

Jadłospisy za okres od dnia 2024-06-03 do dnia 2024-06-09 KUCHNIA SIEDLCE

	SIE- Podstawowa/Ogólna	SIE- Podstawowa wzbogacona	SIE- Położnicza podstawowa	SIE- Położnicza łatwostrawna	SIE- Z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów	
2024-06-03 poniedziałek	Śniadanie	<p>Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE,) Bułka graham-pszenna 60g 1 szt (GLU PSZ,) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (SOJ,) Sałatka z pomidora i mixu sałat z olejem 200 g Gruszka 1szt. 150 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml</p>	<p>Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE,) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bułka graham-pszenna 60g 1 szt (GLU PSZ,) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (SOJ,) Sałatka z pomidora i mixu sałat z olejem 200 g</p>	<p>Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE,) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Bułka graham-pszenna 60g 1 szt (GLU PSZ,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (SOJ,) Sałatka z pomidora i mixu sałat z olejem 200 g</p>	<p>Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE,) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (GLU PSZ, SOJ, MLE,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (SOJ,) Sałatka z pomidora i mixu sałat z olejem 200 g</p>	<p>Maślanka 150 ml (MLE,) Chleb razowy żytnio-pszenny 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Bułka graham-pszenna 60g 1 szt (GLU PSZ,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (SOJ,) Sałatka z pomidora i mixu sałat z olejem 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml</p>
	II ŚN		<p>Gruszka 1szt. 150 g Podplomyki b/c 20 g (GLU PSZ, MLE,)</p>	<p>Gruszka 1szt. 150 g</p>	<p>Jabłko pieczone 1szt. 1 szt</p>	<p>Gruszka 1szt. 150 g</p>
	Obiad	<p>Barszcz czerwony z botwiną i ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Ryż na sypko 180 g Sos jogurtowo-truskawkowy* 80 g (MLE,) Surówka z marchwi z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt</p>	<p>Barszcz czerwony z botwiną i ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Naleśniki z serem 300 g (GLU PSZ, JAJ, MLE,) Sos jogurtowo-truskawkowy* 100 g (MLE,) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt</p>	<p>Barszcz czerwony z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Ryż na sypko 180 g Sos jogurtowo-truskawkowy* 80 g (MLE,) Surówka z marchwi z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt</p>	<p>Barszcz czerwony z botwiną i ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Ryż na sypko (brązowy) 180 g Pulpet wieprzowy 100 g (GLU PSZ, JAJ,) Sos ziołowy* 80 ml (GLU PSZ, SEL,) Surówka z marchwi z olejem b/c () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt</p>	
	PD		<p>Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml (MLE,)</p>			<p>Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło extra 82% 5 g (MLE,) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 20 g Sałata zielona 10 g</p>
	Kolacja	<p>Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Ser zółty 25 g (MLE,) Baton szynkowy z kurcząt 50 g (może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR,) Ogórek świeży 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt</p>		<p>Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ,) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Serek a'la homogenizowany 80 g (MLE,) Baton szynkowy z kurcząt 25 g (może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR,) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt</p>	<p>Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Ser zółty 25 g (MLE,) Baton szynkowy z kurcząt 50 g (może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR,) Ogórek świeży 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt</p>	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-06-03 do dnia 2024-06-09 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- Podstawowa/Ogólna	SIE- Podstawowa wzbogacona	SIE- Położnicza podstawowa	SIE- Położnicza łatwostrawna	SIE- Z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów
2024-06-03 poniedziałek	PN	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt Podplomyki b/c 20 g (GLU PSZ, MLE.)		Sok przecierowy warzywno-owocowy 0,33l 1 szt Podplomyki b/c 20 g (GLU PSZ, MLE.)		Sok pomidorowy 0,3l 1 szt Pieczywo chrupkie ekstrudowane-żytnie 20 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JE CZ.)
		Wartość energetyczna: 2265.93 kcal; Białko ogółem: 74.31 g; Tłuszcz: 66.59 g; Kw. tł. nasy.: 22.54 g; Węglowodany ogółem: 358.00 g; W tym cukry: 81.88 g; Błonnik pok.: 35.62 g; Sól: 10.55 g; WW: 32.30 Por; : 13.12 %; : 953.84 %; Ener. z T: 26.45 %; Ener. z Bł.: 3.14 %; K: 3463.61 mg;	Wartość energetyczna: 2544.13 kcal; Białko ogółem: 83.38 g; Tłuszcz: 71.56 g; Kw. tł. nasy.: 24.93 g; Węglowodany ogółem: 406.96 g; W tym cukry: 106.88 g; Błonnik pok.: 35.66 g; Sól: 10.78 g; WW: 37.21 Por; : 13.11 %; : 1057.77 %; Ener. z T: 25.31 %; Ener. z Bł.: 2.80 %; K: 3747.55 mg;	Wartość energetyczna: 2866.25 kcal; Białko ogółem: 106.15 g; Tłuszcz: 80.16 g; Kw. tł. nasy.: 29.14 g; Węglowodany ogółem: 437.80 g; W tym cukry: 149.43 g; Błonnik pok.: 26.67 g; Sól: 8.20 g; WW: 41.27 Por; : 14.81 %; : 977.25 %; Ener. z T: 25.17 %; Ener. z Bł.: 1.86 %; K: 3270.64 mg;	Wartość energetyczna: 2564.46 kcal; Białko ogółem: 83.06 g; Tłuszcz: 61.85 g; Kw. tł. nasy.: 21.83 g; Węglowodany ogółem: 430.75 g; W tym cukry: 139.44 g; Błonnik pok.: 30.76 g; Sól: 8.03 g; WW: 40.19 Por; : 12.96 %; : 1047.69 %; Ener. z T: 21.71 %; Ener. z Bł.: 2.40 %; K: 3834.85 mg;	Wartość energetyczna: 2394.79 kcal; Białko ogółem: 97.57 g; Tłuszcz: 81.63 g; Kw. tł. nasy.: 26.95 g; Węglowodany ogółem: 336.56 g; W tym cukry: 53.01 g; Błonnik pok.: 52.58 g; Sól: 11.73 g; WW: 28.45 Por; : 16.30 %; : 1008.11 %; Ener. z T: 30.68 %; Ener. z Bł.: 4.39 %; K: 4234.00 mg;
2024-06-04 wtorek	Śniadanie	Platki jęczmienne na mleku 300 ml (MLE, GLU JE CZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Ser mozzarella kulki 35 g (MLE.) Pomidor koktajlowy 80 g Roszponka 20 g Kiwi 1 szt 1 szt Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Platki jęczmienne na mleku 300 ml (MLE, GLU JE CZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Ser mozzarella kulki 35 g (MLE.) Roszponka 20 g Pomidor koktajlowy 80 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Platki jęczmienne na mleku 300 ml (MLE, GLU JE CZ.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Ser mozzarella kulki 35 g (MLE.) Roszponka 20 g Pomidor koktajlowy 80 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Platki jęczmienne na mleku 300 ml (MLE, GLU JE CZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Ser mozzarella kulki 35 g (MLE.) Roszponka 20 g Pomidor koktajlowy 80 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.) Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Ser mozzarella kulki 35 g (MLE.) Pomidor koktajlowy 80 g Roszponka 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	II ŚN		Kiwi 1 szt 1 szt		Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Kiwi 1 szt 1 szt
	Obiad	Jarzynowa z zacierką () 300 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane () 180 g Filet z indyka panierowany 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Fasolka szparagowa z wody* 100 g Surówka wykwinna z olejem b/c 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Jarzynowa z zacierką () 300 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane () 180 g Filet z indyka panierowany 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Surówka wykwinna z olejem b/c 100 g Fasolka szparagowa z wody* 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml		Pomidorowa z makaronem () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane () 180 g Filet z indyka gotowany 100 g Sos pietruszkowy* 80 ml (GLU PSZ, MLE.) Fasolka szparagowa z wody* 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Jarzynowa z zacierką () 300 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane () 180 g Filet z indyka gotowany 100 g Sos pietruszkowy* 80 ml (GLU PSZ, MLE.) Fasolka szparagowa z wody* 100 g Surówka wykwinna z olejem b/c 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml
PD		Drożdżówka mini 50g 50 g (GLU PSZ, JAJ.)			Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-06-03 do dnia 2024-06-09 KUCHNIA SIEDLCE

	SIE- Podstawowa/Ogólna	SIE- Podstawowa wzbogacona	SIE- Położnicza podstawowa	SIE- Położnicza łatwostrawna	SIE- Z ogr. łatwoprzyswajalnych węglowodanów	
2024-06-04 wtorek	Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Połędwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkim wody wędzona parzona 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ.</u>) Rzepa biała 80 g Sałata zielona 20 g Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<u>MLE.</u>) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Połędwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkim wody wędzona parzona 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ.</u>) Rzepa biała 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<u>MLE.</u>)	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Połędwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkim wody wędzona parzona 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ.</u>) Rzepa biała 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<u>MLE.</u>)	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Połędwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkim wody wędzona parzona 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<u>MLE.</u>)	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Połędwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkim wody wędzona parzona 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Rzepa biała 80 g Sałata zielona 20 g Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<u>MLE.</u>) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PN	Przecier owocowy jablko-truskawka 120g 1 szt (<u>może zawierać: MLE.</u>)				Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 20 g (<u>SOJ.</u>) Sałata zielona 10 g
		Wartość energetyczna: 2371.21 kcal; Białko ogółem: 101.45 g; Tłuszcz: 73.11 g; Kw. tł. nasy.: 26.25 g; Węglowodany ogółem: 342.69 g; W tym cukry: 83.37 g; Błonnik pok.: 36.05 g; Sól: 9.51 g; WW: 30.91 Por; : 17.11 %; : 876.19 %; Ener. z T: 27.75 %; Ener. z Bł.: 3.04 %; K: 4312.18 mg;	Wartość energetyczna: 2507.71 kcal; Białko ogółem: 104.15 g; Tłuszcz: 76.16 g; Kw. tł. nasy.: 26.25 g; Węglowodany ogółem: 366.69 g; W tym cukry: 83.37 g; Błonnik pok.: 36.05 g; Sól: 9.70 g; WW: 33.31 Por; : 16.61 %; : 876.19 %; Ener. z T: 27.33 %; Ener. z Bł.: 2.88 %; K: 4312.18 mg;	Wartość energetyczna: 2323.82 kcal; Białko ogółem: 110.08 g; Tłuszcz: 51.09 g; Kw. tł. nasy.: 24.24 g; Węglowodany ogółem: 367.99 g; W tym cukry: 88.12 g; Błonnik pok.: 27.33 g; Sól: 9.54 g; WW: 34.33 Por; : 18.95 %; : 916.21 %; Ener. z T: 19.79 %; Ener. z Bł.: 2.35 %; K: 4296.17 mg;	Wartość energetyczna: 2100.44 kcal; Białko ogółem: 107.23 g; Tłuszcz: 62.94 g; Kw. tł. nasy.: 27.51 g; Węglowodany ogółem: 296.42 g; W tym cukry: 41.68 g; Błonnik pok.: 46.79 g; Sól: 9.50 g; WW: 25.19 Por; : 20.42 %; : 933.03 %; Ener. z T: 26.97 %; Ener. z Bł.: 4.46 %; K: 4818.67 mg;	
2024-06-05 środa	Śniadanie	Platki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Serek a'la homogenizowany 80 g (<u>MLE.</u>) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 25 g (<u>może zawierać: MLE, GOR.</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Jabłko 1 szt 1 szt	Platki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Serek a'la homogenizowany 80 g (<u>MLE.</u>) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 25 g (<u>może zawierać: MLE, GOR.</u>) Pomidor 80 g	Platki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Serek a'la homogenizowany 80 g (<u>MLE.</u>) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 25 g (<u>może zawierać: MLE, GOR.</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Platki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Serek a'la homogenizowany 80 g (<u>MLE.</u>) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 25 g (<u>może zawierać: MLE, GOR.</u>) Pomidor 80 g	Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Serek a'la homogenizowany 80 g (<u>MLE.</u>) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 25 g (<u>może zawierać: MLE, GOR.</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g
	II ŚN		Jabłko 1 szt 1 szt	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Jabłko 1 szt 1 szt	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-06-03 do dnia 2024-06-09 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- Podstawowa/Ogólna	SIE- Podstawowa wzbogacona	SIE- Położnicza podstawowa	SIE- Położnicza łatwostrawna	SIE- Z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów
2024-06-05 środa	Obiad	Kapuśniak z kapusty białej () 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL, GOR.</u>) Kasza jaglana na sypko 180 g Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos jarzynowy () 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Surówka z marchwi z olejem () 100 g Cukinia pieczona z olejem * 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt		Brokułowa z ziemniakami () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Kasza jaglana na sypko 180 g Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos jarzynowy () 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Surówka z marchwi z olejem () 100 g Cukinia pieczona z olejem * 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Kasza jaglana na sypko 180 g Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos jarzynowy () 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Cukinia pieczona z olejem * 100 g Surówka z marchwi z olejem () 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Kapuśniak z kapusty białej () 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL, GOR.</u>) Kasza jaglana na sypko 180 g Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos jarzynowy () 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Surówka z marchwi z olejem b/c () 100 g Cukinia pieczona z olejem * 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD			Budyń o smaku śmietankowym b/c 200 ml (<u>MLE.</u>)		Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Szynka gotowana wieprzowa wędzona parzona, zawiera wodę dodaną, w siatce niejadalnej 20 g (<u>GLU PSZ, SOJ.</u>) Sałata zielona 10 g
	Kolejacja	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Paprykarz szczeciński 50 g (<u>RYB, SOJ.</u>) Szynka z piersią kurczaka-wędł.z drob.gr.rozd.parzo.w osł.niejadalnej 50 g (<u>SOJ.</u>) Ogórek świeży 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 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Paprykarz szczeciński 50 g (<u>RYB, SOJ.</u>) Szynka z piersią kurczaka-wędł.z drob.gr.rozd.parzo.w osł.niejadalnej 50 g (<u>SOJ.</u>) Ogórek świeży 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Szynka z piersią kurczaka-wędł.z drob.gr.rozd.parzo.w osł.niejadalnej 50 g (<u>SOJ.</u>) Dżem 25 g 1 szt Ogórek świeży 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Szynka z piersią kurczaka-wędł.z drob.gr.rozd.parzo.w osł.niejadalnej 50 g (<u>SOJ.</u>) Dżem 25 g 1 szt 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-pszenny 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Paprykarz szczeciński 50 g (<u>RYB, SOJ.</u>) Szynka z piersią kurczaka-wędł.z drob.gr.rozd.parzo.w osł.niejadalnej 50 g (<u>SOJ.</u>) Ogórek świeży 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PN			Ciasto drożdżowe 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, S02.</u>)		Sok pomidorowy 0,3l 1 szt Pieczywo chrupkie ekstrudowane-żytnie 20 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>)
			Wartość energetyczna: 2522.95 kcal; Białko ogółem: 105.68 g; Tłuszcz: 78.97 g; Kw. tł. nasy.: 26.12 g; Węglowodany ogółem: 373.40 g; W tym cukry: 72.58 g; Błonnik pok.: 36.26 g; Sól: 8.77 g; WW: 33.72 Por; : 16.75 %; : 905.83 %; Ener. z T: 28.17 %; Ener. z Bł.: 2.87 %; K: 3789.40 mg;	Wartość energetyczna: 2728.75 kcal; Białko ogółem: 112.91 g; Tłuszcz: 83.05 g; Kw. tł. nasy.: 28.53 g; Węglowodany ogółem: 407.96 g; W tym cukry: 90.61 g; Błonnik pok.: 35.61 g; Sól: 9.25 g; WW: 37.25 Por; : 16.55 %; : 987.92 %; Ener. z T: 27.39 %; Ener. z Bł.: 2.61 %; K: 4017.40 mg;	Wartość energetyczna: 2589.32 kcal; Białko ogółem: 106.50 g; Tłuszcz: 71.09 g; Kw. tł. nasy.: 26.68 g; Węglowodany ogółem: 406.78 g; W tym cukry: 97.94 g; Błonnik pok.: 35.17 g; Sól: 7.98 g; WW: 37.21 Por; : 16.45 %; : 978.67 %; Ener. z T: 24.71 %; Ener. z Bł.: 2.72 %; K: 3900.91 mg;	Wartość energetyczna: 2661.84 kcal; Białko ogółem: 109.08 g; Tłuszcz: 70.88 g; Kw. tł. nasy.: 26.64 g; Węglowodany ogółem: 419.98 g; W tym cukry: 97.82 g; Błonnik pok.: 29.03 g; Sól: 7.77 g; WW: 39.20 Por; : 16.39 %; : 983.70 %; Ener. z T: 23.97 %; Ener. z Bł.: 2.18 %; K: 3938.21 mg;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-06-03 do dnia 2024-06-09 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- Podstawowa/Ogólna	SIE- Podstawowa wzbogacona	SIE- Położnicza podstawowa	SIE- Położnicza łatwostrawna	SIE- Z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów
2024-06-06 czwartek	Śniadanie	Kasza manna na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Bułka graham-pszenna 60g 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Paszтет z fasoli () 60 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 25 g Ogórek świeży 80 g Rukola 20 g Melon 100 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Kasza manna na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka graham-pszenna 60g 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Paszтет z fasoli () 60 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 25 g Ogórek świeży 80 g Rukola 20 g	Kasza manna na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Twarożek 50 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 80 g Rukola 20 g	Kasza manna na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka graham-pszenna 60g 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Paszтет z fasoli () 60 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 25 g Ogórek świeży 80 g Rukola 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Melona 100 g
	II ŚN					
	Obiad	Szpinakowa z ziemniakami () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Makaron pełnoziarnisty z sosem bolognese, z łop wp () 300 g (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Surówka z rzodkwi białej i jabłka () 100 g (<u>MLE.</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml	Szpinakowa z ziemniakami () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Makaron pełnoziarnisty z sosem bolognese, z łop wp () 300 g (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Surówka z rzodkwi białej i jabłka () 100 g (<u>MLE.</u>) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml	Koperkowa z ziemniakami () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Makaron z sosem bolognese, z łop wp - dieta () 300 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml	Szpinakowa z ziemniakami () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Makaron pełnoziarnisty z sosem bolognese, z łop wp () 300 g (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Surówka z rzodkwi białej i jabłka () 100 g (<u>MLE.</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml	
	PD	Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) Podplomyki b/c 20 g (<u>GLU PSZ, MLE.</u>)				Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) Płatki owsiane 20 g (<u>GLU OW.</u>)
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) 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 (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) 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 razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Leczo z drobiem-dieta * 300 g Jabłko 1 szt 1 szt Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Leczo z drobiem-dieta * 300 g Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) 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

Jadłospisy za okres od dnia 2024-06-03 do dnia 2024-06-09 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- Podstawowa/Ogólna	SIE- Podstawowa wzbogacona	SIE- Położnicza podstawowa	SIE- Położnicza łatwostrawna	SIE- Z ogr. łatwoprzyswajalnych węglowodanów
2024-06-06 czwartek	PN	Mus tymbark ryż + owoce tropikalne 100 g 1 szt				Pieczywo chrupkie ekstrudowane-żytnie 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt
		Wartość energetyczna: 2495.67 kcal; Białko ogółem: 99.83 g; Tłuszcz: 62.82 g; Kw. tł. nasy.: 18.41 g; Węglowodany ogółem: 395.58 g; W tym cukry: 101.73 g; Błonnik pok.: 37.08 g; Sól: 6.28 g; WW: 35.86 Por; : 16.00 %; : 1026.37 %; Ener. z T: 22.66 %; Ener. z Bł.: 2.97 %; K: 4631.19 mg;	Wartość energetyczna: 2662.47 kcal; Białko ogółem: 107.63 g; Tłuszcz: 66.01 g; Kw. tł. nasy.: 19.73 g; Węglowodany ogółem: 422.28 g; W tym cukry: 109.98 g; Błonnik pok.: 37.53 g; Sól: 6.46 g; WW: 38.50 Por; : 16.17 %; : 1105.27 %; Ener. z T: 22.31 %; Ener. z Bł.: 2.82 %; K: 4899.69 mg;	Wartość energetyczna: 2548.34 kcal; Białko ogółem: 114.24 g; Tłuszcz: 52.67 g; Kw. tł. nasy.: 16.69 g; Węglowodany ogółem: 411.50 g; W tym cukry: 105.93 g; Błonnik pok.: 25.53 g; Sól: 6.88 g; WW: 38.65 Por; : 17.93 %; : 971.37 %; Ener. z T: 18.60 %; Ener. z Bł.: 2.00 %; K: 4150.61 mg;	Wartość energetyczna: 2459.97 kcal; Białko ogółem: 107.66 g; Tłuszcz: 63.21 g; Kw. tł. nasy.: 18.07 g; Węglowodany ogółem: 379.57 g; W tym cukry: 67.34 g; Błonnik pok.: 50.03 g; Sól: 6.21 g; WW: 32.98 Por; : 17.51 %; : 1134.38 %; Ener. z T: 23.13 %; Ener. z Bł.: 4.07 %; K: 5214.97 mg;	
2024-06-07 piątek	Śniadanie	Zacierka na mleku 300 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Serek wiejski lekki 3% tł 150g 1 szt (MLE.) Powidła śliwkowe 25 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Banan 150 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	Zacierka na mleku 300 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Serek wiejski lekki 3% tł 150g 1 szt (MLE.) Powidła śliwkowe 25 g Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	Zacierka na mleku 300 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Serek wiejski lekki 3% tł 150g 1 szt (MLE.) Powidła śliwkowe 25 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	Zacierka na mleku 300 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Serek wiejski lekki 3% tł 150g 1 szt (MLE.) Miód (25g) 1 szt Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE.) Kawa zbożowa b/c 250 ml (GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Serek wiejski lekki 3% tł 150g 1 szt (MLE.) Hummus 25 g (SEZ.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g
	II ŚN	Banan 150 g				Jabłko 1 szt 1 szt
	Obiad	Krupnik jęczmienny () 300 ml (MLE, SEL, GLU JĘCZ.) Ziemniaki gotowane () 180 g Ryba smażona (Morszczuk) 100 g (GLU PSZ, JAJ, RYB.) Surówka z kapusty młodej z olejem () 100 g Warzywa po grecku () 100 g (GLU PSZ, SEL.) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml			Krupnik jęczmienny () 300 ml (MLE, SEL, GLU JĘCZ.) Ziemniaki gotowane () 180 g Pulpet rybny (Morszczuk) 100 g (GLU PSZ, JAJ, RYB.) Sos koperkowy * 80 ml (GLU PSZ, MLE.) Warzywa po grecku () 200 g (GLU PSZ, SEL.) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Krupnik jęczmienny () 300 ml (MLE, SEL, GLU JĘCZ.) Ziemniaki gotowane () 180 g Pulpet rybny (Morszczuk) 100 g (GLU PSZ, JAJ, RYB.) Sos koperkowy * 80 ml (GLU PSZ, MLE.) Warzywa po grecku () 100 g (GLU PSZ, SEL.) Surówka z kapusty młodej z olejem () 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml
	PD	Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml (MLE.)				Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.)

Jadłospisy za okres od dnia 2024-06-03 do dnia 2024-06-09 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- Podstawowa/Ogólna	SIE- Podstawowa wzbogacona	SIE- Położnicza podstawowa	SIE- Położnicza łatwostrawna	SIE- Z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów	
2024-06-07 piątek	Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Ser żółty 25 g (<u>MLE.</u>) Papryka świeża 80 g Mix sałat 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt		Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Ser żółty 25 g (<u>MLE.</u>) Papryka świeża 80 g Mix sałat 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Dżem 25 g 1 szt Pomidor 80 g Mix sałat 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Ser żółty 25 g (<u>MLE.</u>) Papryka świeża 80 g Mix sałat 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	
	PN	Mleko Smakowe UHT 1,5% tł 0,2l 1 szt (<u>MLE.</u>) Podplomyki b/c 20 g (<u>GLU PSZ, MLE.</u>)					Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Twarożek z ziołami 40 g (<u>MLE.</u>) Sałata zielona 10 g
			Wartość energetyczna: 2787.81 kcal; Białko ogółem: 118.97 g; Tłuszcz: 79.90 g; Kw. tł. nasy.: 28.38 g; Węglowodany ogółem: 414.70 g; W tym cukry: 112.38 g; Błonnik pok.: 36.20 g; Sól: 7.82 g; WW: 38.04 Por; : 17.07 %; : 987.20 %; Ener. z T: 25.79 %; Ener. z Bł.: 2.60 %; K: 4829.13 mg;	Wartość energetyczna: 2989.21 kcal; Białko ogółem: 125.64 g; Tłuszcz: 83.93 g; Kw. tł. nasy.: 30.76 g; Węglowodany ogółem: 449.26 g; W tym cukry: 137.38 g; Błonnik pok.: 36.24 g; Sól: 8.05 g; WW: 41.51 Por; : 16.81 %; : 1091.13 %; Ener. z T: 25.27 %; Ener. z Bł.: 2.42 %; K: 5113.06 mg;	Wartość energetyczna: 2893.23 kcal; Białko ogółem: 118.87 g; Tłuszcz: 62.49 g; Kw. tł. nasy.: 24.86 g; Węglowodany ogółem: 477.79 g; W tym cukry: 138.07 g; Błonnik pok.: 29.06 g; Sól: 7.66 g; WW: 45.08 Por; : 16.43 %; : 1099.66 %; Ener. z T: 19.44 %; Ener. z Bł.: 2.01 %; K: 4956.51 mg;	Wartość energetyczna: 2324.47 kcal; Białko ogółem: 111.46 g; Tłuszcz: 75.49 g; Kw. tł. nasy.: 28.14 g; Węglowodany ogółem: 321.94 g; W tym cukry: 57.49 g; Błonnik pok.: 46.53 g; Sól: 8.14 g; WW: 27.72 Por; : 19.18 %; : 1010.91 %; Ener. z T: 29.23 %; Ener. z Bł.: 4.00 %; K: 4725.51 mg;	
2024-06-08 sobota	Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Parówki z szynki-kielbasa wieprzowa, homogenizowana, wędzona, parzona 60 g Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt (<u>MLE.</u>) Ketchup 10 g (<u>SEL.</u>) Rzodkiew biała 80 g Roszponka 20 g Jabłko 1 szt 1 szt	Płatki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Parówki z szynki-kielbasa wieprzowa, homogenizowana, wędzona, parzona 60 g Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt (<u>MLE.</u>) Ketchup 10 g (<u>SEL.</u>) Rzodkiew biała 80 g Roszponka 20 g	Płatki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Parówki z szynki-kielbasa wieprzowa, homogenizowana, wędzona, parzona 60 g Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt (<u>MLE.</u>) Rzodkiew biała 80 g Roszponka 20 g Ketchup 10 g (<u>SEL.</u>)	Płatki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (<u>może zawierać: MLE, GOR.</u>) Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt (<u>MLE.</u>) Pomidor 80 g Roszponka 20 g	Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (<u>może zawierać: MLE, GOR.</u>) Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt (<u>MLE.</u>) Rzodkiew biała 80 g Roszponka 20 g	
	II ŚN		Jabłko 1 szt 1 szt	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Jabłko 1 szt 1 szt		

Jadłospisy za okres od dnia 2024-06-03 do dnia 2024-06-09 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- Podstawowa/Ogólna	SIE- Podstawowa wzbogacona	SIE- Położnicza podstawowa	SIE- Położnicza łatwostrawna	SIE- Z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów	
2024-06-08 sobota	Obiad	Koperkowa z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryż na sypko (brązowy) 180 g Kociolatek meksykański z kurczakiem i fasolą 150 g (SEL.) Buraczki oprószone () 200 g (GLU PSZ.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt			Solferino () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryż na sypko 180 g Potrawka drobiowa () 150 g (GLU PSZ, SEL.) Buraczki oprószone () 200 g (GLU PSZ.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryż na sypko (brązowy) 180 g Kociolatek meksykański z kurczakiem i fasolą 150 g (SEL.) Buraczki oprószone () 200 g (GLU PSZ.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	
	PD		Maślanka truskawkowa 200 ml (MLE.)			Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	
	Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Pasta z twarogu z natką pietruszki 80 g (MLE.) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.)	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Pasta z twarogu z natką pietruszki 80 g (MLE.) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g Salata zielona 20 g Pomidor 80 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.)	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g Pasta z twarogu z natką pietruszki 80 g (MLE.) Salata zielona 20 g Pomidor 80 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.)	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g Pasta z twarogu z natką pietruszki 80 g (MLE.) Salata zielona 20 g Pomidor 80 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.)	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Pasta z twarogu z natką pietruszki 80 g (MLE.) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.)	
	PN	Mus- przecier owocowy jablko 100g (tubka) 1 szt					Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 25 g (SOJ.)
		Wartość energetyczna: 2352.44 kcal; Białko ogółem: 84.55 g; Tłuszcz: 68.63 g; Kw. tł. nasy.: 31.62 g; Węglowodany ogółem: 363.19 g; W tym cukry: 102.43 g; Błonnik pok.: 40.04 g; Sól: 8.14 g; WW: 32.32 Por; : 14.38 %; : 938.15 %; Ener. z T: 26.26 %; Ener. z Bł.: 3.40 %; K: 4025.02 mg;	Wartość energetyczna: 2500.44 kcal; Białko ogółem: 90.95 g; Tłuszcz: 71.63 g; Kw. tł. nasy.: 33.62 g; Węglowodany ogółem: 387.19 g; W tym cukry: 102.43 g; Błonnik pok.: 40.04 g; Sól: 8.34 g; WW: 34.72 Por; : 14.55 %; : 938.15 %; Ener. z T: 25.78 %; Ener. z Bł.: 3.20 %; K: 4025.02 mg;	Wartość energetyczna: 2477.40 kcal; Białko ogółem: 106.02 g; Tłuszcz: 57.92 g; Kw. tł. nasy.: 27.48 g; Węglowodany ogółem: 395.56 g; W tym cukry: 102.43 g; Błonnik pok.: 26.64 g; Sól: 7.62 g; WW: 36.91 Por; : 17.12 %; : 938.30 %; Ener. z T: 21.04 %; Ener. z Bł.: 2.15 %; K: 4003.93 mg;	Wartość energetyczna: 2165.09 kcal; Białko ogółem: 91.88 g; Tłuszcz: 57.21 g; Kw. tł. nasy.: 26.51 g; Węglowodany ogółem: 337.55 g; W tym cukry: 63.61 g; Błonnik pok.: 52.44 g; Sól: 8.23 g; WW: 28.50 Por; : 16.97 %; : 1006.53 %; Ener. z T: 23.78 %; Ener. z Bł.: 4.84 %; K: 4382.83 mg;		

Jadłospisy za okres od dnia 2024-06-03 do dnia 2024-06-09 KUCHNIA SIEDLCE

	SIE- Podstawowa/Ogólna	SIE- Podstawowa wzbogacona	SIE- Położnicza podstawowa	SIE- Położnicza łatwostrawna	SIE- Z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów	
2024-06-09 niedziela	Śniadanie	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 50 g (SOJ.) Dżem 25 g 1 szt Pomidor 80 g Mix sałat 20 g Kiwi 1 szt 1 szt Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 50 g (SOJ.) Dżem 25 g 1 szt Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Pomidor 80 g Mix sałat 20 g	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 50 g (SOJ.) 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 (MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 50 g (SOJ.) Dżem 25 g 1 szt Pomidor 80 g Mix sałat 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Maślanka 150 ml (MLE.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 50 g (SOJ.) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 25 g (SOJ.) Pomidor 80 g Mix sałat 20 g
	II ŚN		Kiwi 1 szt 1 szt	Banan 150 g	Kiwi 1 szt 1 szt	
	Obiad	Pomidorowa z zacierką () 300 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane () 180 g Schab duszony 100 g Sos własny () 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 100 g (SEL.) Mizeria 100 g (MLE.) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml	Pomidorowa z zacierką () 300 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane () 180 g Schab duszony 100 g Sos własny () 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Mizeria 100 g (MLE.) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 100 g (SEL.) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml	Ryżowa () 300 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane () 180 g Pulpet wieprzowy 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos ziołowy 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g (SEL.) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml	Pomidorowa z zacierką () 300 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane () 180 g Schab duszony 100 g Sos własny () 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Mizeria 100 g (MLE.) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 100 g (SEL.) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml	
	PD		Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml (MLE.) Mieszanka studencka 30 g (OZI, ORZ.)	Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml (MLE.) Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 30 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalnej 20 g (SOJ, SEL.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Sałata zielona 20 g	
	Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Serek a'la homogenizowany 80 g (MLE.) Baton szynkowy z kurcząt 25 g (może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.) Rzodkiew biała 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Serek a'la homogenizowany 80 g (MLE.) Baton szynkowy z kurcząt 25 g (może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.) Rzodkiew biała 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Serek a'la homogenizowany 80 g (MLE.) Baton szynkowy z kurcząt 25 g (może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Serek a'la homogenizowany 80 g (MLE.) Baton szynkowy z kurcząt 25 g (może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.) Rzodkiew biała 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-06-03 do dnia 2024-06-09 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- Podstawowa/Ogólna	SIE- Podstawowa wzbogacona	SIE- Położnicza podstawowa	SIE- Położnicza łatwostrawna	SIE- Z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów
2024-06-09 niedziela	PN	Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt Biszkopty b/c 30 g (GLU PSZ, JAJ.)				Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt Pieczywo chrupkie ekstrudowane-żytnie 20 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)
		Wartość energetyczna: 2342.43 kcal; Białko ogółem: 100.97 g; Tłuszcz: 60.83 g; Kw. tł. nasy.: 24.52 g; Węglowodany ogółem: 364.58 g; W tym cukry: 98.40 g; Błonnik pok.: 34.40 g; Sól: 7.55 g; WW: 33.16 Por; : 17.24 %; : 875.04 %; Ener. z T: 23.37 %; Ener. z Bł.: 2.94 %; K: 4460.24 mg;	Wartość energetyczna: 2682.43 kcal; Białko ogółem: 111.84 g; Tłuszcz: 73.56 g; Kw. tł. nasy.: 26.90 g; Węglowodany ogółem: 412.64 g; W tym cukry: 123.40 g; Błonnik pok.: 34.44 g; Sól: 7.78 g; WW: 37.98 Por; : 16.68 %; : 978.97 %; Ener. z T: 24.68 %; Ener. z Bł.: 2.57 %; K: 4744.17 mg;	Wartość energetyczna: 2860.39 kcal; Białko ogółem: 103.24 g; Tłuszcz: 71.94 g; Kw. tł. nasy.: 27.66 g; Węglowodany ogółem: 464.55 g; W tym cukry: 145.83 g; Błonnik pok.: 31.35 g; Sól: 8.16 g; WW: 43.54 Por; : 14.44 %; : 1044.56 %; Ener. z T: 22.64 %; Ener. z Bł.: 2.19 %; K: 4780.33 mg;	Wartość energetyczna: 2150.14 kcal; Białko ogółem: 106.98 g; Tłuszcz: 62.03 g; Kw. tł. nasy.: 24.63 g; Węglowodany ogółem: 311.20 g; W tym cukry: 43.42 g; Błonnik pok.: 49.64 g; Sól: 8.65 g; WW: 26.35 Por; : 19.90 %; : 962.83 %; Ener. z T: 25.97 %; Ener. z Bł.: 4.62 %; K: 4873.05 mg;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-06-03 do dnia 2024-06-09 KUCHNIA SIEDLCE

	SIE- Z ogr. łatwoprzyswajalnych węgl. b/ml	SIE- Cukrzyca lekko strawna	SIE- Płynna 3x/Płynna wzb. 5x	SIE- Płynna wzbogacona b/ml	SIE- Papkowata	
2024-06-03 poniedziałek	Śniadanie	Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (SOJ.) Sałatka z pomidora i mixu sałat z olejem 200 g	Maślanka 150 ml (MLE.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (SOJ.) Sałatka z pomidora i mixu sałat z olejem 200 g	Płynna śniadanie mleczna-SIED 500 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE.)	Płynna śniadanie bezmleczna-SIED 500 ml (GLU PSZ, JAJ.)	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (GLU PSZ, SOJ, MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (SOJ.) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw osłonce niejadalnej 25 g (SOJ.) Marchew gotowana z olejem () 100 g
	II ŚN	Gruszka 1szt. 150 g	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Budyń o smaku śmietankowym b/c 200 ml (MLE.)	Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt
	Obiad	Barszcz czerwony z botwinką i ziemniakami (bez mleka) () 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Ryż na sypko (brązowy) 180 g Pulpet wieprzowy 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos ziołowy* 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Surówka z marchwi z olejem b/c () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz czerwony z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryż na sypko 180 g Pulpet wieprzowy 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos ziołowy* 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Surówka z marchwi z olejem b/c () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna obiad*()-SIED 500 ml (SEL.)		Barszcz czerwony z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryż na sypko 180 g Sos jogurtowo-truskawkowy* 80 g (MLE.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 20 g Sałata zielona 10 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 20 g Sałata zielona 10 g	Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml		Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml (MLE.)
Kolacja	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 25 g Szynka gotowana wieprzowa wędzona parzona,zawiera wodę dodaną, w siatce niejadalnej 50 g (GLU PSZ, SOJ.) Ogórek świeży 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Baton szynkowy z kurcząt 25 g (może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.) Serek a'la homogenizowany 80 g (MLE.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna kolacja *()-SIED 500 ml (SEL.)		Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Baton szynkowy z kurcząt 25 g (może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.) Serek a'la homogenizowany 80 g (MLE.) Brokuł gotowany* 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-06-03 do dnia 2024-06-09 KUCHNIA SIEDLCE

	SIE- Z ogr. łatwoprzyswajalnych węgl. b/ml	SIE- Cukrzyca lekko strawna	SIE- Płynna 3x/Płynna wzb. 5x	SIE- Płynna wzbogacona b/ml	SIE- Papkowata	
2024-06-03 poniedziałek	PN	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt Pieczywo chrupkie ekstrudowane-żytnie 20 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt		
		Wartość energetyczna: 2181.20 kcal; Białko ogółem: 89.02 g; Tłuszcz: 67.23 g; Kw. tł. nasy.: 14.09 g; Węglowodany ogółem: 327.64 g; W tym cukry: 44.28 g; Błonnik pok.: 54.62 g; Sól: 11.60 g; WW: 27.27 Por; : 16.33 %; : 928.43 %; Ener. z T: 27.74 %; Ener. z Bł.: 5.01 %; K: 3951.82 mg;	Wartość energetyczna: 2355.04 kcal; Białko ogółem: 96.21 g; Tłuszcz: 71.10 g; Kw. tł. nasy.: 23.56 g; Węglowodany ogółem: 349.41 g; W tym cukry: 53.02 g; Błonnik pok.: 33.67 g; Sól: 11.76 g; WW: 31.71 Por; : 16.34 %; : 825.76 %; Ener. z T: 27.17 %; Ener. z Bł.: 2.86 %; K: 3655.82 mg;	Wartość energetyczna: 2177.22 kcal; Białko ogółem: 93.81 g; Tłuszcz: 81.09 g; Kw. tł. nasy.: 18.58 g; Węglowodany ogółem: 281.99 g; W tym cukry: 85.25 g; Błonnik pok.: 29.74 g; Sól: 2.17 g; WW: 25.05 Por; : 17.23 %; : 1017.71 %; Ener. z T: 33.52 %; Ener. z Bł.: 2.73 %; K: 5303.66 mg;	Wartość energetyczna: 1894.56 kcal; Białko ogółem: 73.94 g; Tłuszcz: 68.81 g; Kw. tł. nasy.: 8.76 g; Węglowodany ogółem: 259.14 g; W tym cukry: 64.23 g; Błonnik pok.: 29.72 g; Sól: 1.56 g; WW: 22.72 Por; : 15.61 %; : 489.75 %; Ener. z T: 32.69 %; Ener. z Bł.: 3.14 %; K: 4454.96 mg;	Wartość energetyczna: 2398.66 kcal; Białko ogółem: 83.85 g; Tłuszcz: 51.38 g; Kw. tł. nasy.: 21.98 g; Węglowodany ogółem: 408.39 g; W tym cukry: 123.59 g; Błonnik pok.: 24.36 g; Sól: 8.40 g; WW: 38.49 Por; : 13.98 %; : 822.05 %; Ener. z T: 19.28 %; Ener. z Bł.: 2.03 %; K: 3005.24 mg;
2024-06-04 wtorek	Śniadanie	Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona,w osłonce niejadanej 25 g (SOJ, SEL.) Roszponka 20 g Pomidor koktajlowy 80 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Ser mozzarella kulki 35 g (MLE.) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Pomidor 80 g Roszponka 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Płynna śniadanie mleczna-SIED 500 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE.)	Płynna śniadanie bezmleczna-SIED 500 ml (GLU PSZ, JAJ.)	Kasza manna na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Ser mozzarella kulki 35 g (MLE.) Kalafior gotowany* 100 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml
	II ŚN	Kiwi 1 szt 1 szt	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml		
	Obiad	Jarzynowa z zacierką (bez mleka) 300 ml (GLU PSZ, JAJ, SEL.) Ziemniaki gotowane () 180 g Filet z indyka gotowany 100 g Sos pietruszkowy (bez mleka)* 80 ml (GLU PSZ.) Surówka wykwinna z olejem b/c 100 g Fasolka szparagowa z wody* 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml	Jarzynowa z zacierką () 300 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane () 180 g Filet z indyka gotowany 100 g Sos pietruszkowy* 80 ml (GLU PSZ, MLE.) Fasolka szparagowa z wody* 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml	Płynna obiad*()-SIED 500 ml (SEL.)		Jarzynowa z zacierką () 300 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane () 180 g Filet z indyka gotowany 100 g Sos pietruszkowy* 80 ml (GLU PSZ, MLE.) Buraczki gotowane () 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml
PD	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt		Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.)	Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml	Drożdżówka mini 50g 50 g (GLU PSZ, JAJ.)	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-06-03 do dnia 2024-06-09 KUCHNIA SIEDLCE

	SIE- Z ogr. łatwoprzyswajalnych węgl. b/ml	SIE- Cukrzyca lekko strawna	SIE- Płynna 3x/Płynna wzb. 5x	SIE- Płynna wzbogacona b/ml	SIE- Papkowata
2024-06-04 wtorek	Kolacja Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Poledwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkim wody wędzona parzona 25 g (GLU PSZ, SOJ.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) 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 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Poledwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkim wody wędzona parzona 50 g (GLU PSZ, SOJ.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE.)	Płynna kolacja *(SEL.)-SIED 500 ml (SEL.)	Płynna kolacja *(SEL.)-SIED 500 ml (SEL.) Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Poledwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkim wody wędzona parzona 50 g (GLU PSZ, SOJ.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Brokuł gotowany* 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE.)
	PN Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw oslonce niejadalnej 20 g (SOJ.) Sałata zielona 10 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw oslonce niejadalnej 20 g (SOJ.) Sałata zielona 10 g	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt		Przecier owocowy jabłko-truskawka 120g 1 szt (może zawierać: MLE.)
	Wartość energetyczna: 1841.34 kcal; Białko ogółem: 89.03 g; Tłuszcz: 49.17 g; Kw. tł. nasy.: 11.86 g; Węglowodany ogółem: 280.79 g; W tym cukry: 29.84 g; Błonnik pok.: 46.40 g; Sól: 8.59 g; WW: 23.66 Por; : 19.34 %; : 817.92 %; Ener. z T: 24.03 %; Ener. z Bł.: 5.04 %; K: 4350.05 mg;	Wartość energetyczna: 2096.73 kcal; Białko ogółem: 106.69 g; Tłuszcz: 51.80 g; Kw. tł. nasy.: 26.76 g; Węglowodany ogółem: 312.53 g; W tym cukry: 39.86 g; Błonnik pok.: 30.71 g; Sól: 10.88 g; WW: 28.37 Por; : 20.35 %; : 759.26 %; Ener. z T: 22.23 %; Ener. z Bł.: 2.93 %; K: 3912.82 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 %; : 983.00 %; Ener. z T: 34.44 %; Ener. z Bł.: 2.84 %; K: 5319.86 mg;	Wartość energetyczna: 1993.49 kcal; Białko ogółem: 73.99 g; Tłuszcz: 68.81 g; Kw. tł. nasy.: 8.76 g; Węglowodany ogółem: 283.86 g; W tym cukry: 81.22 g; Błonnik pok.: 29.75 g; Sól: 1.61 g; WW: 25.20 Por; : 14.85 %; : 516.34 %; Ener. z T: 31.07 %; Ener. z Bł.: 2.98 %; K: 4456.56 mg;	Wartość energetyczna: 2270.88 kcal; Białko ogółem: 111.78 g; Tłuszcz: 42.23 g; Kw. tł. nasy.: 18.53 g; Węglowodany ogółem: 373.05 g; W tym cukry: 100.15 g; Błonnik pok.: 28.52 g; Sól: 9.55 g; WW: 34.37 Por; : 19.69 %; : 943.24 %; Ener. z T: 16.74 %; Ener. z Bł.: 2.51 %; K: 4518.48 mg;
2024-06-05 środa	Śniadanie Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (SOJ.) Szynka zielonogórska- wp. parzona 25 g (SOJ.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Serek a'la homogenizowany 80 g (MLE.) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 25 g (może zawierać: MLE, GOR.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Płynna śniadanie mleczna-SIED 500 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE.)	Płynna śniadanie bezmleczna-SIED 500 ml (GLU PSZ, JAJ.)	Platki 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 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Serek a'la homogenizowany 80 g (MLE.) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 25 g (może zawierać: MLE, GOR.) Brokuł gotowany* 100 g
	II ŚN Jabłko 1 szt 1 szt	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml		Jabłko pieczone 1szt. 1 szt

Jadłospisy za okres od dnia 2024-06-03 do dnia 2024-06-09 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- Z ogr. łatwoprzyswajalnych węgl. b/ml	SIE- Cukrzyca lekko strawna	SIE- Płynna 3x/Płynna wzb. 5x	SIE- Płynna wzbogacona b/ml	SIE- Papkowata
2024-06-05 środa	Obiad	Kapuśniak z kapusty białej () 300 ml (GLU PSZ, SEL, GOR.) Kasza jaglana na sypko 180 g Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos jarzynowy () 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Surówka z marchwi z olejem () 100 g Cukinia pieczona z olejem * 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Kasza jaglana na sypko 180 g Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos jarzynowy () 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Surówka z marchwi z olejem b/c () 100 g Cukinia pieczona z olejem * 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna obiad*(-)-SIED 500 ml (SEL.)		Ziemniaczana () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryż na sypko 180 g Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos jarzynowy () 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Szynka gotowana wieprzowa wędzona parzona,zawiera wodę dodaną, w siatce niejadalnej 20 g (GLU PSZ, SOJ.) Sałata zielona 10 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Szynka gotowana wieprzowa wędzona parzona,zawiera wodę dodaną, w siatce niejadalnej 20 g (GLU PSZ, SOJ.) Sałata zielona 10 g	Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml		Budyń o smaku śmietankowym b/c 200 ml (MLE.)
	Kolacja	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Paprykarz szczeciński 50 g (RYB, SOJ.) Szynka z piersią kurczaka-wędl.z drob.gr.rozd.parzo.w osł.niejadalnej 50 g (SOJ.) Ogórek świeży 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka z piersią kurczaka-wędl.z drob.gr.rozd.parzo.w osł.niejadalnej 75 g (SOJ.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna kolacja*(-)-SIED 500 ml (SEL.)		Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka z piersią kurczaka-wędl.z drob.gr.rozd.parzo.w osł.niejadalnej 50 g (SOJ.) Dżem 25 g 1 szt Dyńa z wody 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PN	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt Pieczywo chrupkie ekstrudowane-żytnie 20 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt		Sok pomidorowy 0,3l 1 szt
			Wartość energetyczna: 2255.67 kcal; Białko ogółem: 95.79 g; Tłuszcz: 69.95 g; Kw. tł. nasy.: 15.36 g; Węglowodany ogółem: 343.38 g; W tym cukry: 52.31 g; Błonnik pok.: 46.75 g; Sól: 12.18 g; WW: 29.67 Por; : 16.99 %; : 921.70 %; Ener. z T: 27.91 %; Ener. z Bł.: 4.15 %; K: 3798.62 mg;	Wartość energetyczna: 2259.67 kcal; Białko ogółem: 101.22 g; Tłuszcz: 65.50 g; Kw. tł. nasy.: 25.31 g; Węglowodany ogółem: 345.53 g; W tym cukry: 42.32 g; Błonnik pok.: 29.59 g; Sól: 11.71 g; WW: 31.55 Por; : 17.92 %; : 739.34 %; Ener. z T: 26.09 %; Ener. z Bł.: 2.62 %; K: 3421.67 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 %; : 947.03 %; Ener. z T: 33.00 %; Ener. z Bł.: 2.83 %; K: 5021.46 mg;	Wartość energetyczna: 1894.56 kcal; Białko ogółem: 73.94 g; Tłuszcz: 68.81 g; Kw. tł. nasy.: 8.76 g; Węglowodany ogółem: 259.14 g; W tym cukry: 64.23 g; Błonnik pok.: 29.72 g; Sól: 1.56 g; WW: 22.72 Por; : 15.61 %; : 489.75 %; Ener. z T: 32.69 %; Ener. z Bł.: 3.14 %; K: 4454.96 mg;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-06-03 do dnia 2024-06-09 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- Z ogr. łatwoprzyswajalnych węgl. b/ml	SIE- Cukrzyca lekko strawna	SIE- Płynna 3x/Płynna wzb. 5x	SIE- Płynna wzbogacona b/ml	SIE- Papkowata
2024-06-06 czwartek	Śniadanie	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka graham-pszenna 60g 1 szt (GLU PSZ.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 25 g Paszтет z fasoli () 60 g (GLU PSZ, JAJ.) Ogórek świeży 80 g Rukola 20 g	Maślanka 150 ml (MLE.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Twarożek 50 g (MLE.) Pomidor 80 g Rukola 20 g	Płynna śniadanie mleczna-SIED 500 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE.)	Płynna śniadanie bezmleczna-SIED 500 ml (GLU PSZ, JAJ.)	Kasza manna na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Twarożek 50 g (MLE.) Buraczki gotowane () 100 g
	II ŚN	Melon 100 g		Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml		Jabłko pieczone 1szt. 1 szt
	Obiad	Szpinakowa z ziemniakami (bez mleka) () 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Makaron pełnoziarnisty z sosem bolognese, z łop wp () 300 g (GLU PSZ, SEL.) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml	Szpinakowa z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Makaron z sosem bolognese, z łop wp - dieta () 300 g (GLU PSZ, SEL.) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml	Płynna obiad*(-)-SIED 500 ml (SEL.)		Szpinakowa z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Klopsik wieprzowy 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos bazyliowy* 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Makaron 180 g (GLU PSZ.) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml
	PD	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 20 g (SOJ.) Salata zielona 10 g	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.) Płatki owsiane 20 g (GLU OW.)	Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (MLE.)	Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml	Podplomyki b/c 20 g (GLU PSZ, MLE.) Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (MLE.)
	Kolacja	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Leczo z drobiem-dieta * 300 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Jabłko 1 szt 1 szt	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Leczo z drobiem-dieta * 300 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Płynna kolacja*(-)-SIED 500 ml (SEL.)		Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Leczo z drobiem-dieta * 300 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Jabłko pieczone 1szt. 1 szt

Jadłospisy za okres od dnia 2024-06-03 do dnia 2024-06-09 KUCHNIA SIEDLCE

	SIE- Z ogr. łatwoprzyswajalnych węgl. b/ml	SIE- Cukrzyca lekko strawna	SIE- Płynna 3x/Płynna wzb. 5x	SIE- Płynna wzbogacona b/ml	SIE- Papkowata	
2024-06-06 czwartek	PN	Pieczywo chrupkie ekstrudowane-żytnie 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>) Sok wielowarzynowy pasteryzowany 0,33l 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Baton szynkowy z kurczątkami 25 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.</u>) Sałata zielona 10 g	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Mus tymbark ryż + owoce tropikalne 100 g 1 szt	
		Wartość energetyczna: 2351.08 kcal; Białko ogółem: 96.52 g; Tłuszcz: 59.31 g; Kw. tł. nasy.: 10.76 g; Węglowodany ogółem: 370.52 g; W tym cukry: 51.76 g; Błonnik pok.: 49.89 g; Sól: 6.54 g; WW: 32.13 Por; : 16.42 %; : 972.53 %; Ener. z T: 22.70 %; Ener. z Bł.: 4.24 %; K: 4477.49 mg;	Wartość energetyczna: 2381.75 kcal; Białko ogółem: 113.39 g; Tłuszcz: 55.73 g; Kw. tł. nasy.: 17.63 g; Węglowodany ogółem: 366.55 g; W tym cukry: 60.66 g; Błonnik pok.: 29.13 g; Sól: 8.48 g; WW: 33.76 Por; : 19.04 %; : 852.11 %; Ener. z T: 21.06 %; Ener. z Bł.: 2.45 %; K: 4004.97 mg;	Wartość energetyczna: 2092.42 kcal; Białko ogółem: 92.54 g; Tłuszcz: 79.31 g; Kw. tł. nasy.: 17.51 g; Węglowodany ogółem: 266.38 g; W tym cukry: 75.16 g; Błonnik pok.: 30.15 g; Sól: 2.12 g; WW: 23.45 Por; : 17.69 %; : 999.35 %; Ener. z T: 34.11 %; Ener. z Bł.: 2.88 %; K: 5288.36 mg;	Wartość energetyczna: 1894.56 kcal; Białko ogółem: 73.94 g; Tłuszcz: 68.81 g; Kw. tł. nasy.: 8.76 g; Węglowodany ogółem: 259.14 g; W tym cukry: 64.23 g; Błonnik pok.: 29.72 g; Sól: 1.56 g; WW: 22.72 Por; : 15.61 %; : 489.75 %; Ener. z T: 32.69 %; Ener. z Bł.: 3.14 %; K: 4454.96 mg;	Wartość energetyczna: 2618.79 kcal; Białko ogółem: 121.49 g; Tłuszcz: 54.26 g; Kw. tł. nasy.: 17.66 g; Węglowodany ogółem: 419.28 g; W tym cukry: 111.26 g; Błonnik pok.: 26.24 g; Sól: 6.87 g; WW: 39.35 Por; : 18.56 %; : 980.22 %; Ener. z T: 18.65 %; Ener. z Bł.: 2.00 %; K: 3573.00 mg;
2024-06-07 piątek	Śniadanie	Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Hummus 25 g (<u>SEZ.</u>) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Kawa zbożowa b/c 250 ml (<u>GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)	Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<u>MLE.</u>) Kawa zbożowa b/c 250 ml (<u>GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g Serek wiejski lekki 3% tł 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Płynna śniadanie mleczna-SIED 500 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>)	Płynna śniadanie bezmleczna-SIED 500 ml (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>)	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (<u>MLE.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Serek wiejski lekki 3% tł 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) Miód (25g) 1 szt Cukinia pieczona z olejem * 100 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)
	II ŚN	Jabłko 1 szt 1 szt	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Budyń o smaku śmietankowym b/c 200 ml (<u>MLE.</u>)	Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt
	Obiad	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 młodej z olejem () 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>)		Ryżowa () 300 ml (<u>MLE, SEL.</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
PD	Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalanej 20 g (<u>SOJ, SEL.</u>) Sałata zielona 10 g	Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)	Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml		Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml (<u>MLE.</u>)	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-06-03 do dnia 2024-06-09 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- Z ogr. łatwoprzyswajalnych węgl. b/ml	SIE- Cukrzyca lekko strawna	SIE- Płynna 3x/Płynna wzb. 5x	SIE- Płynna wzbogacona b/ml	SIE- Papkowata
2024-06-07 piątek	Kolacja	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszeniczny 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10g Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (SOJ.) Papryka świeża 80 g Mix sałat 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 25 g (SOJ.) Pomidor 80 g Mix sałat 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna kolacja *(-)-SIED 500 ml (SEL.)		Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (SOJ.) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 100 g (SEL.)
	PN	Chleb razowy żytnio-pszeniczny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5g Szynka gotowana wieprzowa wędzona parzona,zawiera wodę dodaną, w siatce niejadalnej 25 g (GLU PSZ, SOJ.) Sałata zielona 10 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Twarożek z ziołami 40 g (MLE.) Sałata zielona 10 g	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt		Mleko Smakowe UHT 1,5% tł 0,2l 1 szt (MLE.) Biszkoptowy b/m 30 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ.)
		Wartość energetyczna: 2193.25 kcal; Białko ogółem: 98.63 g; Tłuszcz: 63.97 g; Kw. tł. nasy.: 13.47 g; Węglowodany ogółem: 330.12 g; W tym cukry: 43.18 g; Błonnik pok.: 50.92 g; Sól: 10.85 g; WW: 28.07 Por; : 17.99 %; : 942.78 %; Ener. z T: 26.25 %; Ener. z Bł.: 4.64 %; K: 4391.57 mg;	Wartość energetyczna: 2259.08 kcal; Białko ogółem: 110.63 g; Tłuszcz: 58.39 g; Kw. tł. nasy.: 22.60 g; Węglowodany ogółem: 337.51 g; W tym cukry: 53.08 g; Błonnik pok.: 32.03 g; Sól: 10.17 g; WW: 30.61 Por; : 19.59 %; : 782.86 %; Ener. z T: 23.26 %; Ener. z Bł.: 2.84 %; K: 4029.54 mg;	Wartość energetyczna: 2177.22 kcal; Białko ogółem: 93.81 g; Tłuszcz: 81.09 g; Kw. tł. nasy.: 18.58 g; Węglowodany ogółem: 281.99 g; W tym cukry: 85.25 g; Błonnik pok.: 29.74 g; Sól: 2.17 g; WW: 25.05 Por; : 17.23 %; : 1017.71 %; Ener. z T: 33.52 %; Ener. z Bł.: 2.73 %; K: 5303.66 mg;	Wartość energetyczna: 1894.56 kcal; Białko ogółem: 73.94 g; Tłuszcz: 68.81 g; Kw. tł. nasy.: 8.76 g; Węglowodany ogółem: 259.14 g; W tym cukry: 64.23 g; Błonnik pok.: 29.72 g; Sól: 1.56 g; WW: 22.72 Por; : 15.61 %; : 489.75 %; Ener. z T: 32.69 %; Ener. z Bł.: 3.14 %; K: 4454.96 mg;	Wartość energetyczna: 2960.76 kcal; Białko ogółem: 126.86 g; Tłuszcz: 74.22 g; Kw. tł. nasy.: 25.18 g; Węglowodany ogółem: 461.39 g; W tym cukry: 118.54 g; Błonnik pok.: 32.61 g; Sól: 9.76 g; WW: 42.96 Por; : 17.14 %; : 1109.21 %; Ener. z T: 22.56 %; Ener. z Bł.: 2.20 %; K: 4718.81 mg;
2024-06-08 sobota	Śniadanie	Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszeniczny 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10g Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 75 g (SOJ.) Rzodkiew biała 80 g Roszponka 20 g	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 25 g (może zawierać: MLE, GOR.) Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt (MLE.) Pomidor 80 g Roszponka 20 g	Płynna śniadanie mleczna-SIED 500 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE.)	Płynna śniadanie bezmleczna-SIED 500 ml (GLU PSZ, JAJ.)	Platki 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 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (może zawierać: MLE, GOR.) Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt (MLE.) Kalafior gotowany* 100 g
	II ŚN	Jabłko 1 szt 1 szt	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml		Jabłko pieczone 1szt. 1 szt

Jadłospisy za okres od dnia 2024-06-03 do dnia 2024-06-09 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- Z ogr. łatwoprzyswajalnych węgl. b/ml	SIE- Cukrzyca lekko strawna	SIE- Płynna 3x/Płynna wzb. 5x	SIE- Płynna wzbogacona b/ml	SIE- Papkowata
2024-06-08 sobota	Obiad	Koperkowa z ziemniakami (bez mleka) () 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Ryż na sypko (brązowy) 180 g Kociołek meksykański z kurczakiem i fasolą 150 g (SEL.) Buraczki oprószone () 200 g (GLU PSZ.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryż na sypko 180 g Potrawka drobiowa () 150 g (GLU PSZ, SEL.) Buraczki oprószone () 200 g (GLU PSZ.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna obiad*(-)-SIED 500 ml (SEL.)		Koperkowa z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryż na sypko 180 g Potrawka drobiowa () 150 g (GLU PSZ, SEL.) Buraczki gotowane drobno tarte () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD	Sok wielowarzynowy pasteryzowany 0,33l 1 szt		Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml		Maślanka truskawkowa 200 ml (MLE.)
	Kolacja	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynka z piersią kurczaka-wędł.z drob.gr.rozd.parzo.w osł.niejadalnej 50 g (SOJ.) 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	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Pasta z twarogu z natką pietruszki 80 g (MLE.) 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 Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.)	Płynna kolacja *(-)-SIED 500 ml (SEL.)		Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g Pasta z twarogu z natką pietruszki 80 g (MLE.) Brokuł gotowany* 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.)
	PN	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 25 g (SOJ.) Sałata zielona 10 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 25 g (SOJ.) Sałata zielona 10 g	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt		Mus- przecier owocowy jabłko 100g (tubka) 1 szt
		Wartość energetyczna: 1852.02 kcal; Białko ogółem: 75.99 g; Tłuszcz: 44.97 g; Kw. tł. nasy.: 9.56 g; Węglowodany ogółem: 316.16 g; W tym cukry: 47.23 g; Błonnik pok.: 52.57 g; Sól: 9.69 g; WW: 26.44 Por; : 16.41 %; : 870.27 %; Ener. z T: 21.85 %; Ener. z Bł.: 5.68 %; K: 3680.69 mg;	Wartość energetyczna: 2261.67 kcal; Białko ogółem: 97.29 g; Tłuszcz: 54.44 g; Kw. tł. nasy.: 26.99 g; Węglowodany ogółem: 356.43 g; W tym cukry: 58.49 g; Błonnik pok.: 31.27 g; Sól: 8.94 g; WW: 32.50 Por; : 17.21 %; : 795.78 %; Ener. z T: 21.66 %; Ener. z Bł.: 2.76 %; K: 3648.92 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 %; : 947.03 %; Ener. z T: 33.00 %; Ener. z Bł.: 2.83 %; K: 5021.46 mg;	Wartość energetyczna: 1894.56 kcal; Białko ogółem: 73.94 g; Tłuszcz: 68.81 g; Kw. tł. nasy.: 8.76 g; Węglowodany ogółem: 259.14 g; W tym cukry: 64.23 g; Błonnik pok.: 29.72 g; Sól: 1.56 g; WW: 22.72 Por; : 15.61 %; : 489.75 %; Ener. z T: 32.69 %; Ener. z Bł.: 3.14 %; K: 4454.96 mg;	Wartość energetyczna: 2472.08 kcal; Białko ogółem: 108.22 g; Tłuszcz: 57.83 g; Kw. tł. nasy.: 27.40 g; Węglowodany ogółem: 393.49 g; W tym cukry: 102.10 g; Błonnik pok.: 29.60 g; Sól: 7.96 g; WW: 36.28 Por; : 17.51 %; : 925.44 %; Ener. z T: 21.05 %; Ener. z Bł.: 2.39 %; K: 4028.97 mg;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-06-03 do dnia 2024-06-09 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- Z ogr. łatwoprzyswajalnych węgl. b/ml	SIE- Cukrzyca lekko strawna	SIE- Płynna 3x/Płynna wzb. 5x	SIE- Płynna wzbogacona b/ml	SIE- Papkowata
2024-06-09 niedziela	Śniadanie	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 50 g (<u>SOJ.</u>) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 25 g (<u>SOJ.</u>) Pomidor 80 g Mix sałat 20 g	Maślanka 150 ml (<u>MLE.</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 50 g (<u>SOJ.</u>) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 25 g (<u>SOJ.</u>) Pomidor 80 g Mix sałat 20 g	Płynna śniadanie mleczna-SIED 500 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>)	Płynna śniadanie bezmleczna-SIED 500 ml (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>)	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (<u>MLE.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 50 g (<u>SOJ.</u>) Dżem 25 g 1 szt Marchew gotowana z olejem () 100 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml
	II ŚN	Kiwi 1 szt 1 szt	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml		Banan 150 g
	Obiad	Pomidorowa z zacierką (bez mleka) () 300 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, 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* b/c 250 ml	Pomidorowa z zacierką () 300 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, 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* b/c 250 ml	Płynna obiad*()-SIED 500 ml (<u>SEL.</u>)		Pomidorowa z zacierką () 300 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 180 g Pulpet wieprzowy 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
	PD	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Szynka z piersią indyczą- wędlna drobiowa grubo rozdrobniona, parzona,w osłonce niejadalnej 20 g (<u>SOJ, SEL.</u>) Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Szynka z piersią indyczą- wędlna drobiowa grubo rozdrobniona, parzona,w osłonce niejadalnej 20 g (<u>SOJ, SEL.</u>) Sałata zielona 20 g	Budyń o smaku śmietankowym b/c 200 ml (<u>MLE.</u>)	Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml	Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml (<u>MLE.</u>)
	Kolacja	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynka gotowana wieprzowa wędzona parzona,zawiera wodę dodaną, w siatce niejadalnej 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Rzodkiew biała 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 120 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>) Baton szynkowy z kurcząt 25 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, 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 z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Serek a'la homogenizowany 80 g (<u>MLE.</u>) Baton szynkowy z kurcząt 25 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.</u>) Brokuł gotowany* 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt

Jadłospisy za okres od dnia 2024-06-03 do dnia 2024-06-09 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- Z ogr. łatwoprzyswajalnych węgl. b/ml	SIE- Cukrzyca lekko strawna	SIE- Płynna 3x/Płynna wzb. 5x	SIE- Płynna wzbogacona b/ml	SIE- Papkowata
2024-06-09 niedziela	PN	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt Pieczywo chrupkie ekstrudowane-żytnie 20 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt		Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt Biszkopty b/c 30 g (GLU PSZ, JAJ.)
		Wartość energetyczna: 2116.34 kcal; Białko ogółem: 100.09 g; Tłuszcz: 63.78 g; Kw. tł. nasy.: 15.56 g; Węglowodany ogółem: 308.42 g; W tym cukry: 37.06 g; Błonnik pok.: 54.59 g; Sól: 9.68 g; WW: 25.51 Por; : 18.92 %; : 859.83 %; Ener. z T: 27.12 %; Ener. z Bł.: 5.16 %; K: 4863.38 mg;	Wartość energetyczna: 2229.86 kcal; Białko ogółem: 104.75 g; Tłuszcz: 64.32 g; Kw. tł. nasy.: 23.88 g; Węglowodany ogółem: 322.97 g; W tym cukry: 49.30 g; Błonnik pok.: 37.09 g; Sól: 10.11 g; WW: 28.73 Por; : 18.79 %; : 782.66 %; Ener. z T: 25.96 %; Ener. z Bł.: 3.33 %; K: 4212.40 mg;	Wartość energetyczna: 2177.22 kcal; Białko ogółem: 93.81 g; Tłuszcz: 81.09 g; Kw. tł. nasy.: 18.58 g; Węglowodany ogółem: 281.99 g; W tym cukry: 85.25 g; Błonnik pok.: 29.74 g; Sól: 2.17 g; WW: 25.05 Por; : 17.23 %; : 1017.71 %; Ener. z T: 33.52 %; Ener. z Bł.: 2.73 %; K: 5303.66 mg;	Wartość energetyczna: 1894.56 kcal; Białko ogółem: 73.94 g; Tłuszcz: 68.81 g; Kw. tł. nasy.: 8.76 g; Węglowodany ogółem: 259.14 g; W tym cukry: 64.23 g; Błonnik pok.: 29.72 g; Sól: 1.56 g; WW: 22.72 Por; : 15.61 %; : 489.75 %; Ener. z T: 32.69 %; Ener. z Bł.: 3.14 %; K: 4454.96 mg;	Wartość energetyczna: 2835.87 kcal; Białko ogółem: 105.36 g; Tłuszcz: 74.86 g; Kw. tł. nasy.: 27.91 g; Węglowodany ogółem: 453.04 g; W tym cukry: 152.23 g; Błonnik pok.: 36.63 g; Sól: 8.72 g; WW: 41.74 Por; : 14.86 %; : 1052.91 %; Ener. z T: 23.76 %; Ener. z Bł.: 2.58 %; K: 5166.73 mg;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-06-03 do dnia 2024-06-09 KUCHNIA SIEDLCE

	SIE- Papkowata b/ml	SIE- Łatwo strawna	SIE- Bezmleczna	SIE- Niskotłuszczowa	SIE- O kontr. zaw.kwasów tłuszczowych	
2024-06-03 poniedziałek	Śniadanie	Kasza kukurydziana na wodzie 300 ml Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (SOJ.) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw oslonce niejadalnej 25 g (SOJ.) Marchew gotowana z olejem () 100 g	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (GLU PSZ, SOJ, MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (SOJ.) Sałatka z pomidora i mixu sałat z olejem 200 g Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Kasza kukurydziana na wodzie 300 ml Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 75 g (SOJ.) Sałatka z pomidora i mixu sałat z olejem 200 g Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (SOJ.) Miód (25g) 1 szt Pomidor b/skórki 80 g Mix sałat 20 g Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (SOJ.) Sałatka z pomidora i mixu sałat z olejem 200 g
	II ŚN	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt				Gruszka 1szt. 150 g
	Obiad	Barszcz czerwony z ziemniakami (bez mleka) () 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Ryż na sypko 180 g Pulpet wieprzowy 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos ziołowy* 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g (SEL.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz czerwony z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryż na sypko 180 g Sos jogurtowo-truskawkowy* 80 g (MLE.) Surówka z marchwi z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz czerwony z ziemniakami (bez mleka) () 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Ryż na sypko 180 g Pulpet wieprzowy 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos ziołowy* 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Surówka z marchwi z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz czerwony z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Sos jogurtowo-truskawkowy* 80 g (MLE.) Ryż na sypko 180 g Surówka z marchwi z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz czerwony z botwinką i ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryż na sypko (brązowy) 180 g Pulpet wieprzowy 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos ziołowy* 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Surówka z marchwi z olejem b/c () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD	Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml				Butyryl o smaku śmietankowym z/c 200 ml (MLE.)
	Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynka gotowana wieprzowa wędzona parzona,zawiera wodę dodaną, w siatce niejadalnej 50 g (GLU PSZ, SOJ.) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 25 g Brokuł gotowany* 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Serek a'la homogenizowany 80 g (MLE.) Baton szynkowy z kurcząt 25 g (może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 25 g Szynka gotowana wieprzowa wędzona parzona,zawiera wodę dodaną, w siatce niejadalnej 50 g (GLU PSZ, SOJ.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Baton szynkowy z kurcząt 25 g (może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.) Serek a'la homogenizowany 80 g (MLE.) Pomidor b/skórki 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Baton szynkowy z kurcząt 25 g (może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.) Serek a'la homogenizowany 80 g (MLE.) Ogórek świeży 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt

Jadłospisy za okres od dnia 2024-06-03 do dnia 2024-06-09 KUCHNIA SIEDLCE

	SIE- Papkowata b/ml	SIE- Łatwo strawna	SIE- Bezmleczna	SIE- Niskotłuszczowa	SIE- O kontr. zaw.kwasów tłuszczowych
2024-06-03 poniedziałek	PN Sok przecierowy warzywno-owocowy 0,33 l 1 szt Biszkopty b/m 30 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ.)	Sok przecierowy warzywno-owocowy 0,33 l 1 szt Podplomyki b/c 20 g (GLU PSZ, MLE.)	Sok przecierowy warzywno-owocowy 0,33 l 1 szt Biszkopty b/m 30 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ.)	Podplomyki b/c 20 g (GLU PSZ, MLE.)	Podplomyki b/c 20 g (GLU PSZ, MLE.) Sok pomidorowy 0,3l 1 szt
	Wartość energetyczna: 2535.54 kcal; Białko ogółem: 91.58 g; Tłuszcz: 61.33 g; Kw. tł. nasy.: 12.96 g; Węglowodany ogółem: 419.86 g; W tym cukry: 108.96 g; Błonnik pok.: 35.75 g; Sól: 10.09 g; WW: 38.42 Por; : 14.45 %; : 807.17 %; Ener. z T: 21.77 %; Ener. z Bł.: 2.82 %; K: 3427.14 mg;	Wartość energetyczna: 2363.06 kcal; Białko ogółem: 76.39 g; Tłuszcz: 57.83 g; Kw. tł. nasy.: 19.44 g; Węglowodany ogółem: 396.19 g; W tym cukry: 114.44 g; Błonnik pok.: 30.72 g; Sól: 7.80 g; WW: 36.72 Por; : 12.93 %; : 943.75 %; Ener. z T: 22.02 %; Ener. z Bł.: 2.60 %; K: 3550.92 mg;	Wartość energetyczna: 2436.37 kcal; Białko ogółem: 91.36 g; Tłuszcz: 61.66 g; Kw. tł. nasy.: 12.05 g; Węglowodany ogółem: 392.87 g; W tym cukry: 95.05 g; Błonnik pok.: 30.92 g; Sól: 9.30 g; WW: 36.31 Por; : 15.00 %; : 852.57 %; Ener. z T: 22.78 %; Ener. z Bł.: 2.54 %; K: 3372.56 mg;	Wartość energetyczna: 2141.65 kcal; Białko ogółem: 78.17 g; Tłuszcz: 38.70 g; Kw. tł. nasy.: 12.93 g; Węglowodany ogółem: 383.94 g; W tym cukry: 86.27 g; Błonnik pok.: 27.07 g; Sól: 6.14 g; WW: 35.85 Por; : 14.60 %; : 1066.58 %; Ener. z T: 16.26 %; Ener. z Bł.: 2.53 %; K: 3513.80 mg;	Wartość energetyczna: 2503.29 kcal; Białko ogółem: 104.63 g; Tłuszcz: 76.45 g; Kw. tł. nasy.: 19.26 g; Węglowodany ogółem: 369.89 g; W tym cukry: 83.42 g; Błonnik pok.: 49.15 g; Sól: 9.57 g; WW: 32.14 Por; : 16.72 %; : 1121.32 %; Ener. z T: 27.49 %; Ener. z Bł.: 3.93 %; K: 4633.00 mg;
2024-06-04 wtorek	Śniadanie Kasza manna na wodzie 300 ml (GLU PSZ.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona,w osłonce niejadalanej 25 g (SOJ, SEL.) Kalafior gotowany* 100 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (MLE, GLU JĘCZ.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Ser mozzarella kulki 35 g (MLE.) Pomidor koktajlowy 80 g Roszponka 20 g Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Kasza manna na wodzie 300 ml (GLU PSZ.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona,w osłonce niejadalanej 25 g (SOJ, SEL.) Pomidor koktajlowy 80 g Roszponka 20 g Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (MLE, GLU JĘCZ.) Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Twarożek 50 g (MLE.) Pomidor b/skórki 80 g Roszponka 20 g Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (MLE, GLU JĘCZ.) Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Ser mozzarella kulki 35 g (MLE.) Roszponka 20 g Pomidor koktajlowy 80 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt				Kiwi 1 szt 1 szt
	II ŚN Jabłko pieczone 1szt. 1 szt				
	Obiad Jarzynowa z zacierką (bez mleka) 300 ml (GLU PSZ, JAJ, SEL.) Ziemniaki gotowane () 180 g Filet z indyka gotowany 100 g Sos pietruszkowy (bez mleka)* 80 ml (GLU PSZ.) Buraczki gotowane () 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Jarzynowa z zacierką () 300 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane () 180 g Filet z indyka gotowany 100 g Sos pietruszkowy* 80 ml (GLU PSZ, MLE.) Fasolka szparagowa z wody* 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Jarzynowa z zacierką (bez mleka) 300 ml (GLU PSZ, JAJ, SEL.) Ziemniaki gotowane () 180 g Filet z indyka gotowany 100 g Sos pietruszkowy (bez mleka)* 80 ml (GLU PSZ.) Fasolka szparagowa z wody* 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Jarzynowa z zacierką () 300 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane () 180 g Filet z indyka gotowany 100 g Sos pietruszkowy* 80 ml (GLU PSZ, MLE.) Buraczki gotowane () 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Jarzynowa z zacierką () 300 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane () 180 g Filet z indyka gotowany 100 g Sos pietruszkowy* 80 ml (GLU PSZ, MLE.) Surówka wykwinna z olejem b/c 100 g Fasolka szparagowa z wody* 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml
	PD Drożdżówka mini 50g 50 g (GLU PSZ, JAJ.)				Drożdżówka mini 50g 50 g (GLU PSZ, JAJ.)

Jadłospisy za okres od dnia 2024-06-03 do dnia 2024-06-09 KUCHNIA SIEDLCE

	SIE- Papkowata b/ml	SIE- Łatwo strawna	SIE- Bezmleczna	SIE- Niskotłuszczowa	SIE- O kontr. zaw.kwasów tłuszczowych	
2024-06-04 wtorek	Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10g Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Poledwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkim wody wędzona parzona 25 g (GLU PSZ, SOJ.) Brokuł gotowany* 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Poledwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkim wody wędzona parzona 50 g (GLU PSZ, SOJ.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE.)	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10g Poledwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkim wody wędzona parzona 25 g (GLU PSZ, SOJ.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Poledwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkim wody wędzona parzona 50 g (GLU PSZ, SOJ.) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa 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 (MLE.)	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Poledwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkim wody wędzona parzona 50 g (GLU PSZ, SOJ.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Rzepa biała 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE.)
	PN	Mus tymbark ryż + owoce tropikalne 100 g 1 szt	Przecier owocowy jabłko-truskawka 120g 1 szt (może zawierać: MLE.)	Mus tymbark ryż + owoce tropikalne 100 g 1 szt	Przecier owocowy jabłko-truskawka 120g 1 szt (może zawierać: MLE.)	
	Wartość energetyczna: 2027.92 kcal; Białko ogółem: 91.40 g; Tłuszcz: 34.41 g; Kw. tł. nasy.: 8.74 g; Węglowodany ogółem: 350.06 g; W tym cukry: 81.46 g; Błonnik pok.: 27.34 g; Sól: 8.60 g; WW: 32.10 Por; : 18.03 %; : 787.16 %; Ener. z T: 15.27 %; Ener. z Bł.: 2.70 %; K: 3991.84 mg;	Wartość energetyczna: 2152.76 kcal; Białko ogółem: 106.31 g; Tłuszcz: 47.92 g; Kw. tł. nasy.: 24.23 g; Węglowodany ogółem: 336.64 g; W tym cukry: 85.99 g; Błonnik pok.: 27.20 g; Sól: 9.35 g; WW: 31.20 Por; : 19.75 %; : 914.41 %; Ener. z T: 20.03 %; Ener. z Bł.: 2.53 %; K: 4145.35 mg;	Wartość energetyczna: 1796.25 kcal; Białko ogółem: 85.63 g; Tłuszcz: 31.32 g; Kw. tł. nasy.: 8.82 g; Węglowodany ogółem: 304.48 g; W tym cukry: 58.55 g; Błonnik pok.: 24.39 g; Sól: 8.02 g; WW: 28.17 Por; : 19.07 %; : 751.97 %; Ener. z T: 15.69 %; Ener. z Bł.: 2.72 %; K: 3553.47 mg;	Wartość energetyczna: 2081.11 kcal; Białko ogółem: 110.61 g; Tłuszcz: 31.30 g; Kw. tł. nasy.: 14.17 g; Węglowodany ogółem: 351.43 g; W tym cukry: 104.06 g; Błonnik pok.: 25.90 g; Sól: 8.38 g; WW: 32.64 Por; : 21.26 %; : 1103.14 %; Ener. z T: 13.54 %; Ener. z Bł.: 2.49 %; K: 4743.30 mg;	Wartość energetyczna: 2173.29 kcal; Białko ogółem: 106.54 g; Tłuszcz: 61.20 g; Kw. tł. nasy.: 19.68 g; Węglowodany ogółem: 318.65 g; W tym cukry: 58.77 g; Błonnik pok.: 42.24 g; Sól: 9.06 g; WW: 27.93 Por; : 19.61 %; : 941.56 %; Ener. z T: 25.35 %; Ener. z Bł.: 3.89 %; K: 4796.57 mg;	
2024-06-05 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 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10g Szynka zielonogórska- wp. parzona 50 g (SOJ.) Miód (25g) 1 szt Brokuł gotowany* 100 g	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Serek a'la homogenizowany 80 g (MLE.) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 25 g (może zawierać: MLE, GOR.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Kasza kukurydziana na wodzie 300 ml Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10g Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (SOJ.) Szynka zielonogórska- wp. parzona 25 g (SOJ.) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Jabłko 1 szt 1 szt	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Serek a'la homogenizowany 80 g (MLE.) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 25 g (może zawierać: MLE, GOR.) Pomidor b/skórki 80 g Sałata zielona 20 g Jabłko 1 szt 1 szt	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10g Serek a'la homogenizowany 80 g (MLE.) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 25 g (może zawierać: MLE, GOR.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g
	II ŚN	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt				Jabłko 1 szt 1 szt

Jadłospisy za okres od dnia 2024-06-03 do dnia 2024-06-09 KUCHNIA SIEDLCE

	SIE- Papkowata b/ml	SIE- Łatwo strawna	SIE- Bezmleczna	SIE- Niskotłuszczowa	SIE- O kontr. zaw.kwasów tłuszczowych
Obiad	Ziemniaczana (bez mleka) () 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Ryż na sypko 180 g Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos jarzynowy () 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Kasza jaglana na sypko 180 g Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos jarzynowy () 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Cukinia pieczona z olejem * 100 g Surówka z marchwi z olejem () 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana (bez mleka) () 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Kasza jaglana na sypko 180 g Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos jarzynowy () 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Surówka z marchwi z olejem () 100 g Cukinia pieczona z olejem * 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Kasza jaglana na sypko 180 g Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos jarzynowy () 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Kapuśniak z kapusty białej () 300 ml (GLU PSZ, SEL, GOR.) Kasza jaglana na sypko 180 g Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos jarzynowy () 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Surówka z marchwi z olejem () 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Cukinia pieczona z olejem * 100 g
PD	Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml				Budyń o smaku śmietankowym b/c 200 ml (MLE.)
2024-06-05 środa Kolejacja	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynka z piersią kurczaka-wędl.z drob.gr.rozd.parzo.w osł.niejadalnej 50 g (SOJ.) Dżem 25 g 1 szt Dynia z wody 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka z piersią kurczaka-wędl.z drob.gr.rozd.parzo.w osł.niejadalnej 50 g (SOJ.) Dżem 25 g 1 szt Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynka z piersią kurczaka-wędl.z drob.gr.rozd.parzo.w osł.niejadalnej 50 g (SOJ.) Dżem 25 g 1 szt 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 150 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Szynka z piersią kurczaka-wędl.z drob.gr.rozd.parzo.w osł.niejadalnej 50 g (SOJ.) Dżem 25 g 1 szt Pomidor b/skórki 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Paprykarz szczeciński 50 g (RYB, SOJ.) Szynka z piersią kurczaka-wędl.z drob.gr.rozd.parzo.w osł.niejadalnej 50 g (SOJ.) Ogórek świeży 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
PN	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt	Ciasto drożdżowe 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, S02.)	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt	Ciasto drożdżowe 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, S02.)	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt Podplomyki b/c 20 g (GLU PSZ, MLE.)
	Wartość energetyczna: 2295.54 kcal; Białko ogółem: 79.17 g; Tłuszcz: 53.28 g; Kw. tł. nasy.: 12.12 g; Węglowodany ogółem: 394.97 g; W tym cukry: 76.88 g; Błonnik pok.: 24.69 g; Sól: 10.00 g; WW: 37.03 Por; : 13.80 %; : 796.49 %; Ener. z T: 20.89 %; Ener. z Bł.: 2.15 %; K: 3078.74 mg;	Wartość energetyczna: 2487.04 kcal; Białko ogółem: 102.41 g; Tłuszcz: 66.86 g; Kw. tł. nasy.: 24.26 g; Węglowodany ogółem: 392.07 g; W tym cukry: 79.47 g; Błonnik pok.: 28.99 g; Sól: 7.55 g; WW: 36.40 Por; : 16.47 %; : 886.43 %; Ener. z T: 24.19 %; Ener. z Bł.: 2.33 %; K: 3654.41 mg;	Wartość energetyczna: 2114.43 kcal; Białko ogółem: 85.75 g; Tłuszcz: 50.77 g; Kw. tł. nasy.: 11.83 g; Węglowodany ogółem: 353.30 g; W tym cukry: 64.02 g; Błonnik pok.: 26.83 g; Sól: 10.28 g; WW: 32.72 Por; : 16.22 %; : 778.26 %; Ener. z T: 21.61 %; Ener. z Bł.: 2.54 %; K: 3131.72 mg;	Wartość energetyczna: 2509.31 kcal; Białko ogółem: 109.10 g; Tłuszcz: 61.20 g; Kw. tł. nasy.: 18.91 g; Węglowodany ogółem: 401.39 g; W tym cukry: 75.49 g; Błonnik pok.: 23.80 g; Sól: 6.80 g; WW: 37.87 Por; : 17.39 %; : 1006.06 %; Ener. z T: 21.95 %; Ener. z Bł.: 1.90 %; K: 3767.24 mg;	Wartość energetyczna: 2491.83 kcal; Białko ogółem: 111.78 g; Tłuszcz: 78.50 g; Kw. tł. nasy.: 21.11 g; Węglowodany ogółem: 365.07 g; W tym cukry: 74.59 g; Błonnik pok.: 42.29 g; Sól: 10.06 g; WW: 32.31 Por; : 17.94 %; : 1090.78 %; Ener. z T: 28.35 %; Ener. z Bł.: 3.39 %; K: 4458.43 mg;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-06-03 do dnia 2024-06-09 KUCHNIA SIEDLCE

	SIE- Papkowata b/ml	SIE- Łatwo strawna	SIE- Bezmleczna	SIE- Niskotłuszczowa	SIE- O kontr. zaw.kwasów tłuszczowych	
2024-06-06 czwartek	Sniadanie	Kasza manna na wodzie 300 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 75 g Buraczki gotowane () 100 g	Kasza manna na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Twarożek 50 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 80 g Rukola 20 g Melon 100 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Kasza manna na wodzie 300 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 75 g Rukola 20 g Pomidor 80 g Melon 100 g	Kasza manna na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Twarożek 50 g (<u>MLE.</u>) Rukola 20 g Pomidor b/skórki 80 g Melon 150 g	Kasza manna na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka graham-pszenna 60g 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Paszтет z fasoli () 60 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 25 g Ogórek świeży 80 g Rukola 20 g
	II ŚN	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt			Meloni 100 g	
	Obiad	Szpinakowa z ziemniakami (bez mleka) () 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Klopsik wieprzowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos bazyliowy* 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Makaron 180 g (<u>GLU PSZ.</u>) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Szpinakowa z ziemniakami () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Makaron z sosem bolognese, z łop wp - dieta () 300 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Szpinakowa z ziemniakami (bez mleka) () 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Makaron z sosem bolognese, z łop wp - dieta () 300 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Szpinakowa z ziemniakami () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Makaron z sosem bolognese, z łop wp - dieta () 300 g (<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	Szpinakowa z ziemniakami () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Makaron pełnoziarnisty z sosem bolognese, z łop wp () 300 g (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Surówka z rzodkwi białej i jabłka () 100 g (<u>MLE.</u>) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml
	PD	Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml				Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) Podplomyki b/c 20 g (<u>GLU PSZ, MLE.</u>)
	Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) 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 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</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 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</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 Bułka pszenna długa krojona 120 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 b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Leczo z drobiem-dieta * 300 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Jabłko pieczone 1szt. 1 szt

Jadłospisy za okres od dnia 2024-06-03 do dnia 2024-06-09 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- Papkowata b/ml	SIE- Łatwo strawna	SIE- Bezmleczna	SIE- Niskotłuszczowa	SIE- O kontr. zaw.kwasów tłuszczowych
2024-06-06 czwartek	PN	Mus tymbark ryż + owoce tropikalne 100 g 1 szt				Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt Pieczywo chrupkie ekstrudowane-żytnie 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)
		Wartość energetyczna: 2345.13 kcal; Białko ogółem: 100.66 g; Tłuszcz: 43.36 g; Kw. tł. nasy.: 8.97 g; Węglowodany ogółem: 396.62 g; W tym cukry: 105.83 g; Błonnik pok.: 25.62 g; Sól: 7.09 g; WW: 37.10 Por; : 17.17 %; : 814.02 %; Ener. z T: 16.64 %; Ener. z Bł.: 2.19 %; K: 2873.00 mg;	Wartość energetyczna: 2368.67 kcal; Białko ogółem: 106.51 g; Tłuszcz: 49.53 g; Kw. tł. nasy.: 15.37 g; Węglowodany ogółem: 381.36 g; W tym cukry: 97.78 g; Błonnik pok.: 25.09 g; Sól: 6.72 g; WW: 35.66 Por; : 17.99 %; : 878.72 %; Ener. z T: 18.82 %; Ener. z Bł.: 2.12 %; K: 3820.55 mg;	Wartość energetyczna: 2153.88 kcal; Białko ogółem: 93.72 g; Tłuszcz: 41.17 g; Kw. tł. nasy.: 7.81 g; Węglowodany ogółem: 360.53 g; W tym cukry: 84.21 g; Błonnik pok.: 24.80 g; Sól: 6.63 g; WW: 33.57 Por; : 17.41 %; : 805.89 %; Ener. z T: 17.20 %; Ener. z Bł.: 2.30 %; K: 3443.45 mg;	Wartość energetyczna: 2494.36 kcal; Białko ogółem: 109.67 g; Tłuszcz: 54.42 g; Kw. tł. nasy.: 12.76 g; Węglowodany ogółem: 408.27 g; W tym cukry: 119.22 g; Błonnik pok.: 35.06 g; Sól: 6.23 g; WW: 37.26 Por; : 17.59 %; : 1264.78 %; Ener. z T: 19.63 %; Ener. z Bł.: 2.81 %; K: 5287.04 mg;	Wartość energetyczna: 2611.13 kcal; Białko ogółem: 112.93 g; Tłuszcz: 67.01 g; Kw. tł. nasy.: 17.65 g; Węglowodany ogółem: 402.89 g; W tym cukry: 72.32 g; Błonnik pok.: 49.23 g; Sól: 6.27 g; WW: 35.38 Por; : 17.30 %; : 1160.55 %; Ener. z T: 23.10 %; Ener. z Bł.: 3.77 %; K: 5290.85 mg;
2024-06-07 piątek	Śniadanie	Kasza kukurydziana na wodzie 300 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Miód (25g) 1 szt Cukinia pieczona z olejem * 100 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Serek wiejski lekki 3% tł 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) 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>) Banan 150 g	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 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Miód (25g) 1 szt Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Banan 150 g	Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>) Bułka pszenna długa krojona 120 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Miód (25g) 1 szt Pomidor b/skórki 80 g Sałata zielona 20 g Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Serek wiejski lekki 3% tł 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) Hummus 50 g (<u>SEZ.</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)
	II ŚN	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt				Banan 150 g
2024-06-07 piątek	Obiad	Ryżowa (bez mleka) () 300 ml (<u>SEL.</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>) 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 () 200 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/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>) 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 () 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>) Surówka z kapusty młodej z olejem () 100 g Warzywa po grecku () 100 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml
	PD	Sok pomarańczowy 0,2L-kartonik 1 szt				Budyń o smaku śmietankowym b/c 200 ml (<u>MLE.</u>)

Jadłospisy za okres od dnia 2024-06-03 do dnia 2024-06-09 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- Papkowata b/ml	SIE- Łatwo strawna	SIE- Bezmleczna	SIE- Niskotłuszczowa	SIE- O kontr. zaw.kwasów tłuszczowych
2024-06-07 piątek	Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Dżem 25 g 1 szt Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 100 g (SEL.)	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Dżem 25 g 1 szt Pomidor 80 g Mix sałat 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Dżem 25 g 1 szt Pomidor 80 g Mix sałat 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (SOJ.) Dżem 25 g 1 szt Pomidor b/skórki 80 g Mix sałat 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Ser żółty 25 g (MLE.) Papryka świeża 80 g Mix sałat 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PN	Biszkopty b/m 30 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ.)	Mleko Smakowe UHT 1,5% tł 0,2l 1 szt (MLE.) Podplomyki b/c 20 g (GLU PSZ, MLE.)	Wafle ryżowe 30 g	Podplomyki b/c 20 g (GLU PSZ, MLE.) Mleko Smakowe UHT 1,5% tł 0,2l 1 szt (MLE.)	
		Wartość energetyczna: 2406.51 kcal; Białko ogółem: 83.24 g; Tłuszcz: 53.11 g; Kw. tł. nasy.: 10.07 g; Węglowodany ogółem: 413.16 g; W tym cukry: 99.49 g; Błonnik pok.: 32.57 g; Sól: 8.14 g; WW: 38.08 Por; : 13.84 %; : 845.94 %; Ener. z T: 19.86 %; Ener. z Bł.: 2.71 %; K: 3849.79 mg;	Wartość energetyczna: 2691.83 kcal; Białko ogółem: 112.20 g; Tłuszcz: 58.46 g; Kw. tł. nasy.: 22.47 g; Węglowodany ogółem: 443.23 g; W tym cukry: 113.07 g; Błonnik pok.: 29.02 g; Sól: 7.44 g; WW: 41.62 Por; : 16.67 %; : 995.73 %; Ener. z T: 19.55 %; Ener. z Bł.: 2.16 %; K: 4672.57 mg;	Wartość energetyczna: 2274.34 kcal; Białko ogółem: 81.86 g; Tłuszcz: 41.76 g; Kw. tł. nasy.: 9.78 g; Węglowodany ogółem: 406.43 g; W tym cukry: 90.13 g; Błonnik pok.: 29.81 g; Sól: 7.41 g; WW: 37.79 Por; : 14.40 %; : 832.13 %; Ener. z T: 16.53 %; Ener. z Bł.: 2.62 %; K: 4062.14 mg;	Wartość energetyczna: 2483.02 kcal; Białko ogółem: 109.76 g; Tłuszcz: 44.09 g; Kw. tł. nasy.: 15.88 g; Węglowodany ogółem: 425.83 g; W tym cukry: 97.49 g; Błonnik pok.: 27.30 g; Sól: 8.29 g; WW: 40.03 Por; : 17.68 %; : 1093.74 %; Ener. z T: 15.98 %; Ener. z Bł.: 2.20 %; K: 4349.54 mg;	Wartość energetyczna: 2824.58 kcal; Białko ogółem: 127.35 g; Tłuszcz: 86.73 g; Kw. tł. nasy.: 26.00 g; Węglowodany ogółem: 402.73 g; W tym cukry: 96.90 g; Błonnik pok.: 42.51 g; Sól: 8.44 g; WW: 36.28 Por; : 18.03 %; : 1149.01 %; Ener. z T: 27.63 %; Ener. z Bł.: 3.01 %; K: 5383.80 mg;
2024-06-08 sobota	Śniadanie	Płatki owsiane na wodzie 300 ml (GLU OW.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (SOJ.) Dżem 25 g 1 szt Kalafor 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.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (może zawierać: MLE, GOR.) Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt (MLE.) Pomidor 80 g Roszponka 20 g Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Płatki owsiane na wodzie 300 ml (GLU OW.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (SOJ.) Dżem 25 g 1 szt Pomidor 80 g Roszponka 20 g Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (może zawierać: MLE, GOR.) Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt (MLE.) Pomidor b/skórki 80 g Roszponka 20 g Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (może zawierać: MLE, GOR.) Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt (MLE.) Roszponka 20 g Rzodkiew biała 80 g
	II ŚN	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt				Jabłko 1 szt 1 szt

Jadłospisy za okres od dnia 2024-06-03 do dnia 2024-06-09 KUCHNIA SIEDLCE

	SIE- Papkowata b/ml	SIE- Łatwo strawna	SIE- Bezmleczna	SIE- Niskotłuszczowa	SIE- O kontr. zaw.kwasów tłuszczowych	
2024-06-08 sobota	Obiad	Koperkowa z ziemniakami (bez mleka) () 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Ryż na sypko 180 g Potrawka drobiowa () 150 g (GLU PSZ, SEL.) Ryż na sypko 180 g Buraczki gotowane drobno tarte () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryż na sypko 180 g Potrawka drobiowa () 150 g (GLU PSZ, SEL.) Buraczki oprószone () 200 g (GLU PSZ.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ziemniakami (bez mleka) () 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Ryż na sypko 180 g Potrawka drobiowa () 150 g (GLU PSZ, SEL.) Buraczki oprószone () 200 g (GLU PSZ.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Kociołek meksykański z kurczakiem i fasolą 150 g (SEL.) Ryż na sypko (brązowy) 180 g Buraczki oprószone () 200 g (GLU PSZ.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	
	PD	Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml			Maślanka truskawkowa 200 ml (MLE.)	
	Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% t 10 g Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Miód (25g) 1 szt Brokuł gotowany* 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Pasta z twarogu z natką pietruszki 80 g (MLE.) 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 Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.)	Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% t 10 g Szynka z piersią kurczaka-wędł.z drob.gr.rozd.parzo.w osł.niejadalnej 50 g (SOJ.) 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 120 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g Pasta z twarogu z natką pietruszki 80 g (MLE.) Pomidor b/skórki 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.)	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g Pasta z twarogu z natką pietruszki 80 g (MLE.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.)
	PN	Mus- przecier owocowy jablko 100g (tubka) 1 szt				
		Wartość energetyczna: 2430.89 kcal; Białko ogółem: 81.93 g; Tłuszcz: 38.72 g; Kw. tł. nasy.: 8.52 g; Węglowodany ogółem: 455.89 g; W tym cukry: 106.66 g; Błonnik pok.: 31.30 g; Sól: 8.23 g; WW: 42.47 Por; : 13.48 %; : 911.39 %; Ener. z T: 14.34 %; Ener. z Bł.: 2.58 %; K: 3350.51 mg;	Wartość energetyczna: 2323.36 kcal; Białko ogółem: 98.91 g; Tłuszcz: 54.67 g; Kw. tł. nasy.: 25.44 g; Węglowodany ogółem: 371.28 g; W tym cukry: 100.15 g; Błonnik pok.: 26.55 g; Sól: 7.41 g; WW: 34.50 Por; : 17.03 %; : 940.88 %; Ener. z T: 21.18 %; Ener. z Bł.: 2.29 %; K: 3881.62 mg;	Wartość energetyczna: 1989.38 kcal; Białko ogółem: 76.32 g; Tłuszcz: 40.00 g; Kw. tł. nasy.: 8.88 g; Węglowodany ogółem: 356.93 g; W tym cukry: 87.08 g; Błonnik pok.: 26.49 g; Sól: 8.14 g; WW: 33.14 Por; : 15.35 %; : 811.19 %; Ener. z T: 18.10 %; Ener. z Bł.: 2.66 %; K: 3110.15 mg;	Wartość energetyczna: 2275.26 kcal; Białko ogółem: 102.72 g; Tłuszcz: 46.70 g; Kw. tł. nasy.: 19.93 g; Węglowodany ogółem: 372.87 g; W tym cukry: 101.56 g; Błonnik pok.: 24.38 g; Sól: 6.48 g; WW: 34.90 Por; : 18.06 %; : 1051.64 %; Ener. z T: 18.47 %; Ener. z Bł.: 2.14 %; K: 4016.59 mg;	Wartość energetyczna: 2257.22 kcal; Białko ogółem: 92.65 g; Tłuszcz: 58.01 g; Kw. tł. nasy.: 21.66 g; Węglowodany ogółem: 359.35 g; W tym cukry: 84.82 g; Błonnik pok.: 46.86 g; Sól: 7.28 g; WW: 31.27 Por; : 16.42 %; : 1018.07 %; Ener. z T: 23.13 %; Ener. z Bł.: 4.15 %; K: 4376.75 mg;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-06-03 do dnia 2024-06-09 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- Papkowata b/ml	SIE- Łatwo strawna	SIE- Bezmleczna	SIE- Niskotłuszczowa	SIE- O kontr. zaw.kwasów tłuszczowych
2024-06-09 niedziela	Śniadanie	Kasza kukurydziana na wodzie 300 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw oslonce niejadalnej 50 g (SOJ.) Dżem 25 g 1 szt Marchew gotowana z olejem () 100 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw oslonce niejadalnej 50 g (SOJ.) Dżem 25 g 1 szt Pomidor 80 g Mix салат 20 g Banan 150 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Kasza kukurydziana na wodzie 300 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw oslonce niejadalnej 50 g (SOJ.) Dżem 25 g 1 szt Pomidor 80 g Mix салат 20 g Banan 150 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE.) Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw oslonce niejadalnej 50 g (SOJ.) Dżem 25 g 1 szt Pomidor b/skórki 80 g Mix салат 20 g Banan 150 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE.) Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw oslonce niejadalnej 50 g (SOJ.) Dżem 25 g 1 szt Pomidor 80 g Mix салат 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	II ŚN	Banan 150 g				Kiwi 1 szt 1 szt
	Obiad	Pomidorowa z zacierką (bez mleka) () 300 ml (GLU PSZ, JAJ, SEL.) Ziemniaki gotowane () 180 g Pulpet wieprzowy 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos ziołowy 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g (SEL.) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Pomidorowa z zacierką () 300 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane () 180 g Schab duszony 100 g Sos własny () 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g (SEL.) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Pomidorowa z zacierką (bez mleka) () 300 ml (GLU PSZ, JAJ, SEL.) Ziemniaki gotowane () 180 g Schab duszony 100 g Sos własny () 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g (SEL.) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Pomidorowa z zacierką () 300 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane () 180 g Schab duszony 100 g Sos własny () 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g (SEL.) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Pomidorowa z zacierką () 300 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane () 180 g Schab duszony 100 g Sos własny () 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Mizeria 100 g (MLE.) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 100 g (SEL.) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml
	PD	Pieczewo chrupkie kukurydziano ryżowe 30 g				Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml (MLE.)
	Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Szynka gotowana wieprzowa wędzona parzona,zawiera wodę dodaną, w siatce niejadalnej 50 g (GLU PSZ, SOJ.) Brokuł gotowany* 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Serek a'la homogenizowany 80 g (MLE.) Baton szynkowy z kurcząt 25 g (może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Szynka gotowana wieprzowa wędzona parzona,zawiera wodę dodaną, w siatce niejadalnej 50 g (GLU PSZ, SOJ.) Pomidor 80 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Serek a'la homogenizowany 80 g (MLE.) Baton szynkowy z kurcząt 25 g (może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.) 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 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Serek a'la homogenizowany 80 g (MLE.) Baton szynkowy z kurcząt 25 g (może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.) Rzodkiew biała 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt

Jadłospisy za okres od dnia 2024-06-03 do dnia 2024-06-09 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- Papkowata b/ml	SIE- Łatwo strawna	SIE- Bezmleczna	SIE- Niskotłuszczowa	SIE- O kontr. zaw.kwasów tłuszczowych
2024-06-09 niedziela	PN	Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt Biszkopty b/m 30 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ.)	Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt Biszkopty b/c 30 g (GLU PSZ, JAJ.)	Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt Biszkopty b/m 30 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ.)	Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt Biszkopty b/c 30 g (GLU PSZ, JAJ.)	
		Wartość energetyczna: 2583.02 kcal; Białko ogółem: 89.37 g; Tłuszcz: 65.93 g; Kw. tł. nasy.: 15.65 g; Węglowodany ogółem: 425.57 g; W tym cukry: 111.71 g; Błonnik pok.: 36.02 g; Sól: 9.14 g; WW: 38.96 Por; : 13.84 %; : 837.45 %; Ener. z T: 22.97 %; Ener. z Bł.: 2.79 %; K: 4487.09 mg;	Wartość energetyczna: 2533.94 kcal; Białko ogółem: 104.46 g; Tłuszcz: 64.25 g; Kw. tł. nasy.: 23.92 g; Węglowodany ogółem: 400.05 g; W tym cukry: 122.91 g; Błonnik pok.: 31.29 g; Sól: 7.70 g; WW: 37.06 Por; : 16.49 %; : 933.03 %; Ener. z T: 22.82 %; Ener. z Bł.: 2.47 %; K: 4833.19 mg;	Wartość energetyczna: 2375.39 kcal; Białko ogółem: 92.75 g; Tłuszcz: 58.96 g; Kw. tł. nasy.: 14.01 g; Węglowodany ogółem: 384.38 g; W tym cukry: 107.39 g; Błonnik pok.: 30.72 g; Sól: 8.27 g; WW: 35.47 Por; : 15.62 %; : 821.51 %; Ener. z T: 22.34 %; Ener. z Bł.: 2.59 %; K: 4437.48 mg;	Wartość energetyczna: 2485.84 kcal; Białko ogółem: 108.26 g; Tłuszcz: 56.28 g; Kw. tł. nasy.: 18.41 g; Węglowodany ogółem: 401.65 g; W tym cukry: 124.33 g; Błonnik pok.: 29.12 g; Sól: 6.77 g; WW: 37.47 Por; : 17.42 %; : 1043.80 %; Ener. z T: 20.38 %; Ener. z Bł.: 2.34 %; K: 4968.15 mg;	Wartość energetyczna: 2426.61 kcal; Białko ogółem: 107.90 g; Tłuszcz: 64.92 g; Kw. tł. nasy.: 21.56 g; Węglowodany ogółem: 373.42 g; W tym cukry: 107.06 g; Błonnik pok.: 41.58 g; Sól: 7.19 g; WW: 33.38 Por; : 17.79 %; : 1066.65 %; Ener. z T: 24.08 %; Ener. z Bł.: 3.43 %; K: 5145.27 mg;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-06-03 do dnia 2024-06-09 KUCHNIA SIEDLCE

	SIE- Bogatobiałkowa	SIE- Bogatobiałkowa bezmleczna	SIE- Niskobiałkowa do 50 g białka	SIE- Niskobiałkowa do 30 g białka	SIE- Kleikowa	
2024-06-03 poniedziałek	Śniadanie	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (GLU PSZ, SOJ, MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (SOJ) Sałatka z pomidora i mixu sałat z olejem 200 g	Kasza kukurydziana na wodzie 300 ml Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10g Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (SOJ) Sałatka z pomidora i mixu sałat z olejem 200 g	Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 120 g Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (SOJ) Sałatka z pomidora i mixu sałat z olejem 200 g Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Chleb bezglutenowy 120 g Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (SOJ) Sałatka z pomidora i mixu sałat z olejem 200 g Jabłko pieczone 1szt. 1 szt 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 (GLU PSZ, SOJ, MLE) Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ)
	II ŚN	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt				
	Obiad	Barszcz czerwony z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Sos jogurtowo-truskawkowy* 80 g (MLE) Ryż na sypko 180 g Surówka z marchwi z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz czerwony z ziemniakami (bez mleka) () 300 ml (GLU PSZ, SEL) Ryż na sypko 180 g Pulpet wieprzowy 100 g (GLU PSZ, JAJ) Sos ziołowy* 80 ml (GLU PSZ, SEL) Surówka z marchwi z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz czerwony z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Sos jogurtowo-truskawkowy* 80 g (MLE) Ryż na sypko 180 g Surówka z marchwi z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt		Kleik ryżowy na wodzie 500 g Herbata czarna granulowana z/c 500 ml Suchary b/c 65 g (GLU PSZ, SOJ, MLE)
	PD	Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml (MLE)	Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml			
Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Serek a'la homogenizowany 80 g (MLE) Baton szynkowy z kurcząt 25 g (może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10g Baton szynkowy z kurcząt 25 g (może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR) Szynka gotowana wieprzowa wędzona parzona, zawiera wodę dodaną, w siatce niejadalnej 50 g (GLU PSZ, SOJ) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 120 g Masło extra 82% 15 g (MLE) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Baton szynkowy z kurcząt 50 g (może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR) Miód (25g) 2 szt Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 120 g Masło extra 82% 15 g (MLE) Baton szynkowy z kurcząt 25 g (może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR) 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 (GLU PSZ, SOJ, MLE) Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ)	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-06-03 do dnia 2024-06-09 KUCHNIA SIEDLCE

	SIE- Bogatobiałkowa	SIE- Bogatobiałkowa bezmleczna	SIE- Niskobiałkowa do 50 g białka	SIE- Niskobiałkowa do 30 g białka	SIE- Kleikowa
2024-06-03 poniedziałek	PN Podpłomyki b/c 20 g (GLU PSZ, MLE.) Sok przecierowy warzywno-owocowy 0,33 l 1 szt	Sok przecierowy warzywno-owocowy 0,33 l 1 szt Biszkopty b/m 30 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ.)	Sok przecierowy warzywno-owocowy 0,33 l 1 szt Podpłomyki b/c 20 g (GLU PSZ, MLE.)	Podpłomyki b/c 20 g (GLU PSZ, MLE.) Sok przecierowy warzywno-owocowy 0,33 l 1 szt	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	Wartość energetyczna: 2654.46 kcal; Białko ogółem: 89.36 g; Tłuszcz: 64.85 g; Kw. tł. nasy.: 23.62 g; Węglowodany ogółem: 440.05 g; W tym cukry: 145.74 g; Błonnik pok.: 30.76 g; Sól: 8.27 g; WW: 41.09 Por; : 13.46 %; : 1110.24 %; Ener. z T: 21.99 %; Ener. z Bł.: 2.32 %; K: 4134.85 mg;	Wartość energetyczna: 2529.09 kcal; Białko ogółem: 85.64 g; Tłuszcz: 63.24 g; Kw. tł. nasy.: 11.87 g; Węglowodany ogółem: 417.85 g; W tym cukry: 111.70 g; Błonnik pok.: 30.95 g; Sól: 8.59 g; WW: 38.82 Por; : 13.55 %; : 879.16 %; Ener. z T: 22.50 %; Ener. z Bł.: 2.45 %; K: 3374.16 mg;	Wartość energetyczna: 2262.85 kcal; Białko ogółem: 41.92 g; Tłuszcz: 63.86 g; Kw. tł. nasy.: 16.24 g; Węglowodany ogółem: 387.25 g; W tym cukry: 99.81 g; Błonnik pok.: 23.62 g; Sól: 4.41 g; WW: 36.51 Por; : 7.41 %; : 823.44 %; Ener. z T: 25.40 %; Ener. z Bł.: 2.09 %; K: 3045.85 mg;	Wartość energetyczna: 2200.11 kcal; Białko ogółem: 34.50 g; Tłuszcz: 60.48 g; Kw. tł. nasy.: 16.24 g; Węglowodany ogółem: 386.34 g; W tym cukry: 99.70 g; Błonnik pok.: 23.62 g; Sól: 3.32 g; WW: 36.41 Por; : 6.27 %; : 823.44 %; Ener. z T: 24.74 %; Ener. z Bł.: 2.15 %; K: 3045.85 mg;	Wartość energetyczna: 2304.94 kcal; Białko ogółem: 61.50 g; Tłuszcz: 19.53 g; Kw. tł. nasy.: 0.97 g; Węglowodany ogółem: 471.69 g; W tym cukry: 37.22 g; Błonnik pok.: 9.39 g; Sól: 2.64 g; WW: 46.38 Por; : 10.67 %; : 419.28 %; Ener. z T: 7.62 %; Ener. z Bł.: 0.81 %; K: 504.49 mg;
2024-06-04 wtorek	Śniadanie Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (MLE, GLU JĘCZ.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Ser mozzarella kulki 35 g (MLE.) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Pomidor koktajlowy 80 g Roszponka 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Kasza manna na wodzie 300 ml (GLU PSZ.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10g Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona,w osłonce niejadalanej 25 g (SOJ, SEL.) Pomidor koktajlowy 80 g Roszponka 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 120 g Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 20 g Dżem 25 g 1 szt Roszponka 20 g Pomidor koktajlowy 80 g Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Chleb bezglutenowy 120 g Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 20 g Dżem 25 g 1 szt Pomidor koktajlowy 80 g Roszponka 20 g Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Kleik ryżowy na wodzie 200 g Suchary b/c 30 g (GLU PSZ, SOJ, MLE.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml
	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.)	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt			
	Obiad Jarzynowa z zacierką () 300 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane () 180 g Filet z indyka gotowany 100 g Sos pietruszkowy* 80 ml (GLU PSZ, MLE.) Fasolka szparagowa z wody* 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Jarzynowa z zacierką (bez mleka) 300 ml (GLU PSZ, JAJ, SEL.) Ziemniaki gotowane () 180 g Filet z indyka gotowany 100 g Sos pietruszkowy (bez mleka)* 80 ml (GLU PSZ.) Fasolka szparagowa z wody* 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Jarzynowa z zacierką () 300 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane () 180 g Filet z indyka gotowany 70 g Sos pietruszkowy* 80 ml (GLU PSZ, MLE.) Fasolka szparagowa z wody* 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Jarzynowa z zacierką (bez mleka) 300 ml (GLU PSZ, JAJ, SEL.) Ziemniaki gotowane () 100 g Filet z indyka gotowany 40 g Sos pietruszkowy (bez mleka)* 50 ml (GLU PSZ.) Fasolka szparagowa z wody* 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Herbata czarna ekspresowa z/c 500 ml Suchary b/c 30 g (GLU PSZ, SOJ, MLE.)
	PD Drożdżówka mini 50g 50 g (GLU PSZ, JAJ.)	Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Szynka gotowana wieprzowa wędzona parzona,zawiera wodę dodaną, w siatce niejadalnej 20 g (GLU PSZ, SOJ.) Salata zielona 10 g			

Jadłospisy za okres od dnia 2024-06-03 do dnia 2024-06-09 KUCHNIA SIEDLCE

	SIE- Bogatobiałkowa	SIE- Bogatobiałkowa bezmleczna	SIE- Niskobiałkowa do 50 g białka	SIE- Niskobiałkowa do 30 g białka	SIE- Kleikowa	
2024-06-04 wtorek	Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Połudwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkim wody wędzona parzona 50 g (GLU PSZ, SOJ.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE.)	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Połudwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkim wody wędzona parzona 25 g (GLU PSZ, SOJ.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 120 g Masło extra 82% 15 g (MLE.) Połudwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkim wody wędzona parzona 50 g (GLU PSZ, SOJ.) 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 Kleik ryżowy na wodzie 200 g Suchary b/c 30 g (GLU PSZ, SOJ, MLE.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	
	PN	Przecier owocowy jabłko-truskawka 120g 1 szt (może zawierać: MLE.)	Mus tymbark ryż + owoce tropikalne 100 g 1 szt	Przecier owocowy jabłko-truskawka 120g 1 szt (może zawierać: MLE.)	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	
	Wartość energetyczna: 2379.26 kcal; Białko ogółem: 115.31 g; Tłuszcz: 53.97 g; Kw. tł. nasy.: 26.02 g; Węglowodany ogółem: 369.94 g; W tym cukry: 92.29 g; Błonnik pok.: 27.20 g; Sól: 9.78 g; WW: 34.50 Por; : 19.39 %; : 976.96 %; Ener. z T: 20.41 %; Ener. z Bł.: 2.29 %; K: 4445.35 mg;	Wartość energetyczna: 2026.32 kcal; Białko ogółem: 93.50 g; Tłuszcz: 36.74 g; Kw. tł. nasy.: 10.35 g; Węglowodany ogółem: 342.48 g; W tym cukry: 67.77 g; Błonnik pok.: 25.48 g; Sól: 9.01 g; WW: 31.87 Por; : 18.46 %; : 806.59 %; Ener. z T: 16.32 %; Ener. z Bł.: 2.51 %; K: 3627.73 mg;	Wartość energetyczna: 1796.58 kcal; Białko ogółem: 51.52 g; Tłuszcz: 40.15 g; Kw. tł. nasy.: 15.55 g; Węglowodany ogółem: 313.49 g; W tym cukry: 77.73 g; Błonnik pok.: 18.57 g; Sól: 3.65 g; WW: 29.77 Por; : 11.47 %; : 704.42 %; Ener. z T: 20.11 %; Ener. z Bł.: 2.07 %; K: 3215.76 mg;	Wartość energetyczna: 1627.63 kcal; Białko ogółem: 39.93 g; Tłuszcz: 37.99 g; Kw. tł. nasy.: 15.34 g; Węglowodany ogółem: 286.46 g; W tym cukry: 76.50 g; Błonnik pok.: 16.25 g; Sól: 3.28 g; WW: 27.29 Por; : 9.81 %; : 586.38 %; Ener. z T: 21.00 %; Ener. z Bł.: 2.00 %; K: 2400.75 mg;	Wartość energetyczna: 887.22 kcal; Białko ogółem: 19.86 g; Tłuszcz: 7.47 g; Kw. tł. nasy.: 0.18 g; Węglowodany ogółem: 184.88 g; W tym cukry: 34.15 g; Błonnik pok.: 2.73 g; Sól: 0.25 g; WW: 18.29 Por; : 8.95 %; : 135.36 %; Ener. z T: 7.57 %; Ener. z Bł.: 0.62 %; K: 159.20 mg;	
2024-06-05 środa	Śniadanie	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 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Serek a'la homogenizowany 80 g (MLE.) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 25 g (może zawierać: MLE, GOR.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Kasza kukurydziana na wodzie 300 ml Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (SOJ.) Szynka zielonogórska- wp. parzona 25 g (SOJ.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 120 g Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Serek a'la homogenizowany 30 g (MLE.) Miód (25g) 1 szt Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Jabłko 1 szt 1 szt	Chleb bezglutenowy 120 g 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 1 szt 1 szt	Kleik ryżowy na wodzie 400 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Suchary b/c 65 g (GLU PSZ, SOJ, MLE.) Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ.)
	II ŚN	Jabłko 1 szt 1 szt				

Jadłospisy za okres od dnia 2024-06-03 do dnia 2024-06-09 KUCHNIA SIEDLCE

	SIE- Bogatobiałkowa	SIE- Bogatobiałkowa bezmleczna	SIE- Niskobiałkowa do 50 g białka	SIE- Niskobiałkowa do 30 g białka	SIE- Kleikowa		
2024-06-05-środa	Obiad	Ziemniaczana () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Kasza jaglana na sypko 180 g Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g (GLU PSZ, JAJ,) Sos jarzynowy () 80 ml (GLU PSZ, SEL,) Surówka z marchwi z olejem () 100 g Cukinia pieczona z olejem * 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana (bez mleka) () 300 ml (GLU PSZ, SEL,) Kasza jaglana na sypko 180 g Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g (GLU PSZ, JAJ,) Sos jarzynowy () 80 ml (GLU PSZ, SEL,) Surówka z marchwi z olejem () 100 g Cukinia pieczona z olejem * 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Kasza jaglana na sypko 180 g Pieczeń rzymska wieprzowa 60 g (GLU PSZ, JAJ,) Surówka z marchwi z olejem () 100 g Sos jarzynowy () 80 ml (GLU PSZ, SEL,) Cukinia pieczona z olejem * 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Kasza jaglana na sypko 180 g Pieczeń rzymska wieprzowa 50 g (GLU PSZ, JAJ,) Sos jarzynowy () 80 ml (GLU PSZ, SEL,) Surówka z marchwi z olejem () 100 g Cukinia pieczona z olejem * 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Kleik ryżowy na wodzie 500 g Herbata czarna granulowana z/c 500 ml Suchary b/c 65 g (GLU PSZ, SOJ, MLE,)	
	PD	Budyń o smaku śmietankowym b/c 200 ml (MLE,)	Kisiel o smaku wiśniowym z/c 200 ml				
	Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Szynka z piersią kurczaka-wędł.z drob.gr.rozd.parzo.w ost.niejadalnej 50 g (SOJ,) Dżem 25 g 1 szt Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ,) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynka z piersią kurczaka-wędł.z drob.gr.rozd.parzo.w ost.niejadalnej 50 g (SOJ,) Dżem 25 g 1 szt Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 120 g Szynka z piersią kurczaka-wędł.z drob.gr.rozd.parzo.w ost.niejadalnej 30 g (SOJ,) Dżem 25 g 1 szt Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 120 g Masło extra 82% 15 g (MLE,) Szynka z piersią kurczaka-wędł.z drob.gr.rozd.parzo.w ost.niejadalnej 20 g (SOJ,) Dżem 25 g 2 szt Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Kleik ryżowy na wodzie 400 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Suchary b/c 65 g (GLU PSZ, SOJ, MLE,) Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ,)	
	PN	Ciasto drożdżowe 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, SO2,)	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt	Ciasto drożdżowe 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, SO2,)	Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	
		Wartość energetyczna: 2661.84 kcal; Białko ogółem: 109.08 g; Tłuszcz: 70.88 g; Kw. tł. nasy.: 26.64 g; Węglowodany ogółem: 419.98 g; W tym cukry: 97.82 g; Błonnik pok.: 29.03 g; Sól: 7.77 g; WW: 39.20 Por; : 16.39 %; : 983.70 %; Ener. z T: 23.97 %; Ener. z Bł.: 2.18 %; K: 3938.21 mg;	Wartość energetyczna: 2266.57 kcal; Białko ogółem: 85.80 g; Tłuszcz: 50.77 g; Kw. tł. nasy.: 11.83 g; Węglowodany ogółem: 391.33 g; W tym cukry: 94.31 g; Błonnik pok.: 26.86 g; Sól: 10.33 g; WW: 36.54 Por; : 15.14 %; : 818.18 %; Ener. z T: 20.16 %; Ener. z Bł.: 2.37 %; K: 3133.58 mg;	Wartość energetyczna: 2029.57 kcal; Białko ogółem: 50.60 g; Tłuszcz: 50.30 g; Kw. tł. nasy.: 11.70 g; Węglowodany ogółem: 356.26 g; W tym cukry: 64.43 g; Błonnik pok.: 20.62 g; Sól: 2.84 g; WW: 33.63 Por; : 9.97 %; : 698.70 %; Ener. z T: 22.31 %; Ener. z Bł.: 2.03 %; K: 2886.91 mg;	Wartość energetyczna: 2049.27 kcal; Białko ogółem: 37.43 g; Tłuszcz: 52.69 g; Kw. tł. nasy.: 17.44 g; Węglowodany ogółem: 368.38 g; W tym cukry: 90.26 g; Błonnik pok.: 19.38 g; Sól: 2.13 g; WW: 34.99 Por; : 7.31 %; : 716.29 %; Ener. z T: 23.14 %; Ener. z Bł.: 1.89 %; K: 2825.36 mg;	Wartość energetyczna: 2304.94 kcal; Białko ogółem: 61.50 g; Tłuszcz: 19.53 g; Kw. tł. nasy.: 0.97 g; Węglowodany ogółem: 471.69 g; W tym cukry: 37.22 g; Błonnik pok.: 9.39 g; Sól: 2.64 g; WW: 46.38 Por; : 10.67 %; : 419.28 %; Ener. z T: 7.62 %; Ener. z Bł.: 0.81 %; K: 504.49 mg;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-06-03 do dnia 2024-06-09 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- Bogatobiałkowa	SIE- Bogatobiałkowa bezmleczna	SIE- Niskobiałkowa do 50 g białka	SIE- Niskobiałkowa do 30 g białka	SIE- Kleikowa
2024-06-06 czwartek	Śniadanie	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, SOJ, MLE.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Twarożek 50 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 80 g Rukola 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, SOJ, MLE.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 75 g Pomidor 80 g Rukola 20 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 120 g Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 25 g Twarożek 30 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 80 g Rukola 20 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 120 g Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 25 g Dżem 25 g 1 szt Pomidor 80 g Salata zielona 20 g	Kleik ryżowy na wodzie 200 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Suchary b/c 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u>)
	II ŚN	Melon 100 g				
	Obiad	Szpinakowa z ziemniakami () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Makaron z sosem bolognese, z łop wp - dieta () 300 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Szpinakowa z ziemniakami (bez mleka) () 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Makaron z sosem bolognese, z łop wp - dieta () 300 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Szpinakowa z ziemniakami () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Makaron z sosem bolognese, z łop wp () 200 g (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Szpinakowa z ziemniakami () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Makaron z sosem bolognese, z łop wp () 150 g (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) 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 (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u>)
	PD	Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) Podpomyki b/c 20 g (<u>GLU PSZ, MLE.</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 20 g (<u>SOJ.</u>) Salata zielona 10 g			
Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) 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 Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</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 120 g Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalnej 25 g (<u>SOJ, SEL.</u>) Miód (25g) 1 szt Pomidor 80 g Salata 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 120 g Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalnej 25 g (<u>SOJ, SEL.</u>) Miód (25g) 2 szt Pomidor 80 g Salata zielona 10 g Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Kleik ryżowy na wodzie 200 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Suchary b/c 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u>) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-06-03 do dnia 2024-06-09 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- Bogatobiałkowa	SIE- Bogatobiałkowa bezmleczna	SIE- Niskobiałkowa do 50 g białka	SIE- Niskobiałkowa do 30 g białka	SIE- Kleikowa
2024-06-06 czwartek	PN	Mus tymbark ryż + owoce tropikalne 100 g 1 szt				Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
		Wartość energetyczna: 2535.47 kcal; Białko ogółem: 114.31 g; Tłuszcz: 52.72 g; Kw. tł. nasy.: 16.69 g; Węglowodany ogółem: 408.06 g; W tym cukry: 106.03 g; Błonnik pok.: 25.54 g; Sól: 6.90 g; WW: 38.30 Por; : 18.03 %; : 957.62 %; Ener. z T: 18.71 %; Ener. z Bł.: 2.01 %; K: 4089.05 mg;	Wartość energetyczna: 2365.32 kcal; Białko ogółem: 98.77 g; Tłuszcz: 49.45 g; Kw. tł. nasy.: 10.28 g; Węglowodany ogółem: 389.56 g; W tym cukry: 83.75 g; Błonnik pok.: 26.74 g; Sól: 8.35 g; WW: 36.29 Por; : 16.70 %; : 769.91 %; Ener. z T: 18.82 %; Ener. z Bł.: 2.26 %; K: 3405.54 mg;	Wartość energetyczna: 1852.90 kcal; Białko ogółem: 48.77 g; Tłuszcz: 49.73 g; Kw. tł. nasy.: 16.92 g; Węglowodany ogółem: 302.46 g; W tym cukry: 66.65 g; Błonnik pok.: 12.90 g; Sól: 2.36 g; WW: 29.07 Por; : 10.53 %; : 509.16 %; Ener. z T: 24.15 %; Ener. z Bł.: 1.39 %; K: 2059.01 mg;	Wartość energetyczna: 1836.61 kcal; Białko ogółem: 38.94 g; Tłuszcz: 44.94 g; Kw. tł. nasy.: 15.14 g; Węglowodany ogółem: 319.19 g; W tym cukry: 74.65 g; Błonnik pok.: 12.07 g; Sól: 2.24 g; WW: 30.87 Por; : 8.48 %; : 508.84 %; Ener. z T: 22.02 %; Ener. z Bł.: 1.31 %; K: 1904.01 mg;	Wartość energetyczna: 887.22 kcal; Białko ogółem: 19.66 g; Tłuszcz: 7.47 g; Kw. tł. nasy.: 0.18 g; Węglowodany ogółem: 184.88 g; W tym cukry: 34.15 g; Błonnik pok.: 2.73 g; Sól: 0.19 g; WW: 18.29 Por; : 8.86 %; : 135.36 %; Ener. z T: 7.57 %; Ener. z Bł.: 0.62 %; K: 127.46 mg;
2024-06-07 piątek	Śniadanie	Zacierka na mleku 300 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Serek wiejski lekki 3% tł 150g 1 szt (MLE.) Miód (25g) 1 szt Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	Kasza kukurydziana na wodzie 300 ml Kawa zbożowa z/c 250 ml (GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Miód (25g) 1 szt Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Chleb bezglutenowy 120 g Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Twarożek 25 g (MLE.) Miód (25g) 1 szt Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Kawa zbożowa z/c 250 ml (GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	Chleb bezglutenowy 120 g Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Miód (25g) 2 szt Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z/c 250 ml (GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Kleik ryżowy na wodzie 200 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Suchary b/c 30 g (GLU PSZ, SOJ, MLE.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml
	II ŚN	Banan 150 g				
	Obiad	Krupnik jęczmienny () 300 ml (MLE, SEL, GLU JĘCZ.) Ziemniaki gotowane () 180 g Pulpet rybny (Morszczuk) 100 g (GLU PSZ, JAJ, RYB.) Sos koperkowy * 80 ml (GLU PSZ, MLE.) Warzywa po grecku () 200 g (GLU PSZ, SEL.) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Krupnik jęczmienny (bez mleka) () 300 ml (SEL, GLU JĘCZ.) Ziemniaki gotowane () 180 g Pulpet rybny (Morszczuk) 100 g (GLU PSZ, JAJ, RYB.) Sos koperkowy *(bez mleka) 80 ml (GLU PSZ.) Warzywa po grecku () 200 g (GLU PSZ, SEL.) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Krupnik jęczmienny () 300 ml (MLE, SEL, GLU JĘCZ.) Ziemniaki gotowane () 180 g Pulpet rybny (Morszczuk) 60 g (GLU PSZ, JAJ, RYB.) Sos koperkowy * 80 ml (GLU PSZ, MLE.) Warzywa po grecku () 200 g (GLU PSZ, SEL.) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Krupnik jęczmienny () 300 ml (MLE, SEL, GLU JĘCZ.) Ziemniaki gotowane () 180 g Pulpet rybny (Morszczuk) 30 g (GLU PSZ, JAJ, RYB.) Sos koperkowy * 80 ml (GLU PSZ, MLE.) Warzywa po grecku () 200 g (GLU PSZ, SEL.) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Herbata czarna ekspresowa z/c 500 ml Suchary b/c 30 g (GLU PSZ, SOJ, MLE.)
	PD	Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml (MLE.)	Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml			

Jadłospisy za okres od dnia 2024-06-03 do dnia 2024-06-09 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- Bogatobiałkowa	SIE- Bogatobiałkowa bezmleczna	SIE- Niskobiałkowa do 50 g białka	SIE- Niskobiałkowa do 30 g białka	SIE- Kleikowa
2024-06-07 piątek	Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Dżem 25 g 1 szt Pomidor 80 g Mix салат 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Jajko gotowane kl M 2 szt (JAJ.) Dżem 25 g 1 szt Pomidor 80 g Mix салат 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 120 g Masło extra 82% 15 g (MLE.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Dżem 25 g 1 szt Pomidor 80 g Mix салат 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt		Kleik ryżowy na wodzie 200 g Suchary b/c 30 g (GLU PSZ, SOJ, MLE.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PN	Mleko Smakowe UHT 1,5% tł 0,2l 1 szt (MLE.) Podplomyki b/c 20 g (GLU PSZ, MLE.)	Wafle ryżowe 30 g		Podplomyki b/c 20 g (GLU PSZ, MLE.)	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
		Wartość energetyczna: 2893.23 kcal; Białko ogółem: 118.87 g; Tłuszcz: 62.49 g; Kw. tł. nasy.: 24.86 g; Węglowodany ogółem: 477.79 g; W tym cukry: 138.07 g; Błonnik pok.: 29.06 g; Sól: 7.66 g; WW: 45.08 Por; : 16.43 %; : 1099.66 %; Ener. z T: 19.44 %; Ener. z Bł.: 2.01 %; K: 4956.51 mg;	Wartość energetyczna: 2443.27 kcal; Białko ogółem: 88.16 g; Tłuszcz: 46.61 g; Kw. tł. nasy.: 11.28 g; Węglowodany ogółem: 431.45 g; W tym cukry: 107.12 g; Błonnik pok.: 29.84 g; Sól: 7.65 g; WW: 40.27 Por; : 14.43 %; : 859.61 %; Ener. z T: 17.17 %; Ener. z Bł.: 2.44 %; K: 4130.24 mg;	Wartość energetyczna: 1996.16 kcal; Białko ogółem: 48.55 g; Tłuszcz: 52.35 g; Kw. tł. nasy.: 17.54 g; Węglowodany ogółem: 340.57 g; W tym cukry: 75.69 g; Błonnik pok.: 22.09 g; Sól: 2.25 g; WW: 31.93 Por; : 9.73 %; : 718.49 %; Ener. z T: 23.60 %; Ener. z Bł.: 2.21 %; K: 3405.03 mg;	Wartość energetyczna: 1970.80 kcal; Białko ogółem: 35.75 g; Tłuszcz: 48.78 g; Kw. tł. nasy.: 16.47 g; Węglowodany ogółem: 355.14 g; W tym cukry: 75.25 g; Błonnik pok.: 21.95 g; Sól: 2.01 g; WW: 33.41 Por; : 7.25 %; : 733.50 %; Ener. z T: 22.28 %; Ener. z Bł.: 2.23 %; K: 3253.51 mg;	Wartość energetyczna: 887.22 kcal; Białko ogółem: 19.86 g; Tłuszcz: 7.47 g; Kw. tł. nasy.: 0.18 g; Węglowodany ogółem: 184.88 g; W tym cukry: 34.15 g; Błonnik pok.: 2.73 g; Sól: 0.25 g; WW: 18.29 Por; : 8.95 %; : 135.36 %; Ener. z T: 7.57 %; Ener. z Bł.: 0.62 %; K: 159.20 mg;
2024-06-08 sobota	Śniadanie	Platki 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 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (może zawierać: MLE, GOR.) Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt (MLE.) Pomidor 80 g Roszponka 20 g	Platki owsiane na wodzie 300 ml (GLU OW.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (SOJ.) Dżem 25 g 1 szt Pomidor 80 g Roszponka 20 g	Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 120 g Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (może zawierać: MLE, GOR.) Pomidor 80 g Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Roszponka 20 g	Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Chleb bezglutenowy 120 g Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 20 g (może zawierać: MLE, GOR.) Pomidor 80 g Roszponka 20 g Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Kleik ryżowy na wodzie 200 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Suchary b/c 30 g (GLU PSZ, SOJ, MLE.)
	II ŚN	Jabłko 1 szt 1 szt Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml (MLE.)	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt			

Jadłospisy za okres od dnia 2024-06-03 do dnia 2024-06-09 KUCHNIA SIEDLCE

	SIE- Bogatobiałkowa	SIE- Bogatobiałkowa bezmleczna	SIE- Niskobiałkowa do 50 g białka	SIE- Niskobiałkowa do 30 g białka	SIE- Kleikowa	
2024-06-08 sobota	Obiad	Koperkowa z ziemniakami () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Potrawka drobiowa () 150 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ryż na sypko 180 g Buraczki oprószone () 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ziemniakami (bez mleka) () 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ryż na sypko 180 g Potrawka drobiowa () 150 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Buraczki oprószone () 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ziemniakami () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ryż na sypko 180 g Potrawka drobiowa () 60 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Buraczki oprószone () 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ziemniakami () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ryż na sypko 180 g Potrawka drobiowa () 50 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Buraczki oprószone () 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Herbata czarna ekspresowa z/c 500 ml Suchary b/c 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u>)
	PD	Maślanka truskawkowa 200 ml (<u>MLE.</u>)	Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml			
	Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g Pasta z twarogu z natką pietruszki 80 g (<u>MLE.</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 Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynka z piersią kurczaka-wędł.z drob.gr.rozd.parzo.w osł.niejadalnej 50 g (<u>SOJ.</u>) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g Pomidor 80 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 120 g Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 30 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 120 g Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 20 g Miód (25g) 1 szt Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Kleik ryżowy na wodzie 200 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Suchary b/c 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u>) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PN	Mus- przecier owocowy jablko 100g (tubka) 1 szt				Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
		Wartość energetyczna: 2672.76 kcal; Białko ogółem: 111.98 g; Tłuszcz: 61.70 g; Kw. tł. nasy.: 29.83 g; Węglowodany ogółem: 429.84 g; W tym cukry: 125.15 g; Błonnik pok.: 26.59 g; Sól: 7.84 g; WW: 40.36 Por; : 16.76 %; : 1044.81 %; Ener. z T: 20.78 %; Ener. z Bł.: 1.99 %; K: 4165.56 mg;	Wartość energetyczna: 2084.00 kcal; Białko ogółem: 75.99 g; Tłuszcz: 39.95 g; Kw. tł. nasy.: 8.87 g; Węglowodany ogółem: 380.87 g; W tym cukry: 103.80 g; Błonnik pok.: 26.14 g; Sól: 8.20 g; WW: 35.57 Por; : 14.59 %; : 827.63 %; Ener. z T: 17.25 %; Ener. z Bł.: 2.51 %; K: 3075.57 mg;	Wartość energetyczna: 1855.73 kcal; Białko ogółem: 40.82 g; Tłuszcz: 44.86 g; Kw. tł. nasy.: 15.35 g; Węglowodany ogółem: 327.36 g; W tym cukry: 75.49 g; Błonnik pok.: 17.11 g; Sól: 3.28 g; WW: 31.05 Por; : 8.80 %; : 675.61 %; Ener. z T: 21.75 %; Ener. z Bł.: 1.84 %; K: 2637.19 mg;	Wartość energetyczna: 1793.64 kcal; Białko ogółem: 32.66 g; Tłuszcz: 42.28 g; Kw. tł. nasy.: 15.15 g; Węglowodany ogółem: 326.39 g; W tym cukry: 75.34 g; Błonnik pok.: 16.96 g; Sól: 2.30 g; WW: 30.97 Por; : 7.28 %; : 673.37 %; Ener. z T: 21.22 %; Ener. z Bł.: 1.89 %; K: 2603.62 mg;	Wartość energetyczna: 887.22 kcal; Białko ogółem: 19.86 g; Tłuszcz: 7.47 g; Kw. tł. nasy.: 0.18 g; Węglowodany ogółem: 184.88 g; W tym cukry: 34.15 g; Błonnik pok.: 2.73 g; Sól: 0.25 g; WW: 18.29 Por; : 8.95 %; : 135.36 %; Ener. z T: 7.57 %; Ener. z Bł.: 0.62 %; K: 159.20 mg;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-06-03 do dnia 2024-06-09 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- Bogatobiałkowa	SIE- Bogatobiałkowa bezmleczna	SIE- Niskobiałkowa do 50 g białka	SIE- Niskobiałkowa do 30 g białka	SIE- Kleikowa
2024-06-09 niedziela	Sniadanie	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE,) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ,) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Sniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw oslonce niejadalnej 50 g (SOJ,) Dżem 25 g 1 szt Pomidor 80 g Mix sałat 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Kasza kukurydziana na wodzie 300 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ,) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Sniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw oslonce niejadalnej 50 g (SOJ,) Dżem 25 g 1 szt Pomidor 80 g Mix sałat 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 120 g Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Sniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw oslonce niejadalnej 50 g (SOJ,) 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 120 g Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Sniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw oslonce niejadalnej 50 g (SOJ,) Dżem 25 g 1 szt Pomidor 80 g Mix sałat 10 g Banan 150 g	Kleik ryżowy na wodzie 200 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Suchary b/c 30 g (GLU PSZ, SOJ, MLE,)
	II ŚN	Banan 150 g				
	Obiad	Pomidorowa z zacierką () 300 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,) Ziemniaki gotowane () 180 g Schab duszony 100 g Sos własny () 80 ml (GLU PSZ, SEL,) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g (SEL,) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Pomidorowa z zacierką (bez mleka) () 300 ml (GLU PSZ, JAJ, SEL,) Ziemniaki gotowane () 180 g Schab duszony 100 g Sos własny () 80 ml (GLU PSZ, SEL,) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g (SEL,) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Pomidorowa z zacierką () 300 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,) Ziemniaki gotowane () 180 g Schab duszony 50 g Sos własny () 80 ml (GLU PSZ, SEL,) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g (SEL,) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Pomidorowa z zacierką () 300 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,) Schab duszony 30 g Sos własny () 80 ml (GLU PSZ, SEL,) Ziemniaki gotowane () 180 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g (SEL,) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Herbata czarna granulowana z/c 500 ml Suchary b/c 30 g (GLU PSZ, SOJ, MLE,)
	PD	Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml (MLE,)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Szyńka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona,w oslonce niejadalnej 20 g (SOJ, SEL,) Sałata zielona 20 g			
	Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ,) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Serek a'la homogenizowany 80 g (MLE,) Baton szynkowy z kurcząt 25 g (może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR,) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ,) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ,) Szyńka gotowana wieprzowa wędzona parzona,zawiera wodę dodaną, w siatce niejadalnej 50 g (GLU PSZ, SOJ,) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 120 g Masło extra 82% 15 g (MLE,) Serek a'la homogenizowany 30 g (MLE,) Baton szynkowy z kurcząt 25 g (może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR,) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 120 g Masło extra 82% 15 g (MLE,) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ,) 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 (GLU PSZ, SOJ, MLE,) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt

Jadłospisy za okres od dnia 2024-06-03 do dnia 2024-06-09 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- Bogatobiałkowa	SIE- Bogatobiałkowa bezmleczna	SIE- Niskobiałkowa do 50 g białka	SIE- Niskobiałkowa do 30 g białka	SIE- Kleikowa
2024-06-09 niedziela	PN	Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt Biszkopty b/c 30 g (GLU PSZ, JAJ.)	Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt Biszkopty b/m 30 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ.)			Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
		Wartość energetyczna: 2735.34 kcal; Białko ogółem: 111.13 g; Tłuszcz: 68.27 g; Kw. tł. nasy.: 26.31 g; Węglowodany ogółem: 434.61 g; W tym cukry: 147.91 g; Błonnik pok.: 31.33 g; Sól: 7.93 g; WW: 40.53 Por; : 16.25 %; : 1036.97 %; Ener. z T: 22.46 %; Ener. z Bł.: 2.29 %; K: 5117.12 mg;	Wartość energetyczna: 2562.37 kcal; Białko ogółem: 98.51 g; Tłuszcz: 64.23 g; Kw. tł. nasy.: 15.53 g; Węglowodany ogółem: 414.35 g; W tym cukry: 107.66 g; Błonnik pok.: 32.75 g; Sól: 9.53 g; WW: 38.28 Por; : 15.38 %; : 831.66 %; Ener. z T: 22.56 %; Ener. z Bł.: 2.56 %; K: 4473.66 mg;	Wartość energetyczna: 2168.94 kcal; Białko ogółem: 53.54 g; Tłuszcz: 65.02 g; Kw. tł. nasy.: 19.76 g; Węglowodany ogółem: 352.19 g; W tym cukry: 107.73 g; Błonnik pok.: 23.72 g; Sól: 4.02 g; WW: 32.99 Por; : 9.87 %; : 726.63 %; Ener. z T: 26.98 %; Ener. z Bł.: 2.19 %; K: 4006.05 mg;	Wartość energetyczna: 2114.82 kcal; Białko ogółem: 44.79 g; Tłuszcz: 63.74 g; Kw. tł. nasy.: 19.96 g; Węglowodany ogółem: 350.25 g; W tym cukry: 106.59 g; Błonnik pok.: 23.58 g; Sól: 3.58 g; WW: 32.77 Por; : 8.47 %; : 719.01 %; Ener. z T: 27.13 %; Ener. z Bł.: 2.23 %; K: 3912.50 mg;	Wartość energetyczna: 887.22 kcal; Białko ogółem: 19.66 g; Tłuszcz: 7.47 g; Kw. tł. nasy.: 0.18 g; Węglowodany ogółem: 184.88 g; W tym cukry: 34.15 g; Błonnik pok.: 2.73 g; Sól: 0.19 g; WW: 18.29 Por; : 8.86 %; : 135.36 %; Ener. z T: 7.57 %; Ener. z Bł.: 0.62 %; K: 127.46 mg;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-06-03 do dnia 2024-06-09 KUCHNIA SIEDLCE

	SIE- Kleikowa rozszerzona	SIE- Dzieci 1-3 lat Podstawowa	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż podstawa	SIE- Bogatoresztkowa	SIE- Bezglutenowa	
2024-06-03 poniedziałek	Śniadanie	Kleik ryżowy na wodzie 400 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Suchary b/c 65 g (<u>GLUPSZ, SOJ, MLE,</u>)	Kasza kukurydziana na mleku 250 ml (<u>MLE,</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 25 g (<u>SOJ,</u>) Sałatka z pomidora i mixu sałat 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, SOJ, MLE,</u>) Bułka graham-pszenna 60g 1 szt (<u>GLU PSZ,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (<u>SOJ,</u>) Sałatka z pomidora i mixu sałat z olejem 200 g	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (<u>MLE,</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (<u>SOJ,</u>) Sałatka z pomidora i mixu sałat z olejem 200 g	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (<u>MLE,</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 120 g Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (<u>SOJ,</u>) Sałatka z pomidora i mixu sałat z olejem 200 g Gruszka 1szt. 150 g
	II ŚN	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Suchary b/c 30 g (<u>GLUPSZ, SOJ, MLE,</u>) Kleik ryżowy na wodzie 400 g	Gruszka 1szt. 150 g			
	Obiad	Ziemniaczana (bez mleka) () 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Barszcz czerwony z botwinką i ziemniakami () 250 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Naleśniki z serem 200 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>) Sos jogurtowo-truskawkowy* 100 g (<u>MLE,</u>) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz czerwony z botwinką i ziemniakami () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Naleśniki z serem 300 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>) Sos jogurtowo-truskawkowy* 100 g (<u>MLE,</u>) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz czerwony z botwinką i ziemniakami () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Sos jogurtowo-truskawkowy* 80 g (<u>MLE,</u>) Ryż na sypko 180 g Surówka z marchwi z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz czerwony z ziemniakami (bez glutenu) () 300 ml (<u>MLE, SEL,</u>) Sos jogurtowo-truskawkowy* 80 g (<u>MLE,</u>) Ryż na sypko 180 g Surówka z marchwi z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Suchary b/c 30 g (<u>GLUPSZ, SOJ, MLE,</u>) Kleik ryżowy na wodzie 400 g	Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml (<u>MLE,</u>)			
	Kolacja	Kleik ryżowy na wodzie 400 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Suchary b/c 65 g (<u>GLUPSZ, SOJ, MLE,</u>)	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Ser żółty 25 g (<u>MLE,</u>) Baton szynkowy z kurcząt 25 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR,</u>) Ogórek świeży 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Ser żółty 25 g (<u>MLE,</u>) Baton szynkowy z kurcząt 50 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR,</u>) Ogórek świeży 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Ser żółty 25 g (<u>MLE,</u>) Baton szynkowy z kurcząt 50 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR,</u>) Ogórek świeży 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 120 g Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Ser żółty 25 g (<u>MLE,</u>) Ogórek świeży 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt

Jadłospisy za okres od dnia 2024-06-03 do dnia 2024-06-09 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- Kleikowa rozszerzona	SIE- Dzieci 1-3 lat Podstawowa	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż podstawa	SIE- Bogatoresztkowa	SIE- Bezglutenowa	
2024-06-03 poniedziałek	PN	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Sok przecierowy warzywno-owocowy 0,33 l 1 szt Podplomyki b/c 20 g (GLU PSZ, MLE.)	Podplomyki b/c 20 g (GLU PSZ, MLE.) Sok przecierowy warzywno-owocowy 0,33 l 1 szt	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt Podplomyki b/c 20 g (GLU PSZ, MLE.)	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt	
		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 %; : 433.07 %; Ener. z T: 7.34 %; Ener. z Bł.: 1.02 %; K: 1184.61 mg;	Wartość energetyczna: 2104.02 kcal; Białko ogółem: 75.17 g; Tłuszcz: 61.00 g; Kw. tł. nasy.: 26.16 g; Węglowodany ogółem: 317.42 g; W tym cukry: 131.69 g; Błonnik pok.: 14.04 g; Sól: 4.67 g; WW: 30.41 Por; : 14.29 %; : 789.09 %; Ener. z T: 26.09 %; Ener. z Bł.: 1.33 %; K: 2463.70 mg;	Wartość energetyczna: 2883.15 kcal; Białko ogółem: 107.94 g; Tłuszcz: 80.68 g; Kw. tł. nasy.: 29.28 g; Węglowodany ogółem: 436.27 g; W tym cukry: 149.23 g; Błonnik pok.: 22.39 g; Sól: 8.05 g; WW: 41.54 Por; : 14.98 %; : 980.35 %; Ener. z T: 25.18 %; Ener. z Bł.: 1.55 %; K: 3187.14 mg;	Wartość energetyczna: 2367.13 kcal; Białko ogółem: 79.68 g; Tłuszcz: 69.94 g; Kw. tł. nasy.: 24.79 g; Węglowodany ogółem: 377.87 g; W tym cukry: 97.60 g; Błonnik pok.: 44.33 g; Sól: 10.15 g; WW: 33.45 Por; : 13.46 %; : 1146.56 %; Ener. z T: 26.59 %; Ener. z Bł.: 3.75 %; K: 4140.65 mg;	Wartość energetyczna: 2176.06 kcal; Białko ogółem: 59.66 g; Tłuszcz: 67.79 g; Kw. tł. nasy.: 22.03 g; Węglowodany ogółem: 342.19 g; W tym cukry: 82.54 g; Błonnik pok.: 23.83 g; Sól: 7.04 g; WW: 31.83 Por; : 10.97 %; : 918.29 %; Ener. z T: 28.04 %; Ener. z Bł.: 2.19 %; K: 3274.01 mg;	
2024-06-04 wtorek	Śniadanie	Kleik ryżowy na wodzie 200 g Suchary b/c 30 g (GLU PSZ, SOJ, MLE.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Płatki jęczmienne na mleku 250 ml (MLE, GLU JĘCZ.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Ser mozzarella kulki 35 g (MLE.) Roszponka 20 g Pomidor koktajlowy 80 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (MLE, GLU JĘCZ.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Ser mozzarella kulki 35 g (MLE.) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Pomidor koktajlowy 80 g Roszponka 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (MLE, GLU JĘCZ.) Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Ser mozzarella kulki 35 g (MLE.) Pomidor koktajlowy 80 g Roszponka 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Płatki kukurydziane na mleku 300 ml (MLE.) Chleb bezglutenowy 120 g Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Ser mozzarella kulki 35 g (MLE.) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Pomidor koktajlowy 80 g Roszponka 20 g Kiwi 1 szt 1 szt Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	
	II ŚN	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Suchary b/c 15 g (GLU PSZ, SOJ, MLE.) Kleik ryżowy na wodzie 200 g	Kiwi 1 szt 1 szt				
	Obiad	Ryżowa (bez mleka) () 300 ml (SEL.) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Jarzynowa z zacierką () 250 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane () 90 g Filet z indyka panierowany 70 g (GLU PSZ, JAJ.) Fasolka szparagowa z wody* 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Jarzynowa z zacierką () 300 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane () 180 g Filet z indyka panierowany 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Fasolka szparagowa z wody* 100 g Surówka wykwinna z olejem b/c 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Jarzynowa z zacierką () 300 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane () 180 g Filet z indyka gotowany 100 g Surówka wykwinna z olejem b/c 100 g Sos pietruszkowy* 80 ml (GLU PSZ, MLE.) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml Fasolka szparagowa z wody* 100 g	Jarzynowa z makaronem (bez glutenu) () 300 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane () 180 g Filet z indyka gotowany 100 g Sos pietruszkowy (bez glutenu)* 80 ml (MLE.) Surówka wykwinna z olejem b/c 100 g Fasolka szparagowa z wody* 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	
PD	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Suchary b/c 15 g (GLU PSZ, SOJ, MLE.) Kleik ryżowy na wodzie 200 g	Drożdżówka mini 50g 50 g (GLU PSZ, JAJ.)					

Jadłospisy za okres od dnia 2024-06-03 do dnia 2024-06-09 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- Kleikowa rozszerzona	SIE- Dzieci 1-3 lat Podstawowa	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż podstawa	SIE- Bogatoresztkowa	SIE- Bezglutenowa
2024-06-04 wtorek	Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Kleik ryżowy na wodzie 200 g Suchary b/c 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE,</u>) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Poledwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkim wody wędzona parzona 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ,</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ,</u>) Rzepa biała 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (<u>MLE,</u>)	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Poledwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkim wody wędzona parzona 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ,</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ,</u>) Rzepa biała 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (<u>MLE,</u>)	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ,</u>) Poledwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkim wody wędzona parzona 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ,</u>) Rzepa biała 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<u>MLE,</u>)	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 120 g Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ,</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 25 g Rzepa biała 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<u>MLE,</u>)
	PN	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Przecier owocowy jablko-truskawka 120g 1 szt (<u>może zawierać: MLE,</u>)			
		Wartość energetyczna: 1065.96 kcal; Białko ogółem: 22.96 g; Tłuszcz: 7.83 g; Kw. tł. nasy.: 0.25 g; Węglowodany ogółem: 226.66 g; W tym cukry: 44.09 g; Błonnik pok.: 4.91 g; Sól: 0.67 g; WW: 22.27 Por; : 8.61 %; : 194.79 %; Ener. z T: 6.61 %; Ener. z Bł.: 0.92 %; K: 286.12 mg;	Wartość energetyczna: 1845.92 kcal; Białko ogółem: 85.58 g; Tłuszcz: 57.72 g; Kw. tł. nasy.: 24.17 g; Węglowodany ogółem: 253.80 g; W tym cukry: 79.72 g; Błonnik pok.: 19.43 g; Sól: 6.67 g; WW: 23.65 Por; : 18.54 %; : 712.91 %; Ener. z T: 28.14 %; Ener. z Bł.: 2.11 %; K: 3113.68 mg;	Wartość energetyczna: 2594.71 kcal; Białko ogółem: 108.85 g; Tłuszcz: 76.21 g; Kw. tł. nasy.: 26.35 g; Węglowodany ogółem: 380.79 g; W tym cukry: 87.12 g; Błonnik pok.: 29.90 g; Sól: 9.59 g; WW: 35.31 Por; : 16.78 %; : 923.59 %; Ener. z T: 26.43 %; Ener. z Bł.: 2.30 %; K: 4291.68 mg;	Wartość energetyczna: 2286.63 kcal; Białko ogółem: 106.66 g; Tłuszcz: 61.70 g; Kw. tł. nasy.: 25.02 g; Węglowodany ogółem: 345.71 g; W tym cukry: 85.83 g; Błonnik pok.: 42.24 g; Sól: 9.04 g; WW: 30.63 Por; : 18.66 %; : 968.64 %; Ener. z T: 24.29 %; Ener. z Bł.: 3.69 %; K: 4802.11 mg;	Wartość energetyczna: 2167.88 kcal; Białko ogółem: 84.41 g; Tłuszcz: 64.37 g; Kw. tł. nasy.: 23.46 g; Węglowodany ogółem: 318.13 g; W tym cukry: 83.66 g; Błonnik pok.: 21.45 g; Sól: 5.43 g; WW: 29.85 Por; : 15.58 %; : 781.09 %; Ener. z T: 26.72 %; Ener. z Bł.: 1.98 %; K: 4032.32 mg;
2024-06-05 środa	Śniadanie	Kleik ryżowy na wodzie 400 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Suchary b/c 65 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE,</u>)	Płatki owsiane na mleku 250 ml (<u>MLE, GLU OW,</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 tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 25 g (<u>może zawierać: MLE, GOR,</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/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 70 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>) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 25 g (<u>może zawierać: MLE, GOR,</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Płatki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW,</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Serek a'la homogenizowany 80 g (<u>MLE,</u>) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 25 g (<u>może zawierać: MLE, GOR,</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Kasza jaglana na mleku 300 ml (<u>MLE,</u>) Chleb bezglutenowy 120 g Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Serek a'la homogenizowany 80 g (<u>MLE,</u>) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 25 g (<u>może zawierać: MLE, GOR,</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Jabłko 1 szt 1 szt Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml
	II ŚN	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Suchary b/c 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE,</u>) Kleik ryżowy na wodzie 400 g	Jabłko 1 szt 1 szt			

Jadłospisy za okres od dnia 2024-06-03 do dnia 2024-06-09 KUCHNIA SIEDLCE

	SIE- Kleikowa rozszerzona	SIE- Dzieci 1-3 lat Podstawowa	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż podstawa	SIE- Bogatoresztkowa	SIE- Bezglutenowa	
2024-06-05-środa	Obiad	Ziemniaczana () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Brokułowa z ziemniakami () 250 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Kasza jagłana na sypko 90 g Pieczeń rzymska wieprzowa 60 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>) Sos jarzynowy () 40 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Surówka z marchwi z olejem () 50 g Cukinia pieczona z olejem * 50 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Kasza jagłana na sypko 180 g Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>) Sos jarzynowy () 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Surówka z marchwi z olejem () 100 g Cukinia pieczona z olejem * 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Kapuśniak z kapusty białej () 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL, GOR,</u>) Kasza jagłana na sypko 180 g Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>) Sos jarzynowy () 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Surówka z marchwi z olejem () 100 g Cukinia pieczona z olejem * 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana (bez glutenu) () 300 ml (<u>MLE, SEL,</u>) Kasza jagłana na sypko 180 g Pulpet wieprzowy (bez glutenu) 100 g (<u>JAJ,</u>) Sos jarzynowy (bez glutenu) () 80 ml (<u>SEL,</u>) Surówka z marchwi z olejem () 100 g Cukinia pieczona z olejem * 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Suchary b/c 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE,</u>) Kleik ryżowy na wodzie 400 g	Budyń o smaku śmietankowym b/c 200 ml (<u>MLE,</u>)			
	Kolacja	Kleik ryżowy na wodzie 400 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Suchary b/c 65 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE,</u>)	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Szynka z piersią kurczaka-wędl.z drob.gr.rozd.parzo.w osł.niejadalnej 25 g (<u>SOJ,</u>) Dżem 25 g 1 szt Ogórek świeży 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Szynka z piersią kurczaka-wędl.z drob.gr.rozd.parzo.w osł.niejadalnej 50 g (<u>SOJ,</u>) Dżem 25 g 1 szt Ogórek świeży 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Paprykarz szczeciński 50 g (<u>RYB, SOJ,</u>) Szynka z piersią kurczaka-wędl.z drob.gr.rozd.parzo.w osł.niejadalnej 50 g (<u>SOJ,</u>) Ogórek świeży 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 120 g Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Paprykarz szczeciński 50 g (<u>RYB, SOJ,</u>) Szynka z piersią kurczaka-wędl.z drob.gr.rozd.parzo.w osł.niejadalnej 50 g (<u>SOJ,</u>) Ogórek świeży 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PN	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ciasto drożdżowe 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SO2,</u>)			Sok pomidorowy 0,3l 1 szt
		Wartość energetyczna: 1999.29 kcal; Białko ogółem: 47.26 g; Tłuszcz: 17.09 g; Kw. tł. nasy.: 0.53 g; Węglowodany ogółem: 415.45 g; W tym cukry: 45.16 g; Błonnik pok.: 10.13 g; Sól: 0.91 g; WW: 40.71 Por; : 9.45 %; : 435.97 %; Ener. z T: 7.69 %; Ener. z Bł.: 1.01 %; K: 1195.19 mg;	Wartość energetyczna: 1877.47 kcal; Białko ogółem: 78.68 g; Tłuszcz: 55.68 g; Kw. tł. nasy.: 23.20 g; Węglowodany ogółem: 278.17 g; W tym cukry: 88.66 g; Błonnik pok.: 18.08 g; Sól: 4.20 g; WW: 26.07 Por; : 16.76 %; : 820.30 %; Ener. z T: 26.69 %; Ener. z Bł.: 1.93 %; K: 2901.06 mg;	Wartość energetyczna: 2661.34 kcal; Białko ogółem: 109.10 g; Tłuszcz: 70.83 g; Kw. tł. nasy.: 26.63 g; Węglowodany ogółem: 419.73 g; W tym cukry: 97.10 g; Błonnik pok.: 28.56 g; Sól: 7.78 g; WW: 39.17 Por; : 16.40 %; : 1008.50 %; Ener. z T: 23.95 %; Ener. z Bł.: 2.15 %; K: 3836.13 mg;	Wartość energetyczna: 2445.25 kcal; Białko ogółem: 105.96 g; Tłuszcz: 79.53 g; Kw. tł. nasy.: 26.12 g; Węglowodany ogółem: 356.28 g; W tym cukry: 64.84 g; Błonnik pok.: 43.40 g; Sól: 8.13 g; WW: 31.32 Por; : 17.33 %; : 1002.09 %; Ener. z T: 29.27 %; Ener. z Bł.: 3.55 %; K: 4179.80 mg;	Wartość energetyczna: 2306.52 kcal; Białko ogółem: 91.71 g; Tłuszcz: 80.66 g; Kw. tł. nasy.: 24.15 g; Węglowodany ogółem: 320.16 g; W tym cukry: 68.16 g; Błonnik pok.: 19.39 g; Sól: 6.64 g; WW: 30.03 Por; : 15.90 %; : 812.54 %; Ener. z T: 31.47 %; Ener. z Bł.: 1.68 %; K: 3656.73 mg;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-06-03 do dnia 2024-06-09 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- Kleikowa rozszerzona	SIE- Dzieci 1-3 lat Podstawowa	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż podstawa	SIE- Bogatoresztkowa	SIE- Bezglutenowa	
2024-06-06 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 na mleku 250 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka graham-pszenna 60g 1 szt (<u>GLU PSZ,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 25 g Paszтет z fasoli () 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>) Ogórek świeży 80 g Rukola 20 g	Kasza manna na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka graham-pszenna 60g 1 szt (<u>GLU PSZ,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 25 g Paszтет z fasoli () 60 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>) Ogórek świeży 80 g Rukola 20 g	Kasza manna na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 25 g Paszтет z fasoli () 60 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>) Ogórek świeży 80 g Rukola 20 g	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (<u>MLE,</u>) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 120 g Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Twarożek 50 g (<u>MLE,</u>) Ogórek świeży 80 g Rukola 20 g Melon 100 g	
	II ŚN	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Suchary b/c 15 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE,</u>) Kleik ryżowy na wodzie 200 g	Melon 100 g				
	Obiad	Ziemiaczana (bez mleka) () 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Szpinakowa z ziemniakami () 250 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Makaron z sosem bolognese, z łop wp - dieta () 150 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Surówka z rzodkwi białej i jabłka () 50 g (<u>MLE,</u>) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 50 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Szpinakowa z ziemniakami () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Makaron pełnoziarnisty z sosem bolognese, z łop wp () 300 g (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Surówka z rzodkwi białej i jabłka () 100 g (<u>MLE,</u>) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Szpinakowa z ziemniakami (bez glutenu) () 300 ml (<u>MLE, SEL,</u>) Makaron bezglutenowy 180 g Klopsik wieprzowy (bez glutenu) 100 g (<u>JAJ,</u>) Sos bazyliowy (bez glutenu)* 80 ml (<u>SEL,</u>) Surówka z rzodkwi białej i jabłka () 100 g (<u>MLE,</u>) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 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 (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE,</u>) Kleik ryżowy na wodzie 200 g	Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (<u>MLE,</u>) Podpłomyki b/c 20 g (<u>GLU PSZ, MLE,</u>)	Podpłomyki b/c 20 g (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (<u>MLE,</u>)	Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (<u>MLE,</u>) Podpłomyki b/c 20 g (<u>GLU PSZ, MLE,</u>)		
	Kolacja	Kleik ryżowy na wodzie 200 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Suchary b/c 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE,</u>) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</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 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</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 120 g Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Leczo z drobiem-dieta * 300 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Jabłko 1 szt 1 szt		

Jadłospisy za okres od dnia 2024-06-03 do dnia 2024-06-09 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- Kleikowa rozszerzona	SIE- Dzieci 1-3 lat Podstawowa	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż podstawa	SIE- Bogatoresztkowa	SIE- Bezglutenowa
2024-06-06 czwartek	PN	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt		Mus tymbark ryż + owoce tropikalne 100 g 1 szt		
		Wartość energetyczna: 1139.04 kcal; Białko ogółem: 24.68 g; Tłuszcz: 7.87 g; Kw. tł. nasy.: 0.24 g; Węglowodany ogółem: 244.19 g; W tym cukry: 44.54 g; Błonnik pok.: 7.01 g; Sól: 0.67 g; WW: 23.82 Por; : 8.67 %; : 317.23 %; Ener. z T: 6.22 %; Ener. z Bł.: 1.23 %; K: 1040.31 mg;	Wartość energetyczna: 1811.54 kcal; Białko ogółem: 71.81 g; Tłuszcz: 42.11 g; Kw. tł. nasy.: 13.39 g; Węglowodany ogółem: 293.26 g; W tym cukry: 100.10 g; Błonnik pok.: 23.91 g; Sól: 4.04 g; WW: 26.88 Por; : 15.86 %; : 889.81 %; Ener. z T: 20.92 %; Ener. z Bł.: 2.64 %; K: 3587.42 mg;	Wartość energetyczna: 2547.97 kcal; Białko ogółem: 104.48 g; Tłuszcz: 65.16 g; Kw. tł. nasy.: 19.58 g; Węglowodany ogółem: 396.68 g; W tym cukry: 109.18 g; Błonnik pok.: 33.33 g; Sól: 5.89 g; WW: 36.35 Por; : 16.40 %; : 1067.32 %; Ener. z T: 23.02 %; Ener. z Bł.: 2.62 %; K: 4760.19 mg;	Wartość energetyczna: 2472.65 kcal; Białko ogółem: 103.04 g; Tłuszcz: 64.20 g; Kw. tł. nasy.: 19.44 g; Węglowodany ogółem: 387.06 g; W tym cukry: 100.28 g; Błonnik pok.: 38.43 g; Sól: 5.58 g; WW: 34.88 Por; : 16.67 %; : 1104.48 %; Ener. z T: 23.37 %; Ener. z Bł.: 3.11 %; K: 4958.02 mg;	Wartość energetyczna: 2431.67 kcal; Białko ogółem: 97.80 g; Tłuszcz: 71.51 g; Kw. tł. nasy.: 23.34 g; Węglowodany ogółem: 352.87 g; W tym cukry: 94.24 g; Błonnik pok.: 19.39 g; Sól: 3.37 g; WW: 33.27 Por; : 16.09 %; : 873.71 %; Ener. z T: 26.47 %; Ener. z Bł.: 1.59 %; K: 3734.88 mg;
2024-06-07 piątek	Śniadanie	Kleik ryżowy na wodzie 200 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Suchary b/c 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE,</u>) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Zacierka na mleku 250 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Powidła śliwkowe 25 g Serek wiejski lekki 3% tł 150g 1 szt (<u>MLE,</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u>)	Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Powidła śliwkowe 25 g Serek wiejski lekki 3% tł 150g 1 szt (<u>MLE,</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u>)	Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Powidła śliwkowe 25 g Serek wiejski lekki 3% tł 150g 1 szt (<u>MLE,</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u>)	Kasza jaglana na mleku 300 ml (<u>MLE,</u>) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 120 g Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Powidła śliwkowe 25 g Serek wiejski lekki 3% tł 150g 1 szt (<u>MLE,</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Banan 150 g
	II ŚN	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Suchary b/c 15 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE,</u>) Kleik ryżowy na wodzie 200 g	Banan 150 g			
2024-06-07 piątek	Obiad	Ryżowa (bez mleka) () 300 ml (<u>SEL,</u>) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Krupnik jęczmienny () 250 ml (<u>MLE, SEL, GLU JĘCZ,</u>) Ziemniaki gotowane () 90 g Ryba smażona (Morszczuk) 60 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB,</u>) Surówka z kapusty młodej z olejem () 50 g Warzywa po grecku () 50 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 Ryba smażona (Morszczuk) 120 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB,</u>) Surówka z kapusty młodej 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>) Surówka z kapusty młodej 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 ryżowy z ziemniakami () 300 ml (<u>MLE, SEL,</u>) Ziemniaki gotowane () 180 g Pulpet rybny (Morszczuk) (bez glutenu) 100 g (<u>JAJ, RYB,</u>) Sos koperkowy *(bez glutenu) 80 ml (<u>MLE,</u>) Surówka z kapusty młodej z olejem () 100 g Warzywa po grecku (bez glutenu) () 100 g (<u>SEL,</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*/z/c 250 ml
	PD	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Suchary b/c 15 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE,</u>) Kleik ryżowy na wodzie 200 g	Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml (<u>MLE,</u>)		Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE,</u>)	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-06-03 do dnia 2024-06-09 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- Kleikowa rozszerzona	SIE- Dzieci 1-3 lat Podstawowa	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż podstawa	SIE- Bogatoresztkowa	SIE- Bezglutenowa
2024-06-07 piątek	Kolacja	Kleik ryżowy na wodzie 200 g Suchary b/c 30 g (GLU PSZ, SOJ, MLE,) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ,) Ser żółty 25 g (MLE,) Papryka świeża 80 g Mix салат 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ,) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ,) Ser żółty 25 g (MLE,) Papryka świeża 80 g Mix салат 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ,) Ser żółty 25 g (MLE,) Papryka świeża 80 g Mix салат 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 120 g Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ,) Ser żółty 25 g (MLE,) Papryka świeża 80 g Mix салат 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 (MLE,) Podplomyki b/c 20 g (GLU PSZ, MLE,)			Wafle ryżowe 30 g Mleko Smakowe UHT 1,5% tł 0,2l 1 szt (MLE,)
		Wartość energetyczna: 1065.96 kcal; Białko ogółem: 22.96 g; Tłuszcz: 7.83 g; Kw. tł. nasy.: 0.25 g; Węglowodany ogółem: 226.66 g; W tym cukry: 44.09 g; Błonnik pok.: 4.91 g; Sól: 0.67 g; WW: 22.27 Por; : 8.61 %; : 194.79 %; Ener. z T: 6.61 %; Ener. z Bł.: 0.92 %; K: 286.12 mg;	Wartość energetyczna: 2276.49 kcal; Białko ogółem: 99.66 g; Tłuszcz: 68.86 g; Kw. tł. nasy.: 28.57 g; Węglowodany ogółem: 322.93 g; W tym cukry: 128.33 g; Błonnik pok.: 18.24 g; Sól: 4.78 g; WW: 30.64 Por; : 17.51 %; : 883.35 %; Ener. z T: 27.22 %; Ener. z Bł.: 1.60 %; K: 3676.59 mg;	Wartość energetyczna: 3110.77 kcal; Białko ogółem: 134.76 g; Tłuszcz: 87.67 g; Kw. tł. nasy.: 31.17 g; Węglowodany ogółem: 458.91 g; W tym cukry: 136.99 g; Błonnik pok.: 29.85 g; Sól: 7.98 g; WW: 43.10 Por; : 17.33 %; : 1100.97 %; Ener. z T: 25.36 %; Ener. z Bł.: 1.92 %; K: 5045.97 mg;	Wartość energetyczna: 2694.82 kcal; Białko ogółem: 121.74 g; Tłuszcz: 72.36 g; Kw. tł. nasy.: 29.40 g; Węglowodany ogółem: 409.30 g; W tym cukry: 121.09 g; Błonnik pok.: 41.24 g; Sól: 7.40 g; WW: 37.00 Por; : 18.07 %; : 1150.12 %; Ener. z T: 24.17 %; Ener. z Bł.: 3.06 %; K: 5436.24 mg;	Wartość energetyczna: 2577.39 kcal; Białko ogółem: 95.94 g; Tłuszcz: 73.21 g; Kw. tł. nasy.: 25.22 g; Węglowodany ogółem: 391.59 g; W tym cukry: 104.38 g; Błonnik pok.: 23.29 g; Sól: 4.27 g; WW: 36.99 Por; : 14.89 %; : 856.15 %; Ener. z T: 25.57 %; Ener. z Bł.: 1.81 %; K: 4655.59 mg;
2024-06-08 sobota	Śniadanie	Kleik ryżowy na wodzie 200 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Suchary b/c 30 g (GLU PSZ, SOJ, MLE,)	Płatki owsiane na mleku 250 ml (MLE, GLU OW,) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Parówki z szynki-kielbasa wieprzowa, homogenizowana, wędzona, parzona 60 g Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt (MLE,) Pomidor 80 g Ketchup 10 g (SEL,) Roszponka 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 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt (MLE,) Parówki z szynki-kielbasa wieprzowa, homogenizowana, wędzona, parzona 60 g Pomidor 80 g Roszponka 20 g Ketchup 10 g (SEL,)	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW,) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Parówki z szynki-kielbasa wieprzowa, homogenizowana, wędzona, parzona 60 g Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt (MLE,) Ketchup 10 g (SEL,) Rzodkiew biała 80 g Roszponka 20 g	Płatki kukurydziane na mleku 300 ml (MLE,) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 120 g Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (może zawierać: MLE, GOR,) Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt (MLE,) Rzodkiew biała 80 g Roszponka 20 g Jabłko 1 szt 1 szt
	II ŚN	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Suchary b/c 15 g (GLU PSZ, SOJ, MLE,) Kleik ryżowy na wodzie 200 g	Jabłko 1 szt 1 szt			

Jadłospisy za okres od dnia 2024-06-03 do dnia 2024-06-09 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- Kleikowa rozszerzona	SIE- Dzieci 1-3 lat Podstawowa	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż podstawa	SIE- Bogatoresztkowa	SIE- Bezglutenowa	
2024-06-08 sobota	Obiad	Ziemniaczana (bez mleka) () 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Koperkowa z ziemniakami () 250 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Kociolatek meksykański z kurczakiem i fasolą 150 g (SEL.) Ryż na sypko 90 g Buraczki oprószone () 100 g (GLU PSZ.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Kociolatek meksykański z kurczakiem i fasolą 150 g (SEL.) Ryż na sypko 180 g Buraczki oprószone () 200 g (GLU PSZ.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryż na sypko (brązowy) 180 g Kociolatek meksykański z kurczakiem i fasolą 150 g (SEL.) Buraczki oprószone () 200 g (GLU PSZ.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ziemniakami (bez glutenu) () 300 ml (MLE, SEL.) Kociolatek meksykański z kurczakiem i fasolą 150 g (SEL.) Ryż na sypko 180 g Buraczki gotowane () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	
	PD	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Suchary b/c 15 g (GLU PSZ, SOJ, MLE.) Kleik ryżowy na wodzie 200 g	Maślanka truskawkowa 200 ml (MLE.)				
	Kolacja	Kleik ryżowy na wodzie 200 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Suchary b/c 30 g (GLU PSZ, SOJ, MLE.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g Pasta z twarogu z natką pietruszki 30 g (MLE.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.)	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g Pasta z twarogu z natką pietruszki 80 g (MLE.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.)	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g Pasta z twarogu z natką pietruszki 80 g (MLE.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.)	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 120 g Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g Pasta z twarogu z natką pietruszki 80 g (MLE.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.)	
	PN	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Mus- przecier owocowy jabłko 100g (tubka) 1 szt				
		Wartość energetyczna: 1139.04 kcal; Białko ogółem: 24.68 g; Tłuszcz: 7.87 g; Kw. tł. nasy.: 0.24 g; Węglowodany ogółem: 244.19 g; W tym cukry: 44.54 g; Błonnik pok.: 7.01 g; Sól: 0.67 g; WW: 23.82 Por; : 8.67 %; : 317.23 %; Ener. z T: 6.22 %; Ener. z Bł.: 1.23 %; K: 1040.31 mg;	Wartość energetyczna: 1855.12 kcal; Białko ogółem: 68.84 g; Tłuszcz: 63.32 g; Kw. tł. nasy.: 30.88 g; Węglowodany ogółem: 260.34 g; W tym cukry: 88.87 g; Błonnik pok.: 17.81 g; Sól: 5.36 g; WW: 24.29 Por; : 14.84 %; : 782.63 %; Ener. z T: 30.72 %; Ener. z Bł.: 1.92 %; K: 2992.94 mg;	Wartość energetyczna: 2538.03 kcal; Białko ogółem: 92.91 g; Tłuszcz: 70.26 g; Kw. tł. nasy.: 33.32 g; Węglowodany ogółem: 395.15 g; W tym cukry: 101.73 g; Błonnik pok.: 26.74 g; Sól: 8.13 g; WW: 36.89 Por; : 14.64 %; : 948.32 %; Ener. z T: 24.92 %; Ener. z Bł.: 2.11 %; K: 3693.59 mg;	Wartość energetyczna: 2422.74 kcal; Białko ogółem: 91.23 g; Tłuszcz: 72.19 g; Kw. tł. nasy.: 33.62 g; Węglowodany ogółem: 370.07 g; W tym cukry: 94.69 g; Błonnik pok.: 47.18 g; Sól: 7.70 g; WW: 32.32 Por; : 15.06 %; : 1034.41 %; Ener. z T: 26.82 %; Ener. z Bł.: 3.89 %; K: 4415.42 mg;	Wartość energetyczna: 2221.19 kcal; Białko ogółem: 71.39 g; Tłuszcz: 60.45 g; Kw. tł. nasy.: 23.84 g; Węglowodany ogółem: 353.50 g; W tym cukry: 103.09 g; Błonnik pok.: 23.01 g; Sól: 4.63 g; WW: 33.05 Por; : 12.86 %; : 865.09 %; Ener. z T: 24.49 %; Ener. z Bł.: 2.07 %; K: 3702.75 mg;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-06-03 do dnia 2024-06-09 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- Kleikowa rozszerzona	SIE- Dzieci 1-3 lat Podstawowa	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż podstawa	SIE- Bogatoresztkowa	SIE- Bezglutenowa	
2024-06-09 niedziela	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 kukurydziana na mleku 300 ml (<u>MLE,</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw oslonce niejadalnej 50 g (<u>SOJ,</u>) Dżem 25 g 1 szt Pomidor 80 g Mix салат 20 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 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw oslonce niejadalnej 50 g (<u>SOJ,</u>) Dżem 25 g 1 szt Pomidor 80 g Mix салат 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (<u>MLE,</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw oslonce niejadalnej 50 g (<u>SOJ,</u>) Dżem 25 g 1 szt Pomidor 80 g Mix салат 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (<u>MLE,</u>) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 120 g Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw oslonce niejadalnej 50 g (<u>SOJ,</u>) Dżem 25 g 1 szt Pomidor 80 g Mix салат 20 g Kiwi 1 szt 1 szt	
	II ŚN	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Suchary b/c 15 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE,</u>) Kleik ryżowy na wodzie 200 g	Kiwi 1 szt 1 szt				
	Obiad	Ryżowa (bez mleka) () 300 ml (<u>SEL,</u>) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Pomidorowa z zacierką () 250 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,</u>) Ziemniaki gotowane () 90 g Schab duszony 50 g Sos własny () 40 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Mizeria 50 g (<u>MLE,</u>) 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, JAJ, MLE, SEL,</u>) Ziemniaki gotowane () 180 g Schab duszony 100 g Sos własny () 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Mizeria 100 g (<u>MLE,</u>) 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 Mizeria 100 g (<u>MLE,</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 100 g (<u>SEL,</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml		
	PD	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Suchary b/c 15 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE,</u>) Kleik ryżowy na wodzie 200 g	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>)		
	Kolacja	Kleik ryżowy na wodzie 200 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Suchary b/c 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE,</u>) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Serek a'la homogenizowany 80 g (<u>MLE,</u>) Baton szynkowy z kurcząt 25 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR,</u>) Rzodkiew biała 80 g Salata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Serek a'la homogenizowany 80 g (<u>MLE,</u>) Baton szynkowy z kurcząt 25 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR,</u>) Rzodkiew biała 80 g Salata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Serek a'la homogenizowany 80 g (<u>MLE,</u>) Baton szynkowy z kurcząt 25 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR,</u>) Rzodkiew biała 80 g Salata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 120 g Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Serek a'la homogenizowany 80 g (<u>MLE,</u>) Baton szynkowy z kurcząt 25 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR,</u>) Rzodkiew biała 80 g Salata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-06-03 do dnia 2024-06-09 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- Kleikowa rozszerzona	SIE- Dzieci 1-3 lat Podstawowa	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż podstawa	SIE- Bogatoresztkowa	SIE- Bezglutenowa
2024-06-09 niedziela	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
		Wartość energetyczna: 1065.96 kcal; Białko ogółem: 22.86 g; Tłuszcz: 7.83 g; Kw. tł. nasy.: 0.25 g; Węglowodany ogółem: 226.66 g; W tym cukry: 44.09 g; Błonnik pok.: 4.91 g; Sól: 0.64 g; WW: 22.27 Por; : 8.58 %; : 194.79 %; Ener. z T: 6.61 %; Ener. z Bł.: 0.92 %; K: 270.25 mg;	Wartość energetyczna: 1919.54 kcal; Białko ogółem: 79.27 g; Tłuszcz: 52.13 g; Kw. tł. nasy.: 23.21 g; Węglowodany ogółem: 291.31 g; W tym cukry: 104.89 g; Błonnik pok.: 17.52 g; Sól: 4.51 g; WW: 27.54 Por; : 16.52 %; : 726.89 %; Ener. z T: 24.44 %; Ener. z Bł.: 1.82 %; K: 3141.52 mg;	Wartość energetyczna: 2697.93 kcal; Białko ogółem: 112.62 g; Tłuszcz: 65.04 g; Kw. tł. nasy.: 26.92 g; Węglowodany ogółem: 428.40 g; W tym cukry: 123.00 g; Błonnik pok.: 27.84 g; Sól: 7.67 g; WW: 40.21 Por; : 16.70 %; : 985.17 %; Ener. z T: 21.70 %; Ener. z Bł.: 2.06 %; K: 4577.17 mg;	Wartość energetyczna: 2644.63 kcal; Białko ogółem: 112.22 g; Tłuszcz: 74.12 g; Kw. tł. nasy.: 26.90 g; Węglowodany ogółem: 405.50 g; W tym cukry: 125.64 g; Błonnik pok.: 41.58 g; Sól: 7.17 g; WW: 36.58 Por; : 16.97 %; : 1085.23 %; Ener. z T: 25.22 %; Ener. z Bł.: 3.14 %; K: 5150.64 mg;	Wartość energetyczna: 2344.12 kcal; Białko ogółem: 85.30 g; Tłuszcz: 67.85 g; Kw. tł. nasy.: 23.30 g; Węglowodany ogółem: 355.37 g; W tym cukry: 97.08 g; Błonnik pok.: 21.78 g; Sól: 4.13 g; WW: 33.48 Por; : 14.56 %; : 798.23 %; Ener. z T: 26.05 %; Ener. z Bł.: 1.86 %; K: 4133.00 mg;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-06-03 do dnia 2024-06-09 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- Wegetariańska	SIE- Pooperacyjna	SIE- Dzieci 1-3 lat Łatwo strawna	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż łatwostrawna	SIE- Z ogr.subst.pobudz.wydz.soków żołądkowych
2024-06-03 poniedziałek	Śniadanie	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bułka graham-pszena 60g 1 szt (GLU PSZ) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Hummus 50 g (SEZ) Sałatka z pomidora i mixu sałat z olejem 200 g Gruszka 1szt. 150 g	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 75 g (SOJ)	Kasza kukurydziana na mleku 250 ml (MLE) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (GLU PSZ, SOJ, MLE) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 25 g (SOJ) Sałatka z pomidora i mixu sałat z olejem 100 g	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (GLU PSZ, SOJ, MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (SOJ) Sałatka z pomidora i mixu sałat z olejem 200 g	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 5 g (MLE) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (SOJ) Sałatka z pomidora i mixu sałat z olejem 200 g Jabłko pieczone 1szt. 1 szt
	II ŚN			Jabłko pieczone 1szt. 1 szt		
	Obiad	Barszcz czerwony z botwinką i ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Sos jogurtowo-truskawkowy* 80 g (MLE) Ryż na sypko 180 g Surówka z marchwi z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana (bez mleka) () 300 ml (GLU PSZ, SEL) Ryż na sypko 180 g Pulpet wieprzowy 100 g (GLU PSZ, JAJ) Sos ziołowy* 80 ml (GLU PSZ, SEL) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g (SEL) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz czerwony z ziemniakami () 250 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Ryż na sypko 90 g Sos jogurtowo-truskawkowy* 80 g (MLE) Surówka z marchwi z olejem () 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz czerwony z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Ryż na sypko 180 g Sos jogurtowo-truskawkowy* 80 g (MLE) Surówka z marchwi z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz czerwony z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Ryż na sypko 180 g Sos jogurtowo-truskawkowy* 80 g (MLE) Mus z jabłek () z/c 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD			Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml (MLE)		
	Kolejca	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Serek a'la homogenizowany 80 g (MLE) Ser żółty 25 g (MLE) Ogórek świeży 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Baton szynkowy z kurcząt 25 g (może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR) Serek a'la homogenizowany 80 g (MLE) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Baton szynkowy z kurcząt 25 g (może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR) Serek a'la homogenizowany 50 g (MLE) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Baton szynkowy z kurcząt 25 g (może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR) Serek a'la homogenizowany 80 g (MLE) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 5 g (MLE) Baton szynkowy z kurcząt 25 g (może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR) Serek a'la homogenizowany 80 g (MLE) Pomidor b/skórki 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt

Jadłospisy za okres od dnia 2024-06-03 do dnia 2024-06-09 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- Wegetariańska	SIE- Pooperacyjna	SIE- Dzieci 1-3 lat Łatwo strawna	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż łatwostrawna	SIE- Z ogr.subst.pobudz.wydz.soków żołądkowych
2024-06-03 poniedziałek	PN	Podplomyki b/c 20 g (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Sok pomidorowy 0,3l 1 szt	Podplomyki b/c 20 g (<u>GLU PSZ, MLE.</u>)	Sok przecierowy warzywno-owocowy 0,33 l 1 szt Podplomyki b/c 20 g (<u>GLU PSZ, MLE.</u>)	Podplomyki b/c 20 g (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Sok przecierowy warzywno-owocowy 0,33 l 1 szt	Podplomyki b/c 20 g (<u>GLU PSZ, MLE.</u>)
		Wartość energetyczna: 2390.26 kcal; Białko ogółem: 74.57 g; Tłuszcz: 76.37 g; Kw. tł. nasy.: 25.87 g; Węglowodany ogółem: 364.15 g; W tym cukry: 84.40 g; Błonnik pok.: 35.62 g; Sól: 8.94 g; WW: 32.92 Por; : 12.48 %; : 966.53 %; Ener. z T: 28.76 %; Ener. z Bł.: 2.98 %; K: 3557.75 mg;	Wartość energetyczna: 2562.22 kcal; Białko ogółem: 110.15 g; Tłuszcz: 67.46 g; Kw. tł. nasy.: 24.31 g; Węglowodany ogółem: 391.45 g; W tym cukry: 91.92 g; Błonnik pok.: 25.48 g; Sól: 7.49 g; WW: 36.74 Por; : 17.20 %; : 970.27 %; Ener. z T: 23.69 %; Ener. z Bł.: 1.99 %; K: 3529.98 mg;	Wartość energetyczna: 1800.77 kcal; Białko ogółem: 57.47 g; Tłuszcz: 46.99 g; Kw. tł. nasy.: 19.35 g; Węglowodany ogółem: 292.63 g; W tym cukry: 123.92 g; Błonnik pok.: 18.20 g; Sól: 4.44 g; WW: 27.57 Por; : 12.77 %; : 819.13 %; Ener. z T: 23.48 %; Ener. z Bł.: 2.02 %; K: 2887.15 mg;	Wartość energetyczna: 2564.46 kcal; Białko ogółem: 83.06 g; Tłuszcz: 61.85 g; Kw. tł. nasy.: 21.83 g; Węglowodany ogółem: 430.75 g; W tym cukry: 139.44 g; Błonnik pok.: 30.76 g; Sól: 8.03 g; WW: 40.19 Por; : 12.96 %; : 1047.69 %; Ener. z T: 21.71 %; Ener. z Bł.: 2.40 %; K: 3834.85 mg;	Wartość energetyczna: 2102.50 kcal; Białko ogółem: 77.18 g; Tłuszcz: 42.93 g; Kw. tł. nasy.: 13.70 g; Węglowodany ogółem: 362.51 g; W tym cukry: 75.54 g; Błonnik pok.: 21.57 g; Sól: 5.62 g; WW: 34.28 Por; : 14.68 %; : 931.23 %; Ener. z T: 18.37 %; Ener. z Bł.: 2.05 %; K: 2990.17 mg;
2024-06-04 wtorek	Śniadanie	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU JĘCZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Pasztet sojowy z pomidorami 80 g (<u>SOJ, GOR.</u>) Ser mozzarella kulki 35 g (<u>MLE.</u>) Pomidor koktajlowy 80 g Roszponka 20 g Kiwi 1 szt 1 szt Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU JĘCZ.</u>) Bułka pszenna długa krojona 120 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Twarożek 50 g (<u>MLE.</u>) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Płatki jęczmienne na mleku 250 ml (<u>MLE, GLU JĘCZ.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Ser mozzarella kulki 35 g (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Roszponka 20 g Pomidor koktajlowy 80 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU JĘCZ.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Ser mozzarella kulki 35 g (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Pomidor koktajlowy 80 g Roszponka 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU JĘCZ.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Ser mozzarella kulki 35 g (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Pomidor b/skórki 80 g Roszponka 20 g Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Herbata czarna granulowana z/c 250 ml
	II ŚN			Jabłko pieczone 1szt. 1 szt		
	Obiad	Jarzynowa z zacierką () 300 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 180 g Kotlety sojowe 100 g (<u>SOJ.</u>) Surówka wykwinna z olejem b/c 100 g Fasolka szparagowa z wody* 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Ryżowa (bez mleka) () 300 ml (<u>SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 180 g Filet z indyka gotowany 100 g Sos pietruszkowy* 80 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Marchew gotowana z olejem () 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Jarzynowa z zacierką () 250 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 90 g Filet z indyka gotowany 70 g Sos pietruszkowy* 80 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Fasolka szparagowa z wody* 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Jarzynowa z zacierką () 300 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 180 g Filet z indyka gotowany 100 g Sos pietruszkowy* 80 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Fasolka szparagowa z wody* 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Jarzynowa z zacierką () 300 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 180 g Pulpet drobiowy z indyka 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos pietruszkowy* 80 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Buraczki gotowane () 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml
	PD			Drożdżówka mini 50g 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>)		

Jadłospisy za okres od dnia 2024-06-03 do dnia 2024-06-09 KUCHNIA SIEDLCE

	SIE- Wegetariańska	SIE- Pooperacyjna	SIE- Dzieci 1-3 lat Łatwo strawna	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż łatwostrawna	SIE- Z ogr.subst.pobudz.wydz.soków żołądkowych	
2024-06-04 wtorek	Kolacja	Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Połudwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkim wody wędzona parzona 50 g (GLU PSZ. SOJ.) Miód (25g) 1 szt Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Połudwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkim wody wędzona parzona 50 g (GLU PSZ. SOJ.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (MLE.)	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ. GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Połudwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkim wody wędzona parzona 50 g (GLU PSZ. SOJ.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (MLE.)	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ. GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Połudwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkim wody wędzona parzona 50 g (GLU PSZ. SOJ.) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 25 g Pomidor b/skórki 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE.)	
	PN	Przecier owocowy jablko-truskawka 120g 1 szt (może zawierać: MLE.)				
	Wartość energetyczna: 2383.41 kcal; Białko ogółem: 91.00 g; Tłuszcz: 79.45 g; Kw. tł. nasy.: 29.40 g; Węglowodany ogółem: 338.21 g; W tym cukry: 83.32 g; Błonnik pok.: 44.49 g; Sól: 7.97 g; WW: 29.58 Por; : 15.27 %; : 855.49 %; Ener. z T: 30.00 %; Ener. z Bł.: 3.73 %; K: 3731.24 mg;	Wartość energetyczna: 2261.03 kcal; Białko ogółem: 99.39 g; Tłuszcz: 43.14 g; Kw. tł. nasy.: 18.37 g; Węglowodany ogółem: 381.19 g; W tym cukry: 88.53 g; Błonnik pok.: 26.80 g; Sól: 8.10 g; WW: 35.54 Por; : 17.58 %; : 939.25 %; Ener. z T: 17.17 %; Ener. z Bł.: 2.37 %; K: 3886.35 mg;	Wartość energetyczna: 1732.58 kcal; Białko ogółem: 86.88 g; Tłuszcz: 47.51 g; Kw. tł. nasy.: 23.21 g; Węglowodany ogółem: 246.96 g; W tym cukry: 85.09 g; Błonnik pok.: 17.66 g; Sól: 6.66 g; WW: 23.09 Por; : 20.06 %; : 754.87 %; Ener. z T: 24.68 %; Ener. z Bł.: 2.04 %; K: 3109.13 mg;	Wartość energetyczna: 2329.26 kcal; Białko ogółem: 111.11 g; Tłuszcz: 51.22 g; Kw. tł. nasy.: 24.36 g; Węglowodany ogółem: 368.24 g; W tym cukry: 90.14 g; Błonnik pok.: 27.65 g; Sól: 9.62 g; WW: 34.30 Por; : 19.08 %; : 955.61 %; Ener. z T: 19.79 %; Ener. z Bł.: 2.37 %; K: 4291.85 mg;	Wartość energetyczna: 2226.59 kcal; Białko ogółem: 98.88 g; Tłuszcz: 50.25 g; Kw. tł. nasy.: 23.11 g; Węglowodany ogółem: 357.32 g; W tym cukry: 101.40 g; Błonnik pok.: 28.29 g; Sól: 9.79 g; WW: 32.96 Por; : 17.76 %; : 993.45 %; Ener. z T: 20.31 %; Ener. z Bł.: 2.54 %; K: 3893.95 mg;	
2024-06-05 środa	Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ. GLU ŻYT.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ. GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Serek a'la homogenizowany 80 g (MLE.) Powidła śliwkowe 25 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Jabłko 1 szt 1 szt	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Serek a'la homogenizowany 80 g (MLE.) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 25 g (może zawierać: MLE, GOR.)	Płatki owsiane na mleku 250 ml (MLE, GLU OW.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Serek a'la homogenizowany 80 g (MLE.) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 25 g (może zawierać: MLE, GOR.) Pomidor 80 g Sałata zielona 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 70 g (GLU PSZ. GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Serek a'la homogenizowany 80 g (MLE.) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 25 g (może zawierać: MLE, GOR.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ. GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Serek a'la homogenizowany 80 g (MLE.) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 25 g (może zawierać: MLE, GOR.) Pomidor b/skórki 80 g Sałata zielona 20 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Jabłko pieczone 1szt. 1 szt
	II ŚN	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt				

Jadłospisy za okres od dnia 2024-06-03 do dnia 2024-06-09 KUCHNIA SIEDLCE

	SIE- Wegetariańska	SIE- Pooperacyjna	SIE- Dzieci 1-3 lat Łatwo strawna	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż łatwostrawna	SIE- Z ogr.subst.pobudz.wydz.soków żołądkowych	
2024-06-05-środa	Obiad	Kapuśniak z kapusty białej () 300 ml (GLU PSZ, SEL, GOR,) Kotlety z soczewicy () 300 g (GLU PSZ, JAJ,) Sos jarzynowy () 80 ml (GLU PSZ, SEL,) Surówka z marchwi z olejem () 100 g Cukinia pieczona z olejem * 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Ryż na sypko 180 g Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g (GLU PSZ, JAJ,) Sos jarzynowy () 80 ml (GLU PSZ, SEL,) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana () 250 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Kasza jaglana na sypko 90 g Pieczeń rzymska wieprzowa 60 g (GLU PSZ, JAJ,) Sos jarzynowy () 40 ml (GLU PSZ, SEL,) Cukinia pieczona z olejem * 50 g Surówka z marchwi z olejem () 50 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Kasza jaglana na sypko 180 g Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g (GLU PSZ, JAJ,) Sos jarzynowy () 80 ml (GLU PSZ, SEL,) Surówka z marchwi z olejem () 100 g Cukinia pieczona z olejem * 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Kasza jaglana na sypko 180 g Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g (GLU PSZ, JAJ,) Sos jarzynowy () 80 ml (GLU PSZ, SEL,) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
		PD	Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml	Budyń o smaku śmietankowym b/c 200 ml (MLE,)		
2024-06-05-środa	Kolejacja	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Paprykarz szczeciński 50 g (RYB, SOJ,) Ser żółty 50 g (MLE,) Ogórek świeży 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g (GLU PSZ,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Szynka z piersią kurczaka-wędl.z drob.gr.rozd.parzo.w osł.niejadalnej 50 g (SOJ,) Dżem 25 g 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Szynka z piersią kurczaka-wędl.z drob.gr.rozd.parzo.w osł.niejadalnej 25 g (SOJ,) Dżem 25 g 1 szt 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 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Szynka z piersią kurczaka-wędl.z drob.gr.rozd.parzo.w osł.niejadalnej 50 g (SOJ,) Dżem 25 g 1 szt 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 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Szynka z piersią kurczaka-wędl.z drob.gr.rozd.parzo.w osł.niejadalnej 50 g (SOJ,) Dżem 25 g 1 szt Sałata zielona 20 g Pomidor b/skórki 80 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
		PN	Ciasto drożdżowe 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, S02,)			
	Wartość energetyczna: 3284.88 kcal; Białko ogółem: 112.99 g; Tłuszcz: 136.88 g; Kw. tł. nasy.: 35.99 g; Węglowodany ogółem: 421.45 g; W tym cukry: 87.69 g; Błonnik pok.: 48.23 g; Sól: 8.58 g; WW: 37.39 Por; : 13.76 %; : 991.32 %; Ener. z T: 37.50 %; Ener. z Bł.: 2.94 %; K: 4601.76 mg;	Wartość energetyczna: 2662.68 kcal; Białko ogółem: 103.86 g; Tłuszcz: 70.12 g; Kw. tł. nasy.: 24.12 g; Węglowodany ogółem: 423.04 g; W tym cukry: 87.40 g; Błonnik pok.: 20.48 g; Sól: 6.83 g; WW: 40.38 Por; : 15.60 %; : 918.96 %; Ener. z T: 23.70 %; Ener. z Bł.: 1.54 %; K: 3149.96 mg;	Wartość energetyczna: 1898.81 kcal; Białko ogółem: 78.66 g; Tłuszcz: 55.68 g; Kw. tł. nasy.: 23.20 g; Węglowodany ogółem: 283.80 g; W tym cukry: 89.01 g; Błonnik pok.: 18.54 g; Sól: 4.19 g; WW: 26.65 Por; : 16.57 %; : 815.19 %; Ener. z T: 26.39 %; Ener. z Bł.: 1.95 %; K: 3088.32 mg;	Wartość energetyczna: 2661.84 kcal; Białko ogółem: 109.08 g; Tłuszcz: 70.88 g; Kw. tł. nasy.: 26.64 g; Węglowodany ogółem: 419.98 g; W tym cukry: 97.82 g; Błonnik pok.: 29.03 g; Sól: 7.77 g; WW: 39.20 Por; : 16.39 %; : 983.70 %; Ener. z T: 23.97 %; Ener. z Bł.: 2.18 %; K: 3938.21 mg;	Wartość energetyczna: 2473.31 kcal; Białko ogółem: 102.58 g; Tłuszcz: 68.72 g; Kw. tł. nasy.: 24.34 g; Węglowodany ogółem: 382.19 g; W tym cukry: 73.51 g; Błonnik pok.: 25.36 g; Sól: 7.42 g; WW: 35.76 Por; : 16.59 %; : 866.53 %; Ener. z T: 25.00 %; Ener. z Bł.: 2.05 %; K: 3579.34 mg;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-06-03 do dnia 2024-06-09 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- Wegetariańska	SIE- Pooperacyjna	SIE- Dzieci 1-3 lat Łatwo strawna	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż łatwostrawna	SIE- Z ogr.subst.pobudz.wydz.soków zołądkowych
2024-06-06 czwartek	Śniadanie	Kasza manna na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka graham-pszenna 60g 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Paszet z fasoli () 60 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Twarożek 50 g (<u>MLE.</u>) Ogórek świeży 80 g Rukola 20 g Melon 100 g	Kasza manna na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Dżem 25 g 1 szt	Kasza manna na mleku 250 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Twarożek 50 g (<u>MLE.</u>) 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, SOJ, MLE.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Twarożek 50 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 80 g Rukola 20 g	Kasza manna na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Twarożek 50 g (<u>MLE.</u>) Pomidor b/skórki 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml
	II ŚN		Jabłko pieczone 1szt. 1 szt		Melon 100 g	
	Obiad	Szpinakowa z ziemniakami () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Makaron z warzywami i serem żółtym* 300 g (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Surówka z rzodkwi białej i jabłka () 100 g (<u>MLE.</u>) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Szpinakowa z ziemniakami () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Makaron 180 g (<u>GLU PSZ.</u>) Klopsik wieprzowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos bazyliowy* 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	Szpinakowa z ziemniakami () 250 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Makaron z sosem bolognese, z łop wp - dieta () 150 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Szpinakowa z ziemniakami () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Makaron z sosem bolognese, z łop wp - dieta () 300 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Szpinakowa z ziemniakami () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Makaron z sosem bolognese, z łop wp - dieta () 300 g (<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		Podplomyki b/c 20 g (<u>GLU PSZ, MLE.</u>)	Podplomyki b/c 20 g (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)		
Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</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 Bułka pszenna długa krojona 120 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Szynka z piersią indyczą- wędlna drobiowa grubo rozdrobniona, parzona,w osłonce niejadalanej 75 g (<u>SOJ, SEL.</u>) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 70 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 70 g (<u>GLU PSZ.</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 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</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	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-06-03 do dnia 2024-06-09 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- Wegetariańska	SIE- Pooperacyjna	SIE- Dzieci 1-3 lat Łatwo strawna	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż łatwostrawna	SIE- Z ogr.subst.pobudz.wydz.soków zoładkowych
2024-06-06 czwartek	PN	Mus tymbark ryż + owoce tropikalne 100 g 1 szt				
		Wartość energetyczna: 2424.51 kcal; Białko ogółem: 78.43 g; Tłuszcz: 72.21 g; Kw. tł. nasy.: 23.55 g; Węglowodany ogółem: 379.39 g; W tym cukry: 105.02 g; Błonnik pok.: 39.31 g; Sól: 4.65 g; WW: 33.98 Por; : 12.94 %; : 1094.31 %; Ener. z T: 26.81 %; Ener. z Bł.: 3.24 %; K: 4605.49 mg;	Wartość energetyczna: 2462.09 kcal; Białko ogółem: 95.65 g; Tłuszcz: 63.10 g; Kw. tł. nasy.: 21.24 g; Węglowodany ogółem: 390.80 g; W tym cukry: 94.82 g; Błonnik pok.: 25.90 g; Sól: 7.62 g; WW: 36.54 Por; : 15.54 %; : 837.71 %; Ener. z T: 23.07 %; Ener. z Bł.: 2.10 %; K: 3030.84 mg;	Wartość energetyczna: 1792.39 kcal; Białko ogółem: 82.16 g; Tłuszcz: 38.37 g; Kw. tł. nasy.: 13.82 g; Węglowodany ogółem: 284.77 g; W tym cukry: 99.15 g; Błonnik pok.: 17.34 g; Sól: 4.32 g; WW: 26.75 Por; : 18.34 %; : 844.15 %; Ener. z T: 19.27 %; Ener. z Bł.: 1.94 %; K: 3359.02 mg;	Wartość energetyczna: 2411.47 kcal; Białko ogółem: 111.82 g; Tłuszcz: 52.11 g; Kw. tł. nasy.: 16.53 g; Węglowodany ogółem: 380.19 g; W tym cukry: 106.27 g; Błonnik pok.: 23.59 g; Sól: 5.97 g; WW: 35.71 Por; : 18.55 %; : 974.04 %; Ener. z T: 19.45 %; Ener. z Bł.: 1.96 %; K: 4111.45 mg;	Wartość energetyczna: 2399.88 kcal; Białko ogółem: 102.88 g; Tłuszcz: 58.02 g; Kw. tł. nasy.: 15.65 g; Węglowodany ogółem: 381.49 g; W tym cukry: 97.84 g; Błonnik pok.: 34.36 g; Sól: 7.40 g; WW: 34.75 Por; : 17.15 %; : 875.94 %; Ener. z T: 21.76 %; Ener. z Bł.: 2.86 %; K: 3938.87 mg;
2024-06-07 piątek	Śniadanie	Zacierka na mleku 300 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Powidła śliwkowe 25 g Serek wiejski lekki 3% tł 150g 1 szt (MLE) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ) Banan 150 g	Zacierka na mleku 300 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Miód (25g) 1 szt Serek wiejski lekki 3% tł 150g 1 szt (MLE)	Zacierka na mleku 250 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Miód (25g) 1 szt Serek wiejski lekki 3% tł 150g 1 szt (MLE) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ)	Zacierka na mleku 300 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Miód (25g) 1 szt Serek wiejski lekki 3% tł 150g 1 szt (MLE) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ)	Zacierka na mleku 300 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Serek wiejski lekki 3% tł 150g 1 szt (MLE) Miód (25g) 1 szt Pomidor b/skórki 80 g Sałata zielona 20 g Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ)
	II ŚN		Jabłko pieczone 1szt. 1 szt		Banan 150 g	
	Obiad	Krupnik jęczmienny () 300 ml (MLE, SEL, GLU JĘCZ) Ziemniaki gotowane () 180 g Ryba smażona (Morszczuk) 100 g (GLU PSZ, JAJ, RYB) Surówka z kapusty młodej z olejem () 100 g Warzywa po grecku () 100 g (GLU PSZ, SEL) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Krupnik jęczmienny () 300 ml (MLE, SEL, GLU JĘCZ) Ziemniaki gotowane () 180 g Pulpet rybny (Morszczuk) 100 g (GLU PSZ, JAJ, RYB) Sos koperkowy * 80 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Warzywa po grecku () 200 g (GLU PSZ, SEL) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Krupnik jęczmienny () 250 ml (MLE, SEL, GLU JĘCZ) Ziemniaki gotowane () 90 g Pulpet rybny (Morszczuk) 60 g (GLU PSZ, JAJ, RYB) Sos koperkowy * 40 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Warzywa po grecku () 100 g (GLU PSZ, SEL) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Krupnik jęczmienny () 300 ml (MLE, SEL, GLU JĘCZ) Ziemniaki gotowane () 180 g Pulpet rybny (Morszczuk) 100 g (GLU PSZ, JAJ, RYB) Sos koperkowy * 80 ml (GLU PSZ, MLE) Warzywa po grecku () 200 g (GLU PSZ, SEL) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	
	PD	Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml (MLE)				

Jadłospisy za okres od dnia 2024-06-03 do dnia 2024-06-09 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- Wegetariańska	SIE- Pooperacyjna	SIE- Dzieci 1-3 lat Łatwo strawna	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż łatwostrawna	SIE- Z ogr.subst.pobudz.wydz.soków żołądkowych
2024-06-07 piątek	Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Ser żółty 25 g (MLE.) Papryka świeża 80 g Mix sałat 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Dżem 25 g 1 szt Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (SOJ.)	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Dżem 25 g 1 szt Pomidor 80 g Mix sałat 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Dżem 25 g 1 szt Pomidor 80 g Mix sałat 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (SOJ.) Dżem 25 g 1 szt Pomidor b/skórki 80 g Mix sałat 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PN	Mleko Smakowe UHT 1,5% tł 0,2l 1 szt (MLE.) Podplomyki b/c 20 g (GLU PSZ, MLE.)	Podplomyki b/c 20 g (GLU PSZ, MLE.)	Mleko Smakowe UHT 1,5% tł 0,2l 1 szt (MLE.) Podplomyki b/c 20 g (GLU PSZ, MLE.)	Podplomyki b/c 20 g (GLU PSZ, MLE.) Mleko Smakowe UHT 1,5% tł 0,2l 1 szt (MLE.)	Mleko Smakowe UHT 1,5% tł 0,2l 1 szt (MLE.) Podplomyki b/c 20 g (GLU PSZ, MLE.)
		Wartość energetyczna: 2787.81 kcal; Białko ogółem: 118.97 g; Tłuszcz: 79.90 g; Kw. tł. nasy.: 28.38 g; Węglowodany ogółem: 414.70 g; W tym cukry: 112.38 g; Błonnik pok.: 36.20 g; Sól: 7.82 g; WW: 38.04 Por; : 17.07 %; : 987.20 %; Ener. z T: 25.79 %; Ener. z Bł.: 2.60 %; K: 4829.13 mg;	Wartość energetyczna: 2573.60 kcal; Białko ogółem: 111.74 g; Tłuszcz: 52.95 g; Kw. tł. nasy.: 19.31 g; Węglowodany ogółem: 425.66 g; W tym cukry: 113.07 g; Błonnik pok.: 24.67 g; Sól: 7.53 g; WW: 40.27 Por; : 17.37 %; : 1021.22 %; Ener. z T: 18.52 %; Ener. z Bł.: 1.92 %; K: 3891.08 mg;	Wartość energetyczna: 2172.66 kcal; Białko ogółem: 91.09 g; Tłuszcz: 53.28 g; Kw. tł. nasy.: 23.05 g; Węglowodany ogółem: 340.62 g; W tym cukry: 128.19 g; Błonnik pok.: 17.24 g; Sól: 4.44 g; WW: 32.54 Por; : 16.77 %; : 883.98 %; Ener. z T: 22.07 %; Ener. z Bł.: 1.59 %; K: 3640.51 mg;	Wartość energetyczna: 2893.23 kcal; Białko ogółem: 118.87 g; Tłuszcz: 62.49 g; Kw. tł. nasy.: 24.86 g; Węglowodany ogółem: 477.79 g; W tym cukry: 138.07 g; Błonnik pok.: 29.06 g; Sól: 7.66 g; WW: 45.08 Por; : 16.43 %; : 1099.66 %; Ener. z T: 19.44 %; Ener. z Bł.: 2.01 %; K: 4956.51 mg;	Wartość energetyczna: 2598.32 kcal; Białko ogółem: 114.46 g; Tłuszcz: 55.08 g; Kw. tł. nasy.: 20.86 g; Węglowodany ogółem: 425.84 g; W tym cukry: 98.87 g; Błonnik pok.: 29.40 g; Sól: 8.61 g; WW: 39.84 Por; : 17.62 %; : 978.84 %; Ener. z T: 19.08 %; Ener. z Bł.: 2.26 %; K: 4195.24 mg;
2024-06-08 sobota	Śniadanie	Platki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Hummus 80 g (SEZ.) Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt (MLE.) Rzodkiew biała 80 g Roszponka 20 g Jabłko 1 szt 1 szt	Platki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (może zawierać: MLE, GOR.) Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt (MLE.)	Platki owsiane na mleku 250 ml (MLE, GLU OW.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (może zawierać: MLE, GOR.) Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt (MLE.) Pomidor 80 g Roszponka 20 g	Platki 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 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (może zawierać: MLE, GOR.) Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt (MLE.) Pomidor 80 g Roszponka 20 g	Platki 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 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (może zawierać: MLE, GOR.) Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt (MLE.) Pomidor b/skórki 80 g Roszponka 20 g Jabłko pieczone 1szt. 1 szt
	II ŚN		Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Jabłko 1 szt 1 szt		

Jadłospisy za okres od dnia 2024-06-03 do dnia 2024-06-09 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- Wegetariańska	SIE- Pooperacyjna	SIE- Dzieci 1-3 lat Łatwo strawna	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż łatwostrawna	SIE- Z ogr.subst.pobudz.wydz.soków żołądkowych	
2024-06-08 sobota	Obiad	Koperkowa z ziemniakami () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Kotlet z ciecioriki i pieczarek 300 g (<u>GLU PSZ.</u>) Buraczki oprószone () 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ziemniakami () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ryż na sypko 180 g Potrawka drobiowa () 150 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Marchew gotowana z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ziemniakami () 250 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ryż na sypko 90 g Potrawka drobiowa () 60 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Buraczki oprószone () 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ziemniakami () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ryż na sypko 180 g Potrawka drobiowa () 150 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Buraczki oprószone () 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt		
	PD		Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml	Maślanka truskawkowa 200 ml (<u>MLE.</u>)			
	Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Pasta z groszku zielonego b/ml 30 g Pasta z twarogu z natką pietruszki 80 g (<u>MLE.</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 Bułka pszenna długa krojona 120 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Szynka z piersią kurczaka-wędz.z drob.gr.rozd.parzo.w osł.niejadalnej 50 g (<u>SOJ.</u>) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g Pasta z twarogu z natką pietruszki 40 g (<u>MLE.</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 Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g Pasta z twarogu z natką pietruszki 40 g (<u>MLE.</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 Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g Pasta z twarogu z natką pietruszki 80 g (<u>MLE.</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 Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Pasta z twarogu z natką pietruszki 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 Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)	
	PN	Mus- przecier owocowy jablko 100g (tubka) 1 szt					
		Wartość energetyczna: 2974.39 kcal; Białko ogółem: 95.89 g; Tłuszcz: 118.31 g; Kw. tł. nasy.: 28.85 g; Węglowodany ogółem: 387.64 g; W tym cukry: 102.12 g; Błonnik pok.: 54.53 g; Sól: 7.33 g; WW: 33.38 Por; : 12.90 %; : 926.11 %; Ener. z T: 35.80 %; Ener. z Bł.: 3.67 %; K: 3943.16 mg;	Wartość energetyczna: 2260.58 kcal; Białko ogółem: 85.82 g; Tłuszcz: 58.46 g; Kw. tł. nasy.: 22.68 g; Węglowodany ogółem: 372.22 g; W tym cukry: 101.02 g; Błonnik pok.: 26.57 g; Sól: 7.58 g; WW: 34.62 Por; : 15.18 %; : 890.23 %; Ener. z T: 23.27 %; Ener. z Bł.: 2.35 %; K: 3088.05 mg;	Wartość energetyczna: 1701.83 kcal; Białko ogółem: 71.45 g; Tłuszcz: 47.48 g; Kw. tł. nasy.: 24.36 g; Węglowodany ogółem: 255.17 g; W tym cukry: 86.20 g; Błonnik pok.: 16.25 g; Sól: 4.65 g; WW: 23.91 Por; : 16.79 %; : 756.67 %; Ener. z T: 25.11 %; Ener. z Bł.: 1.91 %; K: 2891.77 mg;	Wartość energetyczna: 2471.36 kcal; Białko ogółem: 105.31 g; Tłuszcz: 57.67 g; Kw. tł. nasy.: 27.44 g; Węglowodany ogółem: 395.28 g; W tym cukry: 100.15 g; Błonnik pok.: 26.55 g; Sól: 7.61 g; WW: 36.90 Por; : 17.04 %; : 940.88 %; Ener. z T: 21.00 %; Ener. z Bł.: 2.15 %; K: 3881.62 mg;	Wartość energetyczna: 2322.06 kcal; Białko ogółem: 98.87 g; Tłuszcz: 54.67 g; Kw. tł. nasy.: 25.44 g; Węglowodany ogółem: 370.98 g; W tym cukry: 99.94 g; Błonnik pok.: 26.48 g; Sól: 7.39 g; WW: 34.47 Por; : 17.03 %; : 936.74 %; Ener. z T: 21.19 %; Ener. z Bł.: 2.28 %; K: 3862.29 mg;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-06-03 do dnia 2024-06-09 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- Wegetariańska	SIE- Pooperacyjna	SIE- Dzieci 1-3 lat Łatwo strawna	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż łatwostrawna	SIE- Z ogr.subst.pobudz.wydz.soków żołądkowych
2024-06-09 niedziela	Śniadanie	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Paszet sojowy z pomidorami 100 g (SOJ, GOR) Pomidor 80 g Mix sałat 20 g Kiwi 1 szt 1 szt Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw oslonce niejadalnej 50 g (SOJ) 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 (MLE) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw oslonce niejadalnej 50 g (SOJ) 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 (MLE) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw oslonce niejadalnej 50 g (SOJ) 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 (MLE) Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 5 g (MLE) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw oslonce niejadalnej 50 g (SOJ) 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			Banan 150 g		
	Obiad	Pomidorowa z zacierką () 300 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL) Ziemniaki gotowane () 180 g Kotlety sojowe 100 g (SOJ) Mizeria 100 g (MLE) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 100 g (SEL) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Ryżowa (bez mleka) () 300 ml (SEL) Ziemniaki gotowane () 180 g Schab duszony 100 g Sos własny () 80 ml (GLU PSZ, SEL) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g (SEL) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Pomidorowa z zacierką () 250 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL) Ziemniaki gotowane () 90 g Pulpet wieprzowy 50 g (GLU PSZ, JAJ) Sos ziołowy 40 ml (GLU PSZ, SEL) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 100 g (SEL) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Pomidorowa z zacierką () 300 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL) Ziemniaki gotowane () 180 g Pulpet wieprzowy 100 g (GLU PSZ, JAJ) Sos ziołowy 80 ml (GLU PSZ, SEL) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g (SEL) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Pomidorowa z zacierką () 300 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL) Ziemniaki gotowane () 180 g Schab duszony 100 g Sos własny () 80 ml (GLU PSZ, SEL) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g (SEL) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml
	PD		Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml (MLE)	Budyń o smaku śmietankowym z/c 100 ml (MLE) Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 30 g	Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml (MLE) Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 30 g	
	Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Serek a'la homogenizowany 80 g (MLE) Dżem 25 g 1 szt Rzodkiew biała 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Serek a'la homogenizowany 80 g (MLE) Baton szynkowy z kurcząt 25 g (może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Serek a'la homogenizowany 50 g (MLE) Baton szynkowy z kurcząt 25 g (może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Serek a'la homogenizowany 80 g (MLE) Baton szynkowy z kurcząt 25 g (może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 5 g (MLE) Serek a'la homogenizowany 80 g (MLE) Baton szynkowy z kurcząt 25 g (może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR) Sałata zielona 20 g Pomidor b/skórki 80 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt

Jadłospisy za okres od dnia 2024-06-03 do dnia 2024-06-09 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- Wegetariańska	SIE- Pooperacyjna	SIE- Dzieci 1-3 lat Łatwo strawna	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż łatwostrawna	SIE- Z ogr.subst.pobudz.wydz.soków żołądkowych
2024-06-09 niedziela	PN	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: 2376.83 kcal; Białko ogółem: 86.14 g; Tłuszcz: 63.87 g; Kw. tł. nasy.: 20.87 g; Węglowodany ogółem: 375.76 g; W tym cukry: 98.32 g; Błonnik pok.: 44.39 g; Sól: 7.02 g; WW: 33.23 Por; : 14.50 %; : 870.03 %; Ener. z T: 24.18 %; Ener. z Bł.: 3.74 %; K: 3893.84 mg;	Wartość energetyczna: 2608.45 kcal; Białko ogółem: 109.31 g; Tłuszcz: 66.31 g; Kw. tł. nasy.: 25.74 g; Węglowodany ogółem: 406.54 g; W tym cukry: 124.51 g; Błonnik pok.: 25.92 g; Sól: 6.88 g; WW: 38.27 Por; : 16.76 %; : 1017.71 %; Ener. z T: 22.88 %; Ener. z Bł.: 1.99 %; K: 4495.54 mg;	Wartość energetyczna: 2021.61 kcal; Białko ogółem: 71.16 g; Tłuszcz: 54.67 g; Kw. tł. nasy.: 22.91 g; Węglowodany ogółem: 320.03 g; W tym cukry: 127.00 g; Błonnik pok.: 18.83 g; Sól: 4.74 g; WW: 30.30 Por; : 14.08 %; : 787.78 %; Ener. z T: 24.34 %; Ener. z Bł.: 1.86 %; K: 3455.35 mg;	Wartość energetyczna: 2886.00 kcal; Białko ogółem: 105.68 g; Tłuszcz: 72.66 g; Kw. tł. nasy.: 27.80 g; Węglowodany ogółem: 467.22 g; W tym cukry: 148.40 g; Błonnik pok.: 31.92 g; Sól: 8.18 g; WW: 43.73 Por; : 14.65 %; : 1053.27 %; Ener. z T: 22.66 %; Ener. z Bł.: 2.21 %; K: 4995.28 mg;	Wartość energetyczna: 2485.84 kcal; Białko ogółem: 108.26 g; Tłuszcz: 56.28 g; Kw. tł. nasy.: 18.41 g; Węglowodany ogółem: 401.65 g; W tym cukry: 124.33 g; Błonnik pok.: 29.12 g; Sól: 6.77 g; WW: 37.47 Por; : 17.42 %; : 1043.80 %; Ener. z T: 20.38 %; Ener. z Bł.: 2.34 %; K: 4968.15 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,