17 do dnia 2025-11-23 KUCHNIA SIEDLCE

	SIE- Podstawowa/Ogólna	SIE- Podstawowa wzbogacona	SIE- Położnicza podstawowa	SIE- Położnicza łatwostrawna	SIE- Z ogr. łatwoprzyswajalnych węglowodanów	SIE- Z ogr. łatwoprzyswajalnych węgl. b/ml	SIE- Cukrzyca lekko strawna	SIE- Płynna 3x/Płynna wzb. 5x	SIE- Płynna wzbogacona b/ml	SIE- Papkowata
2025-11-21 piątek	Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni (GLU PSZ, GLU ZYT.) 50 g Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni (GLU PSZ, GLU ZYT.) 50 g Masło porcjowane 10g (82% tł.) (MLE.) 1 szt Pasta z jaj z cebulą i koperkiem (JAJ, GOR.) 80 g Ser żółty 50 g (MLE.) Ogórek kiszony 80 g Roszponka 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 ZYT.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Pasta z jaj z cebulą i koperkiem 80 g (JAJ, GOR.) Ser żółty 50 g (MLE.) Ogórek kiszony 80 g Roszponka 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 80 g (JAJ, MLE.) Dżem 25 g 1 szt Pomidor 80 g Roszponka 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 80 g (JAJ, MLE.) Ser żółty 50 g (MLE.) Ogórek kiszony 80 g Roszponka 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Jajko gotowane kl M 2 szt (JAJ.) Ogórek kiszony 80 g Roszponka 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 80 g (JAJ, MLE.) Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 25 g (SOJ.) Pomidor 80 g Roszponka 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna kolacja *(-)-SIED 500 ml (SEL.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 80 g (JAJ, MLE.) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 80 g (JAJ, MLE.) Dżem 25 g 1 szt Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 100 g (SEL.)	
		Mleko Smakowe UHT 1,5% tł 0,2l 1 szt (MLE.) Podplomyki b/c 20 g (GLU PSZ, MLE.)	Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Twarożek z ziołami 40 g (MLE.) Sałata zielona 10 g	Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz .parzo.z dodk.wody w osł.niejad 25 g Sałata zielona 10 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Twarożek z ziołami 40 g (MLE.) Sałata zielona 10 g	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Mleko Smakowe UHT 1,5% tł 0,2l 1 szt (MLE.) Biszkopty b/ml 30 g (GLU PSZ, JAJ.)			
	Wartość energetyczna: 2757.85 kcal; Białko ogółem: 124.41 g; Tłuszcz: 93.69 g; Kw. tł. nasy.: 34.20 g; Węglowodany ogółem: 367.84 g; W tym cukry: 92.42 g; Błonnik pok.: 31.55 g; Sól: 9.97 g; WW: 33.64 Por; : 18.04 %; : 53.35 %; Ener. z T: 30.57 %; Ener. z Bł.: 2.29 %; K: 4298.67 mg;	Wartość energetyczna: 2909.98 kcal; Białko ogółem: 124.46 g; Kw. tł. nasy.: 34.20 g; Węglowodany ogółem: 405.87 g; W tym cukry: 122.71 g; Błonnik pok.: 31.57 g; Sól: 10.03 g; WW: 37.46 Por; : 17.11 %; : 55.79 %; Ener. z T: 28.98 %; Ener. z Bł.: 2.17 %; K: 4300.54 mg;	Wartość energetyczna: 2716.29 kcal; Białko ogółem: 112.46 g; Tłuszcz: 60.42 g; Kw. tł. nasy.: 23.34 g; Węglowodany ogółem: 441.10 g; W tym cukry: 129.39 g; Błonnik pok.: 24.42 g; Sól: 7.11 g; WW: 41.83 Por; : 16.56 %; : 64.96 %; Ener. z T: 20.02 %; Ener. z Bł.: 1.80 %; K: 4112.58 mg;	Wartość energetyczna: 2552.46 kcal; Białko ogółem: 125.46 g; Tłuszcz: 84.57 g; Kw. tł. nasy.: 33.15 g; Węglowodany ogółem: 341.17 g; W tym cukry: 45.33 g; Błonnik pok.: 40.57 g; Sól: 12.33 g; WW: 30.06 Por; : 19.66 %; : 53.47 %; Ener. z T: 29.82 %; Ener. z Bł.: 3.18 %; K: 4318.14 mg;	Wartość energetyczna: 2066.31 kcal; Białko ogółem: 91.21 g; Tłuszcz: 70.14 g; Kw. tł. nasy.: 14.87 g; Węglowodany ogółem: 299.24 g; W tym cukry: 34.12 g; Błonnik pok.: 44.94 g; Sól: 10.97 g; WW: 25.43 Por; : 17.66 %; : 57.93 %; Ener. z T: 30.55 %; Ener. z Bł.: 4.35 %; K: 4090.16 mg;	Wartość energetyczna: 2320.35 kcal; Białko ogółem: 113.60 g; Tłuszcz: 63.32 g; Kw. tł. nasy.: 23.05 g; Węglowodany ogółem: 343.60 g; W tym cukry: 50.24 g; Błonnik pok.: 31.73 g; Sól: 11.59 g; WW: 31.19 Por; : 19.58 %; : 59.23 %; Ener. z T: 24.56 %; Ener. z Bł.: 2.73 %; K: 3990.08 mg;	Wartość energetyczna: 2177.22 kcal; Białko ogółem: 93.81 g; Tłuszcz: 81.09 g; Kw. tł. nasy.: 18.58 g; Węglowodany ogółem: 281.99 g; W tym cukry: 85.25 g; Błonnik pok.: 29.74 g; Sól: 2.17 g; WW: 25.05 Por; : 17.23 %; : 51.81 %; Ener. z T: 33.52 %; Ener. z Bł.: 2.73 %; K: 5304.05 mg;	Wartość energetyczna: 1894.56 kcal; Białko ogółem: 73.94 g; Tłuszcz: 68.81 g; Kw. tł. nasy.: 8.76 g; Węglowodany ogółem: 259.14 g; W tym cukry: 64.23 g; Błonnik pok.: 29.72 g; Sól: 1.56 g; WW: 22.72 Por; : 15.61 %; : 54.71 %; Ener. z T: 32.69 %; Ener. z Bł.: 3.14 %; K: 4455.35 mg;	Wartość energetyczna: 2830.41 kcal; Białko ogółem: 109.48 g; Tłuszcz: 70.24 g; Kw. tł. nasy.: 25.97 g; Węglowodany ogółem: 452.54 g; W tym cukry: 132.32 g; Błonnik pok.: 28.31 g; Sól: 6.84 g; WW: 42.52 Por; : 15.47 %; : 63.95 %; Ener. z T: 22.34 %; Ener. z Bł.: 2.00 %; K: 4417.83 mg;	

Jadłospisy za okres od dnia 2025-11-17 do dnia 2025-11-23 KUCHNIA SIEDLCE

	SIE- Podstawowa/Ogólna	SIE- Podstawowa wzbogacona	SIE- Położnicza podstawowa	SIE- Położnicza łatwostrawna	SIE- Z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów	SIE- Z ogr. łatwo przyswajalnych węgl. b/ml	SIE- Cukrzyca lekko strawna	SIE- Płynna 3x/Płynna wzb. 5x	SIE- Płynna wzbogacona b/ml	SIE- Papkowata
2025-11-22 sobota Śniadanie	<p>Płatki owsiane na mleku 300 ml (<b>MLE, GLU OW.</b>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<b>MLE.</b>) Parówki z szynki-kielbasa wieprzowa, homogenizowana, wędzona, parzona 60 g Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt (<b>MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE.</b>) Ketchup 10 g (<b>SEL.</b>) Rzodkiew biała 80 g Sałata lodowa 20 g Jabłko 150 g</p>	<p>Płatki owsiane na mleku 300 ml (<b>MLE, GLU OW.</b>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<b>MLE.</b>) Parówki z szynki-kielbasa wieprzowa, homogenizowana, wędzona, parzona 60 g Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt (<b>MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE.</b>) Ketchup 10 g (<b>SEL.</b>) Rzodkiew biała 80 g Sałata lodowa 20 g</p>	<p>Płatki owsiane na mleku 300 ml (<b>MLE, GLU OW.</b>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<b>MLE.</b>) Parówki z szynki-kielbasa wieprzowa, homogenizowana, wędzona, parzona 60 g Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt (<b>MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE.</b>) Rzodkiew biała 80 g Sałata lodowa 20 g Ketchup 10 g (<b>SEL.</b>)</p>	<p>Płatki owsiane na mleku 300 ml (<b>MLE, GLU OW.</b>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<b>GLU PSZ.</b>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<b>MLE.</b>) Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (<b>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</b>) Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt (<b>MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE.</b>) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g</p>	<p>Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<b>MLE.</b>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (<b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 75 g (<b>SOJ.</b>) Rzodkiew biała 80 g Sałata lodowa 20 g</p>	<p>Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (<b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 75 g (<b>SOJ.</b>) Rzodkiew biała 80 g Sałata lodowa 20 g</p>	<p>Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<b>MLE.</b>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<b>MLE.</b>) Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 25 g (<b>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</b>) Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt (<b>MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE.</b>) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g</p>	<p>Płynna śniadanie mleczna-SIED 500 ml (<b>GLU PSZ, JAJ, MLE.</b>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml</p>	<p>Płynna śniadanie bezmleczna-SIED 500 ml (<b>GLU PSZ, JAJ.</b>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml</p>	<p>Płatki owsiane na mleku 300 ml (<b>MLE, GLU OW.</b>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<b>GLU PSZ.</b>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<b>MLE.</b>) Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. mielona 50 g (<b>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</b>) Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt (<b>MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE.</b>) Kalafior gotowany* 100 g</p>
II ŚN		Jabłko 150 g	Jabłko 150 g	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Jabłko 150 g	Jabłko pieczone 150 g	Jabłko pieczone 150 g	Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	

**Jadłospisy za okres od dnia 2025-11-17 do dnia 2025-11-23 KUCHNIA SIEDLCE**

		SIE- Podstawowa/Ogólna	SIE- Podstawowa wzbogacona	SIE- Położnicza podstawowa	SIE- Położnicza łatwostrawna	SIE- Z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów	SIE- Z ogr. łatwo przyswajalnych węgl. b/ml	SIE- Cukrzyca lekko strawna	SIE- Płynna 3x/Płynna wzb. 5x	SIE- Płynna wzbogacona b/ml	SIE- Papkowata
2025-11-22 sobota	Obiad	Koperkowa z ziemniakami ( ) 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL,</b> ) Ryż na sypko (brązowy) 180 g Kociólek meksykański z kurczakiem i fasolą 150 g ( <b>SEL,</b> ) Kociólek meksykański z kurczakiem i fasolą 150 g ( <b>SEL,</b> ) Surówka z marchwi i jabłka b/c ( ) 100 g ( <b>MLE,</b> ) Buraczki gotowane ( ) 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml	Koperkowa z ziemniakami ( ) 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL,</b> ) Ryż na sypko (brązowy) 180 g Kociólek meksykański z kurczakiem i fasolą 150 g ( <b>SEL,</b> ) Buraczki gotowane ( ) 100 g Surówka z marchwi i jabłka b/c ( ) 100 g ( <b>MLE,</b> ) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml	Solferino ( ) 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL,</b> ) Ryż na sypko 180 g Potrawka drobiowa ( ) 150 g ( <b>GLU PSZ, SEL,</b> ) Buraczki gotowane ( ) 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml Surówka z marchwi i jabłka b/c ( ) 100 g ( <b>MLE,</b> )	Koperkowa z ziemniakami ( ) 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL,</b> ) Ryż na sypko (brązowy) 180 g Kociólek meksykański z kurczakiem i fasolą 150 g ( <b>SEL,</b> ) Surówka z marchwi i jabłka b/c ( ) 100 g ( <b>MLE,</b> ) Buraczki gotowane ( ) 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml	Koperkowa z ziemniakami ( ) 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL,</b> ) Ryż na sypko (brązowy) 180 g Kociólek meksykański z kurczakiem i fasolą 150 g ( <b>SEL,</b> ) Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c ( ) 100 g Buraczki gotowane ( ) 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml	Koperkowa z ziemniakami ( ) 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL,</b> ) Ryż na sypko (brązowy) 180 g Kociólek meksykański z kurczakiem i fasolą 150 g ( <b>SEL,</b> ) Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c ( ) 100 g Buraczki gotowane ( ) 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml	Koperkowa z ziemniakami ( ) 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL,</b> ) Ryż na sypko 180 g Potrawka drobiowa ( ) 150 g ( <b>GLU PSZ, SEL,</b> ) Buraczki gotowane ( ) 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml Surówka z marchwi i jabłka b/c ( ) 100 g ( <b>MLE,</b> )	Płynna obiad*( )-SIED 500 ml ( <b>SEL,</b> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Koperkowa z ziemniakami ( ) 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL,</b> ) Ryż na sypko 180 g Potrawka drobiowa ( ) rozdrobiona 150 g ( <b>GLU PSZ, SEL,</b> ) Buraczki gotowane ( ) 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml	
	PD		Maślanka truskawkowa 200 ml ( <b>MLE,</b> )		Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt Pieczywo chrupkie ekstrudowane-żytnie 30 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</b> )	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt Pieczywo chrupkie ekstrudowane-żytnie 20 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</b> )	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt Podplomyki b/c 20 g ( <b>GLU PSZ, MLE,</b> )		Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml	Maślanka truskawkowa 200 ml ( <b>MLE,</b> )	

Jadłospisy za okres od dnia 2025-11-17 do dnia 2025-11-23 KUCHNIA SIEDLCE

	SIE- Podstawowa/Ogólna	SIE- Podstawowa wzbogacona	SIE- Położnicza podstawowa	SIE- Położnicza łatwostrawna	SIE- Z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów	SIE- Z ogr. łatwo przyswajalnych węgl. b/ml	SIE- Cukrzyca lekko strawna	SIE- Płynna 3x/Płynna wzb. 5x	SIE- Płynna wzbogacona b/ml	SIE- Papkowata
2025-11-22 sobota	Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Sałatka z makaronu z wędliną drobiowo wieprzową -dieta () 150 g ( <b>GLU PSZ, SEL, może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.</b> ) Szynkowa Extra-wędzonka wieprzowa, wędzona ,z wodą dodaną. 25 g ( <b>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</b> ) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <b>MLE.</b> )	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Sałatka z makaronu z wędliną drobiowo wieprzową -dieta () 150 g ( <b>GLU PSZ, SEL, może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.</b> ) Szynkowa Extra-wędzonka wieprzowa, wędzona ,z wodą dodaną. 25 g ( <b>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</b> ) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <b>MLE.</b> )	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Szynkowa Extra-wędzonka wieprzowa, wędzona ,z wodą dodaną. 25 g ( <b>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</b> ) Sałatka z makaronu z wędliną drobiowo wieprzową -dieta () 150 g ( <b>GLU PSZ, SEL, może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.</b> ) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <b>MLE.</b> )	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Sałatka z makaronu z wędliną drobiowo wieprzową -dieta () 150 g ( <b>GLU PSZ, SEL, może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.</b> ) Szynkowa Extra-wędzonka wieprzowa, wędzona ,z wodą dodaną. 25 g ( <b>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</b> ) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <b>MLE.</b> )	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynka z piersią kurczaka-wędł.z drob.gr.rozd.parzo. w osł.niejadalnej 75 g ( <b>SOJ.</b> ) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Sałatka z makaronu z wędliną drobiowo wieprzową -dieta () 150 g ( <b>GLU PSZ, SEL, może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.</b> ) Szynkowa Extra-wędzonka wieprzowa, wędzona ,z wodą dodaną. 25 g ( <b>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</b> ) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <b>MLE.</b> )	Płynna kolacja *(-)-SIED 500 ml ( <b>SEL.</b> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Szynkowa Extra-wędzonka wieprzowa, wędzona ,z wodą dodaną. 25 g ( <b>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</b> ) Twarożek 80 g ( <b>MLE.</b> ) Brokuł gotowany* 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <b>MLE.</b> )	
PN	Mus- przecier owocowy jabłko 100g (tubka) 1 szt			Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE.</b> ) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz .parzo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g Sałata zielona 10 g	Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz .parzo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g Sałata zielona 10 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE.</b> ) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz .parzo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g Sałata zielona 10 g	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Mus- przecier owocowy jabłko 100g (tubka) 1 szt		

Jadłospisy za okres od dnia 2025-11-17 do dnia 2025-11-23 KUCHNIA SIEDLCE

	SIE- Podstawowa/Ogólna	SIE- Podstawowa wzbogacona	SIE- Położnicza podstawowa	SIE- Położnicza łatwostrawna	SIE- Z ogr. łatwoprzyswajalnych węglowodanów	SIE- Z ogr. łatwoprzyswajalnych węgl. b/ml	SIE- Cukrzyca lekko strawna	SIE- Płynna 3x/Płynna wzb. 5x	SIE- Płynna wzbogacona b/ml	SIE- Papkowata
2025-11-22 sobota	Wartość energetyczna: 2447.90 kcal; Białko ogółem: 77.70 g; Tłuszcz: 77.85 g; Kw. tł. nasy.: 31.64 g; Węglowodany ogółem: 374.21 g; W tym cukry: 108.13 g; Błonnik pok.: 44.67 g; Sól: 8.47 g; WW: 33.01 Por; : 12.70 %; : 61.15 %; Ener. z T: 28.62 %; Ener. z Bł.: 3.65 %; K: 4220.06 mg;	Wartość energetyczna: 2595.90 kcal; Białko ogółem: 84.10 g; Tłuszcz: 80.85 g; Kw. tł. nasy.: 33.64 g; Węglowodany ogółem: 398.21 g; W tym cukry: 108.13 g; Błonnik pok.: 44.67 g; Sól: 8.67 g; WW: 35.41 Por; : 12.96 %; : 61.36 %; Ener. z T: 28.03 %; Ener. z Bł.: 3.44 %; K: 4220.06 mg;	Wartość energetyczna: 2549.78 kcal; Białko ogółem: 99.86 g; Tłuszcz: 64.72 g; Kw. tł. nasy.: 27.72 g; Węglowodany ogółem: 406.58 g; W tym cukry: 108.40 g; Błonnik pok.: 31.27 g; Sól: 7.87 g; WW: 37.59 Por; : 15.67 %; : 63.78 %; Ener. z T: 22.84 %; Ener. z Bł.: 2.45 %; K: 4198.98 mg;	Wartość energetyczna: 2270.29 kcal; Białko ogółem: 84.50 g; Tłuszcz: 63.60 g; Kw. tł. nasy.: 26.32 g; Węglowodany ogółem: 358.18 g; W tym cukry: 60.10 g; Błonnik pok.: 57.77 g; Sól: 9.02 g; WW: 30.12 Por; : 14.89 %; : 63.11 %; Ener. z T: 25.21 %; Ener. z Bł.: 5.09 %; K: 4306.16 mg;	Wartość energetyczna: 1822.10 kcal; Białko ogółem: 72.14 g; Tłuszcz: 48.58 g; Kw. tł. nasy.: 9.96 g; Węglowodany ogółem: 308.86 g; W tym cukry: 45.98 g; Błonnik pok.: 53.94 g; Sól: 9.45 g; WW: 25.58 Por; : 15.84 %; : 67.80 %; Ener. z T: 24.00 %; Ener. z Bł.: 5.92 %; K: 3602.10 mg;	Wartość energetyczna: 2333.35 kcal; Białko ogółem: 89.38 g; Tłuszcz: 62.64 g; Kw. tł. nasy.: 26.57 g; Węglowodany ogółem: 366.68 g; W tym cukry: 55.14 g; Błonnik pok.: 35.90 g; Sól: 9.26 g; WW: 33.15 Por; : 15.32 %; : 62.86 %; Ener. z T: 24.16 %; Ener. z Bł.: 3.08 %; K: 3665.77 mg;	Wartość energetyczna: 2101.36 kcal; Białko ogółem: 87.20 g; Tłuszcz: 77.06 g; Kw. tł. nasy.: 16.19 g; Węglowodany ogółem: 278.80 g; W tym cukry: 83.89 g; Błonnik pok.: 29.72 g; Sól: 2.00 g; WW: 24.73 Por; : 16.60 %; : 53.07 %; Ener. z T: 33.00 %; Ener. z Bł.: 2.83 %; K: 5021.85 mg;	Wartość energetyczna: 1894.56 kcal; Białko ogółem: 73.94 g; Tłuszcz: 68.81 g; Kw. tł. nasy.: 8.76 g; Węglowodany ogółem: 259.14 g; W tym cukry: 64.23 g; Błonnik pok.: 29.72 g; Sól: 1.56 g; WW: 22.72 Por; : 15.61 %; : 54.71 %; Ener. z T: 32.69 %; Ener. z Bł.: 3.14 %; K: 4455.35 mg;	Wartość energetyczna: 2396.85 kcal; Białko ogółem: 107.31 g; Tłuszcz: 54.38 g; Kw. tł. nasy.: 26.70 g; Węglowodany ogółem: 382.09 g; W tym cukry: 109.13 g; Błonnik pok.: 28.66 g; Sól: 7.16 g; WW: 35.27 Por; : 17.91 %; : 63.76 %; Ener. z T: 20.42 %; Ener. z Bł.: 2.39 %; K: 4017.81 mg;	
2025-11-23 niedziela	Śniadanie									
	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml ( <b>MLE.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ. GLU ZYT.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <b>GLU PSZ. GLU ZYT.</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Szynka zielonogórska-wieprzowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 50 g ( <b>SOJ. MLE. SEL. może zawierać: JAJ. GOR.</b> ) Dżem 25 g 1 szt Pomidor 80 g Mix sałat 20 g Banan 150 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml ( <b>MLE.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ. GLU ZYT.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <b>GLU PSZ. GLU ZYT.</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Szynka zielonogórska-wieprzowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 50 g ( <b>SOJ. MLE. SEL. może zawierać: JAJ. GOR.</b> ) Dżem 25 g 1 szt Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml ( <b>MLE.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <b>GLU PSZ. GLU ZYT.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ. GLU ZYT.</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Szynka zielonogórska-wieprzowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 50 g ( <b>SOJ. MLE. SEL. może zawierać: JAJ. GOR.</b> ) Dżem 25 g 1 szt Pomidor 80 g Mix sałat 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml ( <b>MLE.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ. GLU ZYT.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Szynka zielonogórska-wieprzowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 50 g ( <b>SOJ. MLE. SEL. może zawierać: JAJ. GOR.</b> ) Dżem 25 g 1 szt Pomidor 80 g Mix sałat 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Maślanka 150 ml ( <b>MLE.</b> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g ( <b>GLU PSZ. GLU ZYT.</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 75 g ( <b>SOJ.</b> ) Pomidor 80 g Mix sałat 20 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g ( <b>GLU PSZ. GLU ZYT.</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 75 g ( <b>SOJ.</b> ) Pomidor 80 g Mix sałat 20 g	Maślanka 150 ml ( <b>MLE.</b> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ. GLU ZYT.</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Szynka zielonogórska-wieprzowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 50 g ( <b>SOJ. MLE. SEL. może zawierać: JAJ. GOR.</b> ) Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 25 g ( <b>SOJ.</b> ) Pomidor 80 g Mix sałat 20 g	Płynna śniadanie mleczna-SIED 500 ml ( <b>GLU PSZ. JAJ. MLE.</b> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Płynna śniadanie bezmleczna-SIED 500 ml ( <b>GLU PSZ. JAJ.</b> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml ( <b>MLE.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ. GLU ZYT.</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Szynka zielonogórska-wieprzowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 50 g ( <b>SOJ. MLE. SEL. może zawierać: JAJ. GOR.</b> ) Dżem 25 g 1 szt Marchew gotowana z olejem ( ) 100 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml
II ŚN			Banan 150 g		Jabłko 150 g		Jabłko pieczone 150 g	Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml		Banan 150 g

Jadłospisy za okres od dnia 2025-11-17 do dnia 2025-11-23 KUCHNIA SIEDLCE

	SIE- Podstawowa/Ogólna	SIE- Podstawowa wzbogacona	SIE- Położnicza podstawowa	SIE- Położnicza łatwostrawna	SIE- Z ogr. łatwoprzyswajalnych węglowodanów	SIE- Z ogr. łatwoprzyswajalnych węgl. b/ml	SIE- Cukrzyca lekko strawna	SIE- Płynna 3x/Płynna wzb. 5x	SIE- Płynna wzbogacona b/ml	SIE- Papkowata
2025-11-23 niedziela	Obiad	Pomidorowa z zacierką () 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Ziemniaki gotowane () 180 g Schab duszony 100 g Sos własny () 80 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 100 g ( <b>SEL.</b> ) Surówka z kapusty pekińskiej z papryką i olejem 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml	Pomidorowa z zacierką () 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Ziemniaki gotowane () 180 g Schab duszony 100 g Sos własny () 80 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g ( <b>SEL.</b> ) Surówka z kapusty pekińskiej z papryką i olejem 100 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 100 g ( <b>SEL.</b> ) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml	Ryżowa () 300 ml ( <b>MLE, SEL.</b> ) Ziemniaki gotowane () 180 g Pulpet wieprzowy 100 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> ) Sos ziołowy 80 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g ( <b>SEL.</b> ) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml	Pomidorowa z zacierką () 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Ziemniaki gotowane () 180 g Schab duszony 100 g Sos własny () 80 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Surówka z kapusty pekińskiej z papryką i olejem 100 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 100 g ( <b>SEL.</b> ) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml	Pomidorowa z zacierką (bez mleka) () 300 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Ziemniaki gotowane () 180 g Schab duszony 100 g Sos własny () 80 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Surówka z kapusty pekińskiej z papryką i olejem 100 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 100 g ( <b>SEL.</b> ) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml	Pomidorowa z zacierką () 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Ziemniaki gotowane () 180 g Schab duszony 100 g Sos własny () 80 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g ( <b>SEL.</b> ) Surówka z kapusty pekińskiej z papryką i olejem 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml	Płynna obiad*()-SIED 500 ml ( <b>SEL.</b> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Pomidorowa z zacierką () 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Ziemniaki gotowane puree () 180 g ( <b>MLE,</b> ) Pulpet wieprzowy rozdrobniony 100 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> ) Sos ziołowy 80 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g ( <b>SEL.</b> ) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml	
	PD	Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml ( <b>MLE.</b> ) Mieszanka studencka 30 g ( <b>OZI, ORZ.</b> )	Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml ( <b>MLE.</b> ) Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 30 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 20 g Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE.</b> ) Sałata zielona 20 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 20 g Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE.</b> ) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 20 g Sałata zielona 20 g	Budyń o smaku śmietankowym b/c 200 ml ( <b>MLE.</b> )	Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml	Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml ( <b>MLE.</b> )	

Jadłospisy za okres od dnia 2025-11-17 do dnia 2025-11-23 KUCHNIA SIEDLCE

	SIE- Podstawowa/Ogólna	SIE- Podstawowa wzbogacona	SIE- Położnicza podstawowa	SIE- Położnicza łatwostrawna	SIE- Z ogr. łatwoprzyswajalnych węglowodanów	SIE- Z ogr. łatwoprzyswajalnych węgl. b/ml	SIE- Cukrzyca lekko strawna	SIE- Płynna 3x/Płynna wzb. 5x	SIE- Płynna wzbogacona b/ml	SIE- Papkowata
2025-11-23 niedziela	Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE.</u> ) Ser mozzarella 50 g ( <u>MLE.</u> ) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g Pomidorki koktajlowe 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE.</u> ) Ser mozzarella 50 g ( <u>MLE.</u> ) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz .parzo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g Pomidorki koktajlowe 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE.</u> ) Ser mozzarella 50 g ( <u>MLE.</u> ) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz .parzo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g Pomidorki koktajlowe 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE.</u> ) Ser mozzarella 50 g ( <u>MLE.</u> ) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz .parzo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g Pomidorki koktajlowe 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Margaryna roślinna bez miedzna o zaw.80% tł 10 g Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz .parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> ) Pomidorki koktajlowe 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE.</u> ) Ser mozzarella 50 g ( <u>MLE.</u> ) Szynkowa dębowa kiel.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	Płynna kolacja *()-SIED 500 ml ( <u>SEL.</u> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE.</u> ) Serek a'la homogenizowany 80 g ( <u>MLE.</u> ) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz .parzo.z dodat.wody w osł.niejad mielona 25 g Dynia z wody 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	
	PN	Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt Biszkopty b/c 30 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> )			Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt Pieczywo chrupkie ekstrudowane-żytnie 20 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u> )		Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt Wafle ryżowe 20 g		Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	
	Wartość energetyczna: 2327.66 kcal; Białko ogółem: 101.13 g; Tłuszcz: 60.20 g; Kw. tł. nasy.: 20.11 g; Węglowodany ogółem: 360.66 g; W tym cukry: 116.99 g; Błonnik pok.: 32.74 g; Sól: 6.88 g; WW: 32.91 Por.; : 17.38 %; : 61.98 %; Ener. z T: 23.28 %; Ener. z Bt.: 2.81 %; K: 4615.02 mg;	Wartość energetyczna: 2667.66 kcal; Białko ogółem: 112.00 g; Kw. tł. nasy.: 22.49 g; Węglowodany ogółem: 408.72 g; W tym cukry: 141.99 g; Błonnik pok.: 32.78 g; Sól: 7.11 g; WW: 37.72 Por.; : 16.79 %; : 61.29 %; Ener. z T: 24.60 %; Ener. z Bt.: 2.46 %; K: 4898.96 mg;	Wartość energetyczna: 2751.75 kcal; Białko ogółem: 103.55 g; Tłuszcz: 70.17 g; Kw. tł. nasy.: 23.97 g; Węglowodany ogółem: 440.28 g; W tym cukry: 143.04 g; Błonnik pok.: 30.03 g; Sól: 7.58 g; WW: 41.17 Por.; : 15.05 %; : 64.00 %; Ener. z T: 22.95 %; Ener. z Bt.: 2.18 %; K: 4686.20 mg;	Wartość energetyczna: 2071.91 kcal; Białko ogółem: 107.22 g; Tłuszcz: 61.09 g; Kw. tł. nasy.: 19.83 g; Węglowodany ogółem: 291.20 g; W tym cukry: 47.42 g; Błonnik pok.: 46.39 g; Sól: 8.26 g; WW: 24.58 Por.; : 20.70 %; : 56.22 %; Ener. z T: 26.54 %; Ener. z Bt.: 4.48 %; K: 4524.73 mg;	Wartość energetyczna: 1946.62 kcal; Białko ogółem: 100.96 g; Tłuszcz: 54.21 g; Kw. tł. nasy.: 12.45 g; Węglowodany ogółem: 282.61 g; W tym cukry: 40.12 g; Błonnik pok.: 46.39 g; Sól: 9.42 g; WW: 23.69 Por.; : 20.75 %; : 58.07 %; Ener. z T: 25.06 %; Ener. z Bt.: 4.77 %; K: 4349.41 mg;	Wartość energetyczna: 2188.56 kcal; Białko ogółem: 107.27 g; Tłuszcz: 62.34 g; Kw. tł. nasy.: 19.95 g; Węglowodany ogółem: 312.93 g; W tym cukry: 47.84 g; Błonnik pok.: 35.85 g; Sól: 9.62 g; WW: 27.77 Por.; : 19.61 %; : 57.19 %; Ener. z T: 25.64 %; Ener. z Bt.: 3.28 %; K: 4079.34 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.: 29.72 g; Sól: 2.17 g; WW: 25.05 Por.; : 17.23 %; : 51.81 %; Ener. z T: 33.52 %; Ener. z Bt.: 2.73 %; K: 5304.05 mg;	Wartość energetyczna: 1894.56 kcal; Białko ogółem: 73.94 g; Tłuszcz: 68.81 g; Kw. tł. nasy.: 8.76 g; Węglowodany ogółem: 259.14 g; W tym cukry: 64.23 g; Błonnik pok.: 29.72 g; Sól: 1.56 g; WW: 22.72 Por.; : 15.61 %; : 54.71 %; Ener. z T: 32.69 %; Ener. z Bt.: 3.14 %; K: 4455.35 mg;	Wartość energetyczna: 2670.33 kcal; Białko ogółem: 103.47 g; Tłuszcz: 65.75 g; Kw. tł. nasy.: 26.29 g; Węglowodany ogółem: 430.16 g; W tym cukry: 155.43 g; Błonnik pok.: 34.61 g; Sól: 8.21 g; WW: 39.64 Por.; : 15.50 %; : 64.44 %; Ener. z T: 22.16 %; Ener. z Bt.: 2.59 %; K: 5096.84 mg;	

Jadłospisy za okres od dnia 2025-11-17 do dnia 2025-11-23 KUCHNIA SIEDLCE

	SIE- Papkowata b/ml	SIE- Łatwo strawna	SIE- Bezmleczna	SIE- Niskotłuszczowa	SIE- O kontr. zaw.kwasów tłuszczowych	SIE- Bogatobiałkowa	SIE- Bogatobiałkowa bezmleczna	SIE- Niskobiałkowa do 50 g białka	SIE- Niskobiałkowa do 30 g białka	SIE- Kleikowa
2025-11-17 poniedziałek	Śniadanie	Kasza kukurydziana na wodzie 300 ml Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT</u> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Połudwica Sopotcka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona mielona 50 g ( <u>SOJ</u> ) Miód (25g) 1 szt Marchew gotowana z olejem ( ) 100 g	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, GLU ZYT</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT</u> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE</u> ) Połudwica Sopotcka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g ( <u>SOJ</u> ) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Jabłko pieczone 150 g Jogurt typu islandzkiego naturalny Skyr 150g 1 szt ( <u>MLE</u> )	Kasza kukurydziana na wodzie 300 ml Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT</u> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Połudwica Sopotcka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g ( <u>SOJ</u> ) Miód (25g) 1 szt Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Jabłko pieczone 150 g	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml ( <u>MLE</u> ) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT</u> ) Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE</u> ) Połudwica Sopotcka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g ( <u>SOJ</u> ) Miód (25g) 1 szt Pomidor b/skórki 80 g Sałata zielona 20 g Jabłko pieczone 150 g Jogurt typu islandzkiego naturalny Skyr 150g 1 szt ( <u>MLE</u> )	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml ( <u>MLE</u> ) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT</u> ) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ</u> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Połudwica Sopotcka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g ( <u>SOJ</u> ) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Jogurt typu islandzkiego naturalny Skyr 150g 1 szt ( <u>MLE</u> )	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, GLU ZYT</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT</u> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE</u> ) Połudwica Sopotcka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g ( <u>SOJ</u> ) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Jogurt typu islandzkiego naturalny Skyr 150g 1 szt ( <u>MLE</u> )	Kasza kukurydziana na wodzie 300 ml Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 100 g ( <u>SEZ, może zawierać: ORZ</u> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE</u> ) Połudwica Sopotcka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g ( <u>SOJ</u> ) Dżem 25 g 1 szt Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Jabłko pieczone 150 g	Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE</u> ) Chleb bezglutenowy 100 g ( <u>SEZ, może zawierać: ORZ</u> ) Połudwica Sopotcka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 20 g ( <u>SOJ</u> ) Dżem 25 g 2 szt Sałata zielona 20 g Jabłko pieczone 150 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Kleik ryżowy na wodzie 400 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Suchary b/c 65 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u> )
II ŚN	Jabłko pieczone 150 g				Gruszka 150 g	Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE</u> ) Jabłko pieczone 150 g	Jabłko pieczone 150 g			

Jadłospisy za okres od dnia 2025-11-17 do dnia 2025-11-23 KUCHNIA SIEDLCE

	SIE- Papkowata b/ml	SIE- Łatwo strawna	SIE- Bezmleczna	SIE- Niskotłuszczowa	SIE- O kontr. zaw.kwasów tłuszczowych	SIE- Bogatobiałkowa	SIE- Bogatobiałkowa bezmleczna	SIE- Niskobiałkowa do 50 g białka	SIE- Niskobiałkowa do 30 g białka	SIE- Kleikowa	
2025-11-17 poniedziałek	Obiad	Barszcz czerwony z ziemniakami (bez mleka) ( ) 300 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Ryż na sypko 180 g Pulpet wieprzowy rozdrobniony 100 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> ) Sos ziołowy* 80 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Bukiet jarzyn gotowany z olejem ( ) 200 g ( <b>SEL.</b> ) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami (bez mleka) ( ) 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Ryż z jabłkiem prażonym i cynamonem 300 g Sos jogurtowy naturalny 100 g ( <b>MLE.</b> ) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami (bez mleka) ( ) 300 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Ryż na sypko 180 g Pulpet wieprzowy 100 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> ) Sos ziołowy* 80 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Surówka z selera i marchwi z olejem ( ) 200 g ( <b>SEL.</b> ) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami ( ) 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Ryż z jabłkiem prażonym i cynamonem 300 g Sos jogurtowy naturalny 100 g ( <b>MLE.</b> ) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Barszcz ukraiński z ziemniakami ( ) 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Ryż na sypko (brązowy) 180 g Pulpet wieprzowy 100 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> ) Sos ziołowy* 80 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Surówka z selera i marchwi z olejem ( ) b/c 200 g ( <b>SEL.</b> ) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami ( ) 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Ryż z jabłkiem prażonym i cynamonem 300 g Sos jogurtowy naturalny 100 g ( <b>MLE.</b> ) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami (bez mleka) ( ) 300 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Ryż na sypko 200 g Pulpet wieprzowy 100 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> ) Sos ziołowy* 80 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Surówka z selera i marchwi z olejem ( ) 200 g ( <b>SEL.</b> ) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami ( ) 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Ryż z jabłkiem prażonym i cynamonem 300 g Sos jogurtowy naturalny 100 g ( <b>MLE.</b> ) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami ( ) 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Ryż z jabłkiem prażonym i cynamonem 300 g Sos jogurtowy naturalny 100 g ( <b>MLE.</b> ) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Kleik ryżowy na wodzie 500 g Herbata czarna granulowana z/c 500 ml Suchary b/c 65 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE.</b> )
	PD	Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml				Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml ( <b>MLE.</b> )		Budyń o smaku śmietankowym na napoju owsianym z/c 200 ml ( <b>GLU OW.</b> )			
	Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz .parzo.z dodat.wody w osł.niejad mielona 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 ( <b>GLU PSZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Serek a'la homogenizowany 80 g ( <b>MLE.</b> ) 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 z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) 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 a'la homogenizowany 80 g ( <b>MLE.</b> ) Pomidor b/skórki 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE.</b> ) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz .parzo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g Serek a'la homogenizowany 80 g ( <b>MLE.</b> ) Pomidor b/skórki 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) 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 a'la homogenizowany 80 g ( <b>MLE.</b> ) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz .parzo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g Serek a'la homogenizowany 80 g ( <b>MLE.</b> ) 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 ( <b>GLU PSZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Serek a'la homogenizowany 80 g ( <b>MLE.</b> ) 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 z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz .parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Miód (25g) 1 szt Pomidor 80 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 100 g ( <b>SEZ, może zawierać: ORZ.</b> ) Masło extra 82% 15g ( <b>MLE.</b> ) Sałata zielona 20 g Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz .parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 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 100 g ( <b>SEZ, może zawierać: ORZ.</b> ) Masło extra 82% 15g ( <b>MLE.</b> ) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz .parzo.z dodat.wody w osł.niejad 20 g Miód (25g) 2 szt Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Kleik ryżowy na wodzie 400 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Suchary b/c 65 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE.</b> )

Jadłospisy za okres od dnia 2025-11-17 do dnia 2025-11-23 KUCHNIA SIEDLCE

	SIE- Papkowata b/ml	SIE- Łatwo strawna	SIE- Bezmleczna	SIE- Niskotuszczowa	SIE- O kontr. zaw.kwasów tłuszczowych	SIE- Bogatobiałkowa	SIE- Bogatobiałkowa bezmleczna	SIE- Niskobiałkowa do 50 g białka	SIE- Niskobiałkowa do 30 g białka	SIE- Kleikowa
2025-11-17 poniedziałek	PN Sok przecierowy warzywno-owocowy 0,33l 1 szt Biszkopty b/ml 30 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> )	Sok przecierowy warzywno-owocowy 0,33l 1 szt Podplomyki b/c 20 g ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> )	Sok przecierowy warzywno-owocowy 0,33l 1 szt Biszkopty b/ml 30 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> )	Sok przecierowy warzywno-owocowy 0,33l 1 szt	Podplomyki b/c 20 g ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> ) Sok pomidorowy 0,3l 1 szt	Podplomyki b/c 20 g ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> ) Sok przecierowy warzywno-owocowy 0,33l 1 szt	Sok przecierowy warzywno-owocowy 0,33l 1 szt Biszkopty b/ml 30 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> )	Sok przecierowy warzywno-owocowy 0,33l 1 szt Podplomyki b/c 20 g ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> )	Podplomyki b/c 20 g ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> ) Sok przecierowy warzywno-owocowy 0,33l 1 szt	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	Wartość energetyczna: 2517.21 kcal; Białko ogółem: 82.83 g; Tłuszcz: 56.94 g; Kw. tł. nasy.: 12.07 g; Węglowodany ogółem: 432.60 g; W tym cukry: 119.99 g; Błonnik pok.: 34.97 g; Sól: 9.35 g; WW: 39.78 Por.; : 13.16 %; : 68.74 %; Ener. z T: 20.36 %; Ener. z Bł.: 2.78 %; K: 3455.08 mg;	Wartość energetyczna: 2238.41 kcal; Białko ogółem: 90.49 g; Tłuszcz: 38.01 g; Kw. tł. nasy.: 19.14 g; Węglowodany ogółem: 392.42 g; W tym cukry: 139.66 g; Błonnik pok.: 19.53 g; Sól: 6.53 g; WW: 37.41 Por.; : 16.17 %; : 70.13 %; Ener. z T: 15.28 %; Ener. z Bł.: 1.75 %; K: 2730.96 mg;	Wartość energetyczna: 2384.19 kcal; Białko ogółem: 80.85 g; Tłuszcz: 55.06 g; Kw. tł. nasy.: 12.02 g; Węglowodany ogółem: 403.20 g; W tym cukry: 99.24 g; Błonnik pok.: 31.71 g; Sól: 8.56 g; WW: 37.31 Por.; : 13.56 %; : 67.65 %; Ener. z T: 20.78 %; Ener. z Bł.: 2.66 %; K: 3210.90 mg;	Wartość energetyczna: 2185.25 kcal; Białko ogółem: 90.86 g; Tłuszcz: 29.02 g; Kw. tł. nasy.: 13.64 g; Węglowodany ogółem: 398.94 g; W tym cukry: 141.09 g; Błonnik pok.: 17.96 g; Sól: 5.85 g; WW: 38.26 Por.; : 16.63 %; : 73.02 %; Ener. z T: 11.95 %; Ener. z Bł.: 1.64 %; K: 2832.63 mg;	Wartość energetyczna: 2458.17 kcal; Białko ogółem: 120.71 g; Tłuszcz: 67.46 g; Kw. tł. nasy.: 19.43 g; Węglowodany ogółem: 360.95 g; W tym cukry: 86.90 g; Błonnik pok.: 47.49 g; Sól: 10.70 g; WW: 31.42 Por.; : 19.64 %; : 58.73 %; Ener. z T: 24.70 %; Ener. z Bł.: 3.86 %; K: 4292.40 mg;	Wartość energetyczna: 2529.81 kcal; Białko ogółem: 103.46 g; Tłuszcz: 45.04 g; Kw. tł. nasy.: 23.32 g; Węglowodany ogółem: 436.28 g; W tym cukry: 170.96 g; Błonnik pok.: 19.57 g; Sól: 6.99 g; WW: 41.78 Por.; : 16.36 %; : 68.98 %; Ener. z T: 16.02 %; Ener. z Bł.: 1.55 %; K: 3314.90 mg;	Wartość energetyczna: 2654.83 kcal; Białko ogółem: 86.84 g; Tłuszcz: 71.59 g; Kw. tł. nasy.: 12.86 g; Węglowodany ogółem: 449.56 g; W tym cukry: 121.26 g; Błonnik pok.: 33.54 g; Sól: 9.20 g; WW: 41.72 Por.; : 13.08 %; : 67.73 %; Ener. z T: 17.26 %; Ener. z Bł.: 2.53 %; K: 3221.71 mg;	Wartość energetyczna: 1978.63 kcal; Białko ogółem: 39.98 g; Tłuszcz: 40.56 g; Kw. tł. nasy.: 16.46 g; Węglowodany ogółem: 368.74 g; W tym cukry: 127.88 g; Błonnik pok.: 21.10 g; Sól: 4.10 g; WW: 34.82 Por.; : 8.08 %; : 74.54 %; Ener. z T: 18.45 %; Ener. z Bł.: 2.13 %; K: 2214.40 mg;	Wartość energetyczna: 2040.56 kcal; Białko ogółem: 31.63 g; Tłuszcz: 39.13 g; Kw. tł. nasy.: 15.89 g; Węglowodany ogółem: 396.55 g; W tym cukry: 137.88 g; Błonnik pok.: 21.10 g; Sól: 2.36 g; WW: 37.67 Por.; : 6.20 %; : 77.73 %; Ener. z T: 17.26 %; Ener. z Bł.: 2.07 %; K: 2225.90 mg;	Wartość energetyczna: 1642.54 kcal; Białko ogółem: 40.14 g; Tłuszcz: 15.93 g; Kw. tł. nasy.: 0.33 g; Węglowodany ogółem: 333.21 g; W tym cukry: 34.34 g; Błonnik pok.: 5.07 g; Sól: 0.36 g; WW: 32.94 Por.; : 9.77 %; : 81.15 %; Ener. z T: 8.73 %; Ener. z Bł.: 0.62 %; K: 235.69 mg;
2025-11-18 wtorek	Śniadanie Kasza manna na wodzie 300 ml ( <b>GLU PSZ.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynkowa drobiowa-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, wędzony, parzony mielona 75 g Kalafior gotowany* 100 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml ( <b>MLE, GLU JĘCZ.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Szynkowa Extra-wędzonka wieprzowa,wędzona ,z wodą dodaną. 50 g ( <b>SOJ. może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</b> ) Ser mozzarella kulki 35 g ( <b>MLE.</b> ) Pomidor 80 g Roszponka 20 g Banan 150 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Kasza manna na wodzie 300 ml ( <b>GLU PSZ.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynkowa drobiowa-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, wędzony, parzony 75 g Pomidor 80 g Roszponka 20 g Banan 150 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml ( <b>MLE, GLU JĘCZ.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE.</b> ) Szynkowa Extra-wędzonka wieprzowa,wędzona ,z wodą dodaną. 50 g ( <b>SOJ. może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</b> ) Twarożek 50 g ( <b>MLE.</b> ) Pomidor b/skórki 80 g Roszponka 20 g Banan 150 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml ( <b>MLE, GLU JĘCZ.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynkowa Extra-wędzonka wieprzowa,wędzona ,z wodą dodaną. 50 g ( <b>SOJ. może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</b> ) Ser mozzarella kulki 35 g ( <b>MLE.</b> ) Roszponka 20 g Pomidor koktajlowy 80 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml ( <b>MLE, GLU JĘCZ.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Ser mozzarella kulki 35 g ( <b>MLE.</b> ) Szynkowa Extra-wędzonka wieprzowa,wędzona ,z wodą dodaną. 50 g ( <b>SOJ. może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</b> ) Pomidor 80 g Roszponka 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Kasza manna na wodzie 300 ml ( <b>GLU PSZ.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynkowa drobiowa-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, wędzony, parzony 50 g Dżem 25 g 2 szt Roszponka 20 g Pomidor 80 g Banan 150 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 100 g ( <b>SEZ. może zawierać: ORZ.</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Szynkowa Extra-wędzonka wieprzowa,wędzona ,z wodą dodaną. 20 g ( <b>SOJ. może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</b> ) Dżem 25 g 2 szt Roszponka 20 g Pomidor 80 g Banan 150 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Chleb bezglutenowy 100 g ( <b>SEZ. może zawierać: ORZ.</b> ) Szynkowa Extra-wędzonka wieprzowa,wędzona ,z wodą dodaną. 20 g ( <b>SOJ. może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</b> ) Dżem 25 g 2 szt Pomidor 80 g Roszponka 20 g Banan 150 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Kleik ryżowy na wodzie 200 g Suchary b/c 30 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE.</b> ) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml

**Jadłospisy za okres od dnia 2025-11-17 do dnia 2025-11-23 KUCHNIA SIEDLCE**

		SIE- Papkowata b/ml	SIE- Łatwo strawna	SIE- Bezmleczna	SIE- Niskotłuszczowa	SIE- O kontr. zaw.kwasów tłuszczowych	SIE- Bogatobiałkowa	SIE- Bogatobiałkowa bezmleczna	SIE- Niskobiałkowa do 50 g białka	SIE- Niskobiałkowa do 30 g białka	SIE- Kleikowa
2025-11-18 wtorek	II ŚN	Banan 150 g				Banan 150 g	Banan 150 g Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <b>MLE</b> ,)	Banan 150 g			
	Obiad	Jarzynowa z zacierką (bez mleka) 300 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Ziemniaki gotowane puree (bez mleka) () 180 g Filet z kurczaka gotowany rozdrobniony 100 g Sos pietruszkowy (bez mleka)* 80 ml ( <b>GLU PSZ, MLE</b> ) Fasolka szparagowa z wody* 100 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Buraczki gotowane () 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Jarzynowa z zacierką dieta () 300 ml ( <b>GLUPSZ, JAJ, MLE, SEL.</b> ) Ziemniaki gotowane () 180 g Filet z kurczaka gotowany 100 g Sos pietruszkowy* (bez mleka)* 80 ml ( <b>GLU PSZ, MLE</b> ) Fasolka szparagowa z wody* 100 g Buraczki gotowane () 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Jarzynowa z zacierką (bez mleka) 300 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Ziemniaki gotowane puree (bez mleka) () 180 g Filet z kurczaka gotowany 100 g Sos pietruszkowy (bez mleka)* 80 ml ( <b>GLU PSZ, MLE</b> ) Fasolka szparagowa z wody* 100 g Buraczki gotowane () 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Jarzynowa z zacierką dieta () 300 ml ( <b>GLUPSZ, JAJ, MLE, SEL.</b> ) Ziemniaki gotowane () 180 g Filet z kurczaka gotowany 100 g Sos pietruszkowy* 80 ml ( <b>GLU PSZ, MLE</b> ) Fasolka szparagowa z wody* 100 g Buraczki gotowane () 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Jarzynowa z zacierką dieta () 300 ml ( <b>GLUPSZ, JAJ, MLE, SEL.</b> ) Ziemniaki gotowane () 180 g Filet z kurczaka gotowany 100 g Sos pietruszkowy* 80 ml ( <b>GLU PSZ, MLE</b> ) Surówka wielowarzywna z olejem 100 g ( <b>SEL</b> ) Fasolka szparagowa z wody* 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml	Jarzynowa z zacierką dieta () 300 ml ( <b>GLUPSZ, JAJ, MLE, SEL.</b> ) Ziemniaki gotowane () 180 g Filet z kurczaka gotowany 100 g Sos pietruszkowy* 80 ml ( <b>GLU PSZ, MLE</b> ) Fasolka szparagowa z wody* 100 g Buraczki gotowane () 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Jarzynowa z zacierką (bez mleka) 300 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Ziemniaki gotowane () 180 g Filet z kurczaka gotowany 100 g Sos pietruszkowy (bez mleka)* 80 ml ( <b>GLU PSZ, MLE</b> ) Fasolka szparagowa z wody* 100 g Buraczki gotowane () 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Jarzynowa z zacierką dieta () 300 ml ( <b>GLUPSZ, JAJ, MLE, SEL.</b> ) Ziemniaki gotowane () 180 g Filet z kurczaka gotowany 50 g Sos pietruszkowy* 80 ml ( <b>GLU PSZ, MLE</b> ) Fasolka szparagowa z wody* 100 g Buraczki gotowane () 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Jarzynowa z zacierką (bez mleka) 300 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Ziemniaki gotowane () 180 g Filet z kurczaka gotowany 30 g Sos pietruszkowy (bez mleka)* 50 ml ( <b>GLU PSZ, MLE</b> ) Fasolka szparagowa z wody* 100 g Buraczki gotowane () 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Herbata czarna ekspresowa z/c 500 ml Suchary b/c 30 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE</b> )
	PD	Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml					Drożdżówka mini 50g 50 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE</b> ,)	Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ</b> ,) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Połudwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 20 g ( <b>SOJ</b> ,) Sałata zielona 10 g			

Jadłospisy za okres od dnia 2025-11-17 do dnia 2025-11-23 KUCHNIA SIEDLCE

	SIE- Papkowata b/ml	SIE- Łatwo strawna	SIE- Bezmleczna	SIE- Niskotłuszczowa	SIE- O kontr. zaw.kwasów tłuszczowych	SIE- Bogatobiałkowa	SIE- Bogatobiałkowa bezmleczna	SIE- Niskobiałkowa do 50 g białka	SIE- Niskobiałkowa do 30 g białka	SIE- Kleikowa
2025-11-18 wtorek	Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ.</b> ) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ.</b> ) 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 ( <b>GLU PSZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ.</b> ) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLUPSZ.</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE.</b> ) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 25 g Pomidor b/skórki 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Kefir 1,5% tł 150g 1 Por ( <b>MLE.</b> )	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ.</b> ) Rzepa biała 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Kefir 1,5% tł 150g 1 Por ( <b>MLE.</b> )	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ.</b> ) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 100 g ( <b>SEZ, może zawierać: ORZ.</b> ) Masło extra 82% 15g ( <b>MLE.</b> ) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Miód (25g) 1 szt Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 100 g ( <b>SEZ, może zawierać: ORZ.</b> ) Masło extra 82% 15g ( <b>MLE.</b> ) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 20 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 Kleik ryżowy na wodzie 200 g Suchary b/c 30 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE.</b> )	
	PN	Mus owocowy 100g-produkt pasteryzowany 1 szt Biszkopty b/ml 30 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> )	Przecier owocowy jabłko-truskawka 120g 1 szt Wafle ryżowe 20 g	Mus owocowy 100g-produkt pasteryzowany 1 szt Wafle ryżowe 20 g	Przecier owocowy jabłko-truskawka 120g 1 szt Wafle ryżowe 20 g	Mus owocowy 100g-produkt pasteryzowany 1 szt Wafle ryżowe 20 g	Przecier owocowy jabłko-truskawka 120g 1 szt Wafle ryżowe 20 g	Przecier owocowy jabłko-truskawka 120g 1 szt Wafle ryżowe 20 g	Przecier owocowy jabłko-truskawka 120g 1 szt Wafle ryżowe 20 g	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt

Jadłospisy za okres od dnia 2025-11-17 do dnia 2025-11-23 KUCHNIA SIEDLCE

	SIE- Papkowata b/ml	SIE- Łatwo strawna	SIE- Bezmleczna	SIE- Niskotuszczowa	SIE- O kontr. zaw.kwasów tłuszczowych	SIE- Bogatobiałkowa	SIE- Bogatobiałkowa bezmleczna	SIE- Niskobiałkowa do 50 g białka	SIE- Niskobiałkowa do 30 g białka	SIE- Kleikowa
2025-11-18 wtorek	Wartość energetyczna: 2140.29 kcal; Białko ogółem: 101.42 g; Tłuszcz: 34.26 g; Kw. tł. nasy.: 8.53 g; Węglowodany ogółem: 369.17 g; W tym cukry: 108.04 g; Błonnik pok.: 29.44 g; Sól: 7.88 g; WW: 33.88 Por; : 18.96 %; : 69.00 %; Ener. z T: 14.41 %; Ener. z Bł.: 2.75 %; K: 4292.12 mg;	Wartość energetyczna: 2246.05 kcal; Białko ogółem: 112.06 g; Tłuszcz: 49.29 g; Kw. tł. nasy.: 23.90 g; Węglowodany ogółem: 351.22 g; W tym cukry: 108.90 g; Błonnik pok.: 25.93 g; Sól: 9.14 g; WW: 32.61 Por; : 19.96 %; : 62.55 %; Ener. z T: 19.75 %; Ener. z Bł.: 2.31 %; K: 4656.67 mg;	Wartość energetyczna: 1891.90 kcal; Białko ogółem: 99.04 g; Tłuszcz: 30.31 g; Kw. tł. nasy.: 8.53 g; Węglowodany ogółem: 315.73 g; W tym cukry: 71.40 g; Błonnik pok.: 25.03 g; Sól: 7.40 g; WW: 29.15 Por; : 20.94 %; : 66.76 %; Ener. z T: 14.42 %; Ener. z Bł.: 2.65 %; K: 4032.36 mg;	Wartość energetyczna: 2121.46 kcal; Białko ogółem: 115.21 g; Tłuszcz: 32.76 g; Kw. tł. nasy.: 13.92 g; Węglowodany ogółem: 353.72 g; W tym cukry: 111.24 g; Błonnik pok.: 24.36 g; Sól: 8.42 g; WW: 33.06 Por; : 21.72 %; : 66.69 %; Ener. z T: 13.90 %; Ener. z Bł.: 2.30 %; K: 4738.59 mg;	Wartość energetyczna: 2226.05 kcal; Białko ogółem: 111.52 g; Tłuszcz: 56.35 g; Kw. tł. nasy.: 17.85 g; Węglowodany ogółem: 330.30 g; W tym cukry: 81.28 g; Błonnik pok.: 39.57 g; Sól: 9.40 g; WW: 29.25 Por; : 20.04 %; : 59.35 %; Ener. z T: 22.78 %; Ener. z Bł.: 3.56 %; K: 4884.38 mg;	Wartość energetyczna: 2479.05 kcal; Białko ogółem: 120.81 g; Tłuszcz: 56.02 g; Kw. tł. nasy.: 25.69 g; Węglowodany ogółem: 378.02 g; W tym cukry: 115.20 g; Błonnik pok.: 25.93 g; Sól: 9.53 g; WW: 35.26 Por; : 19.49 %; : 60.99 %; Ener. z T: 20.34 %; Ener. z Bł.: 2.09 %; K: 4956.67 mg;	Wartość energetyczna: 2133.61 kcal; Białko ogółem: 100.69 g; Tłuszcz: 35.34 g; Kw. tł. nasy.: 9.82 g; Węglowodany ogółem: 364.29 g; W tym cukry: 89.90 g; Błonnik pok.: 26.12 g; Sól: 7.89 g; WW: 33.95 Por; : 18.88 %; : 68.30 %; Ener. z T: 14.91 %; Ener. z Bł.: 2.45 %; K: 4106.62 mg;	Wartość energetyczna: 1889.22 kcal; Białko ogółem: 51.24 g; Tłuszcz: 38.80 g; Kw. tł. nasy.: 15.26 g; Węglowodany ogółem: 342.10 g; W tym cukry: 109.94 g; Błonnik pok.: 26.02 g; Sól: 3.83 g; WW: 31.70 Por; : 10.85 %; : 72.43 %; Ener. z T: 18.48 %; Ener. z Bł.: 2.75 %; K: 3652.18 mg;	Wartość energetyczna: 1799.12 kcal; Białko ogółem: 36.48 g; Tłuszcz: 35.18 g; Kw. tł. nasy.: 14.72 g; Węglowodany ogółem: 341.88 g; W tym cukry: 109.65 g; Błonnik pok.: 24.41 g; Sól: 2.93 g; WW: 31.88 Por; : 8.11 %; : 76.01 %; Ener. z T: 17.60 %; Ener. z Bł.: 2.71 %; K: 3475.90 mg;	Wartość energetyczna: 887.22 kcal; Białko ogółem: 19.86 g; Tłuszcz: 7.47 g; Kw. tł. nasy.: 0.18 g; Węglowodany ogółem: 184.88 g; W tym cukry: 34.15 g; Błonnik pok.: 2.73 g; Sól: 0.25 g; WW: 18.29 Por; : 8.95 %; : 83.35 %; Ener. z T: 7.57 %; Ener. z Bł.: 0.62 %; K: 159.20 mg;
2025-11-19 środa Śniadanie	Kasza kukurydziana na wodzie 300 ml Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody mielona 50 g (SOJ.) Miód (25g) 1 szt Brokuł gotowany* 100 g	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Serek a'la homogenizowany 80g (MLE.) Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 25 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Jabłko pieczone 150 g	Kasza kukurydziana na wodzie 300 ml Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 75 g (SOJ.) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Jabłko pieczone 150 g	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Serek a'la homogenizowany 80g (MLE.) Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 25 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Pomidor b/skórki 80 g Sałata zielona 20 g Jabłko pieczone 150 g	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Serek a'la homogenizowany 80g (MLE.) Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 25 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Papryka świeża 80 g Kielki rzodkiewki 20 g	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Serek a'la homogenizowany 80g (MLE.) Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 25 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Kasza kukurydziana na wodzie 300 ml Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 75 g (SOJ.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 100 g (SEZ, może zawierać: ORZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Miód (25g) 2 szt Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Jabłko pieczone 150 g	Chleb bezglutenowy 100 g (SEZ, może zawierać: ORZ.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Suchary b/c 65 g (GLU PSZ, SOJ, MLE.)	Kleik ryżowy na wodzie 400 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Suchary b/c 65 g (GLU PSZ, SOJ, MLE.)

Jadłospisy za okres od dnia 2025-11-17 do dnia 2025-11-23 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- Papkowata b/ml	SIE- Łatwo strawna	SIE- Bezmleczna	SIE- Niskotłuszczowa	SIE- O kontr. zaw.kwasów tłuszczowych	SIE- Bogatobiałkowa	SIE- Bogatobiałkowa bezmleczna	SIE- Niskobiałkowa do 50 g białka	SIE- Niskobiałkowa do 30 g białka	SIE- Kleikowa
2025-11-19 środa	II ŚN	Jabłko pieczone 150 g				Śliwka 150 g	Jabłko pieczone 150 g	Jabłko pieczone 150 g Galaretką o smaku brzoskwiniowym 200 g			
	Obiad	Ziemniaczana (bez mleka) () 300 ml ( <b>GLUPSZ, SEL.</b> ) Ryż na sypko 180 g Pieczeń rzymska wieprzowa rozdrobniona 100 g ( <b>GLUPSZ, JAJ.</b> ) Sos pomidorowy 80 ml ( <b>GLUPSZ.</b> ) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml	Ziemniaczana () 300 ml ( <b>GLUPSZ, MLE, SEL.</b> ) Kasza jaglana na sypko 180 g Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g ( <b>GLUPSZ, JAJ.</b> ) Sos pomidorowy 80 ml ( <b>GLUPSZ.</b> ) Cukinia pieczona z olejem * 100 g Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c () 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml	Ziemniaczana (bez mleka) () 300 ml ( <b>GLUPSZ, SEL.</b> ) Kasza jaglana na sypko 180 g Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g ( <b>GLUPSZ, JAJ.</b> ) Sos pomidorowy 80 ml ( <b>GLUPSZ.</b> ) Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c () 100 g Cukinia pieczona z olejem * 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml	Ziemniaczana () 300 ml ( <b>GLUPSZ, MLE, SEL.</b> ) Kasza jaglana na sypko 180 g Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g ( <b>GLUPSZ, JAJ.</b> ) Sos pomidorowy 80 ml ( <b>GLUPSZ.</b> ) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml	Kapuśniak z kapusty kiszzonej () 300 ml ( <b>GLUPSZ, SEL, GOR.</b> ) Kasza jaglana na sypko 180 g Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g ( <b>GLUPSZ, JAJ.</b> ) Sos pomidorowy 80 ml ( <b>GLUPSZ.</b> ) Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c () 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml Cukinia pieczona z olejem * 100 g	Ziemniaczana () 300 ml ( <b>GLUPSZ, MLE, SEL.</b> ) Kasza jaglana na sypko 180 g Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g ( <b>GLUPSZ, JAJ.</b> ) Sos pomidorowy 80 ml ( <b>GLUPSZ.</b> ) Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c () 100 g Cukinia pieczona z olejem * 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml	Ziemniaczana (bez mleka) () 300 ml ( <b>GLUPSZ, SEL.</b> ) Kasza jaglana na sypko 180 g Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g ( <b>GLUPSZ, JAJ.</b> ) Sos pomidorowy 80 ml ( <b>GLUPSZ.</b> ) Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c () 100 g Cukinia pieczona z olejem * 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml	Ziemniaczana (bez mleka) () 300 ml ( <b>GLUPSZ, SEL.</b> ) Kasza jaglana na sypko 180 g Pieczeń rzymska wieprzowa 50 g ( <b>GLUPSZ, JAJ.</b> ) Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c () 100 g Sos pomidorowy 80 ml ( <b>GLUPSZ.</b> ) Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c () 100 g Cukinia pieczona z olejem * 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml	Ziemniaczana (bez mleka) () 300 ml ( <b>GLUPSZ, SEL.</b> ) Kasza jaglana na sypko 180 g Pieczeń rzymska wieprzowa 30 g ( <b>GLUPSZ, JAJ.</b> ) Sos pomidorowy 80 ml ( <b>GLUPSZ.</b> ) Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c () 100 g Cukinia pieczona z olejem * 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml	Kleik ryżowy na wodzie 500 g Herbata czarna granulowana z/c 500 ml Suchary b/c 65 g ( <b>GLUPSZ, SOJ, MLE.</b> )
	PD	Galaretką o smaku brzoskwiniowym 200 g					Budyń o smaku śmietankowym b/c 200 ml ( <b>MLE.</b> )		Kisiel o smaku wiśniowym z/c 200 ml Biszkopty b/ml 30 g ( <b>GLUPSZ, JAJ.</b> )		

Jadłospisy za okres od dnia 2025-11-17 do dnia 2025-11-23 KUCHNIA SIEDLCE

	SIE- Papkowata b/ml	SIE- Łatwo strawna	SIE- Bezmleczna	SIE- Niskotuszczowa	SIE- O kontr. zaw.kwasów tłuszczowych	SIE- Bogatobiałkowa	SIE- Bogatobiałkowa bezmleczna	SIE- Niskobiałkowa do 50 g białka	SIE- Niskobiałkowa do 30 g białka	SIE- Kleikowa
2025-11-19 środa	Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w ost.niejad mielona 25 g Paprykarz rybno (morszczuk)-warzywy ( ) 80 g ( <b>RYB.</b> ) Dynamia z wody 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 25 g ( <b>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</b> ) Paprykarz rybno (morszczuk)-warzywy ( ) 80 g ( <b>RYB.</b> ) Pomidor b/skórki 80 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 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 25 g ( <b>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</b> ) Paprykarz rybno (morszczuk)-warzywy ( ) 80 g ( <b>RYB.</b> ) 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-pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Paprykarz szczeciński 80 g ( <b>RYB, SOJ.</b> ) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 25 g ( <b>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</b> ) Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 25 g ( <b>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</b> ) Paprykarz rybno (morszczuk)-warzywy ( ) 80 g ( <b>RYB.</b> ) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 100 g ( <b>SEZ, może zawierać: ORZ.</b> ) Dżem 25 g 1 szt Paprykarz rybno (morszczuk)-warzywy ( ) 80 g ( <b>RYB.</b> ) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 100 g ( <b>SEZ, może zawierać: ORZ.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 20 g ( <b>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</b> ) Dżem 25 g 2 szt Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Kleik ryżowy na wodzie 400 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Suchary b/c 65 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE.</b> )	
	PN	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt	Ciasto drożdżowe 50 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, SO2.</b> )	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt Podpłomyki b/c 20 g ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> )	Ciasto drożdżowe 50 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, SO2.</b> )	Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt	Ciasto drożdżowe 50 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, SO2.</b> )	Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
		Wartość energetyczna: 2337.45 kcal; Białko ogółem: 89.71 g; Tłuszcz: 49.12 g; Kw. tł. nasy.: 11.10 g; Węglowodany ogółem: 393.79 g; W tym cukry: 93.02 g; Błonnik pok.: 25.85 g; Sól: 9.42 g; WW: 36.75 Por; : 15.35 %; : 67.39 %; Ener. z T: 18.91 %; Ener. z Bł.: 2.21 %; K: 3486.02 mg;	Wartość energetyczna: 2476.63 kcal; Białko ogółem: 108.05 g; Tłuszcz: 60.87 g; Kw. tł. nasy.: 23.92 g; Węglowodany ogółem: 387.08 g; W tym cukry: 81.75 g; Błonnik pok.: 29.78 g; Sól: 6.39 g; WW: 35.77 Por; : 17.45 %; : 62.52 %; Ener. z T: 22.12 %; Ener. z Bł.: 2.40 %; K: 3992.75 mg;	Wartość energetyczna: 2112.65 kcal; Białko ogółem: 91.00 g; Tłuszcz: 45.75 g; Kw. tł. nasy.: 11.14 g; Węglowodany ogółem: 348.40 g; W tym cukry: 66.30 g; Błonnik pok.: 27.62 g; Sól: 9.50 g; WW: 32.10 Por; : 17.23 %; : 65.97 %; Ener. z T: 19.49 %; Ener. z Bł.: 2.61 %; K: 3470.06 mg;	Wartość energetyczna: 2332.12 kcal; Białko ogółem: 110.39 g; Tłuszcz: 51.07 g; Kw. tł. nasy.: 17.43 g; Węglowodany ogółem: 369.17 g; W tym cukry: 80.18 g; Błonnik pok.: 23.90 g; Sól: 7.33 g; WW: 34.56 Por; : 18.93 %; : 63.32 %; Ener. z T: 19.71 %; Ener. z Bł.: 2.05 %; K: 4097.72 mg;	Wartość energetyczna: 2450.26 kcal; Białko ogółem: 113.26 g; Tłuszcz: 75.04 g; Kw. tł. nasy.: 20.78 g; Węglowodany ogółem: 348.76 g; W tym cukry: 69.22 g; Błonnik pok.: 38.85 g; Sól: 10.94 g; WW: 31.02 Por; : 18.49 %; : 56.93 %; Ener. z T: 27.56 %; Ener. z Bł.: 3.17 %; K: 4478.68 mg;	Wartość energetyczna: 2651.43 kcal; Białko ogółem: 114.71 g; Tłuszcz: 64.90 g; Kw. tł. nasy.: 26.31 g; Węglowodany ogółem: 414.98 g; W tym cukry: 100.10 g; Błonnik pok.: 29.82 g; Sól: 6.61 g; WW: 38.57 Por; : 17.31 %; : 62.61 %; Ener. z T: 22.03 %; Ener. z Bł.: 2.25 %; K: 4276.55 mg;	Wartość energetyczna: 2533.45 kcal; Białko ogółem: 95.81 g; Tłuszcz: 46.58 g; Kw. tł. nasy.: 11.04 g; Węglowodany ogółem: 446.03 g; W tym cukry: 140.86 g; Błonnik pok.: 27.65 g; Sól: 7.54 g; WW: 41.87 Por; : 15.13 %; : 70.42 %; Ener. z T: 16.55 %; Ener. z Bł.: 2.18 %; K: 3471.92 mg;	Wartość energetyczna: 2098.21 kcal; Białko ogółem: 52.69 g; Tłuszcz: 43.61 g; Kw. tł. nasy.: 11.04 g; Węglowodany ogółem: 381.55 g; W tym cukry: 76.20 g; Błonnik pok.: 30.04 g; Sól: 2.15 g; WW: 35.17 Por; : 10.04 %; : 72.74 %; Ener. z T: 18.70 %; Ener. z Bł.: 2.86 %; K: 3184.68 mg;	Wartość energetyczna: 1926.34 kcal; Białko ogółem: 33.24 g; Tłuszcz: 45.53 g; Kw. tł. nasy.: 16.46 g; Węglowodany ogółem: 354.06 g; W tym cukry: 97.97 g; Błonnik pok.: 26.31 g; Sól: 1.95 g; WW: 32.80 Por; : 6.90 %; : 73.52 %; Ener. z T: 21.27 %; Ener. z Bł.: 2.73 %; K: 2712.13 mg;

Jadłospisy za okres od dnia 2025-11-17 do dnia 2025-11-23 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- Papkowata b/ml	SIE- Łatwo strawna	SIE- Bezmleczna	SIE- Niskotłuszczowa	SIE- O kontr. zaw.kwasów tłuszczowych	SIE- Bogatobiałkowa	SIE- Bogatobiałkowa bezmleczna	SIE- Niskobiałkowa do 50 g białka	SIE- Niskobiałkowa do 30 g białka	SIE- Kleikowa
2025-11-20 czwartek	Śniadanie	Kasza manna na wodzie 300 ml ( <u>GLU PSZ.</u> ) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 25 g Twarożek 80 g ( <u>MLE.</u> ) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Banan 150 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Kasza manna na mleku 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> ) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE.</u> ) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 25 g Twarożek 80 g ( <u>MLE.</u> ) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Banan 150 g	Kasza manna na wodzie 300 ml ( <u>GLU PSZ.</u> ) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 75 g Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Banan 150 g	Kasza manna na mleku 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> ) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u> ) Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE.</u> ) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 25 g Twarożek 80 g ( <u>MLE.</u> ) Sałata zielona 20 g Pomidor b/skórki 80 g Banan 150 g	Kasza manna na mleku 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u> ) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ.</u> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Pasta z fasoli 80 g Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 25 g Pomidor 80 g Rukola 20 g	Kasza manna na mleku 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> ) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE.</u> ) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 25 g Twarożek 80 g ( <u>MLE.</u> ) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Kasza manna na wodzie 300 ml ( <u>GLU PSZ.</u> ) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 75 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 100 g ( <u>SEZ, może zawierać: ORZ.</u> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE.</u> ) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 25 g Twarożek 40 g ( <u>MLE.</u> ) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 100 g ( <u>SEZ, może zawierać: ORZ.</u> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE.</u> ) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 20 g Dżem 25 g 2 szt Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Kleik ryżowy na wodzie 200 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Suchary b/c 30 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u> )
	II ŚN	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt				Banan 150 g		Banan 150 g Galaretką o smaku truskawkowym 200 g			

Jadłospisy za okres od dnia 2025-11-17 do dnia 2025-11-23 KUCHNIA SIEDLCE

	SIE- Papkowata b/ml	SIE- Łatwo strawna	SIE- Bezmleczna	SIE- Niskotłuszczowa	SIE- O kontr. zaw.kwasów tłuszczowych	SIE- Bogatobiałkowa	SIE- Bogatobiałkowa bezmleczna	SIE- Niskobiałkowa do 50 g białka	SIE- Niskobiałkowa do 30 g białka	SIE- Kleikowa
2025-11-20 czwartek	Obiad	Szpinakowa z ziemniakami (bez mleka) () 300 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Klopsik wieprzowy rozdrobniony 100 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> ) Sos bazyliowy* 80 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Ziemniaki gotowane puree (bez mleka) () 180 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Szpinakowa z ziemniakami (bez mleka) () 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Makaron z sosem bolognese, z łop wp - dieta () 300 g ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Szpinakowa z ziemniakami (bez mleka) () 300 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Makaron z sosem bolognese, z łop wp - dieta () 300 g ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g ( <b>SEL.</b> ) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Szpinakowa z ziemniakami (bez mleka) () 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Makaron pełnoziarnisty z sosem bolognese, z łop wp () 300 g ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Surówka z rzodkwi i jabłka () 100 g ( <b>MLE.</b> ) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml	Szpinakowa z ziemniakami (bez mleka) () 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Makaron z sosem bolognese, z łop wp - dieta () 300 g ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Szpinakowa z ziemniakami (bez mleka) () 300 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Makaron z sosem bolognese, z łop wp - dieta () 300 g ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Szpinakowa z ziemniakami (bez mleka) () 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Makaron z sosem bolognese, z łop wp - dieta () 200 g ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Szpinakowa z ziemniakami (bez mleka) () 300 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Makaron PKU z sosem bolognese, z łop wp - dieta () 150 g ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 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 ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE.</b> )
	PD	Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml			Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Musli 30 g ( <b>GLU PSZ, GLU OW, GLU JĘCZ, może zawierać: OZI, SOJ, MLE, ORZ.</b> )	Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Biszkopty b/c 20 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> )	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 20 g ( <b>SOJ.</b> ) Sałata zielona 10 g			

Jadłospisy za okres od dnia 2025-11-17 do dnia 2025-11-23 KUCHNIA SIEDLCE

	SIE- Papkowata b/ml	SIE- Łatwo strawna	SIE- Bezmleczna	SIE- Niskotłuszczowa	SIE- O kontr. zaw.kwasów tłuszczowych	SIE- Bogatobiałkowa	SIE- Bogatobiałkowa bezmleczna	SIE- Niskobiałkowa do 50 g białka	SIE- Niskobiałkowa do 30 g białka	SIE- Kleikowa
2025-11-20 czwartek	Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u> ) Leczo z drobiem-dieta * 300 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u> ) Leczo z drobiem-dieta * 300 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Leczo z drobiem-dieta * 300 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u> ) Leczo z drobiem-dieta * 300 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Leczo z drobiem-dieta * 300 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u> ) Leczo z drobiem-dieta * 300 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 100 g ( <u>SEZ, może zawierać: ORZ.</u> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE.</u> ) Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona,w osłonce niejadalanej 25 g ( <u>SOJ, SEL, może zawierać: MLE, GOR.</u> ) Miód (25g) 2 szt Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 100 g ( <u>SEZ, może zawierać: ORZ.</u> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE.</u> ) Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona,w osłonce niejadalanej 20 g ( <u>SOJ, SEL, może zawierać: MLE, GOR.</u> ) Miód (25g) 2 szt Pomidor 80 g Sałata zielona 10 g Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Suchary b/c 30 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u> )
		Mus owocowy 100g-produkt pasteryzowany 1 szt	Sok wielowarzynny pasteryzowany 0,33l 1 szt Pieczywo chrupkie ekstrudowane-żytnie 30 g ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT, GLU JECZ.</u> )	Mus owocowy 100g-produkt pasteryzowany 1 szt	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt					
PN										

Jadłospisy za okres od dnia 2025-11-17 do dnia 2025-11-23 KUCHNIA SIEDLCE

	SIE- Papkowata b/ml	SIE- Łatwo strawna	SIE- Bezmleczna	SIE- Niskotłuszczowa	SIE- O kontr. zaw.kwasów tłuszczowych	SIE- Bogatobiałkowa	SIE- Bogatobiałkowa bezmleczna	SIE- Niskobiałkowa do 50 g białka	SIE- Niskobiałkowa do 30 g białka	SIE- Kleikowa
2025-11-20 czwartek	Wartość energetyczna: 2160.54 kcal; Białko ogółem: 94.16 g; Tłuszcz: 38.75 g; Kw. tł. nasy.: 8.48 g; Węglowodany ogółem: 367.81 g; W tym cukry: 95.26 g; Błonnik pok.: 28.55 g; Sól: 6.84 g; WW: 33.94 Por; : 17.43 %; : 68.10 %; Ener. z T: 16.14 %; Ener. z Bł.: 2.64 %; K: 4047.23 mg;	Wartość energetyczna: 2337.45 kcal; Białko ogółem: 104.36 g; Tłuszcz: 49.10 g; Kw. tł. nasy.: 15.84 g; Węglowodany ogółem: 376.08 g; W tym cukry: 103.66 g; Błonnik pok.: 26.27 g; Sól: 5.16 g; WW: 35.15 Por; : 17.86 %; : 64.36 %; Ener. z T: 18.91 %; Ener. z Bł.: 2.25 %; K: 3693.38 mg;	Wartość energetyczna: 2121.10 kcal; Białko ogółem: 91.03 g; Tłuszcz: 40.76 g; Kw. tł. nasy.: 7.88 g; Węglowodany ogółem: 354.61 g; W tym cukry: 88.68 g; Błonnik pok.: 26.08 g; Sól: 6.10 g; WW: 32.96 Por; : 17.17 %; : 66.87 %; Ener. z T: 17.30 %; Ener. z Bł.: 2.46 %; K: 3225.33 mg;	Wartość energetyczna: 2426.14 kcal; Białko ogółem: 105.21 g; Tłuszcz: 54.26 g; Kw. tł. nasy.: 13.40 g; Węglowodany ogółem: 394.18 g; W tym cukry: 117.63 g; Błonnik pok.: 35.94 g; Sól: 5.30 g; WW: 35.93 Por; : 17.35 %; : 64.99 %; Ener. z T: 20.13 %; Ener. z Bł.: 2.96 %; K: 4677.07 mg;	Wartość energetyczna: 2643.16 kcal; Białko ogółem: 115.51 g; Tłuszcz: 60.84 g; Kw. tł. nasy.: 16.73 g; Węglowodany ogółem: 426.02 g; W tym cukry: 90.51 g; Błonnik pok.: 54.72 g; Sól: 6.48 g; WW: 37.34 Por; : 17.48 %; : 64.47 %; Ener. z T: 20.72 %; Ener. z Bł.: 4.14 %; K: 5410.33 mg;	Wartość energetyczna: 2502.65 kcal; Białko ogółem: 112.86 g; Tłuszcz: 53.00 g; Kw. tł. nasy.: 18.01 g; Węglowodany ogółem: 399.78 g; W tym cukry: 109.96 g; Błonnik pok.: 26.65 g; Sól: 5.42 g; WW: 37.45 Por; : 18.04 %; : 63.90 %; Ener. z T: 19.06 %; Ener. z Bł.: 2.13 %; K: 3993.38 mg;	Wartość energetyczna: 2436.91 kcal; Białko ogółem: 101.03 g; Tłuszcz: 45.96 g; Kw. tł. nasy.: 9.18 g; Węglowodany ogółem: 412.27 g; W tym cukry: 88.92 g; Błonnik pok.: 27.92 g; Sól: 7.47 g; WW: 38.56 Por; : 16.58 %; : 67.67 %; Ener. z T: 16.98 %; Ener. z Bł.: 2.29 %; K: 3243.42 mg;	Wartość energetyczna: 1789.68 kcal; Białko ogółem: 47.52 g; Tłuszcz: 45.02 g; Kw. tł. nasy.: 15.38 g; Węglowodany ogółem: 298.46 g; W tym cukry: 56.39 g; Błonnik pok.: 22.21 g; Sól: 2.17 g; WW: 27.67 Por; : 10.62 %; : 66.71 %; Ener. z T: 22.64 %; Ener. z Bł.: 2.48 %; K: 2092.87 mg;	Wartość energetyczna: 1709.53 kcal; Białko ogółem: 29.92 g; Tłuszcz: 38.96 g; Kw. tł. nasy.: 13.52 g; Węglowodany ogółem: 309.73 g; W tym cukry: 72.53 g; Błonnik pok.: 20.60 g; Sól: 1.86 g; WW: 29.04 Por; : 7.00 %; : 72.47 %; Ener. z T: 20.51 %; Ener. z Bł.: 2.41 %; K: 1834.83 mg;	Wartość energetyczna: 887.22 kcal; Białko ogółem: 19.66 g; Tłuszcz: 7.47 g; Kw. tł. nasy.: 0.18 g; Węglowodany ogółem: 184.88 g; W tym cukry: 34.15 g; Błonnik pok.: 2.73 g; Sól: 0.19 g; WW: 18.29 Por; : 8.86 %; : 83.35 %; Ener. z T: 7.57 %; Ener. z Bł.: 0.62 %; K: 127.46 mg;
2025-11-21 piątek	Kasza kukurydziana na wodzie 300 ml Kawa zbożowa z/c 250 ml ( <u>GLU ŻYT. GLU JĘCZ.</u> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynka z piersią kurczaka-wędł.z drob.gr.rozd.parzo. w osł.niejadalnej mielona 50 g ( <u>SOJ.</u> ) Miód (25g) 1 szt Cukinia pieczona z olejem * 100 g	Zacierka na mleku 300 ml ( <u>GLU PSZ. MLE.</u> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE.</u> ) Serek wiejski lekki 3% tł 150g 1 szt ( <u>MLE.</u> ) Miód (25g) 1 szt Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE. GLU ŻYT. GLU JĘCZ.</u> ) Mus- przecier owocowy jabłko 100g (tubka) 1 szt	Kasza kukurydziana na wodzie 300 ml Kawa zbożowa z/c 250 ml ( <u>GLU ŻYT. GLU JĘCZ.</u> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE.</u> ) 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 ( <u>SOJ.</u> ) Miód (25g) 1 szt Pomidor b/skórki 80 g Sałata zielona 20 g Mus- przecier owocowy jabłko 100g (tubka) 1 szt	Zacierka na mleku 300 ml ( <u>GLU PSZ. MLE.</u> ) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE. GLU ŻYT. GLU JĘCZ.</u> ) Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 5 g ( <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 Pomidor b/skórki 80 g Sałata zielona 20 g Mus- przecier owocowy jabłko 100g (tubka) 1 szt	Zacierka na mleku 300 ml ( <u>GLU PSZ. MLE.</u> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g ( <u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Serek wiejski lekki 3% tł 150g 1 szt ( <u>MLE.</u> ) Hummus 50 g ( <u>SEZ.</u> ) Pomidor 80 g Kielki brokuła 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>MLE. GLU ŻYT. GLU JĘCZ.</u> )	Zacierka na mleku 300 ml ( <u>GLU PSZ. MLE.</u> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE.</u> ) Serek wiejski lekki 3% tł 150g 1 szt ( <u>MLE.</u> ) Miód (25g) 1 szt Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE. GLU ŻYT. GLU JĘCZ.</u> )	Kasza kukurydziana na wodzie 300 ml Kawa zbożowa z/c 250 ml ( <u>GLU ŻYT. GLU JĘCZ.</u> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Miód (25g) 1 szt Szynka z piersią kurczaka-wędł.z drob.gr.rozd.parzo. w osł.niejadalnej 50 g ( <u>SOJ.</u> ) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Chleb bezglutenowy 100 g ( <u>SEZ. może zawierać: ORZ.</u> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE.</u> ) Twarożek 25 g ( <u>MLE.</u> ) Miód (25g) 2 szt Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Mus- przecier owocowy jabłko 100g (tubka) 1 szt Kawa zbożowa z/c 250 ml ( <u>GLU ŻYT. GLU JĘCZ.</u> )	Chleb bezglutenowy 100 g ( <u>SEZ. może zawierać: ORZ.</u> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE.</u> ) Miód (25g) 2 szt Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z/c 250 ml ( <u>GLU ŻYT. GLU JĘCZ.</u> ) Mus- przecier owocowy jabłko 100g (tubka) 1 szt	Kleik ryżowy na wodzie 200 g Suchary b/c 30 g ( <u>GLU PSZ. SOJ. MLE.</u> ) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml
II ŚN	Mus- przecier owocowy jabłko 100g (tubka) 1 szt				Śliwka 150 g	Mus- przecier owocowy jabłko 100g (tubka) 1 szt				

Jadłospisy za okres od dnia 2025-11-17 do dnia 2025-11-23 KUCHNIA SIEDLCE

	SIE- Papkowata b/ml	SIE- Łatwo strawna	SIE- Bezmleczna	SIE- Niskotłuszczowa	SIE- O kontr. zaw.kwasów tłuszczowych	SIE- Bogatobiałkowa	SIE- Bogatobiałkowa bezmleczna	SIE- Niskobiałkowa do 50 g białka	SIE- Niskobiałkowa do 30 g białka	SIE- Kleikowa
2025-11-21 piątek Obiad	Ryżowa (bez mleka) () 300 ml ( <b>SEL.</b> ) Ziemniaki gotowane puree (bez mleka) () 180 g Pulpet rybny (Morszczuk) rozdrobiony 100 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, RYB.</b> ) Sos koperkowy *(bez mleka) 80 ml ( <b>GLU PSZ.</b> ) Warzywa po grecku () 200 g ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Krupnik jęczmienny () 300 ml ( <b>MLE, SEL, GLU JĘCZ.</b> ) Ziemniaki gotowane () 180 g Pulpet rybny (Morszczuk) 100 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, RYB.</b> ) Sos koperkowy * 80 ml ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> ) Warzywa po grecku () 200 g ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Krupnik jęczmienny (bez mleka) () 300 ml ( <b>SEL, GLU JĘCZ.</b> ) Ziemniaki gotowane () 180 g Pulpet rybny (Morszczuk) 100 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, RYB.</b> ) Sos koperkowy *(bez mleka) 80 ml ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> ) Warzywa po grecku () 200 g ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Krupnik jęczmienny () 300 ml ( <b>MLE, SEL, GLU JĘCZ.</b> ) Ziemniaki gotowane () 180 g Pulpet rybny (Morszczuk) 100 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, RYB.</b> ) Sos koperkowy * 80 ml ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> ) Surówka z kapusty kiszzonej z olejem b/c () 100 g Warzywa po grecku () 100 g ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml	Krupnik jęczmienny () 300 ml ( <b>MLE, SEL, GLU JĘCZ.</b> ) Ziemniaki gotowane () 180 g Pulpet rybny (Morszczuk) 100 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, RYB.</b> ) Sos koperkowy * 80 ml ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> ) Warzywa po grecku () 200 g ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Krupnik jęczmienny () 300 ml ( <b>MLE, SEL, GLU JĘCZ.</b> ) Ziemniaki gotowane () 180 g Pulpet rybny (Morszczuk) 100 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, RYB.</b> ) Sos koperkowy * 80 ml ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> ) Warzywa po grecku () 200 g ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Krupnik jęczmienny (bez mleka) () 300 ml ( <b>SEL, GLU JĘCZ.</b> ) Ziemniaki gotowane () 180 g Pulpet rybny (Morszczuk) 100 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, RYB.</b> ) Sos koperkowy *(bez mleka) 80 ml ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> ) Warzywa po grecku () 200 g ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Krupnik jęczmienny (bez mleka) () 300 ml ( <b>SEL, GLU JĘCZ.</b> ) Ziemniaki gotowane () 180 g Pulpet rybny (Morszczuk) 60 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, RYB.</b> ) Sos koperkowy * 80 ml ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> ) Warzywa po grecku () 200 g ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Krupnik jęczmienny (bez mleka) () 300 ml ( <b>SEL, GLU JĘCZ.</b> ) Ziemniaki gotowane () 180 g Pulpet rybny (Morszczuk) 30 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, RYB.</b> ) Sos koperkowy * 80 ml ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> ) Warzywa po grecku () 200 g ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Herbata czarna ekspresowa z/c 500 ml Suchary b/c 30 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE.</b> )
PD	Kisiel o smaku cytrynowym z/c 200 ml				Sok pomidorowy 0,3l 1 szt	Kisiel o smaku cytrynowym z/c 200 ml	Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml			

Jadłospisy za okres od dnia 2025-11-17 do dnia 2025-11-23 KUCHNIA SIEDLCE

	SIE- Papkowata b/ml	SIE- Łatwo strawna	SIE- Bezmleczna	SIE- Niskotłuszczowa	SIE- O kontr. zaw.kwasów tłuszczowych	SIE- Bogatobiałkowa	SIE- Bogatobiałkowa bezmleczna	SIE- Niskobiałkowa do 50 g białka	SIE- Niskobiałkowa do 30 g białka	SIE- Kleikowa
Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ.</b> ) Dżem 25 g 1 szt Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 100 g ( <b>SEL.</b> )	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 80 g ( <b>JAJ, MLE.</b> ) Dżem 25 g 1 szt Pomidor 80 g Roszponka 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Jajko gotowane kl M 2 szt ( <b>JAJ.</b> ) Pomidor 80 g Roszponka 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g ( <b>SOJ.</b> ) Dżem 25 g 1 szt Pomidor b/skórki 80 g Roszponka 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Pasta z jaj z koperkiem -dieta 80 g ( <b>JAJ, MLE.</b> ) Ser żółty 50 g ( <b>MLE.</b> ) Ogórek kiszony 80 g Roszponka 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 80 g ( <b>JAJ, MLE.</b> ) Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g ( <b>SOJ.</b> ) Pomidor 80 g Roszponka 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Chleb bezglutenowy 100 g ( <b>SEZ, może zawierać: ORZ.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 80 g ( <b>JAJ, MLE.</b> ) Dżem 25 g 1 szt Pomidor 80 g Roszponka 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 100 g ( <b>SEZ, może zawierać: ORZ.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 40 g ( <b>JAJ, MLE.</b> ) Dżem 25 g 2 szt Pomidor 80 g Roszponka 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Kleik ryżowy na wodzie 200 g Suchary b/c 30 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE.</b> )	
PN	Biszkopty b/ml 30 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> )	Mleko Smakowe UHT 1,5% tł 0,2l 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Podpiłomyki b/c 20 g ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> )	Wafle ryżowe 30 g	Podpiłomyki b/c 20 g ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> ) Mleko Smakowe UHT 1,5% tł 0,2l 1 szt ( <b>MLE.</b> )	Mleko Smakowe UHT 1,5% tł 0,2l 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Podpiłomyki b/c 20 g ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> )	Wafle ryżowe 30 g Sok pomidorowy 0,3l 1 szt	Podpiłomyki b/c 20 g ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> )	Podpiłomyki b/c 20 g ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> )	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	
	Wartość energetyczna: 2361.73 kcal; Białko ogółem: 77.95 g; Tłuszcz: 55.99 g; Kw. tł. nasy.: 10.32 g; Węglowodany ogółem: 410.48 g; W tym cukry: 108.24 g; Błonnik pok.: 28.28 g; Sól: 7.15 g; WW: 38.29 Por.; : 13.20 %; : 69.52 %; Ener. z T: 21.34 %; Ener. z Bł.: 2.39 %; K: 3650.53 mg;	Wartość energetyczna: 2564.15 kcal; Białko ogółem: 112.41 g; Tłuszcz: 60.42 g; Kw. tł. nasy.: 23.34 g; Węglowodany ogółem: 403.08 g; W tym cukry: 99.10 g; Błonnik pok.: 24.40 g; Sól: 7.06 g; WW: 38.02 Por.; : 17.53 %; : 62.88 %; Ener. z T: 21.21 %; Ener. z Bł.: 1.90 %; K: 4110.71 mg;	Wartość energetyczna: 2111.02 kcal; Białko ogółem: 82.74 g; Tłuszcz: 49.51 g; Kw. tł. nasy.: 11.42 g; Węglowodany ogółem: 355.26 g; W tym cukry: 64.83 g; Błonnik pok.: 25.94 g; Sól: 6.56 g; WW: 32.97 Por.; : 15.68 %; : 67.31 %; Ener. z T: 21.11 %; Ener. z Bł.: 2.46 %; K: 3536.14 mg;	Wartość energetyczna: 2347.71 kcal; Białko ogółem: 103.64 g; Tłuszcz: 46.40 g; Kw. tł. nasy.: 16.06 g; Węglowodany ogółem: 400.56 g; W tym cukry: 96.45 g; Błonnik pok.: 22.80 g; Sól: 7.49 g; WW: 38.00 Por.; : 17.66 %; : 68.25 %; Ener. z T: 17.79 %; Ener. z Bł.: 1.94 %; K: 4051.84 mg;	Wartość energetyczna: 2639.16 kcal; Białko ogółem: 128.91 g; Tłuszcz: 93.30 g; Kw. tł. nasy.: 29.12 g; Węglowodany ogółem: 336.41 g; W tym cukry: 55.89 g; Błonnik pok.: 35.58 g; Sól: 12.51 g; WW: 30.12 Por.; : 19.54 %; : 50.99 %; Ener. z T: 31.82 %; Ener. z Bł.: 2.70 %; K: 4482.24 mg;	Wartość energetyczna: 2723.09 kcal; Białko ogółem: 121.78 g; Tłuszcz: 61.61 g; Kw. tł. nasy.: 23.34 g; Węglowodany ogółem: 430.92 g; W tym cukry: 120.15 g; Błonnik pok.: 24.42 g; Sól: 8.47 g; WW: 40.78 Por.; : 17.89 %; : 63.30 %; Ener. z T: 20.36 %; Ener. z Bł.: 1.79 %; K: 4112.58 mg;	Wartość energetyczna: 2263.96 kcal; Białko ogółem: 85.19 g; Tłuszcz: 51.01 g; Kw. tł. nasy.: 11.72 g; Błonnik pok.: 25.97 g; Sól: 8.71 g; WW: 36.25 Por.; : 15.05 %; : 68.57 %; Ener. z T: 20.28 %; Ener. z Bł.: 2.29 %; K: 3537.74 mg;	Wartość energetyczna: 2013.58 kcal; Białko ogółem: 52.04 g; Tłuszcz: 52.34 g; Kw. tł. nasy.: 18.63 g; Węglowodany ogółem: 340.08 g; W tym cukry: 75.11 g; Błonnik pok.: 26.52 g; Sól: 2.50 g; WW: 31.39 Por.; : 10.34 %; : 67.56 %; Ener. z T: 23.39 %; Ener. z Bł.: 2.63 %; K: 3287.49 mg;	Wartość energetyczna: 1887.86 kcal; Białko ogółem: 33.85 g; Tłuszcz: 44.82 g; Kw. tł. nasy.: 16.24 g; Węglowodany ogółem: 344.39 g; W tym cukry: 83.25 g; Błonnik pok.: 26.37 g; Sól: 2.03 g; WW: 31.90 Por.; : 7.17 %; : 72.97 %; Ener. z T: 21.37 %; Ener. z Bł.: 2.79 %; K: 3049.96 mg;	Wartość energetyczna: 853.30 kcal; Białko ogółem: 19.86 g; Tłuszcz: 7.47 g; Kw. tł. nasy.: 0.18 g; Węglowodany ogółem: 176.40 g; W tym cukry: 25.67 g; Błonnik pok.: 2.73 g; Sól: 0.25 g; WW: 17.44 Por.; : 9.31 %; : 82.69 %; Ener. z T: 7.87 %; Ener. z Bł.: 0.64 %; K: 158.90 mg;

Jadłospisy za okres od dnia 2025-11-17 do dnia 2025-11-23 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- Papkowata b/ml	SIE- Łatwo strawna	SIE- Bezmleczna	SIE- Niskotłuszczowa	SIE- O kontr. zaw.kwasów tłuszczowych	SIE- Bogatobiałkowa	SIE- Bogatobiałkowa bezmleczna	SIE- Niskobiałkowa do 50 g białka	SIE- Niskobiałkowa do 30 g białka	SIE- Kleikowa
2025-11-22 sobota	Śniadanie	<p>Płatki owsiane na wodzie 300 ml (<b>GLU OW.</b>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<b>GLU PSZ.</b>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody mielona 50 g (<b>SOJ.</b>) Dżem 25 g 1 szt Kalafior gotowany* 100 g</p>	<p>Płatki owsiane na mleku 300 ml (<b>MLE, GLU OW.</b>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<b>GLU PSZ.</b>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<b>MLE.</b>) Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy,grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (<b>SOJ.</b>) Dżem 25 g 1 szt Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Jabłko pieczone 1szt. 1 szt</p>	<p>Płatki owsiane na wodzie 300 ml (<b>GLU OW.</b>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<b>GLU PSZ.</b>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (<b>SOJ.</b>) Dżem 25 g 1 szt Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Jabłko pieczone 1szt. 1 szt</p>	<p>Płatki owsiane na mleku 300 ml (<b>MLE, GLU OW.</b>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (<b>GLU PSZ.</b>) Masło extra 82% 5 g (<b>MLE.</b>) Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy,grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (<b>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</b>) Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt (<b>MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE.</b>) Pomidor b/skórki 80 g Sałata lodowa 20 g Jabłko pieczone 1szt. 1 szt</p>	<p>Płatki owsiane na mleku 300 ml (<b>MLE, GLU OW.</b>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (<b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy,grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (<b>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</b>) Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt (<b>MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE.</b>) Pomidor b/skórki 80 g Sałata lodowa 20 g Rzodkiew biała 80 g</p>	<p>Płatki owsiane na mleku 300 ml (<b>MLE, GLU OW.</b>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<b>GLU PSZ.</b>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<b>MLE.</b>) Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy,grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (<b>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</b>) Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt (<b>MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE.</b>) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g</p>	<p>Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 100 g (<b>SEZ, może zawierać: ORZ.</b>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<b>MLE.</b>) Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy,grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (<b>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</b>) Dżem 25 g 1 szt Pomidor 80 g Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Sałata lodowa 20 g</p>	<p>Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<b>MLE.</b>) Chleb bezglutenowy 100 g (<b>SEZ, może zawierać: ORZ.</b>) Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy,grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 20 g (<b>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</b>) Dżem 25 g 2 szt Pomidor 80 g Sałata lodowa 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 (<b>GLU PSZ, SOJ, MLE.</b>)</p>	
	II ŚN	<p>Jabłko pieczone 1szt. 1 szt</p>				<p>Jabłko 150 g</p>	<p>Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml (<b>MLE.</b>)</p>	<p>Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Galaretka o smaku brzoskwińowym 200 g</p>			

**Jadłospisy za okres od dnia 2025-11-17 do dnia 2025-11-23 KUCHNIA SIEDLCE**

		SIE- Papkowata b/ml	SIE- Łatwo strawna	SIE- Bezmleczna	SIE- Niskotłuszczowa	SIE- O kontr. zaw. kwasów tłuszczowych	SIE- Bogatobiałkowa	SIE- Bogatobiałkowa bezmleczna	SIE- Niskobiałkowa do 50 g białka	SIE- Niskobiałkowa do 30 g białka	SIE- Kleikowa
2025-11-22 sobota	Obiad	Koperkowa z ziemniakami (bez mleka) () 300 ml ( <b>GLU PSZ, SEL,</b> ) Ryż na sypko 180 g Potrawka drobiowa () rozdrobniona 150 g ( <b>GLU PSZ, SEL,</b> ) Buraczki gotowane () 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Koperkowa z ziemniakami () 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL,</b> ) Ryż na sypko 180 g Potrawka drobiowa () 150 g ( <b>GLU PSZ, SEL,</b> ) Buraczki gotowane () 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml Surówka z marchwi i jabłka b/c () 100 g ( <b>MLE,</b> )	Koperkowa z ziemniakami (bez mleka) () 300 ml ( <b>GLU PSZ, SEL,</b> ) Ryż na sypko 180 g Potrawka drobiowa () 150 g ( <b>GLU PSZ, SEL,</b> ) Buraczki gotowane () 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c () 100 g	Koperkowa z ziemniakami () 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL,</b> ) Ryż na sypko 180 g Potrawka drobiowa () 150 g ( <b>GLU PSZ, SEL,</b> ) Buraczki gotowane () 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml Surówka z marchwi i jabłka b/c () 100 g ( <b>MLE,</b> )	Koperkowa z ziemniakami () 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL,</b> ) Kociołek meksykański z kurczakiem i fasolą 150 g ( <b>SEL,</b> ) Ryż na sypko (brązowy) 180 g Surówka z marchwi i jabłka b/c () 100 g ( <b>MLE,</b> ) Buraczki gotowane () 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml	Koperkowa z ziemniakami () 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL,</b> ) Potrawka drobiowa () 150 g ( <b>GLU PSZ, SEL,</b> ) Ryż na sypko 180 g Buraczki gotowane () 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml Surówka z marchwi i jabłka b/c () 100 g ( <b>MLE,</b> )	Koperkowa z ziemniakami (bez mleka) () 300 ml ( <b>GLU PSZ, SEL,</b> ) Ryż na sypko 180 g Potrawka drobiowa () 150 g ( <b>GLU PSZ, SEL,</b> ) Buraczki gotowane () 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c () 100 g	Koperkowa z ziemniakami () 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL,</b> ) Ryż na sypko 180 g Potrawka drobiowa () 60 g ( <b>GLU PSZ, SEL,</b> ) Buraczki gotowane () 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c () 100 g	Koperkowa z ziemniakami () 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL,</b> ) Ryż na sypko 180 g Potrawka drobiowa () 50 g ( <b>GLU PSZ, SEL,</b> ) Buraczki gotowane () 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c () 100 g	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Herbata czarna ekspresowa z/c 500 ml Suchary b/c 30 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE,</b> )
	PD	Galaretka o smaku brzoskwiniowym 200 g				Maślanka truskawkowa 200 ml ( <b>MLE,</b> )	Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml Biszkopty b/ml 30 g ( <b>GLU PSZ, JAJ,</b> )				

Jadłospisy za okres od dnia 2025-11-17 do dnia 2025-11-23 KUCHNIA SIEDLCE

	SIE- Papkowata b/ml	SIE- Łatwo strawna	SIE- Bezmleczna	SIE- Niskotłuszczowa	SIE- O kontr. zaw.kwasów tłuszczowych	SIE- Bogatobiałkowa	SIE- Bogatobiałkowa bezmleczna	SIE- Niskobiałkowa do 50 g białka	SIE- Niskobiałkowa do 30 g białka	SIE- Kleikowa
2025-11-22 sobota	Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynka z piersią kurczaka-wędł.z drob.gr.rozd.parzo. w osł.niejadalnej mielona 50 g ( <u>SOJ.</u> ) Miód (25g) 1 szt Brokuł gotowany* 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE.</u> ) Sałatka z makaronu z wędliną drobiowo wieprzową -dieta ( ) 150 g ( <u>GLU PSZ, SEL, może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.</u> ) Szynkowa Extra-wędzonka wieprzowa,wędzona ,z wodą dodaną. 25 g ( <u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u> ) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE.</u> ) Szynkowa Extra-wędzonka wieprzowa,wędzona ,z wodą dodaną. 25 g ( <u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u> ) Sałatka z makaronu z wędliną drobiowo wieprzową -dieta ( ) 150 g ( <u>GLU PSZ, SEL, może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.</u> ) Pomidor b/skórki 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE.</u> )	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynkowa Extra-wędzonka wieprzowa,wędzona ,z wodą dodaną. 25 g ( <u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u> ) Sałata z makaronu z wędliną drobiowo wieprzową -dieta ( ) 150 g ( <u>GLU PSZ, SEL, może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.</u> ) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE.</u> )	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE.</u> ) Szynkowa Extra-wędzonka wieprzowa,wędzona ,z wodą dodaną. 25 g ( <u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u> ) Sałata z makaronu z wędliną drobiowo wieprzową -dieta ( ) 150 g ( <u>GLU PSZ, SEL, może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.</u> ) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE.</u> )	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynka z piersią kurczaka-wędł.z drob.gr.rozd.parzo. w osł.niejadalnej mielona 50 g ( <u>SOJ.</u> ) 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 100 g ( <u>SEZ, może zawierać: ORZ.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> ) Szynkowa Extra-wędzonka wieprzowa,wędzona ,z wodą dodaną. 30 g ( <u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u> ) 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 100 g ( <u>SEZ, może zawierać: ORZ.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> ) Szynkowa Extra-wędzonka wieprzowa,wędzona ,z wodą dodaną. 20 g ( <u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u> ) Miód (25g) 2 szt Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Kleik ryżowy na wodzie 200 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Suchary b/c 30 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u> )
PN	Mus- przecier owocowy jabłko 100g (tubka) 1 szt									Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt

Jadłospisy za okres od dnia 2025-11-17 do dnia 2025-11-23 KUCHNIA SIEDLCE

	SIE- Papkowata b/ml	SIE- Łatwo strawna	SIE- Bezmleczna	SIE- Niskotuszczowa	SIE- O kontr. zaw.kwasów tłuszczowych	SIE- Bogatobiałkowa	SIE- Bogatobiałkowa bezmleczna	SIE- Niskobiałkowa do 50 g białka	SIE- Niskobiałkowa do 30 g białka	SIE- Kleikowa
2025-11-22 sobota	Wartość energetyczna: 2122.57 kcal; Białko ogółem: 76.83 g; Tłuszcz: 38.53 g; Kw. tł. nasy.: 8.44 g; Węglowodany ogółem: 391.81 g; W tym cukry: 124.66 g; Błonnik pok.: 28.66 g; Sól: 7.05 g; WW: 36.31 Por; : 14.48 %; : 73.84 %; Ener. z T: 16.34 %; Ener. z Bł.: 2.70 %; K: 3268.03 mg;	Wartość energetyczna: 2395.74 kcal; Białko ogółem: 92.75 g; Tłuszcz: 61.47 g; Kw. tł. nasy.: 25.67 g; Węglowodany ogółem: 382.30 g; W tym cukry: 106.11 g; Błonnik pok.: 31.18 g; Sól: 7.66 g; WW: 35.18 Por; : 15.49 %; : 63.83 %; Ener. z T: 23.09 %; Ener. z Bł.: 2.60 %; K: 4076.67 mg;	Wartość energetyczna: 1986.31 kcal; Białko ogółem: 68.56 g; Tłuszcz: 40.52 g; Kw. tł. nasy.: 8.72 g; Węglowodany ogółem: 362.39 g; W tym cukry: 93.81 g; Błonnik pok.: 28.20 g; Sól: 6.71 g; WW: 33.55 Por; : 13.81 %; : 72.98 %; Ener. z T: 18.36 %; Ener. z Bł.: 2.84 %; K: 3154.86 mg;	Wartość energetyczna: 2339.64 kcal; Białko ogółem: 95.44 g; Tłuszcz: 53.42 g; Kw. tł. nasy.: 20.17 g; Węglowodany ogółem: 383.33 g; W tym cukry: 107.05 g; Błonnik pok.: 29.61 g; Sól: 6.99 g; WW: 35.47 Por; : 16.32 %; : 65.54 %; Ener. z T: 20.55 %; Ener. z Bł.: 2.53 %; K: 4166.84 mg;	Wartość energetyczna: 2300.50 kcal; Białko ogółem: 86.40 g; Tłuszcz: 64.64 g; Kw. tł. nasy.: 20.89 g; Węglowodany ogółem: 362.41 g; W tym cukry: 80.17 g; Błonnik pok.: 49.45 g; Sól: 7.75 g; WW: 31.36 Por; : 15.02 %; : 63.01 %; Ener. z T: 25.29 %; Ener. z Bł.: 4.30 %; K: 4459.99 mg;	Wartość energetyczna: 2745.14 kcal; Białko ogółem: 105.82 g; Tłuszcz: 68.50 g; Kw. tł. nasy.: 30.06 g; Węglowodany ogółem: 440.86 g; W tym cukry: 131.11 g; Błonnik pok.: 31.22 g; Sól: 8.08 g; WW: 41.05 Por; : 15.42 %; : 64.24 %; Ener. z T: 22.46 %; Ener. z Bł.: 2.27 %; K: 4360.61 mg;	Wartość energetyczna: 2253.35 kcal; Białko ogółem: 82.92 g; Tłuszcz: 45.86 g; Kw. tł. nasy.: 9.15 g; Węglowodany ogółem: 407.14 g; W tym cukry: 128.39 g; Błonnik pok.: 28.23 g; Sól: 8.09 g; WW: 38.00 Por; : 14.72 %; : 72.27 %; Ener. z T: 18.32 %; Ener. z Bł.: 2.51 %; K: 3144.96 mg;	Wartość energetyczna: 1909.03 kcal; Białko ogółem: 41.26 g; Tłuszcz: 43.24 g; Kw. tł. nasy.: 15.76 g; Węglowodany ogółem: 345.68 g; W tym cukry: 92.18 g; Błonnik pok.: 27.54 g; Sól: 3.37 g; WW: 31.86 Por; : 8.65 %; : 72.43 %; Ener. z T: 20.39 %; Ener. z Bł.: 2.89 %; K: 2681.90 mg;	Wartość energetyczna: 1899.00 kcal; Białko ogółem: 32.39 g; Tłuszcz: 41.98 g; Kw. tł. nasy.: 15.44 g; Węglowodany ogółem: 355.54 g; W tym cukry: 101.30 g; Błonnik pok.: 27.39 g; Sól: 2.40 g; WW: 32.91 Por; : 6.82 %; : 74.89 %; Ener. z T: 19.89 %; Ener. z Bł.: 2.88 %; K: 2648.33 mg;	Wartość energetyczna: 887.22 kcal; Białko ogółem: 19.86 g; Tłuszcz: 7.47 g; Kw. tł. nasy.: 0.18 g; Węglowodany ogółem: 184.88 g; W tym cukry: 34.15 g; Błonnik pok.: 2.73 g; Sól: 0.25 g; WW: 18.29 Por; : 8.95 %; : 83.35 %; Ener. z T: 7.57 %; Ener. z Bł.: 0.62 %; K: 159.20 mg;
2025-11-23 niedziela	Kasza kukurydziana na wodzie 300 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ. GLU ZYT.</u> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody mielona 50 g ( <u>SOJ.</u> ) Dżem 25 g 1 szt Marchew gotowana z olejem ( ) 10 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml ( <u>MLE.</u> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ. GLU ZYT.</u> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE.</u> ) Szynka zielonogórska-wieprzowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 50 g ( <u>SOJ. MLE. SEL. może zawierać: JAJ. GOR.</u> ) Dżem 25 g 1 szt Pomidor 80 g Mix sałat 20 g Banan 150 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Kasza kukurydziana na wodzie 300 ml ( <u>GLU PSZ.</u> ) Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE.</u> ) Szynka zielonogórska-wieprzowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 50 g ( <u>SOJ. MLE. SEL. może zawierać: JAJ. GOR.</u> ) Dżem 25 g 1 szt Pomidor b/skórki 80 g Mix sałat 20 g Banan 150 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml ( <u>MLE.</u> ) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ. GLU ZYT.</u> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynka zielonogórska-wieprzowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 50 g ( <u>SOJ. MLE. SEL. może zawierać: JAJ. GOR.</u> ) Dżem 25 g 1 szt Pomidor 80 g Mix sałat 20 g Banan 150 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml ( <u>MLE.</u> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ. GLU ZYT.</u> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE.</u> ) Szynka zielonogórska-wieprzowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 50 g ( <u>SOJ. MLE. SEL. może zawierać: JAJ. GOR.</u> ) Dżem 25 g 1 szt Pomidor 80 g Mix sałat 20 g Banan 150 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Kasza kukurydziana na wodzie 300 ml ( <u>GLU PSZ.</u> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ. GLU ZYT.</u> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g ( <u>SOJ.</u> ) Dżem 25 g 1 szt Pomidor 80 g Mix sałat 20 g Banan 150 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 100 g ( <u>SEZ. może zawierać: ORZ.</u> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE.</u> ) Szynka zielonogórska-wieprzowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 50 g ( <u>SOJ. MLE. SEL. może zawierać: JAJ. GOR.</u> ) Dżem 25 g 1 szt Pomidor 80 g Mix sałat 20 g Banan 150 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 100 g ( <u>SEZ. może zawierać: ORZ.</u> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE.</u> ) Szynka zielonogórska-wieprzowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 20 g ( <u>SOJ. MLE. SEL. może zawierać: JAJ. GOR.</u> ) Dżem 25 g 2 szt Pomidor 80 g Mix sałat 20 g Banan 150 g	Kleik ryżowy na wodzie 200 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Suchary b/c 30 g ( <u>GLU PSZ. SOJ. MLE.</u> )	Banan 150 g
II ŚN	Banan 150 g					Banan 150 g				

Jadłospisy za okres od dnia 2025-11-17 do dnia 2025-11-23 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- Papkowata b/ml	SIE- Łatwo strawna	SIE- Bezmleczna	SIE- Niskotłuszczowa	SIE- O kontr. zaw.kwasów tłuszczowych	SIE- Bogatobiałkowa	SIE- Bogatobiałkowa bezmleczna	SIE- Niskobiałkowa do 50 g białka	SIE- Niskobiałkowa do 30 g białka	SIE- Kleikowa
2025-11-23 niedziela	Obiad	Pomidorowa z zacierką (bez mleka) () 300 ml ( <u>GLU PSZ, SEL,</u> ) Ziemniaki gotowane puree (bez mleka) () 180 g Pulpet wieprzowy rozdrobniony 100 g ( <u>GLU PSZ, JAJ,</u> ) Sos ziołowy 80 ml ( <u>GLU PSZ, SEL,</u> ) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g ( <u>SEL,</u> ) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Pomidorowa z zacierką () 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u> ) Ziemniaki gotowane () 180 g Schab duszony 100 g Sos własny () 80 ml ( <u>GLU PSZ, SEL,</u> ) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g ( <u>SEL,</u> ) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Pomidorowa z zacierką (bez mleka) () 300 ml ( <u>GLU PSZ, SEL,</u> ) Ziemniaki gotowane () 180 g Schab duszony 100 g Sos własny () 80 ml ( <u>GLU PSZ, SEL,</u> ) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g ( <u>SEL,</u> ) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Pomidorowa z zacierką () 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u> ) Ziemniaki gotowane () 180 g Schab duszony 100 g Sos własny () 80 ml ( <u>GLU PSZ, SEL,</u> ) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g ( <u>SEL,</u> ) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Pomidorowa z zacierką () 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u> ) Ziemniaki gotowane () 180 g Schab duszony 100 g Sos własny () 80 ml ( <u>GLU PSZ, SEL,</u> ) Surówka z kapusty pekińskiej z papryką i olejem 100 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 100 g ( <u>SEL,</u> ) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml	Pomidorowa z zacierką () 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u> ) Ziemniaki gotowane () 180 g Schab duszony 100 g Sos własny () 80 ml ( <u>GLU PSZ, SEL,</u> ) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g ( <u>SEL,</u> ) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Pomidorowa z zacierką (bez mleka) () 300 ml ( <u>GLU PSZ, SEL,</u> ) Ziemniaki gotowane () 180 g Schab duszony 100 g Sos własny () 80 ml ( <u>GLU PSZ, SEL,</u> ) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g ( <u>SEL,</u> ) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Pomidorowa z zacierką (bez mleka) () 300 ml ( <u>GLU PSZ, SEL,</u> ) Ziemniaki gotowane () 180 g Schab duszony 50 g Sos własny () 80 ml ( <u>GLU PSZ, SEL,</u> ) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g ( <u>SEL,</u> ) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Ryżowa (bez mleka) 300 ml ( <u>SEL,</u> ) Schab duszony 30 g Sos własny () 80 ml ( <u>GLU PSZ, SEL,</u> ) Ziemniaki gotowane () 180 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g ( <u>SEL,</u> ) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Herbata czarna granulowana z/c 500 ml Suchary b/c 30 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE,</u> )
	PD	Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 30 g Kisiel o smaku wiśniowym z/c 200 ml				Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml ( <u>MLE,</u> )	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT,</u> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 20 g Sałata zielona 20 g				

Jadłospisy za okres od dnia 2025-11-17 do dnia 2025-11-23 KUCHNIA SIEDLCE

	SIE- Papkowata b/ml	SIE- Łatwo strawna	SIE- Bezmleczna	SIE- Niskotuszczowa	SIE- O kontr. zaw.kwasów tłuszczowych	SIE- Bogatobiałkowa	SIE- Bogatobiałkowa bezmleczna	SIE- Niskobiałkowa do 50 g białka	SIE- Niskobiałkowa do 30 g białka	SIE- Kleikowa	
2025-11-23 niedziela	Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> ) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz .parzo.z dodat.wody w osł.niejad mielona 50 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 ( <u>GLU PSZ.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE.</u> ) Ser mozzarella 50 g ( <u>MLE.</u> ) Szynkowa dębowa 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 Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> ) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz .parzo.z dodat.wody w osł.niejad 25 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 100 g ( <u>GLUPSZ.</u> ) Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE.</u> ) Serek a'a homogenizowany 80 g ( <u>MLE.</u> ) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz .parzo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g Sałata zielona 20 g Pomidor b/skórki 80 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Ser mozzarella 50 g ( <u>MLE.</u> ) 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 Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE.</u> ) Ser mozzarella 50 g ( <u>MLE.</u> ) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz .parzo.z dodat.wody w osł.niejad 25 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 100 g ( <u>SEZ, może zawierać: ORZ.</u> ) Masło extra 82% 15g ( <u>MLE.</u> ) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz .parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Miód (25g) 1 szt Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 100 g ( <u>SEZ, może zawierać: ORZ.</u> ) Masło extra 82% 15g ( <u>MLE.</u> ) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz .parzo.z dodat.wody w osł.niejad 20 g Miód (25g) 2 szt Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Kleik ryżowy na wodzie 200 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Suchary b/c 30 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u> )	
	PN	Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt Biszkopty b/ml 30 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> )	Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt Biszkopty b/c 30 g ( <u>GLUPSZ, JAJ.</u> )	Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt Biszkopty b/ml 30 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> )	Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt Biszkopty b/c 30 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> )		Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt Biszkopty b/ml 30 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> )		Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt	Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
		Wartość energetyczna: 2587.71 kcal; Białko ogółem: 89.05 g; Tłuszcz: 58.52 g; Kw. tł. nasy.: 13.04 g; Węglowodany ogółem: 440.79 g; W tym cukry: 145.24 g; Błonnik pok.: 34.03 g; Sól: 9.14 g; WW: 40.71 Por; : 13.76 %; : 68.14 %; Ener. z T: 20.35 %; Ener. z Bł.: 2.63 %; K: 4412.72 mg;	Wartość energetyczna: 2420.80 kcal; Białko ogółem: 104.28 g; Tłuszcz: 62.11 g; Kw. tł. nasy.: 20.18 g; Węglowodany ogółem: 375.15 g; W tym cukry: 120.87 g; Błonnik pok.: 29.39 g; Sól: 7.12 g; WW: 34.70 Por; : 17.23 %; : 61.99 %; Ener. z T: 23.09 %; Ener. z Bł.: 2.43 %; K: 4700.13 mg;	Wartość energetyczna: 2229.11 kcal; Białko ogółem: 93.88 g; Tłuszcz: 51.88 g; Kw. tł. nasy.: 11.34 g; Węglowodany ogółem: 361.70 g; W tym cukry: 108.39 g; Błonnik pok.: 28.82 g; Sól: 8.18 g; WW: 33.40 Por; : 16.85 %; : 64.90 %; Ener. z T: 20.95 %; Ener. z Bł.: 2.59 %; K: 4398.55 mg;	Wartość energetyczna: 2311.17 kcal; Białko ogółem: 106.60 g; Tłuszcz: 47.33 g; Kw. tł. nasy.: 16.70 g; Węglowodany ogółem: 378.10 g; W tym cukry: 124.59 g; Błonnik pok.: 27.82 g; Sól: 6.49 g; WW: 35.22 Por; : 18.45 %; : 65.44 %; Ener. z T: 18.43 %; Ener. z Bł.: 2.41 %; K: 4884.43 mg;	Wartość energetyczna: 2422.64 kcal; Białko ogółem: 107.96 g; Tłuszcz: 64.13 g; Kw. tł. nasy.: 16.15 g; Węglowodany ogółem: 371.52 g; W tym cukry: 125.01 g; Błonnik pok.: 37.88 g; Sól: 6.75 g; WW: 33.52 Por; : 17.82 %; : 61.34 %; Ener. z T: 23.82 %; Ener. z Bł.: 3.13 %; K: 5188.46 mg;	Wartość energetyczna: 2622.20 kcal; Białko ogółem: 110.94 g; Tłuszcz: 66.14 g; Kw. tł. nasy.: 22.56 g; Węglowodany ogółem: 409.71 g; W tym cukry: 145.87 g; Błonnik pok.: 29.43 g; Sól: 7.35 g; WW: 38.17 Por; : 16.92 %; : 62.50 %; Ener. z T: 22.70 %; Ener. z Bł.: 2.24 %; K: 4984.06 mg;	Wartość energetyczna: 2417.82 kcal; Białko ogółem: 101.06 g; Tłuszcz: 57.08 g; Kw. tł. nasy.: 12.79 g; Węglowodany ogółem: 390.92 g; W tym cukry: 108.83 g; Błonnik pok.: 30.85 g; Sól: 9.49 g; WW: 36.12 Por; : 16.72 %; : 64.67 %; Ener. z T: 21.25 %; Ener. z Bł.: 2.55 %; K: 4434.73 mg;	Wartość energetyczna: 2062.32 kcal; Białko ogółem: 53.96 g; Tłuszcz: 53.37 g; Kw. tł. nasy.: 17.58 g; Węglowodany ogółem: 350.60 g; W tym cukry: 107.56 g; Błonnik pok.: 30.54 g; Sól: 4.91 g; WW: 32.07 Por; : 10.47 %; : 68.00 %; Ener. z T: 23.29 %; Ener. z Bł.: 2.96 %; K: 3932.75 mg;	Wartość energetyczna: 1937.59 kcal; Białko ogółem: 33.99 g; Tłuszcz: 47.17 g; Kw. tł. nasy.: 16.26 g; Węglowodany ogółem: 354.65 g; W tym cukry: 113.84 g; Błonnik pok.: 30.16 g; Sól: 3.21 g; WW: 32.59 Por; : 7.02 %; : 73.22 %; Ener. z T: 21.91 %; Ener. z Bł.: 3.11 %; K: 3627.08 mg;	Wartość energetyczna: 887.22 kcal; Białko ogółem: 19.66 g; Tłuszcz: 7.47 g; Kw. tł. nasy.: 0.18 g; Węglowodany ogółem: 184.88 g; W tym cukry: 34.15 g; Błonnik pok.: 2.73 g; Sól: 0.19 g; WW: 18.29 Por; : 8.86 %; : 83.35 %; Ener. z T: 7.57 %; Ener. z Bł.: 0.62 %; K: 127.46 mg;

Jadłospisy za okres od dnia 2025-11-17 do dnia 2025-11-23 KUCHNIA SIEDLCE

	SIE- Kleikowa rozszerzona	SIE- Dzieci 1-3 lat Podstawowa	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż podstawa	SIE- Bogatoreszkowa	SIE- Bezglutenowa	SIE- Wegetariańska	SIE- Pooperacyjna	SIE- Dzieci 1-3 lat Łatwo strawna	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż łatwostrawna	SIE- Z ogr.subst.pobudz.w ydz.soków żołądkowych
2025-11-17 poniedziałek Śniadanie	Kleik ryżowy na wodzie 400 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Suchary b/c 65 g <b>(GLU PSZ, SOJ, MLE,)</b>	Kasza kukurydziana na mleku 250 ml <b>(MLE,)</b> Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bułka graham-pszenna 50g 1 szt <b>(GLU PSZ,)</b> Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt <b>(MLE,)</b> Połędwica Sopotcka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g <b>(SOJ,)</b> Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Jogurt typu islandzkiego naturalny Skyr 150g 1 szt <b>(MLE,)</b>	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml <b>(MLE,)</b> Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt <b>(GLU PSZ, GLU ZYT,)</b> Bułka graham-pszenna 50g 1 szt <b>(GLU PSZ,)</b> Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt <b>(MLE,)</b> Połędwica Sopotcka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g <b>(SOJ,)</b> Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Jogurt typu islandzkiego naturalny Skyr 150g 1 szt <b>(MLE,)</b>	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml <b>(MLE,)</b> Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g <b>(GLU PSZ, GLU ZYT,)</b> Bułka graham-pszenna 50g 1 szt <b>(GLU PSZ,)</b> Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt <b>(MLE,)</b> Połędwica Sopotcka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g <b>(SOJ,)</b> Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Gruszka 150 g Jogurt typu islandzkiego naturalny Skyr 150g 1 szt <b>(MLE,)</b>	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml <b>(MLE,)</b> Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 100 g <b>(SEZ, może zawierać: ORZ,)</b> Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt <b>(MLE,)</b> Połędwica Sopotcka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g <b>(SOJ,)</b> Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Gruszka 150 g Jogurt typu islandzkiego naturalny Skyr 150g 1 szt <b>(MLE,)</b>	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml <b>(MLE,)</b> Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bułka graham-pszenna 50g 1 szt <b>(GLU PSZ,)</b> Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g <b>(GLU PSZ, GLU ZYT,)</b> Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt <b>(MLE,)</b> Hummus 80 g <b>(SEZ,)</b> Jogurt typu islandzkiego naturalny Skyr 150g 1 szt <b>(MLE,)</b> Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Gruszka 150 g	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml <b>(MLE,)</b> Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g <b>(GLU PSZ,)</b> Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt <b>(MLE,)</b> Połędwica Sopotcka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 75 g <b>(SOJ,)</b> Jogurt typu islandzkiego naturalny Skyr 150g 1 szt <b>(MLE,)</b>	Kasza kukurydziana na mleku 250 ml <b>(MLE,)</b> Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt <b>(GLU PSZ, GLU ZYT,)</b> Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt <b>(MLE,)</b> Połędwica Sopotcka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g <b>(SOJ,)</b> Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Jogurt typu islandzkiego naturalny Skyr 150g 1 szt <b>(MLE,)</b>	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml <b>(MLE,)</b> Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt <b>(GLU PSZ, GLU ZYT,)</b> Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g <b>(GLU PSZ, GLU ZYT,)</b> Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt <b>(MLE,)</b> Połędwica Sopotcka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g <b>(SOJ,)</b> Pomidor b/skórki 80 g Sałata zielona 20 g Jogurt typu islandzkiego naturalny Skyr 150g 1 szt <b>(MLE,)</b>	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml <b>(MLE,)</b> Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g <b>(GLU PSZ,)</b> Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt <b>(GLU PSZ, GLU ZYT,)</b> Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt <b>(MLE,)</b> Połędwica Sopotcka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g <b>(SOJ,)</b> Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Jabłko pieczone 150 g Jogurt typu islandzkiego naturalny Skyr 150g 1 szt <b>(MLE,)</b>
	II ŚN	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Suchary b/c 30 g <b>(GLU PSZ, SOJ, MLE,)</b> Kleik ryżowy na wodzie 400 g	Gruszka 150 g					Jabłko pieczone 150 g		

Jadłospisy za okres od dnia 2025-11-17 do dnia 2025-11-23 KUCHNIA SIEDLCE

	SIE- Kleikowa rozszerzona	SIE- Dzieci 1-3 lat Podstawowa	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż. podstawa	SIE- Bogatoreszkowa	SIE- Bezglutenowa	SIE- Wegetariańska	SIE- Pooperacyjna	SIE- Dzieci 1-3 lat Łatwo strawna	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż. łatwostrawna	SIE- Z ogr.subst.pobudz.w ydz.soków żołądkowych
2025-11-17 poniedziałek	Obiad	Marchewkowa z ziemniakami (bez mleka) 300 g ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Barszcz ukraiński z ziemniakami ( ) 250 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Naleśniki z serem 200 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE.</b> ) Sos jogurtowy naturalny 100 g ( <b>MLE.</b> ) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*/z/c 250 ml	Barszcz ukraiński z ziemniakami ( ) 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Naleśniki z serem 300 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE.</b> ) Sos jogurtowy naturalny 100 g ( <b>MLE.</b> ) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*/z/c 250 ml	Barszcz ukraiński z ziemniakami ( ) 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Ryż brązowy z jabłkiem prażonym i cynamonem 300 g Sos jogurtowy naturalny 100 g ( <b>MLE.</b> ) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*/z/c 250 ml	Barszcz ukraiński z ziemniakami (bez glutenu) ( ) 300 ml ( <b>MLE, SEL.</b> ) Ryż brązowy z jabłkiem prażonym i cynamonem 300 g Sos jogurtowy naturalny 100 g ( <b>MLE.</b> ) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*/z/c 250 ml	Barszcz ukraiński z ziemniakami ( ) 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Ryż brązowy z jabłkiem prażonym i cynamonem 300 g Sos jogurtowy naturalny 100 g ( <b>MLE.</b> ) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*/z/c 250 ml	Marchewkowa z ziemniakami (bez mleka) 300 g ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Ryż na sypko 180 g Pulpet wieprzowy 100 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> ) Sos ziołowy* 80 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Warzywa po grecku ( ) 200 g ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*/z/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami ( ) 250 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Ryż z jabłkiem prażonym i cynamonem 250 g Sos jogurtowy naturalny 80 g ( <b>MLE.</b> ) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*/z/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami ( ) 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Ryż z jabłkiem prażonym i cynamonem 300 g Sos jogurtowy naturalny 100 g ( <b>MLE.</b> ) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*/z/c 250 ml
	PD	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Suchary b/c 30 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE.</b> ) Kleik ryżowy na wodzie 400 g	Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml ( <b>MLE.</b> )	Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml ( <b>MLE.</b> ) Wafle ryżowe 30 g				Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml ( <b>MLE.</b> )		
	Kolacja	Kleik ryżowy na wodzie 400 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Suchary b/c 65 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE.</b> )	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Ser żółty 25 g ( <b>MLE.</b> ) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz .parzo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g 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 ( <b>GLU PSZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Ser żółty 25 g ( <b>MLE.</b> ) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz .parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz .parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Ser żółty 25 g ( <b>MLE.</b> ) 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 100 g ( <b>SEZ, może zawierać: ORZ.</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz .parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Ser żółty 25 g ( <b>MLE.</b> ) Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Serek a'la homogenizowany 80 g ( <b>MLE.</b> ) Ser żółty 25 g ( <b>MLE.</b> ) 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 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz .parzo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g Serek a'la homogenizowany 80 g ( <b>MLE.</b> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz .parzo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g Serek a'la homogenizowany 50 g ( <b>MLE.</b> ) 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 ( <b>GLU PSZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz .parzo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g Serek a'la homogenizowany 80 g ( <b>MLE.</b> ) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt

Jadłospisy za okres od dnia 2025-11-17 do dnia 2025-11-23 KUCHNIA SIEDLCE

	SIE- Kleikowa rozszerzona	SIE- Dzieci 1-3 lat Podstawowa	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż podstawa	SIE- Bogatoreszkowa	SIE- Bezglutenowa	SIE- Wegetariańska	SIE- Pooperacyjna	SIE- Dzieci 1-3 lat Łatwo strawna	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż łatwostrawna	SIE- Z ogr.subst.pobudz.w ydz.soków żołądkowych
2025-11-17 poniedziałek	PN Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Sok przecierowy warzywno-owocowy 0,33l 1 szt Podplomyki b/c 20 g ( <b>GLUPSZ, MLE.</b> )	Podplomyki b/c 20 g ( <b>GLUPSZ, MLE.</b> ) Sok przecierowy warzywno-owocowy 0,33l 1 szt	Sok przecierowy warzywno-owocowy 0,33l 1 szt Podplomyki b/c 20 g ( <b>GLUPSZ, MLE.</b> )	Sok przecierowy warzywno-owocowy 0,33l 1 szt	Podplomyki b/c 20 g ( <b>GLUPSZ, MLE.</b> ) Sok przecierowy warzywno-owocowy 0,33l 1 szt	Podplomyki b/c 20 g ( <b>GLUPSZ, MLE.</b> )	Sok przecierowy warzywno-owocowy 0,33l 1 szt Podplomyki b/c 20 g ( <b>GLUPSZ, MLE.</b> )	Podplomyki b/c 20 g ( <b>GLUPSZ, MLE.</b> ) Sok przecierowy warzywno-owocowy 0,33l 1 szt	Podplomyki b/c 20 g ( <b>GLUPSZ, MLE.</b> )
	Wartość energetyczna: 1908.66 kcal; Białko ogółem: 45.08 g; Tłuszcz: 16.13 g; Kw. tł. nasy.: 0.45 g; Węglowodany ogółem: 396.68 g; W tym cukry: 45.81 g; Błonnik pok.: 9.32 g; Sól: 0.92 g; WW: 38.89 Por; : 9.45 %; : 83.13 %; Ener. z T: 7.61 %; Ener. z Bł.: 0.98 %; K: 747.70 mg;	Wartość energetyczna: 2206.39 kcal; Białko ogółem: 98.19 g; Kw. tł. nasy.: 26.72 g; Węglowodany ogółem: 336.72 g; W tym cukry: 149.54 g; Błonnik pok.: 16.62 g; Sól: 6.72 g; WW: 32.08 Por; : 17.80 %; : 61.04 %; Ener. z T: 22.14 %; Ener. z Bł.: 1.51 %; K: 2535.18 mg;	Wartość energetyczna: 2826.74 kcal; Białko ogółem: 123.81 g; Kw. tł. nasy.: 29.55 g; Węglowodany ogółem: 442.89 g; W tym cukry: 162.86 g; Błonnik pok.: 21.08 g; Sól: 9.26 g; WW: 42.30 Por; : 17.52 %; : 62.67 %; Ener. z T: 20.69 %; Ener. z Bł.: 1.49 %; K: 2857.71 mg;	Wartość energetyczna: 2456.16 kcal; Białko ogółem: 97.91 g; Kw. tł. nasy.: 25.12 g; Węglowodany ogółem: 420.91 g; W tym cukry: 154.37 g; Błonnik pok.: 36.14 g; Sól: 8.98 g; WW: 38.48 Por; : 15.95 %; : 68.55 %; Ener. z T: 17.70 %; Ener. z Bł.: 2.94 %; K: 3181.01 mg;	Wartość energetyczna: 2122.05 kcal; Białko ogółem: 73.41 g; Tłuszcz: 48.81 g; Kw. tł. nasy.: 21.94 g; Węglowodany ogółem: 351.01 g; W tym cukry: 135.17 g; Błonnik pok.: 26.49 g; Sól: 6.44 g; WW: 32.32 Por; : 13.84 %; : 66.16 %; Ener. z T: 20.70 %; Ener. z Bł.: 2.50 %; K: 2361.47 mg;	Wartość energetyczna: 2468.46 kcal; Białko ogółem: 93.91 g; Tłuszcz: 65.55 g; Kw. tł. nasy.: 25.74 g; Węglowodany ogółem: 384.26 g; W tym cukry: 140.11 g; Błonnik pok.: 30.01 g; Sól: 7.61 g; WW: 35.44 Por; : 15.22 %; : 62.27 %; Ener. z T: 23.90 %; Ener. z Bł.: 2.43 %; K: 2712.41 mg;	Wartość energetyczna: 2467.58 kcal; Białko ogółem: 119.01 g; Tłuszcz: 58.45 g; Kw. tł. nasy.: 24.78 g; Węglowodany ogółem: 376.29 g; W tym cukry: 110.09 g; Błonnik pok.: 21.80 g; Sól: 6.88 g; WW: 35.52 Por; : 19.29 %; : 61.00 %; Ener. z T: 21.32 %; Ener. z Bł.: 1.77 %; K: 2958.71 mg;	Wartość energetyczna: 2009.13 kcal; Białko ogółem: 81.60 g; Tłuszcz: 37.69 g; Kw. tł. nasy.: 19.66 g; Węglowodany ogółem: 342.27 g; W tym cukry: 154.79 g; Błonnik pok.: 14.95 g; Sól: 4.92 g; WW: 32.86 Por; : 16.25 %; : 68.14 %; Ener. z T: 16.88 %; Ener. z Bł.: 1.49 %; K: 2673.65 mg;	Wartość energetyczna: 2439.81 kcal; Białko ogółem: 97.16 g; Tłuszcz: 42.04 g; Kw. tł. nasy.: 21.53 g; Węglowodany ogółem: 342.98 g; W tym cukry: 164.66 g; Błonnik pok.: 19.57 g; Sól: 6.75 g; WW: 40.88 Por; : 15.93 %; : 70.00 %; Ener. z T: 15.51 %; Ener. z Bł.: 1.60 %; K: 3014.90 mg;	Wartość energetyczna: 2122.10 kcal; Białko ogółem: 92.05 g; Tłuszcz: 37.91 g; Kw. tł. nasy.: 19.02 g; Węglowodany ogółem: 363.83 g; W tym cukry: 112.15 g; Błonnik pok.: 17.96 g; Sól: 5.70 g; WW: 34.69 Por; : 17.35 %; : 68.58 %; Ener. z T: 16.08 %; Ener. z Bł.: 1.69 %; K: 2823.63 mg;
2025-11-18 wtorek	Śniadanie	Kleik ryżowy na wodzie 200 g Suchary b/c 30 g ( <b>GLUPSZ, SOJ, MLE.</b> ) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Płatki kukurydziane na mleku 250 ml ( <b>MLE.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLUPSZ.</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Szynkowa Extra-wędzonka wieprzowa, wędzona z wodą dodaną 50 g ( <b>SOJ, może zawierać: GLUPSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</b> ) Ser mozzarella kulki 35 g ( <b>MLE.</b> ) Rozszponka 20 g Pomidor koktajlowy 80 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Płatki kukurydziane na mleku 300 ml ( <b>MLE.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLUPSZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLUPSZ, GLU ZYT.</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Szynkowa Extra-wędzonka wieprzowa, wędzona z wodą dodaną 50 g ( <b>SOJ, może zawierać: GLUPSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</b> ) Ser mozzarella kulki 35 g ( <b>MLE.</b> ) Rozszponka 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml ( <b>MLE, GLU JĘCZ.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g ( <b>GLUPSZ, GLU ZYT.</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Ser mozzarella kulki 35 g ( <b>MLE.</b> ) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor koktajlowy 80 g Rozszponka 20 g Banan 150 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Płatki kukurydziane na mleku 300 ml ( <b>MLE.</b> ) Chleb bezglutenowy 100 g ( <b>SEZ, może zawierać: ORZ.</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <b>GLUPSZ, GLU ZYT.</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Pasztet sojowy z pomidorami 80 g ( <b>SOJ, GOR.</b> ) Ser mozzarella kulki 35 g ( <b>MLE.</b> ) Pomidor koktajlowy 80 g Rozszponka 20 g Banan 150 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml ( <b>MLE, GLU JĘCZ.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLUPSZ.</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Szynkowa Extra-wędzonka wieprzowa, wędzona z wodą dodaną 50 g ( <b>SOJ, może zawierać: GLUPSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</b> ) Twarożek 80 g ( <b>MLE.</b> ) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Płatki kukurydziane na mleku 250 ml ( <b>MLE.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLUPSZ.</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Ser mozzarella kulki 35 g ( <b>MLE.</b> ) Szynkowa Extra-wędzonka wieprzowa, wędzona z wodą dodaną 50 g ( <b>SOJ, może zawierać: GLUPSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</b> ) Rozszponka 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Płatki kukurydziane na mleku 300 ml ( <b>MLE.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLUPSZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLUPSZ, GLU ZYT.</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Ser mozzarella kulki 35 g ( <b>MLE.</b> ) Szynkowa Extra-wędzonka wieprzowa, wędzona z wodą dodaną 50 g ( <b>SOJ, może zawierać: GLUPSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</b> ) Pomidor 80 g Rozszponka 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml ( <b>MLE, GLU JĘCZ.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLUPSZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLUPSZ, GLU ZYT.</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Ser mozzarella kulki 35 g ( <b>MLE.</b> ) Szynkowa Extra-wędzonka wieprzowa, wędzona z wodą dodaną 50 g ( <b>SOJ, może zawierać: GLUPSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</b> ) Pomidor b/skórki 80 g Rozszponka 20 g Banan 150 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml

Jadłospisy za okres od dnia 2025-11-17 do dnia 2025-11-23 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- Kleikowa rozszerzona	SIE- Dzieci 1-3 lat Podstawowa	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż podstawa	SIE- Bogatoresztkowa	SIE- Bezglutenowa	SIE- Wegetariańska	SIE- Pooperacyjna	SIE- Dzieci 1-3 lat Łatwo strawna	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż łatwostrawna	SIE- Z ogr.subst.pobudz.w ydz.soków żołądkowych	
2025-11-18 wtorek	II ŚN	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Suchary b/c 15 g <b>(GLU PSZ, SOJ, MLE)</b> Kleik ryżowy na wodzie 200 g	Banan 150 g						Banan 150 g			
	Obiad	Selerowa z ziemniakami (bez mleka) () 300 ml ( <b>SEL</b> ) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Jarzynowa z zacierką dieta () 250 ml ( <b>GLUPSZ, JAJ, MLE, SEL</b> ) Ziemniaki gotowane () 90 g Filet z kurczaka gotowany 50 g Sos pietruszkowy* 80 ml ( <b>GLU PSZ, MLE</b> ) Fasolka szparagowa z wody* 100 g Surówka szparagowa z olejem 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Jarzynowa z zacierką dieta () 300 ml ( <b>GLUPSZ, JAJ, MLE, SEL</b> ) Kotlet drobiowy panierowany 100 g ( <b>GLUPSZ, JAJ</b> ) Ziemniaki gotowane () 180 g Fasolka szparagowa z wody* 100 g Surówka wielowarzywna z olejem 100 g Fasolka szparagowa z wody* 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Jarzynowa z zacierką dieta () 300 ml ( <b>GLUPSZ, JAJ, MLE, SEL</b> ) Ziemniaki gotowane () 180 g Kotlet drobiowy panierowany 100 g ( <b>GLUPSZ, JAJ</b> ) Surówka wielowarzywna z olejem 100 g Fasolka szparagowa z wody* 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Jarzynowa z makaronem (bez glutenu) () 300 ml ( <b>MLE, SEL</b> ) Ziemniaki gotowane () 180 g Filet z kurczaka gotowany 100 g Sos pietruszkowy (bez glutenu)* 80 ml ( <b>MLE</b> ) Surówka wielowarzywna z olejem 100 g Fasolka szparagowa z wody* 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Jarzynowa z zacierką dieta () 300 ml ( <b>GLUPSZ, JAJ, MLE, SEL</b> ) Ziemniaki gotowane () 180 g Kotlety sojowe 100 g ( <b>SOJ</b> ) Surówka wielowarzywna z olejem 100 g Fasolka szparagowa z wody* 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami (bez mleka) () 300 ml ( <b>SEL</b> ) Ziemniaki gotowane () 180 g Filet z kurczaka gotowany 100 g Sos pietruszkowy* 80 ml ( <b>GLU PSZ, MLE</b> ) Marchew gotowana z olejem () 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Jarzynowa z zacierką dieta () 250 ml ( <b>GLUPSZ, JAJ, MLE, SEL</b> ) Ziemniaki gotowane () 90 g Filet z kurczaka gotowany 50 g Sos pietruszkowy* 80 ml ( <b>GLU PSZ, MLE</b> ) Fasolka szparagowa z wody* 50 g Buraczki gotowane () 50 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Jarzynowa z zacierką dieta () 300 ml ( <b>GLUPSZ, JAJ, MLE, SEL</b> ) Ziemniaki gotowane () 180 g Filet z kurczaka gotowany 100 g Sos pietruszkowy* 80 ml ( <b>GLU PSZ, MLE</b> ) Fasolka szparagowa z wody* 100 g Buraczki gotowane () 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Jarzynowa z zacierką dieta () 300 ml ( <b>GLUPSZ, JAJ, MLE, SEL</b> ) Ziemniaki gotowane () 180 g Filet z kurczaka gotowany 100 g Sos pietruszkowy* 80 ml ( <b>GLU PSZ, MLE</b> ) Buraczki gotowane () 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	
	PD	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Suchary b/c 15 g <b>(GLU PSZ, SOJ, MLE)</b> Kleik ryżowy na wodzie 200 g	Drożdżówka mini 50g 50 g ( <b>GLUPSZ, JAJ, MLE</b> )						Drożdżówka mini 50g 50 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE</b> )			

Jadłospisy za okres od dnia 2025-11-17 do dnia 2025-11-23 KUCHNIA SIEDLCE

	SIE- Kleikowa rozszerzona	SIE- Dzieci 1-3 lat Podstawowa	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż. podstawa	SIE- Bogatoreszkowa	SIE- Bezglutenowa	SIE- Wegetariańska	SIE- Pooperacyjna	SIE- Dzieci 1-3 lat Łatwo strawna	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż. łatwostrawna	SIE- Z ogr.subst.pobudz.w ydz.soków żołądkowych	
2025-11-18 wtorek	Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Kleik ryżowy na wodzie 200 g Suchary b/c 30 g <b>(GLU PSZ. SOJ. MLE.)</b>	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g <b>(GLU PSZ.)</b> Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt <b>(MLE.)</b> Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Jajko gotowane kl M 1 szt <b>(JAJ.)</b> Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Jogurt truskawkowy 150g 1 szt <b>(MLE.)</b>	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g <b>(GLU PSZ. GLU ZYT.)</b> Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt <b>(MLE.)</b> Jajko gotowane kl M 1 szt <b>(JAJ.)</b> Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Rzepa biała 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Kefir 1,5% tł 150g 1 Por <b>(MLE.)</b>	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 100 g <b>(SEZ. może zawierać: ORZ.)</b> Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt <b>(MLE.)</b> Jajko gotowane kl M 1 szt <b>(JAJ.)</b> Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Rzepa biała 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Kefir 1,5% tł 150g 1 Por <b>(MLE.)</b>	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g <b>(GLU PSZ. GLU ZYT.)</b> Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g <b>(GLU PSZ. GLU ZYT.)</b> Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt <b>(MLE.)</b> Jajko gotowane kl M 1 szt <b>(JAJ.)</b> Ser żółty 25 g <b>(MLE.)</b> Rzepa biała 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Kefir 1,5% tł 150g 1 Por <b>(MLE.)</b>	Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g <b>(GLU PSZ.)</b> Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt <b>(MLE.)</b> Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Miód (25g) 1 szt Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g <b>(GLU PSZ.)</b> Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt <b>(MLE.)</b> Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Jajko gotowane kl M 1 szt <b>(JAJ.)</b> Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Jogurt truskawkowy 150g 1 szt <b>(MLE.)</b>	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g <b>(GLU PSZ.)</b> Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g <b>(GLU PSZ. GLU ZYT.)</b> Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt <b>(MLE.)</b> Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Jajko gotowane kl M 1 szt <b>(JAJ.)</b> Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Jogurt truskawkowy 150g 1 szt <b>(MLE.)</b>	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g <b>(GLU PSZ.)</b> Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g <b>(GLU PSZ. GLU ZYT.)</b> Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt <b>(MLE.)</b> Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Jajko gotowane kl M 1 szt <b>(JAJ.)</b> Pomidor b/skórki 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Kefir 1,5% tł 150g 1 Por <b>(MLE.)</b>	
PN	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Przecier owocowy jabłko-truskawka 120g 1 szt Wafle ryżowe 20 g					Wafle ryżowe 20 g	Przecier owocowy jabłko-truskawka 120g 1 szt Wafle ryżowe 20 g			

Jadłospisy za okres od dnia 2025-11-17 do dnia 2025-11-23 KUCHNIA SIEDLCE

	SIE- Kleikowa rozszerzona	SIE- Dzieci 1-3 lat Podstawowa	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż. podstawa	SIE- Bogatoreszkowa	SIE- Bezglutenowa	SIE- Wegetariańska	SIE- Pooperacyjna	SIE- Dzieci 1-3 lat Łatwo strawna	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż. łatwostrawna	SIE- Z ogr.subst.pobudz.w ydz.soków żołądkowych
2025-11-18 wtorek	Wartość energetyczna: 1116.14 kcal; Białko ogółem: 24.70 g; Tłuszcz: 7.97 g; Kw. tł. nasy.: 0.25 g; Węglowodany ogółem: 239.38 g; W tym cukry: 45.83 g; Błonnik pok.: 9.17 g; Sól: 0.81 g; WW: 23.13 Por; : 8.85 %; : 85.79 %; Ener. z T: 6.43 %; Ener. z Bł.: 1.64 %; K: 1067.17 mg;	Wartość energetyczna: 1919.42 kcal; Białko ogółem: 90.02 g; Tłuszcz: 50.64 g; Kw. tł. nasy.: 23.97 g; Węglowodany ogółem: 279.43 g; W tym cukry: 116.03 g; Błonnik pok.: 16.80 g; Sól: 6.91 g; WW: 26.38 Por; : 18.76 %; : 58.23 %; Ener. z T: 23.75 %; Ener. z Bł.: 1.75 %; K: 3255.19 mg;	Wartość energetyczna: 2637.85 kcal; Białko ogółem: 110.33 g; Tłuszcz: 71.93 g; Kw. tł. nasy.: 26.43 g; Węglowodany ogółem: 394.08 g; W tym cukry: 124.78 g; Błonnik pok.: 26.58 g; Sól: 9.58 g; WW: 36.87 Por; : 16.73 %; : 59.76 %; Ener. z T: 24.54 %; Ener. z Bł.: 2.02 %; K: 4342.08 mg;	Wartość energetyczna: 2496.32 kcal; Białko ogółem: 103.98 g; Tłuszcz: 71.37 g; Kw. tł. nasy.: 25.34 g; Węglowodany ogółem: 371.02 g; W tym cukry: 108.12 g; Błonnik pok.: 40.71 g; Sól: 9.30 g; WW: 33.20 Por; : 16.66 %; : 59.45 %; Ener. z T: 25.73 %; Ener. z Bł.: 3.26 %; K: 4729.69 mg;	Wartość energetyczna: 2212.59 kcal; Białko ogółem: 95.08 g; Tłuszcz: 56.92 g; Kw. tł. nasy.: 23.37 g; Węglowodany ogółem: 337.95 g; W tym cukry: 106.70 g; Błonnik pok.: 29.54 g; Sól: 6.22 g; WW: 30.88 Por; : 17.19 %; : 61.10 %; Ener. z T: 23.15 %; Ener. z Bł.: 2.67 %; K: 4231.73 mg;	Wartość energetyczna: 2383.43 kcal; Białko ogółem: 90.58 g; Tłuszcz: 72.17 g; Kw. tł. nasy.: 29.08 g; Węglowodany ogółem: 356.12 g; W tym cukry: 105.73 g; Błonnik pok.: 43.86 g; Sól: 7.81 g; WW: 31.38 Por; : 15.20 %; : 59.76 %; Ener. z T: 27.25 %; Ener. z Bł.: 3.68 %; K: 4047.65 mg;	Wartość energetyczna: 2356.48 kcal; Białko ogółem: 110.07 g; Tłuszcz: 46.00 g; Kw. tł. nasy.: 18.74 g; Węglowodany ogółem: 382.30 g; W tym cukry: 94.09 g; Błonnik pok.: 29.95 g; Sól: 8.14 g; WW: 35.33 Por; : 18.68 %; : 64.89 %; Ener. z T: 17.57 %; Ener. z Bł.: 2.54 %; K: 4932.05 mg;	Wartość energetyczna: 1930.78 kcal; Białko ogółem: 90.03 g; Tłuszcz: 50.60 g; Kw. tł. nasy.: 23.95 g; Węglowodany ogółem: 282.39 g; W tym cukry: 119.86 g; Błonnik pok.: 17.03 g; Sól: 6.91 g; WW: 26.60 Por; : 18.65 %; : 58.50 %; Ener. z T: 23.59 %; Ener. z Bł.: 1.76 %; K: 3374.82 mg;	Wartość energetyczna: 2471.76 kcal; Białko ogółem: 118.74 g; Tłuszcz: 54.29 g; Kw. tł. nasy.: 25.07 g; Węglowodany ogółem: 384.49 g; W tym cukry: 128.97 g; Błonnik pok.: 25.82 g; Sól: 9.33 g; WW: 35.95 Por; : 19.22 %; : 62.22 %; Ener. z T: 19.77 %; Ener. z Bł.: 2.09 %; K: 4738.93 mg;	Wartość energetyczna: 2222.63 kcal; Białko ogółem: 110.46 g; Tłuszcz: 44.98 g; Kw. tł. nasy.: 22.55 g; Węglowodany ogółem: 356.83 g; W tym cukry: 116.52 g; Błonnik pok.: 26.29 g; Sól: 9.57 g; WW: 33.05 Por; : 19.88 %; : 64.22 %; Ener. z T: 18.21 %; Ener. z Bł.: 2.37 %; K: 4805.25 mg;
2025-11-19 środa Śniadanie	Kleik ryżowy na wodzie 400 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Suchary b/c 65 g <b>(GLU PSZ. SOJ. MLE.)</b>	Płatki owsiane na mleku 250 ml <b>(MLE, GLU OW.)</b> Bułka pszenna długa krojona 50 g <b>(GLU PSZ.)</b> Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt <b>(MLE.)</b> Serek a'la homogenizowany 40 g <b>(MLE.)</b> Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 25 g ( <b>może zawierać: GLU PSZ. JAJ. SOJ. MLE. SEL. GOR.</b> ) Papryka świeża 80 g Kielki rzodkiewki 20 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Płatki owsiane na mleku 300 ml <b>(MLE, GLU OW.)</b> Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g <b>(GLU PSZ.)</b> Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g <b>(GLU PSZ. GLU ZYT.)</b> Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt <b>(MLE.)</b> Serek a'la homogenizowany 80 g <b>(MLE.)</b> Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 25 g ( <b>może zawierać: GLU PSZ. JAJ. SOJ. MLE. SEL. GOR.</b> ) Papryka świeża 80 g Kielki rzodkiewki 20 g	Płatki owsiane na mleku 300 ml <b>(MLE, GLU OW.)</b> Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g <b>(GLU PSZ. GLU ZYT.)</b> Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt <b>(MLE.)</b> Serek a'la homogenizowany 80 g <b>(MLE.)</b> Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 25 g ( <b>może zawierać: GLU PSZ. JAJ. SOJ. MLE. SEL. GOR.</b> ) Papryka świeża 80 g Kielki rzodkiewki 20 g	Ryż na mleku 300 ml <b>(MLE.)</b> Chleb bezglutenowy 100 g <b>(SÉZ, może zawierać: ORZ.)</b> Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt <b>(MLE.)</b> Serek a'la homogenizowany 80 g <b>(MLE.)</b> Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 25 g <b>(SOJ.)</b> Papryka świeża 80 g Kielki rzodkiewki 20 g Śliwka 150 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Płatki owsiane na mleku 300 ml <b>(MLE, GLU OW.)</b> Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g <b>(GLU PSZ. GLU ZYT.)</b> Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g <b>(GLU PSZ. GLU ZYT.)</b> Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt <b>(MLE.)</b> Serek a'la homogenizowany 80 g <b>(MLE.)</b> Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 25 g ( <b>może zawierać: GLU PSZ. JAJ. SOJ. MLE. SEL. GOR.</b> ) Papryka świeża 80 g Kielki rzodkiewki 20 g Śliwka 150 g	Płatki owsiane na mleku 300 ml <b>(MLE, GLU OW.)</b> Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g <b>(GLU PSZ.)</b> Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt <b>(MLE.)</b> Serek a'la homogenizowany 80 g <b>(MLE.)</b> Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 25 g ( <b>może zawierać: GLU PSZ. JAJ. SOJ. MLE. SEL. GOR.</b> ) Papryka świeża 80 g Kielki rzodkiewki 20 g Śliwka 150 g	Płatki owsiane na mleku 250 ml <b>(MLE, GLU OW.)</b> Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g <b>(GLU PSZ.)</b> Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt <b>(MLE.)</b> Serek a'la homogenizowany 40 g <b>(MLE.)</b> Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 25 g ( <b>może zawierać: GLU PSZ. JAJ. SOJ. MLE. SEL. GOR.</b> ) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Płatki owsiane na mleku 300 ml <b>(MLE, GLU OW.)</b> Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g <b>(GLU PSZ.)</b> Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g <b>(GLU PSZ. GLU ZYT.)</b> Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt <b>(MLE.)</b> Serek a'la homogenizowany 80 g <b>(MLE.)</b> Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 25 g ( <b>może zawierać: GLU PSZ. JAJ. SOJ. MLE. SEL. GOR.</b> ) Pomidor b/skórki 80 g Sałata zielona 20 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Jabłko pieczone 150 g	

Jadłospisy za okres od dnia 2025-11-17 do dnia 2025-11-23 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- Kleikowa rozszerzona	SIE- Dzieci 1-3 lat Podstawowa	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż. podstawa	SIE- Bogatoresztkowa	SIE- Bezglutenowa	SIE- Wegetariańska	SIE- Pooperacyjna	SIE- Dzieci 1-3 lat Łatwo strawna	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż. łatwostrawna	SIE- Z ogr.subst.pobudz.w ydz.soków żołądkowych	
2025-11-19 środa	II ŚN	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Suchary b/c 30 g <b>(GLUPSZ, SOJ, MLE.)</b> Kleik ryżowy na wodzie 400 g	Śliwka 150 g						Jabłko pieczone 150 g			
	Obiad	Ziemniaczana (bez mleka) () 300 ml <b>(GLUPSZ, SEL.)</b> Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Ziemniaczana () 250 ml <b>(GLUPSZ, MLE, SEL.)</b> Kasza jaglana na sypko 90 g Pieczeń rzymska wieprzowa 60 g <b>(GLUPSZ, JAJ.)</b> Sos pomidorowy 40 ml <b>(GLUPSZ.)</b> Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c () 50 g Cukinia pieczona z olejem * 50 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Kapuśniak z kapusty kiszzonej () 300 ml <b>(GLUPSZ, SEL, GOR.)</b> Kasza jaglana na sypko 180 g Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g <b>(GLUPSZ, JAJ.)</b> Sos pomidorowy 80 ml <b>(GLUPSZ.)</b> Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c () 100 g Cukinia pieczona z olejem * 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Ziemniaczana (bez glutenu) () 300 ml <b>(MLE, SEL.)</b> Kasza jaglana na sypko 180 g Pulpet wieprzowy (bez glutenu) 100 g <b>(JAJ.)</b> Sos pomidorowy (bez glutenu) 80 ml Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c () 100 g Cukinia pieczona z olejem * 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Kapuśniak z kapusty kiszzonej () 300 ml <b>(GLUPSZ, SEL, GOR.)</b> Sos pomidorowy 80 ml <b>(GLUPSZ, JAJ.)</b> Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c () 100 g Cukinia pieczona z olejem * 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Ziemniaczana () 300 ml <b>(GLUPSZ, MLE, SEL.)</b> Ryż na sypko 180 g Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g <b>(GLUPSZ, JAJ.)</b> Sos pomidorowy 80 ml <b>(GLUPSZ.)</b> Cukinia pieczona z olejem * 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Ziemniaczana () 250 ml <b>(GLUPSZ, MLE, SEL.)</b> Kasza jaglana na sypko 90 g Pieczeń rzymska wieprzowa 60 g <b>(GLUPSZ, JAJ.)</b> Sos pomidorowy 40 ml <b>(GLUPSZ.)</b> Cukinia pieczona z olejem * 50 g Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c () 50 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Ziemniaczana () 300 ml <b>(GLUPSZ, MLE, SEL.)</b> Kasza jaglana na sypko 180 g Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g <b>(GLUPSZ, JAJ.)</b> Sos pomidorowy 80 ml <b>(GLUPSZ.)</b> Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c () 100 g Cukinia pieczona z olejem * 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Ziemniaczana () 300 ml <b>(GLUPSZ, MLE, SEL.)</b> Kasza jaglana na sypko 180 g Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g <b>(GLUPSZ, JAJ.)</b> Sos pomidorowy 80 ml <b>(GLUPSZ.)</b> Cukinia pieczona z olejem * 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml		
	PD	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Suchary b/c 30 g <b>(GLUPSZ, SOJ, MLE.)</b> Kleik ryżowy na wodzie 400 g	Budyń o smaku śmietankowym b/c 200 ml <b>(MLE.)</b>	Mieszanka studencka 20 g <b>(OZI, ORZ.)</b> Budyń o smaku śmietankowym b/c 200 ml <b>(MLE.)</b>				Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml	Budyń o smaku śmietankowym b/c 200 ml <b>(MLE.)</b>			

Jadłospisy za okres od dnia 2025-11-17 do dnia 2025-11-23 KUCHNIA SIEDLCE

	SIE- Kleikowa rozszerzona	SIE- Dzieci 1-3 lat Podstawowa	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż podstawa	SIE- Bogatoreszkowa	SIE- Bezglutenowa	SIE- Wegetariańska	SIE- Kooperacyjna	SIE- Dzieci 1-3 lat Łatwo strawna	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż łatwostrawna	SIE- Z ogr.subst.pobudz.w ydz.soków żołądkowych	
2025-11-19 środa	Kolacja	Kleik ryżowy na wodzie 400 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Suchary b/c 65 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE,</b> )	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ,</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE,</b> ) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 25 g ( <b>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,</b> ) Paprykarz rybno (morszczuk)-warzywy ( ) 40 g ( <b>RYB,</b> ) Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT,</b> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ,</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE,</b> ) Paprykarz szczeciński 80 g ( <b>RYB, SOJ,</b> ) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 25 g ( <b>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,</b> ) Paprykarz rybno (morszczuk)-warzywy ( ) 80 g ( <b>RYB,</b> ) 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 100 g ( <b>SEZ, może zawierać: ORZ,</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE,</b> ) Paprykarz szczeciński 80 g ( <b>RYB, SOJ,</b> ) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz .parzo.z dodat.wody w ost.niejad 25 g Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT,</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT,</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE,</b> ) Paprykarz szczeciński 80 g ( <b>RYB, SOJ,</b> ) Miód (25g) 1 szt 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 100 g ( <b>GLU PSZ,</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE,</b> ) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 50 g ( <b>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,</b> ) Dzem 25 g 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ,</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE,</b> ) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 25 g ( <b>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,</b> ) Paprykarz rybno (morszczuk)-warzywy ( ) 40 g ( <b>RYB,</b> ) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT,</b> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ,</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE,</b> ) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 25 g ( <b>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,</b> ) Paprykarz rybno (morszczuk)-warzywy ( ) 80 g ( <b>RYB,</b> ) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT,</b> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ,</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE,</b> ) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 25 g ( <b>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,</b> ) Paprykarz rybno (morszczuk)-warzywy ( ) 80 g ( <b>RYB,</b> ) Sałata zielona 20 g Pomidor b/skórki 80 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	
	PN	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ciasto drożdżowe 50g ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, S02,</b> )			Sok pomidorowy 0,3l 1 szt	Ciasto drożdżowe 50g ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, S02,</b> )				
		Wartość energetyczna: 1986.54 kcal; Białko ogółem: 46.78 g; Tłuszcz: 16.19 g; Kw. tł. nasy.: 0.44 g; Węglowodany ogółem: 414.77 g; W tym cukry: 44.80 g; Błonnik pok.: 10.13 g; Sól: 0.89 g; WW: 40.64 Por; : 9.42 %; : 83.52 %; Ener. z T: 7.34 %; Ener. z Bł.: 1.02 %; K: 1184.61 mg;	Wartość energetyczna: 1938.89 kcal; Białko ogółem: 81.42 g; Tłuszcz: 51.28 g; Kw. tł. nasy.: 22.26 g; Węglowodany ogółem: 296.21 g; W tym cukry: 87.99 g; Błonnik pok.: 19.86 g; Sól: 5.57 g; WW: 27.68 Por; : 16.80 %; : 61.11 %; Ener. z T: 23.80 %; Ener. z Bł.: 2.05 %; K: 3203.48 mg;	Wartość energetyczna: 2703.46 kcal; Białko ogółem: 117.57 g; Tłuszcz: 71.20 g; Kw. tł. nasy.: 27.75 g; Węglowodany ogółem: 410.85 g; W tym cukry: 98.92 g; Błonnik pok.: 30.14 g; Sól: 8.52 g; WW: 38.09 Por; : 17.40 %; : 60.79 %; Ener. z T: 23.70 %; Ener. z Bł.: 2.23 %; K: 4134.65 mg;	Wartość energetyczna: 2710.78 kcal; Białko ogółem: 116.90 g; Tłuszcz: 85.90 g; Kw. tł. nasy.: 28.17 g; Węglowodany ogółem: 386.86 g; W tym cukry: 87.80 g; Błonnik pok.: 40.00 g; Sól: 9.23 g; WW: 34.73 Por; : 17.25 %; : 57.08 %; Ener. z T: 28.52 %; Ener. z Bł.: 2.95 %; K: 4484.05 mg;	Wartość energetyczna: 2313.06 kcal; Białko ogółem: 93.75 g; Tłuszcz: 75.58 g; Kw. tł. nasy.: 23.74 g; Węglowodany ogółem: 321.53 g; W tym cukry: 75.46 g; Błonnik pok.: 27.07 g; Sól: 8.08 g; WW: 29.38 Por; : 16.21 %; : 55.60 %; Ener. z T: 29.41 %; Ener. z Bł.: 2.34 %; K: 3793.39 mg;	Wartość energetyczna: 3152.05 kcal; Białko ogółem: 101.89 g; Tłuszcz: 124.39 g; Kw. tł. nasy.: 26.27 g; Węglowodany ogółem: 425.72 g; W tym cukry: 93.63 g; Błonnik pok.: 47.52 g; Sól: 8.61 g; WW: 37.90 Por; : 12.93 %; : 54.02 %; Ener. z T: 35.52 %; Ener. z Bł.: 3.02 %; K: 4801.11 mg;	Wartość energetyczna: 2530.15 kcal; Białko ogółem: 102.06 g; Tłuszcz: 64.35 g; Kw. tł. nasy.: 23.62 g; Węglowodany ogółem: 393.97 g; W tym cukry: 98.06 g; Błonnik pok.: 19.33 g; Sól: 6.16 g; WW: 37.58 Por; : 16.13 %; : 62.28 %; Ener. z T: 22.89 %; Ener. z Bł.: 1.53 %; K: 3122.44 mg;	Wartość energetyczna: 1910.40 kcal; Białko ogółem: 79.12 g; Tłuszcz: 51.11 g; Kw. tł. nasy.: 22.23 g; Węglowodany ogółem: 291.99 g; W tym cukry: 89.59 g; Błonnik pok.: 19.86 g; Sól: 4.21 g; WW: 27.28 Por; : 16.57 %; : 61.14 %; Ener. z T: 24.08 %; Ener. z Bł.: 2.08 %; K: 3218.65 mg;	Wartość energetyczna: 2651.43 kcal; Białko ogółem: 114.71 g; Tłuszcz: 64.90 g; Kw. tł. nasy.: 26.31 g; Węglowodany ogółem: 414.98 g; W tym cukry: 100.10 g; Błonnik pok.: 29.82 g; Sól: 6.61 g; WW: 38.57 Por; : 17.31 %; : 62.61 %; Ener. z T: 22.03 %; Ener. z Bł.: 2.25 %; K: 4276.55 mg;	Wartość energetyczna: 2475.62 kcal; Białko ogółem: 108.36 g; Tłuszcz: 63.68 g; Kw. tł. nasy.: 23.98 g; Węglowodany ogółem: 378.34 g; W tym cukry: 79.04 g; Błonnik pok.: 26.55 g; Sól: 6.34 g; WW: 35.21 Por; : 17.51 %; : 61.13 %; Ener. z T: 23.15 %; Ener. z Bł.: 2.15 %; K: 3988.22 mg;

Jadłospisy za okres od dnia 2025-11-17 do dnia 2025-11-23 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- Kleikowa rozszerzona	SIE- Dzieci 1-3 lat Podstawowa	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż. podstawa	SIE- Bogatoresztkowa	SIE- Bezglutenowa	SIE- Wegetariańska	SIE- Pooperacyjna	SIE- Dzieci 1-3 lat Łatwo strawna	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż. łatwostrawna	SIE- Z ogr.subst.pobudz.w ydz.soków żołądkowych
2025-11-20 czwartek	Śniadanie	Kleik ryżowy na wodzie 200 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Suchary b/c 30 g ( <u>GLU PSZ. SOJ. MLE.</u> )	Kasza manna z jabłkiem prażonym 250 g ( <u>GLU PSZ. MLE.</u> ) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ. GLU ZYT.</u> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE.</u> ) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 25 g Pasta z fasoli 40 g Pomidor 80 g Rukola 20 g	Kasza manna z jabłkiem prażonym 300 g ( <u>GLU PSZ. MLE.</u> ) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ. GLU ZYT.</u> ) Bułka pszenna graham-pszenna 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ. GLU ZYT.</u> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE.</u> ) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 25 g Pasta z fasoli 80 g Pomidor 80 g Rukola 20 g	Kasza manna na mleku 300 ml ( <u>GLU PSZ. MLE.</u> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka graham-pszenna 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ.</u> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <u>GLU PSZ. GLU ZYT.</u> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE.</u> ) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 25 g Twarożek 80 g ( <u>MLE.</u> ) Pomidor 80 g Rukola 20 g Banan 150 g	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml ( <u>MLE.</u> ) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 100 g ( <u>SEZ. może zawierać: ORZ.</u> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE.</u> ) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 25 g Twarożek 80 g ( <u>MLE.</u> ) Pomidor 80 g Rukola 20 g Banan 150 g	Kasza manna na mleku 300 ml ( <u>GLU PSZ. MLE.</u> ) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <u>GLU PSZ. GLU ZYT.</u> ) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE.</u> ) Pasta z fasoli 80 g ( <u>MLE.</u> ) Rukola 20 g Banan 150 g	Kasza manna na mleku 300 ml ( <u>GLU PSZ. MLE.</u> ) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE.</u> ) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Dżem 25 g 1 szt	Kasza manna z jabłkiem prażonym 250 g ( <u>GLU PSZ. MLE.</u> ) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ. GLU ZYT.</u> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE.</u> ) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 25 g Twarożek 80 g ( <u>MLE.</u> ) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Kasza manna z jabłkiem prażonym 300 g ( <u>GLU PSZ. MLE.</u> ) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ. GLU ZYT.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ. GLU ZYT.</u> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE.</u> ) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 25 g Twarożek 80 g ( <u>MLE.</u> ) Pomidor b/skórki 80 g Sałata zielona 20 g Banan 150 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	
	II SN	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Suchary b/c 15 g ( <u>GLU PSZ. SOJ. MLE.</u> ) Kleik ryżowy na wodzie 200 g	Banan 150 g					Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Banan 150 g		

Jadłospisy za okres od dnia 2025-11-17 do dnia 2025-11-23 KUCHNIA SIEDLCE

	SIE- Kleikowa rozszerzona	SIE- Dzieci 1-3 lat Podstawowa	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż podstawa	SIE- Bogatoresztkowa	SIE- Bezglutenowa	SIE- Wegetariańska	SIE- Pooperacyjna	SIE- Dzieci 1-3 lat Łatwo strawna	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż łatwostrawna	SIE- Z ogr.subst.pobudz.w ydz.soków żołądkowych
2025-11-20 czwartek	Obiad	Marchewkowa z ziemniakami (bez mleka) 300 g ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Szpinakowa z ziemniakami ( ) 250 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Makaron z sosem bolognese, z top wp - dieta ( ) 150 g ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Szpinakowa z ziemniakami ( ) 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Makaron pełnoziarnisty z sosem bolognese, z top wp ( ) 300 g ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Surówka z rzodkwi i jabłka ( ) 100 g ( <b>MLE.</b> ) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Szpinakowa z ziemniakami (bez glutenu) ( ) 300 ml ( <b>MLE, SEL.</b> ) Makaron bezglutenowy 180 g Klopsik drobiowy (bez glutenu) mm 100 g ( <b>JAJ.</b> ) Sos bazyliowy (bez glutenu)* 80 ml ( <b>SEL.</b> ) Surówka z rzodkwi i jabłka ( ) 100 g ( <b>MLE.</b> ) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Szpinakowa z ziemniakami ( ) 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Makaron pełnoziarnisty z warzywami i serem żółtym* 300 g ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> ) Surówka z rzodkwi i jabłka ( ) 100 g ( <b>MLE.</b> ) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Szpinakowa z ziemniakami ( ) 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Makaron 180 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Klopsik wieprzowy 100 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> ) Sos bazyliowy* 80 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Bukiet jarzyn gotowany z olejem ( ) 200 g ( <b>SEL.</b> ) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Szpinakowa z ziemniakami ( ) 250 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Makaron z sosem bolognese, z top wp - dieta ( ) 150 g ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Szpinakowa z ziemniakami ( ) 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Makaron z sosem bolognese, z top wp - dieta ( ) 300 g ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Szpinakowa z ziemniakami ( ) 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Makaron z sosem bolognese, z top wp - dieta ( ) 300 g ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Bukiet jarzyn gotowany z olejem ( ) 200 g ( <b>SEL.</b> ) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml
		Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Suchary b/c 15 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE.</b> ) Kleik ryżowy na wodzie 200 g	Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Biszkopty b/c 20 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> )	Musli 30 g ( <b>GLU PSZ, GLU OW.</b> ) <b>GLU JECZ, może zawierać: OZI, SOJ, MLE, ORZ.</b> Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <b>MLE.</b> )	Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Musli 30 g ( <b>GLU PSZ, GLU OW.</b> ) <b>GLU JECZ, może zawierać: OZI, SOJ, MLE, ORZ.</b>				Biszkopty b/c 20 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> ) Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <b>MLE.</b> )	

Jadłospisy za okres od dnia 2025-11-17 do dnia 2025-11-23 KUCHNIA SIEDLCE

	SIE- Kleikowa rozszerzona	SIE- Dzieci 1-3 lat Podstawowa	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż podstawa	SIE- Bogatoresztkowa	SIE- Bezglutenowa	SIE- Wegetariańska	SIE- Pooperacyjna	SIE- Dzieci 1-3 lat Łatwo strawna	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż łatwostrawna	SIE- Z ogr.subst.pobudz.w ydz.soków żołądkowych	
2025-11-20 czwartek	Kolacja	Kleik ryżowy na wodzie 200 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Suchary b/c 30 g ( <u>GLU PSZ. SOJ. MLE.</u> )	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ. GLU ZYT.</u> ) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Leczo z drobiem-dieta * 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Jabłko 1 szt 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ. GLU ZYT.</u> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Leczo z drobiem-dieta * 300 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Jabłko 1 szt 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ. GLU ZYT.</u> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <u>GLU PSZ. GLU ZYT.</u> ) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Leczo z drobiem-dieta * 300 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Jabłko 1 szt 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 100 g ( <u>SEZ. może zawierać: ORZ.</u> ) Leczo z drobiem-dieta * 300 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Jabłko 1 szt 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ. GLU ZYT.</u> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <u>GLU PSZ. GLU ZYT.</u> ) Leczo wegetariańskie z soczewicą 300 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Jabłko 1 szt 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE.</u> ) Szynka z piersią indyjską- wędlna drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadanej 75 g ( <u>SOJ. SEL. może zawierać: MLE. GOR.</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> ) Leczo z drobiem-dieta * 200 g Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ. GLU ZYT.</u> ) Leczo z drobiem-dieta * 300 g Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ. GLU ZYT.</u> ) Leczo z drobiem-dieta * 300 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Jabłko pieczone 1szt. 1 szt
	PN	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Mus owocowy 100g-produkt pasteryzowany 1 szt					Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 30 g	Mus owocowy 100g-produkt pasteryzowany 1 szt		

**Jadłospisy za okres od dnia 2025-11-17 do dnia 2025-11-23 KUCHNIA SIEDLCE**

	SIE- Kleikowa rozszerzona	SIE- Dzieci 1-3 lat Podstawowa	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż. podstawa	SIE- Bogatoresztkowa	SIE- Bezglutenowa	SIE- Wegetariańska	SIE- Pooperacyjna	SIE- Dzieci 1-3 lat Łatwo strawna	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż. łatwostrawna	SIE- Z ogr.subst.pobudz.w ydz.soków żołądkowych
2025-11-20 czwartek	Wartość energetyczna: 1061.16 kcal; Białko ogółem: 22.98 g; Tłuszcz: 7.81 g; Kw. tł. nasy.: 0.25 g; Węglowodany ogółem: 226.10 g; W tym cukry: 45.55 g; Błonnik pok.: 6.20 g; Sól: 0.70 g; WW: 22.07 Por; : 8.66 %; : 85.23 %; Ener. z T: 6.63 %; Ener. z Bł.: 1.17 %; K: 603.40 mg;	Wartość energetyczna: 1827.38 kcal; Białko ogółem: 72.73 g; Tłuszcz: 37.06 g; Kw. tł. nasy.: 12.84 g; Węglowodany ogółem: 309.57 g; W tym cukry: 108.97 g; Błonnik pok.: 25.14 g; Sól: 3.92 g; WW: 28.50 Por; : 15.92 %; : 67.76 %; Ener. z T: 18.25 %; Ener. z Bł.: 2.75 %; K: 3419.65 mg;	Wartość energetyczna: 2707.90 kcal; Białko ogółem: 111.63 g; Tłuszcz: 59.11 g; Kw. tł. nasy.: 19.17 g; Węglowodany ogółem: 449.19 g; W tym cukry: 125.95 g; Błonnik pok.: 43.00 g; Sól: 6.48 g; WW: 40.76 Por; : 16.49 %; : 66.35 %; Ener. z T: 19.65 %; Ener. z Bł.: 3.18 %; K: 5022.37 mg;	Wartość energetyczna: 2618.98 kcal; Białko ogółem: 110.98 g; Tłuszcz: 60.41 g; Kw. tł. nasy.: 19.78 g; Węglowodany ogółem: 425.86 g; W tym cukry: 108.02 g; Błonnik pok.: 48.45 g; Sól: 6.34 g; WW: 37.91 Por; : 16.95 %; : 65.04 %; Ener. z T: 20.76 %; Ener. z Bł.: 3.70 %; K: 5273.70 mg;	Wartość energetyczna: 2207.16 kcal; Białko ogółem: 94.91 g; Tłuszcz: 50.47 g; Kw. tł. nasy.: 14.29 g; Węglowodany ogółem: 347.41 g; W tym cukry: 100.35 g; Błonnik pok.: 29.11 g; Sól: 2.59 g; WW: 31.87 Por; : 17.20 %; : 62.96 %; Ener. z T: 20.58 %; Ener. z Bł.: 2.64 %; K: 3790.96 mg;	Wartość energetyczna: 2460.18 kcal; Białko ogółem: 88.73 g; Tłuszcz: 58.66 g; Kw. tł. nasy.: 18.33 g; Węglowodany ogółem: 411.56 g; W tym cukry: 112.68 g; Błonnik pok.: 53.01 g; Sól: 5.18 g; WW: 36.06 Por; : 14.43 %; : 66.91 %; Ener. z T: 21.46 %; Ener. z Bł.: 4.31 %; K: 5044.72 mg;	Wartość energetyczna: 2473.19 kcal; Białko ogółem: 99.67 g; Tłuszcz: 65.34 g; Kw. tł. nasy.: 23.35 g; Węglowodany ogółem: 383.78 g; W tym cukry: 89.64 g; Błonnik pok.: 25.56 g; Sól: 7.60 g; WW: 35.84 Por; : 16.12 %; : 62.07 %; Ener. z T: 23.78 %; Ener. z Bł.: 2.07 %; K: 3286.04 mg;	Wartość energetyczna: 1821.77 kcal; Białko ogółem: 80.92 g; Tłuszcz: 38.04 g; Kw. tł. nasy.: 14.71 g; Węglowodany ogółem: 295.01 g; W tym cukry: 111.55 g; Błonnik pok.: 19.75 g; Sól: 3.29 g; WW: 27.60 Por; : 17.77 %; : 64.78 %; Ener. z T: 18.79 %; Ener. z Bł.: 2.17 %; K: 3217.20 mg;	Wartość energetyczna: 2520.65 kcal; Białko ogółem: 112.31 g; Tłuszcz: 52.00 g; Kw. tł. nasy.: 17.42 g; Węglowodany ogółem: 408.83 g; W tym cukry: 120.41 g; Błonnik pok.: 27.05 g; Sól: 5.42 g; WW: 38.30 Por; : 17.82 %; : 64.88 %; Ener. z T: 18.57 %; Ener. z Bł.: 2.15 %; K: 3964.88 mg;	Wartość energetyczna: 2443.54 kcal; Białko ogółem: 102.44 g; Tłuszcz: 58.18 g; Kw. tł. nasy.: 16.17 g; Węglowodany ogółem: 392.81 g; W tym cukry: 116.46 g; Błonnik pok.: 37.44 g; Sól: 5.95 g; WW: 35.63 Por; : 16.77 %; : 64.30 %; Ener. z T: 21.43 %; Ener. z Bł.: 3.06 %; K: 4566.32 mg;
2025-11-21 piątek	Śniadanie	Kleik ryżowy na wodzie 200 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Suchary b/c 30 g <b>(GLU PSZ. SOJ. MLE.)</b>	Zacierka na mleku 250 ml ( <b>GLUPSZ. MLE.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Powidła śliwkowe 25 g Serek wiejski lekki 3% tł 150g 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Pomidor 80 g Kiełki brokuła 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <b>MLE. GLU ŻYT. GLU JĘCZ.</b> )	Zacierka na mleku 300 ml ( <b>GLUPSZ. MLE.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ. GLU ŻYT.</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Powidła śliwkowe 25 g Serek wiejski lekki 3% tł 150g 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Pomidor 80 g Kiełki brokuła 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <b>MLE. GLU ŻYT. GLU JĘCZ.</b> )	Zacierka na mleku 300 ml ( <b>GLUPSZ. MLE.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g ( <b>GLU PSZ. GLU ŻYT.</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Powidła śliwkowe 25 g Serek wiejski lekki 3% tł 150g 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Pomidor 80 g Kiełki brokuła 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <b>MLE. GLU ŻYT. GLU JĘCZ.</b> )	Kasza jaglana na mleku 300 ml ( <b>MLE.</b> ) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 100 g ( <b>SEZ. może zawierać: ORZ.</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Powidła śliwkowe 25 g Serek wiejski lekki 3% tł 150g 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Pomidor 80 g Kiełki brokuła 20 g Śliwka 150 g	Zacierka na mleku 300 ml ( <b>GLUPSZ. MLE.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <b>GLU PSZ. GLU ŻYT.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ. GLU ŻYT.</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Powidła śliwkowe 25 g Serek wiejski lekki 3% tł 150g 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Pomidor 80 g Kiełki brokuła 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <b>MLE. GLU ŻYT. GLU JĘCZ.</b> ) Śliwka 150 g	Zacierka na mleku 300 ml ( <b>GLUPSZ. MLE.</b> ) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLUPSZ.</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Miód (25g) 1 szt Serek wiejski lekki 3% tł 150g 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <b>MLE. GLU ŻYT. GLU JĘCZ.</b> )	Zacierka na mleku 300 ml ( <b>GLUPSZ. MLE.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ. GLU ŻYT.</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Miód (25g) 1 szt Serek wiejski lekki 3% tł 150g 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <b>MLE. GLU ŻYT. GLU JĘCZ.</b> )	Zacierka na mleku 300 ml ( <b>GLUPSZ. MLE.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ. GLU ŻYT.</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Serek wiejski lekki 3% tł 150g 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Miód (25g) 1 szt Pomidor b/skórki 80 g Sałata zielona 20 g Mus- przecier owocowy jabłko 100g (tubka) 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <b>MLE. GLU ŻYT. GLU JĘCZ.</b> )
II ŚN	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Suchary b/c 15 g <b>(GLU PSZ. SOJ. MLE.)</b> Kleik ryżowy na wodzie 200 g	Śliwka 150 g					Jabłko pieczone 150 g	Mus- przecier owocowy jabłko 100g (tubka) 1 szt		

Jadłospisy za okres od dnia 2025-11-17 do dnia 2025-11-23 KUCHNIA SIEDLCE

	SIE- Kleikowa rozszerzona	SIE- Dzieci 1-3 lat Podstawowa	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż podstawa	SIE- Bogatoreszkowa	SIE- Bezglutenowa	SIE- Wegetariańska	SIE- Pooperacyjna	SIE- Dzieci 1-3 lat Łatwo strawna	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż łatwostrawna	SIE- Z ogr.subst.pobudz.w ydz.soków żołądkowych
2025-11-21 piątek	Obiad	Grycikowa () 300 ml ( <b>GLU PSZ, SEL</b> ) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Krupnik jęczmienny () 250 ml ( <b>MLE, SEL, GLU JĘCZ</b> ) Ziemniaki gotowane () 90 g Ryba smażona (Morszczuk) 60 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, RYB</b> ) Warzywa po grecku () 100 g ( <b>GLU PSZ, SEL</b> ) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Krupnik jęczmienny () 300 ml ( <b>MLE, SEL, GLU JĘCZ</b> ) Ziemniaki gotowane () 180 g Ryba smażona (Morszczuk) 120 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, RYB</b> ) Surówka z kapusty kiszzonej z olejem () 100 g Warzywa po grecku () 100 g ( <b>GLU PSZ, SEL</b> ) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Krupnik jęczmienny () 300 ml ( <b>MLE, SEL, GLU JĘCZ</b> ) Ziemniaki gotowane () 180 g Ryba smażona (Morszczuk) 100 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, RYB</b> ) Sos koperkowy * 80 ml ( <b>GLU PSZ, MLE</b> ) Surówka z kapusty kiszzonej z olejem () 100 g Warzywa po grecku (bez glutenu) () 100 g ( <b>SEL</b> ) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Krupnik ryżowy z ziemniakami () 300 ml ( <b>MLE, SEL</b> ) Ziemniaki gotowane () 180 g Ryba pieczona (Morszczuk) 120 g ( <b>RYB</b> ) Sos koperkowy *(bez glutenu) 80 ml ( <b>MLE</b> ) Surówka z kapusty kiszzonej z olejem () 100 g Warzywa po grecku (bez glutenu) () 100 g ( <b>SEL</b> ) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Krupnik jęczmienny () 300 ml ( <b>MLE, SEL, GLU JĘCZ</b> ) Ziemniaki gotowane () 180 g Ryba smażona (Morszczuk) 100 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, RYB</b> ) Surówka z kapusty kiszzonej z olejem () 100 g Warzywa po grecku () 100 g ( <b>GLU PSZ, SEL</b> ) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Krupnik jęczmienny () 300 ml ( <b>MLE, SEL, GLU JĘCZ</b> ) Ziemniaki gotowane () 180 g Pulpet rybny (Morszczuk) 100 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, RYB</b> ) Sos koperkowy * 80 ml ( <b>GLU PSZ, MLE</b> ) Warzywa po grecku () 200 g ( <b>GLU PSZ, SEL</b> ) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Krupnik jęczmienny () 250 ml ( <b>MLE, SEL, GLU JĘCZ</b> ) Ziemniaki gotowane () 90 g Pulpet rybny (Morszczuk) 60 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, RYB</b> ) Sos koperkowy * 80 ml ( <b>GLU PSZ, MLE</b> ) Warzywa po grecku () 100 g ( <b>GLU PSZ, SEL</b> ) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Krupnik jęczmienny () 300 ml ( <b>MLE, SEL, GLU JĘCZ</b> ) Ziemniaki gotowane () 180 g Pulpet rybny (Morszczuk) 100 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, RYB</b> ) Sos koperkowy * 80 ml ( <b>GLU PSZ, MLE</b> ) Warzywa po grecku () 200 g ( <b>GLU PSZ, SEL</b> ) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml
		Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Suchary b/c 15 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE</b> ) Kleik ryżowy na wodzie 200 g	Kisiel o smaku cytrynowym z/c 200 ml	Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml Jabłko 150 g			Kisiel o smaku cytrynowym z/c 200 ml			

Jadłospisy za okres od dnia 2025-11-17 do dnia 2025-11-23 KUCHNIA SIEDLCE

	SIE- Kleikowa rozszerzona	SIE- Dzieci 1-3 lat Podstawowa	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż. podstawa	SIE- Bogatoreszkowa	SIE- Bezglutenowa	SIE- Wegetariańska	SIE- Pooperacyjna	SIE- Dzieci 1-3 lat Łatwo strawna	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż. łatwostrawna	SIE- Z ogr.subst.pobudz.w ydz.soków żołądkowych
Kolacja	Kleik ryżowy na wodzie 200 g Suchary b/c 30 g <b>(GLU PSZ, SOJ, MLE.)</b>	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g <b>(GLU PSZ.)</b> Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt <b>(MLE.)</b> Pasta z jaj z cebulą i koperkiem 40 g <b>(JAJ, GOR.)</b> Ser żółty 25 g <b>(MLE.)</b> Ogórek kiszony 80 g Roszponka 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g <b>(GLU PSZ.)</b> Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g <b>(GLU PSZ, GLU ZYT.)</b> Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt <b>(MLE.)</b> Pasta z jaj z cebulą i koperkiem 80 g <b>(JAJ, GOR.)</b> Ser żółty 50 g <b>(MLE.)</b> Ogórek kiszony 80 g Roszponka 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g <b>(GLU PSZ, GLU PSZ, GLU ZYT.)</b> Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt <b>(MLE.)</b> Pasta z jaj z cebulą i koperkiem 80 g <b>(JAJ, GOR.)</b> Ser żółty 50 g <b>(MLE.)</b> Ogórek kiszony 80 g Roszponka 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 100 g <b>(SEZ, może zawierać: ORZ.)</b> Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt <b>(MLE.)</b> Pasta z jaj z cebulą i koperkiem 80 g <b>(JAJ, GOR.)</b> Ser żółty 50 g <b>(MLE.)</b> Ogórek kiszony 80 g Roszponka 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g <b>(GLU PSZ, GLU ZYT.)</b> Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g <b>(GLU PSZ, GLU ZYT.)</b> Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt <b>(MLE.)</b> Pasta z jaj z cebulą i koperkiem 80 g <b>(JAJ, GOR.)</b> Ser żółty 50 g <b>(MLE.)</b> Ogórek kiszony 80 g Roszponka 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g <b>(GLU PSZ.)</b> Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt <b>(MLE.)</b> Dżem 25 g 1 szt Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g <b>(SOJ.)</b>	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g <b>(GLU PSZ.)</b> Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt <b>(MLE.)</b> Pasta z jaj z koperkiem -dieta 40 g <b>(JAJ, MLE.)</b> Dżem 25 g 1 szt Pomidor 80 g Roszponka 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g <b>(GLU PSZ.)</b> Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g <b>(GLU PSZ, GLU ZYT.)</b> Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt <b>(MLE.)</b> Pasta z jaj z koperkiem -dieta 80 g <b>(JAJ, MLE.)</b> Dżem 25 g 1 szt Pomidor 80 g Roszponka 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g <b>(GLU PSZ.)</b> Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g <b>(GLU PSZ, GLU ZYT.)</b> Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt <b>(MLE.)</b> Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g <b>(SOJ.)</b> Dżem 25 g 1 szt Pomidor b/skórki 80 g Roszponka 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
PN	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Mleko Smakowe UHT 1,5% tł 0,2l 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Podpiłomyki b/c 20 g ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> )			Wafle ryżowe 30 g Mleko Smakowe UHT 1,5% tł 0,2l 1 szt ( <b>MLE.</b> )	Mleko Smakowe UHT 1,5% tł 0,2l 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Podpiłomyki b/c 20 g ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> )	Podpiłomyki b/c 20 g ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> )	Mleko Smakowe UHT 1,5% tł 0,2l 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Podpiłomyki b/c 20 g ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> )	Podpiłomyki b/c 20 g ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> ) Mleko Smakowe UHT 1,5% tł 0,2l 1 szt ( <b>MLE.</b> )	Mleko Smakowe UHT 1,5% tł 0,2l 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Podpiłomyki b/c 20 g ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> )
	Wartość energetyczna: 1033.62 kcal; Białko ogółem: 23.52 g; Tłuszcz: 7.96 g; Kw. tł. nasy.: 0.25 g; Węglowodany ogółem: 217.69 g; W tym cukry: 35.58 g; Błonnik pok.: 4.93 g; Sól: 0.67 g; WW: 21.35 Por; : 9.10 %; : 84.24 %; Ener. z T: 6.93 %; Ener. z Bł.: 0.95 %; K: 286.94 mg;	Wartość energetyczna: 2134.28 kcal; Białko ogółem: 90.16 g; Tłuszcz: 64.06 g; Kw. tł. nasy.: 25.72 g; Węglowodany ogółem: 305.77 g; W tym cukry: 115.68 g; Błonnik pok.: 16.24 g; Sól: 6.17 g; WW: 29.00 Por; : 16.90 %; : 57.31 %; Ener. z T: 27.01 %; Ener. z Bł.: 1.52 %; K: 2922.80 mg;	Wartość energetyczna: 3031.55 kcal; Białko ogółem: 133.58 g; Tłuszcz: 97.43 g; Kw. tł. nasy.: 34.61 g; Węglowodany ogółem: 415.52 g; W tym cukry: 122.32 g; Błonnik pok.: 25.19 g; Sól: 9.97 g; WW: 39.05 Por; : 17.63 %; : 54.83 %; Ener. z T: 28.92 %; Ener. z Bł.: 1.66 %; K: 4233.45 mg;	Wartość energetyczna: 2927.97 kcal; Białko ogółem: 126.04 g; Tłuszcz: 95.22 g; Kw. tł. nasy.: 34.32 g; Węglowodany ogółem: 409.53 g; W tym cukry: 125.79 g; Błonnik pok.: 39.89 g; Sól: 9.68 g; WW: 37.00 Por; : 17.22 %; : 55.95 %; Ener. z T: 29.27 %; Ener. z Bł.: 2.72 %; K: 4805.82 mg;	Wartość energetyczna: 2628.34 kcal; Białko ogółem: 115.87 g; Tłuszcz: 89.02 g; Kw. tł. nasy.: 31.49 g; Węglowodany ogółem: 348.03 g; W tym cukry: 83.43 g; Błonnik pok.: 28.14 g; Sól: 7.22 g; WW: 31.91 Por; : 17.63 %; : 52.97 %; Ener. z T: 30.48 %; Ener. z Bł.: 2.14 %; K: 4367.18 mg;	Wartość energetyczna: 2757.85 kcal; Białko ogółem: 124.41 g; Tłuszcz: 93.69 g; Kw. tł. nasy.: 34.20 g; Węglowodany ogółem: 367.84 g; W tym cukry: 92.42 g; Błonnik pok.: 31.55 g; Sól: 9.97 g; WW: 33.64 Por; : 18.04 %; : 53.35 %; Ener. z T: 30.57 %; Ener. z Bł.: 2.29 %; K: 4298.67 mg;	Wartość energetyczna: 2407.93 kcal; Białko ogółem: 100.90 g; Tłuszcz: 47.84 g; Kw. tł. nasy.: 16.74 g; Węglowodany ogółem: 405.21 g; W tym cukry: 118.87 g; Błonnik pok.: 23.16 g; Sól: 6.97 g; WW: 38.37 Por; : 16.76 %; : 67.31 %; Ener. z T: 17.88 %; Ener. z Bł.: 1.92 %; K: 3512.32 mg;	Wartość energetyczna: 2037.01 kcal; Białko ogółem: 81.81 g; Tłuszcz: 47.74 g; Kw. tł. nasy.: 20.35 g; Węglowodany ogółem: 325.72 g; W tym cukry: 118.92 g; Błonnik pok.: 14.04 g; Sól: 4.31 g; WW: 31.34 Por; : 16.06 %; : 63.96 %; Ener. z T: 21.09 %; Ener. z Bł.: 1.38 %; K: 2730.72 mg;	Wartość energetyczna: 2716.29 kcal; Białko ogółem: 112.46 g; Tłuszcz: 60.42 g; Kw. tł. nasy.: 23.34 g; Węglowodany ogółem: 441.10 g; W tym cukry: 129.39 g; Błonnik pok.: 24.42 g; Sól: 7.11 g; WW: 41.83 Por; : 16.56 %; : 64.96 %; Ener. z T: 20.02 %; Ener. z Bł.: 1.80 %; K: 4112.58 mg;	Wartość energetyczna: 2486.92 kcal; Białko ogółem: 110.96 g; Tłuszcz: 53.58 g; Kw. tł. nasy.: 20.70 g; Węglowodany ogółem: 401.33 g; W tym cukry: 98.31 g; Błonnik pok.: 24.30 g; Sól: 7.96 g; WW: 37.92 Por; : 17.85 %; : 64.55 %; Ener. z T: 19.39 %; Ener. z Bł.: 1.95 %; K: 3942.34 mg;

Jadłospisy za okres od dnia 2025-11-17 do dnia 2025-11-23 KUCHNIA SIEDLCE

	SIE- Kleikowa rozszerzona	SIE- Dzieci 1-3 lat Podstawowa	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż. podstawa	SIE- Bogatoreszkowa	SIE- Bezglutenowa	SIE- Wegetariańska	SIE- Pooperacyjna	SIE- Dzieci 1-3 lat Łatwo strawna	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż. łatwostrawna	SIE- Z ogr.subst.pobudz.w ydz.soków żołądkowych
2025-11-22 sobota Śniadanie	Kleik ryżowy na wodzie 200 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Suchary b/c 30 g <b>(GLU PSZ, SOJ, MLE.)</b>	Płatki kukurydziane na mleku 300 ml <b>(MLE.)</b> Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g <b>(GLU PSZ.)</b> Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt <b>(MLE.)</b> Parówki z szynki-kielbasa wieprzowa, homoge nizowana, wędzona, parzona 60 g Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt <b>(MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE.)</b> Pomidor 80 g Ketchup 10 g Sałata lodowa 20 g	Płatki kukurydziane na mleku 300 ml <b>(MLE.)</b> Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g <b>(GLU PSZ.)</b> Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g <b>(GLU PSZ, GLU ZYT.)</b> Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt <b>(MLE.)</b> Parówki z szynki-kielbasa wieprzowa, homoge nizowana, wędzona, parzona 60 g Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt <b>(MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE.)</b> Parówki z szynki-kielbasa wieprzowa, homoge nizowana, wędzona, parzona 60 g Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Ketchup 10 g <b>(SEL.)</b>	Płatki owsiane na mleku 300 ml <b>(MLE, GLU OW.)</b> Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g <b>(GLU PSZ, GLU ZYT.)</b> Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt <b>(MLE.)</b> Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g <b>(SOJ.)</b> Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt <b>(MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE.)</b> Rzodkiew biała 80 g Sałata lodowa 20 g Jabłko 150 g	Płatki kukurydziane na mleku 300 ml <b>(MLE.)</b> Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 100 g <b>(SEZ, może zawierać: ORZ.)</b> Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt <b>(MLE.)</b> Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g <b>(SOJ.)</b> Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt <b>(MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE.)</b> Rzodkiew biała 80 g Sałata lodowa 20 g Jabłko 150 g	Płatki owsiane na mleku 300 ml <b>(MLE, GLU OW.)</b> Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g <b>(GLU PSZ, GLU ZYT.)</b> Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g <b>(GLU PSZ, GLU ZYT.)</b> Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt <b>(MLE.)</b> Hummus 80 g <b>(SEZ.)</b> Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt <b>(MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE.)</b> Rzodkiew biała 80 g Sałata lodowa 20 g Jabłko 150 g	Płatki owsiane na mleku 300 ml <b>(MLE, GLU OW.)</b> Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g <b>(GLU PSZ.)</b> Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt <b>(MLE.)</b> Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g ( <b>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</b> ) Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt <b>(MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE.)</b>	Płatki kukurydziane na mleku 250 ml <b>(MLE.)</b> Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g <b>(GLU PSZ.)</b> Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt <b>(MLE.)</b> Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g ( <b>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</b> ) Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt <b>(MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE.)</b> Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g	Płatki kukurydziane na mleku 300 ml <b>(MLE.)</b> Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g <b>(GLU PSZ.)</b> Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g <b>(GLU PSZ, GLU ZYT.)</b> Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt <b>(MLE.)</b> Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g ( <b>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</b> ) Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt <b>(MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE.)</b> Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g	Płatki owsiane na mleku 300 ml <b>(MLE, GLU OW.)</b> Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g <b>(GLU PSZ.)</b> Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g <b>(GLU PSZ, GLU ZYT.)</b> Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt <b>(MLE.)</b> Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g ( <b>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</b> ) Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt <b>(MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE.)</b> Pomidor b/skórki 80 g Sałata lodowa 20 g Jabłko pieczone 1szt. 1 szt
II ŚN	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Suchary b/c 15 g <b>(GLU PSZ, SOJ, MLE.)</b> Kleik ryżowy na wodzie 200 g	Jabłko 150 g					Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Jabłko 1 szt 1 szt		

**Jadłospisy za okres od dnia 2025-11-17 do dnia 2025-11-23 KUCHNIA SIEDLCE**

		SIE- Kleikowa rozszerzona	SIE- Dzieci 1-3 lat Podstawowa	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż. podstawa	SIE- Bogatoreszkowa	SIE- Bezglutenowa	SIE- Wegetariańska	SIE- Pooperacyjna	SIE- Dzieci 1-3 lat Łatwo strawna	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż. łatwostrawna	SIE- Z ogr.subst.pobudz.w ydz.soków żołądkowych
2025-11-22 sobota	Obiad	Ziemniaczana (bez mleka) () 300 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Koperkowa z ziemniakami () 250 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Kociólek meksykański z kurczakiem i fasolą 150 g ( <b>SEL.</b> ) Ryż na sypko 90 g Buraczki gotowane () 50 g Surówka z marchwi i jabłka b/c () 50 g ( <b>MLE.</b> ) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Koperkowa z ziemniakami () 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Kociólek meksykański z kurczakiem i fasolą 150 g ( <b>SEL.</b> ) Ryż na sypko 180 g Surówka z marchwi i jabłka b/c () 100 g ( <b>MLE.</b> ) Buraczki gotowane () 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Koperkowa z ziemniakami () 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Ryż na sypko (brązowy) 180 g Kociólek meksykański z kurczakiem i fasolą 150 g ( <b>SEL.</b> ) Surówka z marchwi i jabłka b/c () 100 g ( <b>MLE.</b> ) Buraczki gotowane () 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Koperkowa z ziemniakami (bez glutenu) () 300 ml ( <b>MLE, SEL.</b> ) Kociólek meksykański z kurczakiem i fasolą 150 g ( <b>SEL.</b> ) Ryż na sypko (brązowy) 180 g Surówka z marchwi i jabłka b/c () 100 g ( <b>MLE.</b> ) Buraczki gotowane () 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Koperkowa z ziemniakami () 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Kotlet z ciecioriki i pieczarek 300 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Surówka z marchwi i jabłka b/c () 100 g ( <b>MLE.</b> ) Buraczki gotowane () 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Koperkowa z ziemniakami () 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Ryż na sypko 180 g Potrawka drobiowa () 150 g ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Marchew gotowana z olejem () 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Koperkowa z ziemniakami () 250 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Ryż na sypko 90 g Potrawka drobiowa () 60 g ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Buraczki gotowane () 50 g Surówka z marchwi i jabłka b/c () 50 g ( <b>MLE.</b> ) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Koperkowa z ziemniakami () 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Ryż na sypko 180 g Potrawka drobiowa () 150 g ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Buraczki gotowane () 100 g Surówka z marchwi i jabłka b/c () 100 g ( <b>MLE.</b> ) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Koperkowa z ziemniakami () 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Ryż na sypko 180 g Potrawka drobiowa () 150 g ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Buraczki gotowane () 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml
	PD	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Suchary b/c 15 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE.</b> ) Kleik ryżowy na wodzie 200 g	Maślanka truskawkowa 200 ml ( <b>MLE.</b> )						Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml	Maślanka truskawkowa 200 ml ( <b>MLE.</b> )	

Jadłospisy za okres od dnia 2025-11-17 do dnia 2025-11-23 KUCHNIA SIEDLCE

	SIE- Kleikowa rozszerzona	SIE- Dzieci 1-3 lat Podstawowa	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż. podstawa	SIE- Bogatoreszkowa	SIE- Bezglutenowa	SIE- Wegetariańska	SIE- Pooperacyjna	SIE- Dzieci 1-3 lat Łatwo strawna	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż. łatwostrawna	SIE- Z ogr.subst.pobudz.w ydz.soków żołądkowych	
2025-11-22 sobota	Kolacja	<p>Kleik ryżowy na wodzie 200 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<b>GLU PSZ.</b>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<b>MLE.</b>) Szynkowa Extra-wędzonka wieprzowa,wędzona ,z wodą dodaną. 25g (<b>SOJ. może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</b>) Sałatka z makaronu z wędliną drobiowo wieprzową -dieta () 100g (<b>GLU PSZ, SEL, może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.</b>) Pomidor 80g Sałata zielona 20g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Jogurt naturalny 150g 1 szt (<b>MLE.</b>)</p>	<p>Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50g (<b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b>) Bułka pszenna długa krojona 50g (<b>GLU PSZ.</b>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<b>MLE.</b>) Szynkowa Extra-wędzonka wieprzowa,wędzona ,z wodą dodaną. 25g (<b>SOJ. może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</b>) Sałatka z makaronu z wędliną drobiowo wieprzową -dieta () 150g (<b>GLU PSZ, SEL, może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.</b>) Pomidor 80g Sałata zielona 20g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Jogurt naturalny 150g 1 szt (<b>MLE.</b>)</p>	<p>Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 100g (<b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<b>MLE.</b>) Szynkowa Extra-wędzonka wieprzowa,wędzona ,z wodą dodaną. 25g (<b>SOJ. może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</b>) Sałatka z makaronu z wędliną drobiowo wieprzową -dieta () 150g (<b>GLU PSZ, SEL, może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.</b>) Pomidor 80g Sałata zielona 20g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Jogurt naturalny 150g 1 szt (<b>MLE.</b>)</p>	<p>Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 100g (<b>SEZ. może zawierać: ORZ.</b>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<b>MLE.</b>) Szynka z piersią kurczaka-wędz. z drob.gr.rozd.parzo. w osł.niejadalnej 50g (<b>SOJ.</b>) Miód (25g) 1 szt Pomidor 80g Sałata zielona 20g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Jogurt naturalny 150g 1 szt (<b>MLE.</b>)</p>	<p>Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 50g (<b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50g (<b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<b>MLE.</b>) Pasta z twarogu z natką pietruszki 80g (<b>MLE.</b>) Miód (25g) 1 szt Pomidor 80g Sałata zielona 20g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Jogurt naturalny 150g 1 szt (<b>MLE.</b>)</p>	<p>Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100g (<b>GLU PSZ.</b>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<b>MLE.</b>) Szynka z piersią kurczaka-wędz. z drob.gr.rozd.parzo. w osł.niejadalnej 50g (<b>SOJ.</b>) Szynkowa Extra-wędzonka wieprzowa,wędzona ,z wodą dodaną. 25g (<b>SOJ. może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</b>) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt</p>	<p>Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50g (<b>GLU PSZ.</b>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<b>MLE.</b>) Szynkowa Extra-wędzonka wieprzowa,wędzona ,z wodą dodaną. 25g (<b>SOJ. może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</b>) Sałata z makaronu z wędliną drobiowo wieprzową -dieta () 100g (<b>GLU PSZ, SEL, może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.</b>) Pomidor 80g Sałata zielona 20g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Jogurt naturalny 150g 1 szt (<b>MLE.</b>)</p>	<p>Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50g (<b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b>) Bułka pszenna długa krojona 50g (<b>GLU PSZ.</b>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<b>MLE.</b>) Szynkowa Extra-wędzonka wieprzowa,wędzona ,z wodą dodaną. 25g (<b>SOJ. może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.</b>) Sałata z makaronu z wędliną drobiowo wieprzową -dieta () 150g (<b>GLU PSZ, SEL, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</b>) Sałata zielona 20g Pomidor b/skórki 80g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Jogurt naturalny 150g 1 szt (<b>MLE.</b>)</p>	<p>Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50g (<b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b>) Bułka pszenna długa krojona 50g (<b>GLU PSZ.</b>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<b>MLE.</b>) Sałatka z makaronu z wędliną drobiowo wieprzową -dieta () 150g (<b>GLU PSZ, SEL, może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.</b>) Szynkowa Extra-wędzonka wieprzowa,wędzona ,z wodą dodaną. 25g (<b>SOJ. może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</b>) Sałata zielona 20g Pomidor b/skórki 80g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Jogurt naturalny 150g 1 szt (<b>MLE.</b>)</p>	
PN	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Mus- przecier owocowy jabłko 100g (tubka) 1 szt					Wafle ryżowe 30g	Mus- przecier owocowy jabłko 100g (tubka) 1 szt			

Jadłospisy za okres od dnia 2025-11-17 do dnia 2025-11-23 KUCHNIA SIEDLCE

	SIE- Kleikowa rozszerzona	SIE- Dzieci 1-3 lat Podstawowa	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż. podstawa	SIE- Bogatoreszkowa	SIE- Bezglutenowa	SIE- Wegetariańska	SIE- Kooperacyjna	SIE- Dzieci 1-3 lat Łatwo strawna	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż. łatwostrawna	SIE- Z ogr.subst.pobudz.w ydz.soków żołądkowych
2025-11-22 sobota	Wartość energetyczna: 1139.04 kcal; Białko ogółem: 24.68 g; Tłuszcz: 7.87 g; Kw. tł. nasy.: 0.24 g; Węglowodany ogółem: 244.19 g; W tym cukry: 44.54 g; Błonnik pok.: 7.01 g; Sól: 0.67 g; WW: 23.82 Por; : 8.67 %; : 85.75 %; Ener. z T: 6.22 %; Ener. z Bł.: 1.23 %; K: 1040.31 mg;	Wartość energetyczna: 2079.29 kcal; Białko ogółem: 70.77 g; Tłuszcz: 70.21 g; Kw. tł. nasy.: 31.58 g; Węglowodany ogółem: 298.00 g; W tym cukry: 99.77 g; Błonnik pok.: 21.99 g; Sól: 6.49 g; WW: 27.70 Por; : 13.61 %; : 57.33 %; Ener. z T: 30.39 %; Ener. z Bł.: 2.11 %; K: 3170.99 mg;	Wartość energetyczna: 2641.81 kcal; Białko ogółem: 84.96 g; Tłuszcz: 78.18 g; Kw. tł. nasy.: 33.19 g; Węglowodany ogółem: 410.96 g; W tym cukry: 108.97 g; Błonnik pok.: 31.43 g; Sól: 8.21 g; WW: 33.41 Por; : 13.33 %; : 60.60 %; Ener. z T: 28.92 %; Ener. z Bł.: 3.94 %; K: 4498.86 mg;	Wartość energetyczna: 2529.00 kcal; Białko ogółem: 84.30 g; Tłuszcz: 81.25 g; Kw. tł. nasy.: 33.64 g; Węglowodany ogółem: 383.13 g; W tym cukry: 99.75 g; Błonnik pok.: 49.77 g; Sól: 8.21 g; WW: 33.41 Por; : 13.33 %; : 60.60 %; Ener. z T: 28.92 %; Ener. z Bł.: 3.94 %; K: 4498.86 mg;	Wartość energetyczna: 2141.36 kcal; Białko ogółem: 60.30 g; Tłuszcz: 59.08 g; Kw. tł. nasy.: 22.54 g; Węglowodany ogółem: 359.03 g; W tym cukry: 104.68 g; Błonnik pok.: 36.87 g; Sól: 5.22 g; WW: 32.20 Por; : 11.26 %; : 67.07 %; Ener. z T: 24.83 %; Ener. z Bł.: 3.44 %; K: 3604.16 mg;	Wartość energetyczna: 2932.52 kcal; Białko ogółem: 90.56 g; Tłuszcz: 115.07 g; Kw. tł. nasy.: 28.41 g; Węglowodany ogółem: 388.44 g; W tym cukry: 107.25 g; Błonnik pok.: 54.46 g; Sól: 6.49 g; WW: 33.54 Por; : 12.35 %; : 52.98 %; Ener. z T: 35.32 %; Ener. z Bł.: 3.71 %; K: 3970.58 mg;	Wartość energetyczna: 2218.88 kcal; Białko ogółem: 85.69 g; Tłuszcz: 55.45 g; Kw. tł. nasy.: 22.00 g; Węglowodany ogółem: 367.75 g; W tym cukry: 95.41 g; Błonnik pok.: 27.38 g; Sól: 7.18 g; WW: 34.13 Por; : 15.45 %; : 66.29 %; Ener. z T: 22.49 %; Ener. z Bł.: 2.47 %; K: 3059.69 mg;	Wartość energetyczna: 1853.99 kcal; Białko ogółem: 70.81 g; Tłuszcz: 50.63 g; Kw. tł. nasy.: 24.50 g; Węglowodany ogółem: 286.93 g; W tym cukry: 94.69 g; Błonnik pok.: 20.14 g; Sól: 5.56 g; WW: 26.74 Por; : 15.28 %; : 61.91 %; Ener. z T: 24.58 %; Ener. z Bł.: 2.17 %; K: 2993.98 mg;	Wartość energetyczna: 2552.07 kcal; Białko ogółem: 98.06 g; Tłuszcz: 63.16 g; Kw. tł. nasy.: 27.52 g; Węglowodany ogółem: 411.09 g; W tym cukry: 107.65 g; Błonnik pok.: 31.24 g; Sól: 8.22 g; WW: 38.05 Por; : 15.37 %; : 64.43 %; Ener. z T: 22.27 %; Ener. z Bł.: 2.45 %; K: 4014.50 mg;	Wartość energetyczna: 2338.34 kcal; Białko ogółem: 91.22 g; Tłuszcz: 60.19 g; Kw. tł. nasy.: 24.97 g; Węglowodany ogółem: 370.12 g; W tym cukry: 100.02 g; Błonnik pok.: 26.85 g; Sól: 7.35 g; WW: 34.41 Por; : 15.60 %; : 63.31 %; Ener. z T: 23.17 %; Ener. z Bł.: 2.30 %; K: 3731.34 mg;
2025-11-23 niedziela	Śniadanie	Kleik ryżowy na wodzie 200 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Suchary b/c 30 g <b>(GLU PSZ. SOJ. MLE.)</b>	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml <b>(MLE.)</b> Bułka pszenna długa krojona 50 g <b>(GLU PSZ.)</b> Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt <b>(MLE.)</b> Szynka zielonogórska-wieprzowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 50 g <b>(SOJ. MLE. SEL, może zawierać: JAJ. GOR.)</b> Dżem 25 g 1 szt Pomidor 80 g Mix sałat 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml <b>(MLE.)</b> Bułka pszenna długa krojona 50 g <b>(GLU PSZ.)</b> Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g <b>(GLU PSZ. GLU ZYT.)</b> Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt <b>(MLE.)</b> Szynka zielonogórska-wieprzowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 50 g <b>(SOJ. MLE. SEL, może zawierać: JAJ. GOR.)</b> Dżem 25 g 1 szt Pomidor 80 g Mix sałat 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml <b>(MLE.)</b> Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g <b>(GLU PSZ. GLU ZYT.)</b> Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt <b>(MLE.)</b> Szynka zielonogórska-wieprzowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 50 g <b>(SOJ. MLE. SEL, może zawierać: JAJ. GOR.)</b> Dżem 25 g 1 szt Pomidor 80 g Mix sałat 20 g Banan 150 g	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml <b>(MLE.)</b> Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 100 g <b>(SEZ, może zawierać: ORZ.)</b> Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt <b>(MLE.)</b> Szynka zielonogórska-wieprzowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 50 g <b>(SOJ. MLE. SEL, może zawierać: JAJ. GOR.)</b> Dżem 25 g 1 szt Pomidor 80 g Mix sałat 20 g Banan 150 g	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml <b>(MLE.)</b> Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g <b>(GLU PSZ. GLU ZYT.)</b> Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g <b>(GLU PSZ. GLU ZYT.)</b> Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt <b>(MLE.)</b> Szynka zielonogórska-wieprzowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 50 g <b>(SOJ. MLE. SEL, może zawierać: JAJ. GOR.)</b> Dżem 25 g 1 szt Pomidor 80 g Mix sałat 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml <b>(MLE.)</b> Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g <b>(GLU PSZ.)</b> Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt <b>(MLE.)</b> Szynka zielonogórska-wieprzowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 50 g <b>(SOJ. MLE. SEL, może zawierać: JAJ. GOR.)</b> Dżem 25 g 1 szt Pomidor 80 g Mix sałat 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml <b>(MLE.)</b> Bułka pszenna długa krojona 50 g <b>(GLU PSZ.)</b> Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g <b>(GLU PSZ. GLU ZYT.)</b> Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt <b>(MLE.)</b> Szynka zielonogórska-wieprzowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 50 g <b>(SOJ. MLE. SEL, może zawierać: JAJ. GOR.)</b> Dżem 25 g 1 szt Pomidor 80 g Mix sałat 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml <b>(MLE.)</b> Bułka pszenna długa krojona 100 g <b>(GLU PSZ.)</b> Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt <b>(MLE.)</b> Szynka zielonogórska-wieprzowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 50 g <b>(SOJ. MLE. SEL, może zawierać: JAJ. GOR.)</b> Dżem 25 g 1 szt Pomidor b/skórki 80 g Mix sałat 20 g Banan 150 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml
II ŚN		Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Suchary b/c 15 g <b>(GLU PSZ. SOJ. MLE.)</b> Kleik ryżowy na wodzie 200 g	Banan 150 g			Banan 150 g			Banan 150 g	

Jadłospisy za okres od dnia 2025-11-17 do dnia 2025-11-23 KUCHNIA SIEDLCE

	SIE- Kleikowa rozszerzona	SIE- Dzieci 1-3 lat Podstawowa	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż podstawa	SIE- Bogatoreszkowa	SIE- Bezglutenowa	SIE- Wegetariańska	SIE- Pooperacyjna	SIE- Dzieci 1-3 lat Łatwo strawna	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż łatwostrawna	SIE- Z ogr.subst.pobudz.w ydz.soków żołądkowych
2025-11-23 niedziela	Obiad	Ryżowa (bez mleka) () 300 ml ( <u>SEL</u> ) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Pomidorowa z zacierką () 250 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ) Ziemniaki gotowane () 90 g Schab duszony 50 g Sos własny () 40 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Surówka z kapusty pekińskiej z papryką i olejem 50 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 50 g ( <u>SEL</u> ) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Pomidorowa z zacierką () 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ) Ziemniaki gotowane () 180 g Schab duszony 100 g Sos własny () 80 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Surówka z kapusty pekińskiej z papryką i olejem 100 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 100 g ( <u>SEL</u> ) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem (bez glutenu) () 300 ml ( <u>MLE, SEL</u> ) Ziemniaki gotowane () 180 g Schab duszony 100 g Sos własny (bez glutenu) 80 ml Surówka z kapusty pekińskiej z papryką i olejem 100 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 100 g ( <u>SEL</u> ) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Pomidorowa z zacierką () 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ) Ziemniaki gotowane () 180 g Schab duszony 100 g Kotlety sojowe 100 g ( <u>SOJ</u> ) Surówka z kapusty pekińskiej z papryką i olejem 100 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 100 g ( <u>SEL</u> ) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Ryżowa (bez mleka) () 300 ml ( <u>SEL</u> ) Ziemniaki gotowane () 180 g Schab duszony 100 g Sos własny () 80 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g ( <u>SEL</u> ) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Pomidorowa z zacierką () 250 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ) Ziemniaki gotowane () 90 g Schab duszony 50 g Sos ziołowy 40 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 100 g ( <u>SEL</u> ) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Pomidorowa z zacierką () 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ) Ziemniaki gotowane () 180 g Schab duszony 100 g Sos ziołowy 80 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g ( <u>SEL</u> ) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Pomidorowa z zacierką () 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ) Ziemniaki gotowane () 180 g Schab duszony 100 g Sos własny () 80 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g ( <u>SEL</u> ) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml
	PD	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Suchary b/c 15 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u> ) Kleik ryżowy na wodzie 200 g	Budyń o smaku śmietankowym z/c 100 ml ( <u>MLE</u> ) Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 30 g	Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml ( <u>MLE</u> ) Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 30 g	Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml ( <u>MLE</u> ) Mieszanka studencka 30 g ( <u>OZI, ORZ</u> )			Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml ( <u>MLE</u> )	Budyń o smaku śmietankowym z/c 100 ml ( <u>MLE</u> ) Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 30 g	Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml ( <u>MLE</u> ) Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 30 g

Jadłospisy za okres od dnia 2025-11-17 do dnia 2025-11-23 KUCHNIA SIEDLCE

	SIE- Kleikowa rozszerzona	SIE- Dzieci 1-3 lat Podstawowa	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż. podstawa	SIE- Bogatoreszkowa	SIE- Bezglutenowa	SIE- Wegetariańska	SIE- Pooperacyjna	SIE- Dzieci 1-3 lat Łatwo strawna	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż. łatwostrawna	SIE- Z ogr.subst.pobudz.w ydz.soków żołądkowych
2025-11-23 niedziela	Kolacja	Kleik ryżowy na wodzie 200 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ, SOJ, MLE.) Suchary b/c 30 g (GLU PSZ, SOJ, MLE.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Ser mozzarella 50 g (MLE.) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz .parzo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g Pomidorki koktajlowe 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Ser mozzarella 50 g (MLE.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz .parzo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g Pomidorki koktajlowe 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Ser mozzarella 50 g (MLE.) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz .parzo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g Pomidorki koktajlowe 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 100 g (SEZ, może zawierać: ORZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Ser mozzarella 50 g (MLE.) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz .parzo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g Pomidorki koktajlowe 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Ser mozzarella 50 g (MLE.) Dżem 25 g 1 szt Pomidorki koktajlowe 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Serek a'la homogenizowany 80 g (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 Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Ser mozzarella 50 g (MLE.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz .parzo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Serek a'la homogenizowany 80 g (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 Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Serek a'la homogenizowany 80 g (MLE.) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz .parzo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g Pomidor b/skórki 80 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PN	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt Biszkopty b/c 30 g (GLU PSZ, JAJ.)		Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt Wafle ryżowe 30 g	Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt Biszkopty b/c 30 g (GLU PSZ, JAJ.)	Biszkopty b/c 30 g (GLU PSZ, JAJ.)	Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt Biszkopty b/c 30 g (GLU PSZ, JAJ.)		
		Wartość energetyczna: 1065.96 kcal; Białko ogółem: 22.86 g; Tłuszcz: 7.83 g; Kw. tł. nasy.: 0.25 g; Węglowodany ogółem: 226.66 g; W tym cukry: 44.09 g; Błonnik pok.: 4.91 g; Sól: 0.64 g; WW: 22.27 Por; : 8.58 %; : 85.05 %; Ener. z T: 6.61 %; Ener. z Bł.: 0.92 %; K: 270.25 mg;	Wartość energetyczna: 2001.55 kcal; Białko ogółem: 81.87 g; Tłuszcz: 51.29 g; Kw. tł. nasy.: 19.28 g; Węglowodany ogółem: 309.94 g; W tym cukry: 123.45 g; Błonnik pok.: 16.41 g; Sól: 4.51 g; WW: 29.47 Por; : 16.36 %; : 61.94 %; Ener. z T: 23.06 %; Ener. z Bł.: 1.64 %; K: 3294.92 mg;	Wartość energetyczna: 2683.16 kcal; Białko ogółem: 112.78 g; Tłuszcz: 64.41 g; Kw. tł. nasy.: 22.51 g; Węglowodany ogółem: 424.48 g; W tym cukry: 141.59 g; Błonnik pok.: 26.18 g; Sól: 7.00 g; WW: 39.95 Por; : 16.81 %; : 63.28 %; Ener. z T: 21.60 %; Ener. z Bł.: 1.95 %; K: 4731.96 mg;	Wartość energetyczna: 2640.66 kcal; Białko ogółem: 112.30 g; Tłuszcz: 73.33 g; Kw. tł. nasy.: 22.49 g; Węglowodany ogółem: 403.62 g; W tym cukry: 143.59 g; Błonnik pok.: 37.88 g; Sól: 6.68 g; WW: 36.72 Por; : 17.01 %; : 61.14 %; Ener. z T: 24.99 %; Ener. z Bł.: 2.87 %; K: 5193.83 mg;	Wartość energetyczna: 2335.46 kcal; Białko ogółem: 88.07 g; Tłuszcz: 66.18 g; Kw. tł. nasy.: 19.07 g; Węglowodany ogółem: 354.60 g; W tym cukry: 114.93 g; Błonnik pok.: 29.43 g; Sól: 4.11 g; WW: 32.54 Por; : 15.08 %; : 60.73 %; Ener. z T: 25.50 %; Ener. z Bł.: 2.52 %; K: 4326.71 mg;	Wartość energetyczna: 2421.84 kcal; Białko ogółem: 83.90 g; Tłuszcz: 71.23 g; Kw. tł. nasy.: 18.00 g; Węglowodany ogółem: 371.68 g; W tym cukry: 116.91 g; Błonnik pok.: 42.73 g; Sól: 6.24 g; WW: 32.99 Por; : 13.86 %; : 61.39 %; Ener. z T: 26.47 %; Ener. z Bł.: 3.53 %; K: 4048.62 mg;	Wartość energetyczna: 2438.28 kcal; Białko ogółem: 108.14 g; Tłuszcz: 57.72 g; Kw. tł. nasy.: 24.09 g; Węglowodany ogółem: 383.62 g; W tym cukry: 124.03 g; Błonnik pok.: 25.20 g; Sól: 6.60 g; WW: 36.02 Por; : 17.74 %; : 62.93 %; Ener. z T: 21.30 %; Ener. z Bł.: 2.07 %; K: 4450.74 mg;	Wartość energetyczna: 2026.27 kcal; Białko ogółem: 82.22 g; Tłuszcz: 52.36 g; Kw. tł. nasy.: 19.34 g; Węglowodany ogółem: 314.33 g; W tym cukry: 125.80 g; Błonnik pok.: 18.20 g; Sól: 4.74 g; WW: 29.74 Por; : 16.23 %; : 62.05 %; Ener. z T: 23.25 %; Ener. z Bł.: 1.80 %; K: 3437.17 mg;	Wartość energetyczna: 2732.06 kcal; Białko ogółem: 113.45 g; Tłuszcz: 66.55 g; Kw. tł. nasy.: 22.61 g; Węglowodany ogółem: 433.12 g; W tym cukry: 146.21 g; Błonnik pok.: 29.73 g; Sól: 7.45 g; WW: 40.48 Por; : 16.61 %; : 63.41 %; Ener. z T: 21.92 %; Ener. z Bł.: 2.18 %; K: 5008.40 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,*