

Jadłospisy za okres od dnia 2026-03-23 do dnia 2026-03-29 KUCHNIA SIEDLCE

	SIE- Podstawowa/Ogólna	SIE- Podstawowa wzbogacona	SIE- Położnicza podstawowa	SIE- Położnicza łatwostrawna	SIE- Z ogr. łatwoprzyswajalnych węglowodanów	SIE- Z ogr. łatwoprzyswajalnych węgl. b/ml	SIE- Cukrzyca lekko strawna	SIE- Płynna 3x/Płynna wzb. 5x	SIE- Płynna wzbogacona b/ml	SIE- Papkowata
2026-03-23, poniedziałek	Śniadanie	<p>Płatki owsiane na mleku 300 ml (<b>MLE, GLU OW.</b>) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b>) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<b>GLU PSZ.</b>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<b>MLE.</b>) Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona, parzona, z dod. wody, białka wp 50 g (<b>SOJ. może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</b>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<b>JAJ.</b>) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Mandarynka 150 g</p>	<p>Płatki owsiane na mleku 300 ml (<b>MLE, GLU OW.</b>) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b>) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<b>GLU PSZ.</b>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<b>MLE.</b>) Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona, parzona, z dod. wody, białka wp 50 g (<b>SOJ. może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</b>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<b>JAJ.</b>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g</p>	<p>Płatki owsiane na mleku 300 ml (<b>MLE, GLU OW.</b>) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b>) Bułka pszenka kajzerka 50g 1 szt (<b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<b>MLE.</b>) Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona, parzona, z dod. wody, białka wp 50 g (<b>SOJ. może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</b>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<b>JAJ.</b>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g</p>	<p>Maślanka 150 ml (<b>MLE.</b>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<b>GLU PSZ.</b>) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (<b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b>) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<b>GLU PSZ.</b>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<b>MLE.</b>) Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona, parzona, z dod. wody, białka wp 50 g (<b>SOJ. może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</b>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<b>JAJ.</b>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g</p>	<p>Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (<b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b>) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<b>GLU PSZ.</b>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Jajko gotowane kl M 1 szt (<b>JAJ.</b>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g</p>	<p>Maślanka 150 ml (<b>MLE.</b>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<b>MLE.</b>) Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona, parzona, z dod. wody, białka wp 50 g (<b>SOJ. może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</b>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<b>JAJ.</b>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g</p>	<p>Płynna śniadanie mleczna-SIED 500 ml (<b>GLU PSZ, JAJ, MLE.</b>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml</p>	<p>Płynna śniadanie bezmleczna-SIED 500 ml (<b>GLU PSZ, JAJ.</b>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml</p>	<p>Płatki owsiane na mleku 300 ml (<b>MLE, GLU OW.</b>) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenka długa krojona 50 g (<b>GLU PSZ.</b>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<b>MLE.</b>) Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona, parzona, z dod. wody, białka wp 50 g (<b>SOJ. może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</b>) Pasta z jaj 80 g (<b>JAJ, MLE.</b>) Dynia z wody 100 g</p>
II ŚN		Mandarynka 150 g	Banan 150 g	Jabłko 150 g	Jabłko pieczone 150 g	Budyń o smaku śmietankowym b/c 200 ml ( <b>MLE.</b> )	Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml	Banan 150 g		

Jadłospisy za okres od dnia 2026-03-23 do dnia 2026-03-29 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- Podstawowa/Ogólna	SIE- Podstawowa wzbogacona	SIE- Położnicza podstawowa	SIE- Położnicza łatwostrawna	SIE- Z ogr. łatwoprzyswajalnych węglowodanów	SIE- Z ogr. łatwoprzyswajalnych węgl. b/ml	SIE- Cukrzyca lekko strawna	SIE- Płynna 3x/Płynna wzb. 5x	SIE- Płynna wzbogacona b/ml	SIE- Papkowata
2026-03-23 poniedziałek	Obiad	Kapuśniak z kapusty kiszzonej ( ) 300 ml ( <b>GLU PSZ, SEL, GOR,</b> ) Ryż z jabłkiem prażonym i cynamonem 300 g Sos jogurtowy naturalny 100 g ( <b>MLE,</b> ) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Wielowarzywna z ziemniakami ( ) 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL,</b> ) Naleśniki z serem 300 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE,</b> ) Sos jogurtowy naturalny 100 g ( <b>MLE,</b> ) Mus z jabłek prażonych 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Wielowarzywna z ziemniakami ( ) 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL,</b> ) Ryż z jabłkiem prażonym i cynamonem 300 g Sos jogurtowy naturalny 100 g ( <b>MLE,</b> ) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Kapuśniak z kapusty kiszzonej ( ) 300 ml ( <b>GLU PSZ, SEL, GOR,</b> ) Ryż na sypko (brązowy) 180 g Pulpet drobiowy 100 g ( <b>GLU PSZ, JAJ,</b> ) Sos pomidorowy 80 ml ( <b>GLU PSZ,</b> ) Surówka z marchwi z olejem b/c ( ) 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml	Kapuśniak z kapusty kiszzonej ( ) 300 ml ( <b>GLU PSZ, SEL, GOR,</b> ) Ryż na sypko (brązowy) 180 g Pulpet drobiowy 100 g ( <b>GLU PSZ, JAJ,</b> ) Sos pomidorowy 80 ml ( <b>GLU PSZ,</b> ) Surówka z marchwi z olejem b/c ( ) 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml	Wielowarzywna z ziemniakami ( ) 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL,</b> ) Ryż na sypko 180 g Pulpet drobiowy 100 g ( <b>GLU PSZ, JAJ,</b> ) Sos pomidorowy 80 ml ( <b>GLU PSZ,</b> ) Surówka z marchwi z olejem b/c ( ) 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml	Płynna obiad*(-)-SIED 500 ml ( <b>SEL,</b> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Wielowarzywna z ziemniakami ( ) 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL,</b> ) Ryż z jabłkiem prażonym i cynamonem 300 g Sos jogurtowy naturalny 100 g ( <b>MLE,</b> ) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml		
	PD		Kefir 1,5% tł 150g 1 Por ( <b>MLE,</b> ) Biszkopty b/ml 30 g ( <b>GLU PSZ, JAJ,</b> )		Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT,</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE,</b> ) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.p arzo.z dodat.wody w osł.niejad 20 g Sałata zielona 20 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT,</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.p arzo.z dodat.wody w osł.niejad 20 g Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT,</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE,</b> ) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.p arzo.z dodat.wody w osł.niejad 20 g Sałata zielona 20 g	Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml	Kefir 1,5% tł 150g 1 Por ( <b>MLE,</b> )		

Jadłospisy za okres od dnia 2026-03-23 do dnia 2026-03-29 KUCHNIA SIEDLCE

	SIE- Podstawowa/Ogólna	SIE- Podstawowa wzbogacona	SIE- Położnicza podstawowa	SIE- Położnicza łatwostrawna	SIE- Z ogr. łatwoprzyswajalnych węglowodanów	SIE- Z ogr. łatwoprzyswajalnych węgl. b/ml	SIE- Cukrzyca lekko strawna	SIE- Płynna 3x/Płynna wzb. 5x	SIE- Płynna wzbogacona b/ml	SIE- Papkowata
2026-03-23 poniedziałek	Kolacja	Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE.</u> ) Twarożek z papryką 80 g ( <u>MLE.</u> ) Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 25 g ( <u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u> ) Ćwikła z jabłkiem b/c () 80 g Sałata zielona 20 g	Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE.</u> ) Twarożek z papryką 80 g ( <u>MLE.</u> ) Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 25 g ( <u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u> ) Ćwikła z jabłkiem b/c () 80 g Sałata zielona 20 g	Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE.</u> ) Twarożek z koperkiem 80 g ( <u>MLE.</u> ) Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 25 g ( <u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u> ) Ćwikła z jabłkiem b/c () 80 g Sałata zielona 20 g	Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE.</u> ) Twarożek z papryką 80 g ( <u>MLE.</u> ) Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 25 g ( <u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u> ) Ćwikła z jabłkiem b/c () 80 g Sałata zielona 20 g	Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 75 g ( <u>SOJ.</u> ) Ćwikła z jabłkiem b/c () 80 g Sałata zielona 20 g	Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE.</u> ) Twarożek z koperkiem 80 g ( <u>MLE.</u> ) Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 25 g ( <u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u> ) Ćwikła z jabłkiem b/c () 80 g Sałata zielona 20 g	Płynna kolacja *( <u>SEL.</u> )-SIED 500 ml ( <u>SEL.</u> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE.</u> ) Twarożek 100 g ( <u>MLE.</u> ) Ćwikła z jabłkiem b/c () 100 g	
		PN	Przecier owocowy jabłko-truskawka 100g 1 szt	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt Pieczywo chrupkie ekstrudowane-żytnie 30 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u> )	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt	Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml	Przecier owocowy jabłko-truskawka 100g 1 szt			

Jadłospisy za okres od dnia 2026-03-23 do dnia 2026-03-29 KUCHNIA SIEDLCE

	SIE- Podstawowa/Ogólna	SIE- Podstawowa wzbogacona	SIE- Położnicza podstawowa	SIE- Położnicza łatwostrawna	SIE- Z ogr. łatwoprzyswajalnych węglowodanów	SIE- Z ogr. łatwoprzyswajalnych węgl. b/ml	SIE- Cukrzyca lekko strawna	SIE- Płynna 3x/Płynna wzb. 5x	SIE- Płynna wzbogacona b/ml	SIE- Papkowata
2026-03-23 poniedziałek	Wartość energetyczna: 2101.71 kcal; Białko ogółem: 78.89 g; Tłuszcz: 48.86 g; Kw. tł. nasy.: 22.11 g; Węglowodany ogółem: 355.07 g; W tym cukry: 102.93 g; Błonnik pok.: 26.25 g; Sól: 5.27 g; WW: 32.88 Por; Ener z B.: 15.01 %; Ener z W.: 67.58 %; Ener. z T.: 20.92 %; Potas: 2893.96 mg; Sód: 2109.05 mg;	Wartość energetyczna: 2268.71 kcal; Białko ogółem: 84.62 g; Tłuszcz: 52.99 g; Kw. tł. nasy.: 23.30 g; Węglowodany ogółem: 381.67 g; W tym cukry: 107.03 g; Błonnik pok.: 26.25 g; Sól: 5.37 g; WW: 35.57 Por; Ener z B.: 14.92 %; Ener z W.: 67.29 %; Ener. z T.: 21.02 %; Potas: 3015.96 mg; Sód: 2149.05 mg;	Wartość energetyczna: 2667.06 kcal; Białko ogółem: 112.03 g; Tłuszcz: 65.03 g; Kw. tł. nasy.: 26.72 g; Węglowodany ogółem: 426.40 g; W tym cukry: 135.77 g; Błonnik pok.: 26.33 g; Sól: 4.97 g; WW: 40.07 Por; Ener z B.: 16.80 %; Ener z W.: 63.95 %; Ener. z T.: 21.95 %; Potas: 3239.97 mg; Sód: 1988.17 mg;	Wartość energetyczna: 2346.88 kcal; Białko ogółem: 86.69 g; Tłuszcz: 47.84 g; Kw. tł. nasy.: 22.20 g; Węglowodany ogółem: 404.45 g; W tym cukry: 120.17 g; Błonnik pok.: 19.69 g; Sól: 4.88 g; WW: 38.59 Por; Ener z B.: 14.78 %; Ener z W.: 68.93 %; Ener. z T.: 18.35 %; Potas: 3093.14 mg; Sód: 1949.64 mg;	Wartość energetyczna: 2277.81 kcal; Białko ogółem: 102.98 g; Tłuszcz: 68.73 g; Kw. tł. nasy.: 24.42 g; Węglowodany ogółem: 351.29 g; W tym cukry: 58.95 g; Błonnik pok.: 51.80 g; Sól: 9.60 g; WW: 29.94 Por; Ener z B.: 18.08 %; Ener z W.: 61.69 %; Ener. z T.: 27.15 %; Potas: 4170.12 mg; Sód: 3836.71 mg;	Wartość energetyczna: 2126.64 kcal; Białko ogółem: 93.75 g; Tłuszcz: 61.25 g; Kw. tł. nasy.: 12.75 g; Węglowodany ogółem: 340.64 g; W tym cukry: 49.00 g; Błonnik pok.: 51.56 g; Sól: 12.14 g; WW: 28.84 Por; Ener z B.: 17.63 %; Ener z W.: 64.07 %; Ener. z T.: 25.92 %; Potas: 3824.67 mg; Sód: 4850.91 mg;	Wartość energetyczna: 2167.70 kcal; Białko ogółem: 98.50 g; Tłuszcz: 60.32 g; Kw. tł. nasy.: 22.78 g; Węglowodany ogółem: 332.25 g; W tym cukry: 53.45 g; Błonnik pok.: 29.76 g; Sól: 9.87 g; WW: 29.97 Por; Ener z B.: 18.18 %; Ener z W.: 61.31 %; Ener. z T.: 25.04 %; Potas: 3356.52 mg; Sód: 3946.42 mg;	Wartość energetyczna: 2276.16 kcal; Białko ogółem: 93.86 g; Tłuszcz: 81.09 g; Kw. tł. nasy.: 18.58 g; Węglowodany ogółem: 306.71 g; W tym cukry: 102.24 g; Błonnik pok.: 29.76 g; Sól: 2.22 g; WW: 27.53 Por; Ener z B.: 16.50 %; Ener z W.: 53.90 %; Ener. z T.: 32.06 %; Potas: 5305.65 mg; Sód: 868.92 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; Ener z B.: 14.85 %; Ener z W.: 56.96 %; Ener. z T.: 31.07 %; Potas: 2162.68 mg; Sód: 2607.09 mg;	Wartość energetyczna: 2295.35 kcal; Białko ogółem: 88.63 g; Tłuszcz: 49.74 g; Kw. tł. nasy.: 24.03 g; Węglowodany ogółem: 384.27 g; W tym cukry: 124.92 g; Błonnik pok.: 20.61 g; Sól: 4.68 g; WW: 36.36 Por; Ener z B.: 15.44 %; Ener z W.: 66.96 %; Ener. z T.: 19.50 %; Potas: 3306.24 mg; Sód: 1869.33 mg;
2026-03-24 wtorek Śniadanie	Makaron na mleku 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE</b> ) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE</b> ) Pasta z ryby gotowanej (morszczuk) z warzywami () 80 g ( <b>RYB, SEL</b> ) Ser żółty 25 g ( <b>MLE</b> ) Ogórek kiszony 80 g Salata zielona 20 g	Makaron na mleku 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE</b> ) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE</b> ) Pasta z ryby gotowanej (morszczuk) z warzywami () 80 g ( <b>RYB, SEL</b> ) Ser żółty 25 g ( <b>MLE</b> ) Ogórek kiszony 80 g Salata zielona 20 g	Makaron na mleku 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE</b> ) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE</b> ) Pasta z ryby gotowanej (morszczuk) z warzywami () 80 g ( <b>RYB, SEL</b> ) Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 25 g ( <b>SOJ</b> ) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g	Kefir 1,5% tł 150g 1 Por ( <b>MLE</b> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE</b> ) Pasta z ryby gotowanej (morszczuk) z warzywami () 80 g ( <b>RYB, SEL</b> ) Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 25 g ( <b>SOJ</b> ) Ogórek kiszony 80 g Salata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Pasta z ryby gotowanej (morszczuk) z warzywami () 80 g ( <b>RYB, SEL</b> ) Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 25 g ( <b>SOJ</b> ) Ogórek kiszony 80 g Salata zielona 20 g	Kefir 1,5% tł 150g 1 Por ( <b>MLE</b> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE</b> ) Pasta z ryby gotowanej (morszczuk) z warzywami () 80 g ( <b>RYB, SEL</b> ) Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 25 g ( <b>SOJ</b> ) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g	Płynna śniadanie mleczna-SIED 500 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE</b> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE</b> ) Pasta z ryby gotowanej (morszczuk) z warzywami () 80 g ( <b>RYB, SEL</b> ) Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 25 g ( <b>SOJ</b> ) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g	Płynna śniadanie bezmleczna-SIED 500 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ</b> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Kasza manna na mleku 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE</b> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE</b> ) Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody mielona 25 g ( <b>SOJ</b> ) Pasta z ryby gotowanej (morszczuk) z warzywami () 80 g ( <b>RYB, SEL</b> ) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 100 g ( <b>SEL</b> ) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	

Jadłospisy za okres od dnia 2026-03-23 do dnia 2026-03-29 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- Podstawowa/Ogólna	SIE- Podstawowa wzbogacona	SIE- Położnicza podstawowa	SIE- Położnicza łatwostrawna	SIE- Z ogr. łatwoprzyswajalnych węglowodanów	SIE- Z ogr. łatwoprzyswajalnych węgl. b/ml	SIE- Cukrzyca lekko strawna	SIE- Płynna 3x/Płynna wzb. 5x	SIE- Płynna wzbogacona b/ml	SIE- Papkowata
2026-03-24 wtorek	II ŚN		Jabłko 150 g	Jabłko pieczone 150 g	Jabłko 150 g	Jabłko pieczone 150 g	Jabłko pieczone 150 g	Jogurt brzoskwiniowy 150g 1 szt ( <b>MLE</b> )	Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml	Jabłko pieczone 150 g	
	Obiad	Grochowa z ziemniakami () 300 ml ( <b>GLU PSZ, SEL</b> ) Kasza gryczana 180 g Klopsik wieprzowy 100 g ( <b>GLU PSZ, JAJ</b> ) Sos ziołowy () 80 ml ( <b>GLU PSZ, SEL</b> ) Surówka z rzepy, jabłka i marchewki () 100 g ( <b>MLE</b> ) Szpinak gotowany z olejem* 100 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Solferino () 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL</b> ) Kasza gryczana 180 g Klopsik wieprzowy 100 g ( <b>GLU PSZ, JAJ</b> ) Sos ziołowy () 80 ml ( <b>GLU PSZ, SEL</b> ) Surówka z rzepy, jabłka i marchewki () 100 g ( <b>MLE</b> ) Szpinak gotowany z olejem* 100 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Solferino () 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL</b> ) Bitka wieprzowa z szynki duszona 100 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Sos własny () 80 ml ( <b>GLU PSZ, SEL</b> ) Kasza jęczmienna/sypko 180 g ( <b>GLU JĘCZ</b> ) Surówka z rzepy, jabłka i marchewki () 100 g ( <b>MLE</b> ) Szpinak gotowany z olejem* 200 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Grochowa z ziemniakami () 300 ml ( <b>GLU PSZ, SEL</b> ) Kasza gryczana 180 g Klopsik wieprzowy 100 g ( <b>GLU PSZ, JAJ</b> ) Sos ziołowy () 80 ml ( <b>GLU PSZ, SEL</b> ) Surówka z rzepy, jabłka i marchewki () 100 g ( <b>MLE</b> ) Szpinak gotowany z olejem* 100 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml	Grochowa z ziemniakami () 300 ml ( <b>GLU PSZ, SEL</b> ) Kasza gryczana 180 g Klopsik wieprzowy 100 g ( <b>GLU PSZ, JAJ</b> ) Sos ziołowy () 80 ml ( <b>GLU PSZ, SEL</b> ) Surówka z rzepy, jabłka i marchewki () 100 g ( <b>MLE</b> ) Szpinak gotowany z olejem* 200 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml	Solferino () 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL</b> ) Kasza jęczmienna/sypko 180 g ( <b>GLU JĘCZ</b> ) Klopsik wieprzowy 100 g ( <b>GLU PSZ, JAJ</b> ) Sos ziołowy () 80 ml ( <b>GLU PSZ, SEL</b> ) Szpinak gotowany z olejem* 200 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml	Płynna obiad*(-)-SIED 500 ml ( <b>SEL</b> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Solferino () 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL</b> ) Ziemniaki gotowane puree () 180 g ( <b>MLE</b> ) Klopsik wieprzowy rozdrobniony 100 g ( <b>GLU PSZ, JAJ</b> ) Sos ziołowy () 80 ml ( <b>GLU PSZ, SEL</b> ) Szpinak gotowany z olejem* 200 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml		
	PD	Ciasto drożdżowe 50 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, SO2</b> ) Jogurt brzoskwiniowy 150g 1 szt ( <b>MLE</b> )	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE</b> ) Szyńka z piersią kurczaka-wędl.z drob.gr.rozd.parzo.w osł.niejadalnej 20 g ( <b>SOJ</b> ) Sałata zielona 20 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Szyńka z piersią kurczaka-wędl.z drob.gr.rozd.parzo.w osł.niejadalnej 20 g ( <b>SOJ</b> ) Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE</b> ) Szyńka z piersią kurczaka-wędl.z drob.gr.rozd.parzo.w osł.niejadalnej 20 g ( <b>SOJ</b> ) Sałata zielona 20 g	Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml	Jogurt brzoskwiniowy 150g 1 szt ( <b>MLE</b> )				

Jadłospisy za okres od dnia 2026-03-23 do dnia 2026-03-29 KUCHNIA SIEDLCE

	SIE- Podstawowa/Ogólna	SIE- Podstawowa wzbogacona	SIE- Położnicza podstawowa	SIE- Położnicza łatwostrawna	SIE- Z ogr. łatwoprzyswajalnych węglowodanów	SIE- Z ogr. łatwoprzyswajalnych węgl. b/ml	SIE- Cukrzyca lekko strawna	SIE- Płynna 3x/Płynna wzb. 5x	SIE- Płynna wzbogacona b/ml	SIE- Papkowata
2026-03-24 wtorek	Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt ( <b>MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE.</b> ) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.p arzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt ( <b>MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE.</b> ) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.p arzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt ( <b>MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE.</b> ) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.p arzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Połędwica Sopotcka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 25 g ( <b>SOJ.</b> ) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.p arzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt ( <b>MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE.</b> ) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g	Płynna kolacja *)-SIED 500 ml ( <b>SEL.</b> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.p arzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt ( <b>MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE.</b> ) Brokuł gotowany* 100 g		
		PN	Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 30 g	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt Pieczywo chrupkie ekstrudowane-żytnie 30 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</b> )	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml	Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt Biszkopty b/ml 30 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> )			
	Wartość energetyczna: 2525.18 kcal; Białko ogółem: 107.24 g; Tłuszcz: 75.30 g; Kw. tł. nasy.: 30.60 g; Węglowodany ogółem: 386.05 g; W tym cukry: 87.67 g; Błonnik pok.: 39.54 g; Sól: 9.00 g; WW: 34.66 Por; Ener z B.: 16.99 %; Ener z W.: 61.15 %; Ener. z T.: 26.84 %; Potas: 3841.00 mg; Sód: 3603.73 mg;	Wartość energetyczna: 2867.68 kcal; Białko ogółem: 116.94 g; Tłuszcz: 86.05 g; Kw. tł. nasy.: 34.35 g; Węglowodany ogółem: 437.50 g; W tym cukry: 110.32 g; Błonnik pok.: 41.14 g; Sól: 9.61 g; WW: 38.93 Por; Ener z B.: 16.31 %; Ener z W.: 61.02 %; Ener. z T.: 27.00 %; Potas: 4141.00 mg; Sód: 3858.23 mg;	Wartość energetyczna: 2781.38 kcal; Białko ogółem: 111.54 g; Tłuszcz: 83.03 g; Kw. tł. nasy.: 34.18 g; Węglowodany ogółem: 426.17 g; W tym cukry: 112.36 g; Błonnik pok.: 37.18 g; Sól: 9.61 g; WW: 38.45 Por; Ener z B.: 16.04 %; Ener z W.: 61.29 %; Ener. z T.: 26.87 %; Potas: 4144.05 mg; Sód: 3858.81 mg;	Wartość energetyczna: 2720.08 kcal; Białko ogółem: 116.45 g; Tłuszcz: 75.39 g; Kw. tł. nasy.: 27.84 g; Węglowodany ogółem: 411.55 g; W tym cukry: 110.35 g; Błonnik pok.: 28.95 g; Sól: 8.35 g; WW: 38.45 Por; Ener z B.: 17.12 %; Ener z W.: 60.52 %; Ener. z T.: 24.95 %; Potas: 4094.50 mg; Sód: 3355.97 mg;	Wartość energetyczna: 2307.29 kcal; Białko ogółem: 105.85 g; Tłuszcz: 72.60 g; Kw. tł. nasy.: 26.89 g; Węglowodany ogółem: 360.53 g; W tym cukry: 38.69 g; Błonnik pok.: 54.14 g; Sól: 9.77 g; WW: 30.71 Por; Ener z B.: 18.35 %; Ener z W.: 62.50 %; Ener. z T.: 28.32 %; Potas: 4028.64 mg; Sód: 3912.23 mg;	Wartość energetyczna: 2217.24 kcal; Białko ogółem: 105.78 g; Tłuszcz: 66.89 g; Kw. tł. nasy.: 13.98 g; Węglowodany ogółem: 320.28 g; W tym cukry: 31.12 g; Błonnik pok.: 52.71 g; Sól: 10.25 g; WW: 29.75 Por; Ener z B.: 19.08 %; Ener z W.: 63.08 %; Ener. z T.: 27.15 %; Potas: 3863.29 mg; Sód: 4095.34 mg;	Wartość energetyczna: 2143.34 kcal; Białko ogółem: 94.42 g; Tłuszcz: 66.81 g; Kw. tł. nasy.: 25.75 g; Węglowodany ogółem: 320.28 g; W tym cukry: 35.47 g; Błonnik pok.: 34.03 g; Sól: 9.19 g; WW: 26.53 Por; Ener z B.: 17.62 %; Ener z W.: 59.77 %; Ener. z T.: 28.05 %; Potas: 3322.07 mg; Sód: 3678.48 mg;	Wartość energetyczna: 2224.36 kcal; Białko ogółem: 91.40 g; Tłuszcz: 80.81 g; Kw. tł. nasy.: 18.59 g; Węglowodany ogółem: 297.25 g; W tym cukry: 106.54 g; Błonnik pok.: 30.17 g; Sól: 2.15 g; WW: 25.20 Por; Ener z B.: 16.44 %; Ener z W.: 53.45 %; Ener. z T.: 32.70 %; Potas: 5321.85 mg; Sód: 850.82 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; Ener z B.: 14.85 %; Ener z W.: 56.96 %; Ener. z T.: 31.07 %; Potas: 2162.68 mg; Sód: 2607.09 mg;	Wartość energetyczna: 2579.86 kcal; Białko ogółem: 105.65 g; Tłuszcz: 72.77 g; Kw. tł. nasy.: 26.98 g; Węglowodany ogółem: 397.40 g; W tym cukry: 114.89 g; Błonnik pok.: 33.77 g; Sól: 8.47 g; WW: 36.45 Por; Ener z B.: 16.38 %; Ener z W.: 61.62 %; Ener. z T.: 25.39 %; Potas: 4882.21 mg; Sód: 2689.18 mg;

Jadłospisy za okres od dnia 2026-03-23 do dnia 2026-03-29 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- Podstawowa/Ogólna	SIE- Podstawowa wzbogacona	SIE- Położnicza podstawowa	SIE- Położnicza łatwostrawna	SIE- Z ogr. łatwoprzyswajalnych węglowodanów	SIE- Z ogr. łatwoprzyswajalnych węgl. b/ml	SIE- Cukrzyca lekko strawna	SIE- Płynna 3x/Płynna wzb. 5x	SIE- Płynna wzbogacona b/ml	SIE- Papkowata
2026-03-25 środa	Śniadanie	Ryż na mleku 300 ml ( <b>MLE</b> ) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE</b> ) Serek ziarnisty 150g 1 szt ( <b>MLE</b> ) Połudwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 25 g ( <b>SOJ</b> ) Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g Banan 150 g	Ryż na mleku 300 ml ( <b>MLE</b> ) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE</b> ) Serek ziarnisty 150g 1 szt ( <b>MLE</b> ) Połudwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 25 g ( <b>SOJ</b> ) Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g	Ryż na mleku 300 ml ( <b>MLE</b> ) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE</b> ) Serek ziarnisty 150g 1 szt ( <b>MLE</b> ) Połudwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 25 g ( <b>SOJ</b> ) Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g	Ryż na mleku 300 ml ( <b>MLE</b> ) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE</b> ) Serek ziarnisty 150g 1 szt ( <b>MLE</b> ) Połudwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 25 g ( <b>SOJ</b> ) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <b>MLE</b> ) Kawa zbożowa b/c 250 ml ( <b>GLU ŻYT, GLU JĘCZ</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE</b> ) Serek ziarnisty 150g 1 szt ( <b>MLE</b> ) Połudwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 25 g ( <b>SOJ</b> ) Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g	Kawa zbożowa b/c 250 ml ( <b>GLU ŻYT, GLU JĘCZ</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Połudwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 75 g ( <b>SOJ</b> ) Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g	Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <b>MLE</b> ) Kawa zbożowa b/c 250 ml ( <b>GLU ŻYT, GLU JĘCZ</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE</b> ) Serek ziarnisty 150g 1 szt ( <b>MLE</b> ) Połudwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 25 g ( <b>SOJ</b> ) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Płynna śniadanie mleczna-SIED 500 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE</b> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Płynna śniadanie bezmleczna-SIED 500 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ</b> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż na mleku 300 ml ( <b>MLE</b> ) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ</b> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE</b> ) Serek ziarnisty 150g 1 szt ( <b>MLE</b> ) Dżem 25 g 1 szt Szpinak gotowany z olejem* 100 g ( <b>GLU PSZ</b> )
	II ŚN		Banan 150 g	Banan 150 g	Jabłko 150 g	Jabłko 150 g	Jabłko pieczone 150 g	Budyń o smaku śmietankowym b/c 200 ml ( <b>MLE</b> )	Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml	Banan 150 g	

Jadłospisy za okres od dnia 2026-03-23 do dnia 2026-03-29 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- Podstawowa/Ogólna	SIE- Podstawowa wzbogacona	SIE- Położnicza podstawowa	SIE- Położnicza łatwostrawna	SIE- Z ogr. łatwoprzyswajalnych węglowodanów	SIE- Z ogr. łatwoprzyswajalnych węgl. b/ml	SIE- Cukrzyca lekko strawna	SIE- Płynna 3x/Płynna wzb. 5x	SIE- Płynna wzbogacona b/ml	SIE- Papkowata
2026-03-25 środa	Obiad	Grysikowa () 300 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Ziemniaki gotowane () 180 g Eskalopka z kurczaka 100 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE.</b> ) Ogórek kiszony z cebulką z olejem 100 g Dynia z wody 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml			Jarzynowa z makaronem dieta () 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Ziemniaki gotowane () 180 g Filet z kurczaka pieczony 100 g ( <b>GLUPSZ.</b> ) Sos brokułowy () 80 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Ogórek kiszony z cebulką z olejem 100 g Dynia z wody 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Grysikowa () 300 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Ziemniaki gotowane () 180 g Filet z kurczaka pieczony 100 g ( <b>GLUPSZ.</b> ) Sos brokułowy () bez mleka 80 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Ogórek kiszony z cebulką z olejem 100 g Dynia z wody 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml	Grysikowa () 300 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Ziemniaki gotowane () 180 g Filet z kurczaka pieczony 100 g ( <b>GLUPSZ.</b> ) Sos brokułowy () 80 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml	Płynna obiad*()-SIED 500 ml ( <b>SEL.</b> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Grysikowa () 300 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Ziemniaki gotowane puree () 180 g ( <b>MLE.</b> ) Pulpet drobiowy rozdrobniony 100 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> ) Sos brokułowy () 80 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Dynia z wody 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml		
	PD	Wafelki 30 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE.</b> ) Maślanka truskawkowa 200 ml ( <b>MLE.</b> )			Sok pomidorowy 0,3l 1 szt Pieczywo chrupkie ekstrudowane-żytnie 30 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</b> )	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt	Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml	Maślanka truskawkowa 200 ml ( <b>MLE.</b> )			

Jadłospisy za okres od dnia 2026-03-23 do dnia 2026-03-29 KUCHNIA SIEDLCE

	SIE- Podstawowa/Ogólna	SIE- Podstawowa wzbogacona	SIE- Położnicza podstawowa	SIE- Położnicza łatwostrawna	SIE- Z ogr. łatwoprzyswajalnych węglowodanów	SIE- Z ogr. łatwoprzyswajalnych węgl. b/ml	SIE- Cukrzyca lekko strawna	SIE- Płynna 3x/Płynna wzb. 5x	SIE- Płynna wzbogacona b/ml	SIE- Papkowata
2026-03-25 środa Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE.</u> ) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 50 g ( <u>SOJ. może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u> ) Paszтет drobiowy z kurzej półki 60 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, SEL.</u> ) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE.</u> ) Paszтет drobiowy z kurzej półki 60 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, SEL.</u> ) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 50 g ( <u>SOJ. może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u> ) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE.</u> ) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 50 g ( <u>SOJ. może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u> ) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE.</u> ) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 50 g ( <u>SOJ. może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u> ) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE.</u> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> ) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 50 g ( <u>SOJ. może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u> ) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynka z piersią kurczaka-wędł.z drob.gr.rozd.parzo.w osł.niejadalnej 50 g ( <u>SOJ.</u> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> ) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE.</u> ) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 50 g ( <u>SOJ. może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> ) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Płynna kolacja *)-SIED 500 ml ( <u>SEL.</u> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE.</u> ) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona mielona 50 g ( <u>SOJ. może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u> ) Pasta z jaj 80 g ( <u>JAJ, MLE.</u> ) Buraczki gotowane drobno tarte () 100 g	
PN	Mus- przecier owocowy jablko 100g (tubka) 1 szt				Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u> ) Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE.</u> ) Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 25 g ( <u>SOJ.</u> ) Sałata zielona 10 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 25 g ( <u>SOJ.</u> ) Sałata zielona 10 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u> ) Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE.</u> ) Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 25 g ( <u>SOJ.</u> ) Sałata zielona 10 g	Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml	Mus- przecier owocowy jablko 100g (tubka) 1 szt	

Jadłospisy za okres od dnia 2026-03-23 do dnia 2026-03-29 KUCHNIA SIEDLCE

	SIE- Podstawowa/Ogólna	SIE- Podstawowa wzbogacona	SIE- Położnicza podstawowa	SIE- Położnicza łatwostrawna	SIE- Z ogr. łatwoprzyswajalnych węglowodanów	SIE- Z ogr. łatwoprzyswajalnych węgl. b/ml	SIE- Cukrzyca lekko strawna	SIE- Płynna 3x/Płynna wzb. 5x	SIE- Płynna wzbogacona b/ml	SIE- Papkowata
2026-03-25 środa	Wartość energetyczna: 2401.82 kcal; Białko ogółem: 113.65 g; Tłuszcz: 68.44 g; Kw. tł. nasy.: 24.20 g; Węglowodany ogółem: 355.20 g; W tym cukry: 107.81 g; Błonnik pok.: 28.71 g; Sól: 9.71 g; WW: 32.67 Por; Ener z B.: 18.93 %; Ener z W.: 59.16 %; Ener z T.: 25.65 %; Potas: 4271.85 mg; Sód: 3874.62 mg;	Wartość energetyczna: 2711.82 kcal; Białko ogółem: 121.61 g; Tłuszcz: 80.74 g; Kw. tł. nasy.: 31.90 g; Węglowodany ogółem: 397.20 g; W tym cukry: 107.81 g; Błonnik pok.: 28.71 g; Sól: 10.05 g; WW: 36.87 Por; Ener z B.: 17.94 %; Ener z W.: 58.59 %; Ener. z T.: 26.80 %; Potas: 4271.85 mg; Sód: 3954.62 mg;	Wartość energetyczna: 2618.34 kcal; Białko ogółem: 131.46 g; Tłuszcz: 62.67 g; Kw. tł. nasy.: 32.26 g; Węglowodany ogółem: 394.33 g; W tym cukry: 110.08 g; Błonnik pok.: 24.32 g; Sól: 9.06 g; WW: 36.99 Por; Ener z B.: 20.08 %; Ener z W.: 60.24 %; Ener z T.: 21.54 %; Potas: 4720.51 mg; Sód: 3561.37 mg;	Wartość energetyczna: 2199.82 kcal; Białko ogółem: 125.45 g; Tłuszcz: 56.60 g; Kw. tł. nasy.: 24.83 g; Węglowodany ogółem: 329.39 g; W tym cukry: 43.70 g; Błonnik pok.: 36.97 g; Sól: 13.45 g; WW: 29.12 Por; Ener z B.: 22.81 %; Ener z W.: 59.89 %; Ener z T.: 23.15 %; Potas: 4269.53 mg; Sód: 5369.87 mg;	Wartość energetyczna: 1940.17 kcal; Białko ogółem: 96.60 g; Tłuszcz: 50.77 g; Kw. tł. nasy.: 11.38 g; Węglowodany ogółem: 317.45 g; W tym cukry: 36.86 g; Błonnik pok.: 27.20 g; Sól: 12.91 g; WW: 28.04 Por; Ener z B.: 19.92 %; Ener z W.: 65.45 %; Ener z T.: 23.55 %; Potas: 3952.00 mg; Sód: 5152.53 mg;	Wartość energetyczna: 2088.85 kcal; Białko ogółem: 120.64 g; Tłuszcz: 51.08 g; Kw. tł. nasy.: 24.44 g; Węglowodany ogółem: 303.75 g; W tym cukry: 40.73 g; Błonnik pok.: 29.76 g; Sól: 12.72 g; WW: 27.44 Por; Ener z B.: 23.10 %; Ener z W.: 58.17 %; Ener z T.: 22.01 %; Potas: 3882.67 mg; Sód: 5076.56 mg;	Wartość energetyczna: 2276.16 kcal; Białko ogółem: 93.86 g; Tłuszcz: 81.09 g; Kw. tł. nasy.: 18.58 g; Węglowodany ogółem: 306.71 g; W tym cukry: 102.24 g; Błonnik pok.: 29.76 g; Sól: 2.22 g; WW: 27.53 Por; Ener z B.: 16.50 %; Ener z W.: 53.90 %; Ener z T.: 32.06 %; Potas: 5305.65 mg; Sód: 868.92 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; Ener z B.: 14.85 %; Ener z W.: 56.96 %; Ener z T.: 31.07 %; Potas: 2162.68 mg; Sód: 2607.09 mg;	Wartość energetyczna: 2545.83 kcal; Białko ogółem: 110.60 g; Tłuszcz: 60.79 g; Kw. tł. nasy.: 24.81 g; Węglowodany ogółem: 403.00 g; W tym cukry: 125.04 g; Błonnik pok.: 26.70 g; Sól: 7.48 g; WW: 37.63 Por; Ener z B.: 17.38 %; Ener z W.: 63.32 %; Ener z T.: 21.49 %; Potas: 4330.12 mg; Sód: 2635.09 mg;	
2026-03-26 czwartek Śniadanie	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynkowa Extra-wędzonka wieprzowa, wędzona, z wodą dodaną. 25 g (SOJ.) Pasta z ciecierzycy z warzywami () 80 g (SEL.) Rzodkiew biała 80 g Sałata zielona 20 g Pomarańcza 150 g	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynkowa Extra-wędzonka wieprzowa, wędzona, z wodą dodaną. 25 g (SOJ.) Pasta z ciecierzycy z warzywami () 80 g (SEL.) Rzodkiew biała 80 g Sałata zielona 20 g	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynkowa Extra-wędzonka wieprzowa, wędzona, z wodą dodaną. 25 g (SOJ.) Pasta z ciecierzycy z warzywami () 80 g (SEL.) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynkowa Extra-wędzonka wieprzowa, wędzona, z wodą dodaną. 25 g (SOJ.) Pasta z ciecierzycy z warzywami () 80 g (SEL.) Rzodkiew biała 80 g Sałata zielona 20 g	Maślanka 150 ml (MLE) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 25 g Pasta z ciecierzycy z warzywami () 80 g (SEL.) Rzodkiew biała 80 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 25 g Pasta z ciecierzycy z warzywami () 80 g (SEL.) Rzodkiew biała 80 g Sałata zielona 20 g	Maślanka 150 ml (MLE) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynkowa Extra-wędzonka wieprzowa, wędzona, z wodą dodaną. 25 g (SOJ.) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Płynna śniadanie mleczna-SIED 500 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Płynna śniadanie bezmleczna-SIED 500 ml (GLU PSZ, JAJ.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynkowa Extra-wędzonka wieprzowa, wędzona, z wodą dodaną. 25 g (SOJ.) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Płynna śniadanie bezmleczna-SIED 500 ml (GLU PSZ, JAJ.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynkowa Extra-wędzonka wieprzowa, wędzona, z wodą dodaną. 25 g (SOJ.) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona mielona 50 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 100 g (SEL.)	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynkowa Extra-wędzonka wieprzowa, wędzona, z wodą dodaną. 25 g (SOJ.) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona mielona 50 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 100 g (SEL.)

Jadłospisy za okres od dnia 2026-03-23 do dnia 2026-03-29 KUCHNIA SIEDLCE

	SIE- Podstawowa/Ogólna	SIE- Podstawowa wzbogacona	SIE- Położnicza podstawowa	SIE- Położnicza łatwostrawna	SIE- Z ogr. łatwoprzyswajalnych węglowodanów	SIE- Z ogr. łatwoprzyswajalnych węgl. b/ml	SIE- Cukrzyca lekko strawna	SIE- Płynna 3x/Płynna wzb. 5x	SIE- Płynna wzbogacona b/ml	SIE- Papkowata
II ŚN		Pomarańcza 150 g	Jabłko pieczone 150 g	Jabłko 150 g	Jabłko pieczone 150 g		Kefir 2% tł 200 ml (MLE.)	Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml	Jabłko pieczone 150 g	
2026-03-26 czwartek Obiad	Barszcz czerwony z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Makaron pełnoziarnisty z sosem mięsno-warzywnym, z mięsa drobiowego () 300 g (GLU PSZ, SEL.) Surówka wielowarzywna z olejem () 100 g (SEL.) Brokuł gotowany* 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Makaron z sosem mięsno-warzywnym, z mięsa drobiowego () 300 g (GLU PSZ, SEL.) Brokuł gotowany* 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Makaron pełnoziarnisty z sosem mięsno-warzywnym, z mięsa drobiowego () 300 g (GLU PSZ, SEL.) Surówka wielowarzywna z olejem b/c () 100 g (SEL.) Brokuł gotowany* 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami (bez mleka) () 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Makaron pełnoziarnisty z sosem mięsno-warzywnym, z mięsa drobiowego () 300 g (GLU PSZ, SEL.) Surówka wielowarzywna z olejem b/c () 100 g (SEL.) Brokuł gotowany* 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml	Płynna obiad*(-)SIED 500 ml (SEL.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane puree () 180 g (MLE.) Pulpet wieprzowy rozdrobniony 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos pomidorowy 80 ml (GLU PSZ.) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g (SEL.) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml				
PD		Kisiel o smaku cytrynowym z/c 200 ml Herbatniki 30 g (GLU PSZ, SOJ, MLE.)	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt Pieczywo chrupkie ekstrudowane-żytnie 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml					

Jadłospisy za okres od dnia 2026-03-23 do dnia 2026-03-29 KUCHNIA SIEDLCE

	SIE- Podstawowa/Ogólna	SIE- Podstawowa wzbogacona	SIE- Położnicza podstawowa	SIE- Położnicza łatwostrawna	SIE- Z ogr. łatwoprzyswajalnych węglowodanów	SIE- Z ogr. łatwoprzyswajalnych węgl. b/ml	SIE- Cukrzyca lekko strawna	SIE- Płynna 3x/Płynna wzb. 5x	SIE- Płynna wzbogacona b/ml	SIE- Papkowata
2026-03-26 czwartek	Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Zapiekanka z ryżu i jabłka () 300 g ( <u>MLE.</u> ) Sos jogurtowy naturalny 100 g ( <u>MLE.</u> )			Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE.</u> ) Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadanej 50 g ( <u>SOJ, SEL, może zawierać: MLE, GOR.</u> ) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.p arzo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.p arzo.z dodat.wody w osł.niejad 75 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE.</u> ) Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadanej 50 g ( <u>SOJ, SEL, może zawierać: MLE, GOR.</u> ) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.p arzo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Płynna kolacja *)-SIED 500 ml ( <u>SEL.</u> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE.</u> ) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.p arzo.z dodat.wody w osł.niejad mielona 25 g Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadanej mielona 50 g ( <u>SOJ, SEL, może zawierać: MLE, GOR.</u> ) Kalaflor gotowany* 100 g	
PN		Bułka maślana 1 szt 1 szt ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u> )			Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u> ) Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE.</u> ) Połędwica Sopotcka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 25 g ( <u>SOJ.</u> ) Sałata zielona 10 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Połędwica Sopotcka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 25 g ( <u>SOJ.</u> ) Sałata zielona 10 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u> ) Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE.</u> ) Połędwica Sopotcka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 25 g ( <u>SOJ.</u> ) Sałata zielona 10 g	Kisiel o smaku truskawkowym b/c 150 ml	Przecier owocowy jabłko-truskawka 100g 1 szt	

Jadłospisy za okres od dnia 2026-03-23 do dnia 2026-03-29 KUCHNIA SIEDLCE

	SIE- Podstawowa/Ogólna	SIE- Podstawowa wzbogacona	SIE- Położnicza podstawowa	SIE- Położnicza łatwostrawna	SIE- Z ogr. łatwoprzyswajalnych węglowodanów	SIE- Z ogr. łatwoprzyswajalnych węgl. b/ml	SIE- Cukrzyca lekko strawna	SIE- Płynna 3x/Płynna wzb. 5x	SIE- Płynna wzbogacona b/ml	SIE- Papkowata
2026-03-26 czwartek	Wartość energetyczna: 2526.10 kcal; Białko ogółem: 87.33 g; Tłuszcz: 60.49 g; Kw. tł. nasy.: 17.22 g; Węglowodany ogółem: 427.87 g; W tym cukry: 100.17 g; Błonnik pok.: 41.98 g; Sól: 6.13 g; WW: 38.59 Por; Ener z B.: 13.83 %; Ener z W.: 67.75 %; Ener z T.: 21.55 %; Potas: 3417.95 mg; Sód: 2833.63 mg;	Wartość energetyczna: 2809.03 kcal; Białko ogółem: 89.84 g; Tłuszcz: 63.79 g; Kw. tł. nasy.: 17.64 g; Węglowodany ogółem: 488.94 g; W tym cukry: 140.51 g; Błonnik pok.: 42.40 g; Sól: 6.41 g; WW: 44.69 Por; Ener z B.: 12.79 %; Ener z W.: 69.62 %; Ener z T.: 20.44 %; Potas: 3456.72 mg; Sód: 2944.19 mg;	Wartość energetyczna: 2671.25 kcal; Białko ogółem: 91.78 g; Tłuszcz: 53.93 g; Kw. tł. nasy.: 17.34 g; Węglowodany ogółem: 472.62 g; W tym cukry: 135.19 g; Błonnik pok.: 28.45 g; Sól: 7.26 g; WW: 44.37 Por; Ener z B.: 13.74 %; Ener z W.: 70.77 %; Ener z T.: 18.17 %; Potas: 3692.63 mg; Sód: 2901.41 mg;	Wartość energetyczna: 2170.16 kcal; Białko ogółem: 87.00 g; Tłuszcz: 59.05 g; Kw. tł. nasy.: 19.20 g; Węglowodany ogółem: 362.93 g; W tym cukry: 50.80 g; Błonnik pok.: 57.47 g; Sól: 9.15 g; WW: 30.63 Por; Ener z B.: 16.04 %; Ener z W.: 66.90 %; Ener z T.: 24.49 %; Potas: 3458.63 mg; Sód: 4045.72 mg;	Wartość energetyczna: 2084.50 kcal; Białko ogółem: 82.93 g; Tłuszcz: 55.99 g; Kw. tł. nasy.: 10.61 g; Węglowodany ogółem: 352.76 g; W tym cukry: 43.28 g; Błonnik pok.: 57.49 g; Sól: 9.00 g; WW: 29.57 Por; Ener z B.: 15.91 %; Ener z W.: 67.69 %; Ener z T.: 24.18 %; Potas: 3148.46 mg; Sód: 3982.57 mg;	Wartość energetyczna: 1951.96 kcal; Białko ogółem: 85.18 g; Tłuszcz: 46.75 g; Kw. tł. nasy.: 18.69 g; Węglowodany ogółem: 320.46 g; W tym cukry: 42.56 g; Błonnik pok.: 31.22 g; Sól: 10.70 g; WW: 28.81 Por; Ener z B.: 17.46 %; Ener z W.: 65.67 %; Ener z T.: 21.56 %; Potas: 3210.08 mg; Sód: 4280.45 mg;	Wartość energetyczna: 2176.62 kcal; Białko ogółem: 93.78 g; Tłuszcz: 81.06 g; Kw. tł. nasy.: 18.57 g; Węglowodany ogółem: 282.02 g; W tym cukry: 87.85 g; Błonnik pok.: 29.72 g; Sól: 2.17 g; WW: 25.11 Por; Ener z B.: 17.23 %; Ener z W.: 51.83 %; Ener z T.: 33.52 %; Potas: 5265.45 mg; Sód: 854.98 mg;	Wartość energetyczna: 1968.76 kcal; Białko ogółem: 73.98 g; Tłuszcz: 68.81 g; Kw. tł. nasy.: 8.76 g; Węglowodany ogółem: 277.68 g; W tym cukry: 76.97 g; Błonnik pok.: 29.74 g; Sól: 1.60 g; WW: 24.58 Por; Ener z B.: 15.03 %; Ener z W.: 56.42 %; Ener z T.: 31.46 %; Potas: 2162.28 mg; Sód: 2601.76 mg;	Wartość energetyczna: 2429.57 kcal; Białko ogółem: 95.25 g; Tłuszcz: 62.58 g; Kw. tł. nasy.: 21.73 g; Węglowodany ogółem: 393.28 g; W tym cukry: 117.42 g; Błonnik pok.: 37.80 g; Sól: 10.45 g; WW: 35.54 Por; Ener z B.: 15.68 %; Ener z W.: 64.75 %; Ener z T.: 23.18 %; Potas: 4640.87 mg; Sód: 2741.67 mg;	
2026-03-27 piątek	Zacierka na mleku 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE,</b> ) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT,</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT,</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE,</b> ) Miód (25g) 1 szt Serek wiejski lekki 3% tł 150g 1 szt ( <b>MLE,</b> ) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Zacierka na mleku 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE,</b> ) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT,</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT,</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE,</b> ) Miód (25g) 1 szt Serek wiejski lekki 3% tł 150g 1 szt ( <b>MLE,</b> ) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Zacierka na mleku 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE,</b> ) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT,</b> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ,</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE,</b> ) Miód (25g) 1 szt Serek wiejski lekki 3% tł 150g 1 szt ( <b>MLE,</b> ) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Kefir 1,5% tł 150g 1 Por ( <b>MLE,</b> ) Kawa zbożowa b/c 250 ml ( <b>GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT,</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE,</b> ) Serek wiejski lekki 3% tł 150g 1 szt ( <b>MLE,</b> ) Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 25 g ( <b>SOJ,</b> ) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT,</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 75 g ( <b>SOJ,</b> ) Pomidor 80 g Kawa zbożowa b/c 250 ml ( <b>GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</b> ) Sałata zielona 20 g	Kefir 1,5% tł 150g 1 Por ( <b>MLE,</b> ) Kawa zbożowa b/c 250 ml ( <b>GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT,</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE,</b> ) Serek wiejski lekki 3% tł 150g 1 szt ( <b>MLE,</b> ) Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 25 g ( <b>SOJ,</b> ) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Płynna śniadanie mleczna-SIED 500 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE,</b> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Płynna śniadanie bezmleczna-SIED 500 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ,</b> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Zacierka na mleku 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE,</b> ) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</b> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ,</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT,</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE,</b> ) Miód (25g) 1 szt Twarożek 80 g ( <b>MLE,</b> ) Dynia z wody 100 g	
II ŚN		Jabłko 150 g	Jabłko pieczone 150 g	Jabłko 150 g	Jabłko 150 g	Jabłko pieczone 150 g	Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml ( <b>MLE,</b> )	Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml	Jabłko pieczone 150 g	

Jadłospisy za okres od dnia 2026-03-23 do dnia 2026-03-29 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- Podstawowa/Ogólna	SIE- Podstawowa wzbogacona	SIE- Położnicza podstawowa	SIE- Położnicza łatwostrawna	SIE- Z ogr. łatwoprzyswajalnych węglowodanów	SIE- Z ogr. łatwoprzyswajalnych węgl. b/ml	SIE- Cukrzyca lekko strawna	SIE- Płynna 3x/Płynna wzb. 5x	SIE- Płynna wzbogacona b/ml	SIE- Papkowata
2026-03-27 piątek	Obiad	Kalafiorowa z ryżem () 300 ml ( <b>MLE, SEL.</b> ) Ziemniaki gotowane () 180 g Ryba pieczona (Morszczuk) 120 g ( <b>RYB.</b> ) Sos koperkowy * 80 ml ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> ) Surówka żydowska z olejem () 100 g Warzywa po grecku () 100 g ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Ryżowa () 300 ml ( <b>MLE, SEL.</b> ) Ziemniaki gotowane () 180 g Ryba pieczona (Morszczuk) 120 g ( <b>RYB.</b> ) Sos koperkowy * 80 ml ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> ) Warzywa po grecku () 200 g ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Kalafiorowa z ryżem () 300 ml ( <b>MLE, SEL.</b> ) Ziemniaki gotowane () 180 g Ryba pieczona (Morszczuk) 120 g ( <b>RYB.</b> ) Sos koperkowy * 80 ml ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> ) Warzywa po grecku () 100 g ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml	Kalafiorowa z ryżem (bez mleka) () 300 ml ( <b>SEL.</b> ) Ziemniaki gotowane () 180 g Ryba pieczona (Morszczuk) 120 g ( <b>RYB.</b> ) Sos koperkowy *(bez mleka) 80 ml ( <b>GLU PSZ.</b> ) Surówka żydowska z olejem b/c () 100 g Warzywa po grecku () 100 g ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml	Kalafiorowa z ryżem (bez mleka) () 300 ml ( <b>SEL.</b> ) Ziemniaki gotowane () 180 g Ryba pieczona (Morszczuk) 120 g ( <b>RYB.</b> ) Sos koperkowy *(bez mleka) 80 ml ( <b>GLU PSZ.</b> ) Surówka żydowska z olejem b/c () 100 g Warzywa po grecku () 100 g ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml	Płynna obiad*(-)-SIED 500 ml ( <b>SEL.</b> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryżowa () 300 ml ( <b>MLE, SEL.</b> ) Ziemniaki gotowane () 180 g Ryba pieczona (Morszczuk) 120 g ( <b>RYB.</b> ) Sos koperkowy * 80 ml ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> ) Warzywa po grecku () 200 g ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml	Ryżowa () 300 ml ( <b>MLE, SEL.</b> ) Ziemniaki gotowane puree () 180 g ( <b>MLE.</b> ) Ryba pieczona (Morszczuk) rozdrobniona 120 g ( <b>RYB.</b> ) Sos koperkowy * 80 ml ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> ) Warzywa po grecku () 200 g ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml		
	PD		Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Płatki owsiane 20 g ( <b>GLU OW.</b> )		Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Połudwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 20 g ( <b>SOJ.</b> ) Salata zielona 20 g	Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Płatki owsiane 20 g ( <b>GLU OW.</b> )	Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml				

Jadłospisy za okres od dnia 2026-03-23 do dnia 2026-03-29 KUCHNIA SIEDLCE

	SIE- Podstawowa/Ogólna	SIE- Podstawowa wzbogacona	SIE- Położnicza podstawowa	SIE- Położnicza łatwostrawna	SIE- Z ogr. łatwoprzyswajalnych węglowodanów	SIE- Z ogr. łatwoprzyswajalnych węgl. b/ml	SIE- Cukrzyca lekko strawna	SIE- Płynna 3x/Płynna wzb. 5x	SIE- Płynna wzbogacona b/ml	SIE- Papkowata
2026-03-27 piątek	Kolejacja	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE.</u> ) Pasta z jaj z cebulą i koperkiem 80 g ( <u>JAJ, GOR.</u> ) Ser żółty 25 g ( <u>MLE.</u> ) Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE.</u> ) Pasta z jaj z cebulą i koperkiem 80 g ( <u>JAJ, GOR.</u> ) Ser żółty 25 g ( <u>MLE.</u> ) Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE.</u> ) Serek homo. naturalny 50 g ( <u>MLE.</u> ) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 80 g ( <u>JAJ, MLE.</u> ) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE.</u> ) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 80 g ( <u>JAJ, MLE.</u> ) Ser żółty 25 g ( <u>MLE.</u> ) Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Jajko gotowane kl M 2 szt ( <u>JAJ.</u> ) Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE.</u> ) Serek homo. naturalny 50 g ( <u>MLE.</u> ) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 80 g ( <u>JAJ, MLE.</u> ) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Płynna kolacja *)-SIED 500 ml ( <u>SEL.</u> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE.</u> ) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 80 g ( <u>JAJ, MLE.</u> ) Serek homo. naturalny 50 g ( <u>MLE.</u> ) Brokuł gotowany* 100 g	
		PN	Biszkopty b/ml 30 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> ) Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt	Pieczywo chrupkie ekstrudowane-żytnie 30 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u> ) Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt Pieczywo chrupkie ekstrudowane-żytnie 30 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u> )	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml	Biszkopty b/ml 30 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> ) Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt		
	Wartość energetyczna: 2572.71 kcal; Białko ogółem: 120.45 g; Tłuszcz: 75.28 g; Kw. tł. nasy.: 26.85 g; Węglowodany ogółem: 378.94 g; W tym cukry: 101.95 g; Błonnik pok.: 30.26 g; Sól: 9.57 g; WW: 34.83 Por; Ener z B.: 18.73 %; Ener z W.: 58.92 %; Ener. z T.: 26.34 %; Potas: 4280.23 mg; Sód: 3807.61 mg;	Wartość energetyczna: 2738.51 kcal; Białko ogółem: 129.31 g; Tłuszcz: 79.72 g; Kw. tł. nasy.: 28.90 g; Węglowodany ogółem: 402.10 g; W tym cukry: 108.43 g; Błonnik pok.: 31.64 g; Sól: 9.81 g; WW: 36.97 Por; Ener z B.: 18.89 %; Ener z W.: 58.73 %; Ener. z T.: 26.20 %; Potas: 4656.03 mg; Sód: 3903.11 mg;	Wartość energetyczna: 2741.95 kcal; Białko ogółem: 133.74 g; Tłuszcz: 67.25 g; Kw. tł. nasy.: 23.74 g; Węglowodany ogółem: 417.79 g; W tym cukry: 114.13 g; Błonnik pok.: 27.57 g; Sól: 7.10 g; WW: 39.05 Por; Ener z B.: 19.51 %; Ener z W.: 60.95 %; Ener. z T.: 22.07 %; Potas: 4841.49 mg; Sód: 2838.42 mg;	Wartość energetyczna: 2218.46 kcal; Białko ogółem: 123.51 g; Tłuszcz: 68.11 g; Kw. tł. nasy.: 25.03 g; Węglowodany ogółem: 315.70 g; W tym cukry: 47.95 g; Błonnik pok.: 42.06 g; Sól: 9.80 g; WW: 27.31 Por; Ener z B.: 22.27 %; Ener z W.: 56.92 %; Ener. z T.: 27.63 %; Potas: 4505.29 mg; Sód: 3917.47 mg;	Wartość energetyczna: 1999.20 kcal; Białko ogółem: 104.52 g; Tłuszcz: 56.06 g; Kw. tł. nasy.: 12.20 g; Węglowodany ogółem: 313.12 g; W tym cukry: 34.17 g; Błonnik pok.: 45.23 g; Sól: 10.30 g; WW: 26.75 Por; Ener z B.: 20.91 %; Ener z W.: 62.65 %; Ener. z T.: 25.24 %; Potas: 4145.92 mg; Sód: 4113.01 mg;	Wartość energetyczna: 2163.61 kcal; Białko ogółem: 122.00 g; Tłuszcz: 59.07 g; Kw. tł. nasy.: 19.90 g; Węglowodany ogółem: 307.89 g; W tym cukry: 52.24 g; Błonnik pok.: 32.04 g; Sól: 8.02 g; WW: 27.56 Por; Ener z B.: 22.55 %; Ener z W.: 56.92 %; Ener. z T.: 24.57 %; Potas: 4275.45 mg; Sód: 3205.39 mg;	Wartość energetyczna: 2302.76 kcal; Białko ogółem: 93.86 g; Tłuszcz: 81.09 g; Kw. tł. nasy.: 18.58 g; Węglowodany ogółem: 313.36 g; W tym cukry: 108.89 g; Błonnik pok.: 29.76 g; Sól: 2.22 g; WW: 28.20 Por; Ener z B.: 16.30 %; Ener z W.: 54.43 %; Ener. z T.: 31.69 %; Potas: 5305.78 mg; Sód: 868.98 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; Ener z B.: 14.85 %; Ener z W.: 56.96 %; Ener. z T.: 31.07 %; Potas: 2162.68 mg; Sód: 2607.09 mg;	Wartość energetyczna: 2658.29 kcal; Białko ogółem: 122.94 g; Tłuszcz: 61.64 g; Kw. tł. nasy.: 23.81 g; Węglowodany ogółem: 418.06 g; W tym cukry: 124.10 g; Błonnik pok.: 27.81 g; Sól: 6.50 g; WW: 38.95 Por; Ener z B.: 18.50 %; Ener z W.: 62.91 %; Ener. z T.: 20.87 %; Potas: 3246.58 mg; Sód: 3374.83 mg;	

Jadłospisy za okres od dnia 2026-03-23 do dnia 2026-03-29 KUCHNIA SIEDLCE

	SIE- Podstawowa/Ogólna	SIE- Podstawowa wzbogacona	SIE- Położnicza podstawowa	SIE- Położnicza łatwostrawna	SIE- Z ogr. łatwoprzyswajalnych węglowodanów	SIE- Z ogr. łatwoprzyswajalnych węgl. b/ml	SIE- Cukrzyca lekko strawna	SIE- Płynna 3x/Płynna wzb. 5x	SIE- Płynna wzbogacona b/ml	SIE- Papkowata
2026-03-28 sobota	Śniadanie	<p>Płatki pszenne na mleku 300 ml (<b>GLU PSZ, MLE.</b>) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<b>MLE.</b>) Szynka gotowana wieprzowa wędzona parzona, zawiera wodę dodaną, w siatce niejadalnej 25 g (<b>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU OW.</b>) Szynka z piersią indyczą- wędlna drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalanej 50 g (<b>SOJ, SEL, może zawierać: MLE, GOR.</b>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Banan 150 g</p>	<p>Płatki pszenne na mleku 300 ml (<b>GLU PSZ, MLE.</b>) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<b>MLE.</b>) Szynka gotowana wieprzowa wędzona parzona, zawiera wodę dodaną, w siatce niejadalnej 25 g (<b>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU OW.</b>) Szynka z piersią indyczą- wędlna drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalanej 50 g (<b>SOJ, SEL, może zawierać: MLE, GOR.</b>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g</p>	<p>Płatki pszenne na mleku 300 ml (<b>GLU PSZ, MLE.</b>) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<b>GLU PSZ.</b>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<b>MLE.</b>) Szynka z piersią indyczą- wędlna drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalanej 50 g (<b>SOJ, SEL, może zawierać: MLE, GOR.</b>) Szynka gotowana wieprzowa wędzona parzona, zawiera wodę dodaną, w siatce niejadalnej 25 g (<b>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU OW.</b>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g</p>	<p>Maślanka 150 ml (<b>MLE.</b>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (<b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<b>MLE.</b>) Szynka gotowana wieprzowa wędzona parzona, zawiera wodę dodaną, w siatce niejadalnej 25 g (<b>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU OW.</b>) Szynka z piersią indyczą- wędlna drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalanej 50 g (<b>SOJ, SEL, może zawierać: MLE, GOR.</b>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g</p>	<p>Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (<b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynka z piersią kurczaka-wędł.z drob.gr.rozd.parzo.w osł.niejadalnej 75 g (<b>SOJ.</b>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g</p>	<p>Maślanka 150 ml (<b>MLE.</b>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<b>MLE.</b>) Szynka gotowana wieprzowa wędzona parzona, zawiera wodę dodaną, w siatce niejadalnej 25 g (<b>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU OW.</b>) Szynka z piersią indyczą- wędlna drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalanej 50 g (<b>SOJ, SEL, może zawierać: MLE, GOR.</b>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g</p>	<p>Płynna śniadanie mleczna-SIED 500 ml (<b>GLU PSZ, JAJ, MLE.</b>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml</p>	<p>Płynna śniadanie bezmleczna-SIED 500 ml (<b>GLU PSZ, JAJ.</b>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml</p>	<p>Płatki pszenne na mleku 300 ml (<b>GLU PSZ, MLE.</b>) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<b>GLU PSZ.</b>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<b>MLE.</b>) Szynka z piersią indyczą- wędlna drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalanej mielona 50 g (<b>SOJ, SEL, może zawierać: MLE, GOR.</b>) Szynka gotowana wieprzowa wędzona parzona, zawiera wodę dodaną, w siatce niejadalnej mielona 25 g (<b>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU OW.</b>) Kalafior gotowany* 100 g</p>
II ŚN			Banan 150 g		Jabłko 150 g		Jabłko pieczone 150 g	Budyń o smaku waniliowym b/c 200 ml ( <b>MLE.</b> )	Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml	Banan 150 g

Jadłospisy za okres od dnia 2026-03-23 do dnia 2026-03-29 KUCHNIA SIEDLCE

	SIE- Podstawowa/Ogólna	SIE- Podstawowa wzbogacona	SIE- Położnicza podstawowa	SIE- Położnicza łatwostrawna	SIE- Z ogr. łatwoprzyswajalnych węglowodanów	SIE- Z ogr. łatwoprzyswajalnych węgl. b/ml	SIE- Cukrzyca lekko strawna	SIE- Płynna 3x/Płynna wzb. 5x	SIE- Płynna wzbogacona b/ml	SIE- Papkowata
2026-03-28 sobota	Obiad	Selerowa z ziemniakami () 300 ml ( <b>MLE, SEL.</b> ) kasza pęczak/sypko 180 g ( <b>GLU JECZ.</b> ) Gulasz z udźca kurczaka 150 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Buraczki gotowane drobno tarte () 100 g Surówka wykwinna z olejem b/c 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami () 300 ml ( <b>MLE, SEL.</b> ) Kasza jęczmienna/sypko 180 g ( <b>GLU JECZ.</b> ) Gulasz z udźca kurczaka 100 g ( <b>GLUPSZ.</b> ) Buraczki gotowane drobno tarte () 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami () 300 ml ( <b>MLE, SEL.</b> ) kasza pęczak/sypko 180 g ( <b>GLU JECZ.</b> ) Gulasz z udźca kurczaka 150 g ( <b>GLUPSZ.</b> ) Buraczki gotowane drobno tarte() b/c 100 g Surówka wykwinna z olejem b/c 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami (bez mleka) () 300 ml ( <b>SEL.</b> ) kasza pęczak/sypko 180 g ( <b>GLU JECZ.</b> ) Gulasz z udźca kurczaka 150 g ( <b>GLUPSZ.</b> ) Buraczki gotowane drobno tarte() b/c 100 g Surówka wykwinna z olejem b/c 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami - dieta () 300 ml ( <b>MLE, SEL.</b> ) Kasza jęczmienna/sypko 180 g ( <b>GLU JECZ.</b> ) Gulasz z udźca kurczaka 150 g ( <b>GLUPSZ.</b> ) Buraczki gotowane drobno tarte() b/c 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml	Płynna obiad*(-)-SIED 500 ml ( <b>SEL.</b> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami - dieta () 300 ml ( <b>MLE, SEL.</b> ) Ziemniaki gotowane puree () 180 g ( <b>MLE.</b> ) Gulasz z udźca kurczaka rozdrobniony 150 g ( <b>GLUPSZ.</b> ) Buraczki gotowane drobno tarte () 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml		
		PD	Budyń o smaku waniliowym z/c 200 ml ( <b>MLE.</b> )	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE.</b> ) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 20 g Sałata zielona 20 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 20 g Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE.</b> ) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 20 g Sałata zielona 20 g	Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml	Kisiel o smaku truskawkowym z/c 200 ml		

Jadłospisy za okres od dnia 2026-03-23 do dnia 2026-03-29 KUCHNIA SIEDLCE

	SIE- Podstawowa/Ogólna	SIE- Podstawowa wzbogacona	SIE- Położnicza podstawowa	SIE- Położnicza łatwostrawna	SIE- Z ogr. łatwoprzyswajalnych węglowodanów	SIE- Z ogr. łatwoprzyswajalnych węgl. b/ml	SIE- Cukrzyca lekko strawna	SIE- Płynna 3x/Płynna wzb. 5x	SIE- Płynna wzbogacona b/ml	SIE- Papkowata
2026-03-28 sobota	Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Sałatka z makaronu z wędliną drobiowo wieprzową -dieta ( ) 150 g ( <b>GLU PSZ, SEL, może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.</b> ) Ser żółty 50 g ( <b>MLE.</b> ) Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Sałatka z makaronu z wędliną drobiowo wieprzową -dieta ( ) 150 g ( <b>GLU PSZ, SEL, może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.</b> ) Ser żółty 50 g ( <b>MLE.</b> ) Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Sałatka z makaronu z wędliną drobiowo wieprzową -dieta ( ) 150 g ( <b>GLU PSZ, SEL, może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.</b> ) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 50 g ( <b>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</b> ) Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Sałatka z makaronu z wędliną drobiowo wieprzową -dieta ( ) 150 g ( <b>GLU PSZ, SEL, może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.</b> ) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 50 g ( <b>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</b> ) Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 75 g ( <b>SOJ.</b> ) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Sałatka z makaronu z wędliną drobiowo wieprzową -dieta ( ) 150 g ( <b>GLU PSZ, SEL, może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.</b> ) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 50 g ( <b>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</b> ) Sałata zielona 20 g	Płynna kolacja *( <b>SEL.</b> )-SIED 500 ml ( <b>SEL.</b> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody mielona 25 g ( <b>SOJ.</b> ) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona mielona 50 g ( <b>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</b> ) Brokuł gotowany* 100 g	
		PN	Dżem 25 g 1 szt Ciasto drożdżowe 50 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, S02.</b> )			Sok pomidorowy 0,3l 1 szt Pieczywo chrupkie ekstrudowane-żytnie 30 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</b> )		Sok pomidorowy 0,3l 1 szt	Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml	Mus- przecier owocowy jabłko 100g (tubka) 1 szt
			Wartość energetyczna: 2687.00 kcal; Białko ogółem: 95.91 g; Tłuszcz: 86.59 g; Kw. tł. nasy.: 32.37 g; Węglowodany ogółem: 416.07 g; W tym cukry: 105.62 g; Błonnik pok.: 46.02 g; Sól: 9.08 g; WW: 37.12 Por; Ener z B.: 14.28 %; Ener z W.: 61.94 %; Ener. z T.: 29.00 %; Potas: 3788.01 mg; Sód: 3464.99 mg;	Wartość energetyczna: 2888.40 kcal; Białko ogółem: 102.58 g; Tłuszcz: 90.62 g; Kw. tł. nasy.: 34.75 g; Węglowodany ogółem: 450.63 g; W tym cukry: 130.62 g; Błonnik pok.: 46.06 g; Sól: 9.30 g; WW: 40.58 Por; Ener z B.: 14.21 %; Ener z W.: 62.41 %; Ener. z T.: 28.24 %; Potas: 4071.94 mg; Sód: 3553.66 mg;	Wartość energetyczna: 2657.04 kcal; Białko ogółem: 96.27 g; Tłuszcz: 63.50 g; Kw. tł. nasy.: 23.88 g; Węglowodany ogółem: 446.07 g; W tym cukry: 135.71 g; Błonnik pok.: 33.06 g; Sól: 9.36 g; WW: 41.44 Por; Ener z B.: 14.49 %; Ener z W.: 67.15 %; Ener. z T.: 21.51 %; Potas: 4050.21 mg; Sód: 3580.72 mg;	Wartość energetyczna: 2272.58 kcal; Białko ogółem: 93.18 g; Tłuszcz: 69.50 g; Kw. tł. nasy.: 22.22 g; Węglowodany ogółem: 367.34 g; W tym cukry: 51.00 g; Błonnik pok.: 55.23 g; Sól: 11.51 g; WW: 31.25 Por; Ener z B.: 16.40 %; Ener z W.: 64.66 %; Ener. z T.: 27.52 %; Potas: 3641.59 mg; Sód: 4433.24 mg;	Wartość energetyczna: 1950.71 kcal; Białko ogółem: 83.38 g; Tłuszcz: 60.93 g; Kw. tł. nasy.: 11.46 g; Węglowodany ogółem: 332.19 g; W tym cukry: 43.55 g; Błonnik pok.: 53.10 g; Sól: 11.50 g; WW: 27.97 Por; Ener z B.: 17.10 %; Ener z W.: 68.12 %; Ener. z T.: 28.11 %; Potas: 3631.46 mg; Sód: 4587.31 mg;	Wartość energetyczna: 2137.73 kcal; Białko ogółem: 90.42 g; Tłuszcz: 57.24 g; Kw. tł. nasy.: 21.31 g; Węglowodany ogółem: 339.85 g; W tym cukry: 51.78 g; Błonnik pok.: 33.58 g; Sól: 12.70 g; WW: 30.57 Por; Ener z B.: 16.92 %; Ener z W.: 63.59 %; Ener. z T.: 24.10 %; Potas: 3200.65 mg; Sód: 4913.03 mg;	Wartość energetyczna: 2276.16 kcal; Białko ogółem: 93.86 g; Tłuszcz: 81.09 g; Kw. tł. nasy.: 18.58 g; Węglowodany ogółem: 306.71 g; W tym cukry: 102.24 g; Błonnik pok.: 29.76 g; Sól: 2.22 g; WW: 27.53 Por; Ener z B.: 16.50 %; Ener z W.: 53.90 %; Ener. z T.: 32.06 %; Potas: 5305.65 mg; Sód: 868.92 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; Ener z B.: 14.85 %; Ener z W.: 56.96 %; Ener. z T.: 31.07 %; Potas: 2162.68 mg; Sód: 2607.09 mg;

Jadłospisy za okres od dnia 2026-03-23 do dnia 2026-03-29 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- Podstawowa/Ogólna	SIE- Podstawowa wzbogacona	SIE- Położnicza podstawowa	SIE- Położnicza łatwostrawna	SIE- Z ogr. łatwoprzyswajalnych węglowodanów	SIE- Z ogr. łatwoprzyswajalnych węgl. b/ml	SIE- Cukrzyca lekko strawna	SIE- Płynna 3x/Płynna wzb. 5x	SIE- Płynna wzbogacona b/ml	SIE- Papkowata
2026-03-29 niedziela	Śniadanie	Kasza manna na mleku 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> ) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 25 g Ser mozzarella 50 g ( <b>MLE.</b> ) Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g	Kasza manna na mleku 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> ) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 25 g Ser mozzarella 50 g ( <b>MLE.</b> ) Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g	Kasza manna na mleku 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> ) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 25 g Ser mozzarella 50 g ( <b>MLE.</b> ) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Kasza manna na mleku 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 25 g Ser mozzarella 50 g ( <b>MLE.</b> ) Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g	Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 75 g Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 75 g Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g	Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 25 g Ser mozzarella 50 g ( <b>MLE.</b> ) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Płynna śniadanie mleczna-SIED 500 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE.</b> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Płynna śniadanie bezmleczna-SIED 500 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Kasza manna na mleku 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> ) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona mielona 25 g Ser mozzarella 50 g ( <b>MLE.</b> ) Dyńia z wody 100 g
	II ŚN		Mandarynka 150 g	Jabłko pieczone 150 g	Jabłko 150 g	Jabłko pieczone 150 g	Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml	Jabłko pieczone 150 g			

Jadłospisy za okres od dnia 2026-03-23 do dnia 2026-03-29 KUCHNIA SIEDLCE

	SIE- Podstawowa/Ogólna	SIE- Podstawowa wzbogacona	SIE- Położnicza podstawowa	SIE- Położnicza łatwostrawna	SIE- Z ogr. łatwoprzyswajalnych węglowodanów	SIE- Z ogr. łatwoprzyswajalnych węgl. b/ml	SIE- Cukrzyca lekko strawna	SIE- Płynna 3x/Płynna wzb. 5x	SIE- Płynna wzbogacona b/ml	SIE- Papkowata
2026-03-29 niedziela	Obiad	Pomidorowa z makaronem () 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Schab duszony 100 g Sos własny () 80 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Ziemniaki gotowane () 180 g Kapusta zasmażana () 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 100 g ( <b>SEL.</b> ) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem () 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Ziemniaki gotowane () 180 g Schab duszony 100 g Sos własny () 80 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Kapusta zasmażana () 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 100 g ( <b>SEL.</b> ) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem () 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Pierogi ukraińskie () 300 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE.</b> ) Kapusta zasmażana () 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 100 g ( <b>SEL.</b> ) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem () 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Schab duszony 100 g Sos własny () 80 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Ziemniaki gotowane () 180 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g ( <b>SEL.</b> ) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem () 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Schab duszony 100 g Sos własny () 80 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Ziemniaki gotowane () 180 g Kapusta zasmażana () 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 100 g ( <b>SEL.</b> ) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem (bez mleka) () 300 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Schab duszony 100 g Sos własny () 80 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Ziemniaki gotowane () 180 g Kapusta zasmażana () 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 100 g ( <b>SEL.</b> ) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem () 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Schab duszony 100 g Sos własny () 80 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Ziemniaki gotowane () 180 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g ( <b>SEL.</b> ) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml	Płynna obiad*()-SIED 500 ml ( <b>SEL.</b> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem () 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Ziemniaki gotowane puree () 180 g ( <b>MLE.</b> ) Schab duszony rozdrobniony 100 g Sos własny () 80 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g ( <b>SEL.</b> ) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml
		PD	Jogurt truskawkowy 150g 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Podplomyki b/c 20 g ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> )	Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Pieczywo chrupkie ekstrudowane-żytnie 30 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</b> )	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt Pieczywo chrupkie ekstrudowane-żytnie 30 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</b> )	Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <b>MLE.</b> )	Jogurt truskawkowy 150g 1 szt ( <b>MLE.</b> )	Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml	Jogurt truskawkowy 150g 1 szt ( <b>MLE.</b> )	

Jadłospisy za okres od dnia 2026-03-23 do dnia 2026-03-29 KUCHNIA SIEDLCE

	SIE- Podstawowa/Ogólna	SIE- Podstawowa wzbogacona	SIE- Położnicza podstawowa	SIE- Położnicza łatwostrawna	SIE- Z ogr. łatwoprzyswajalnych węglowodanów	SIE- Z ogr. łatwoprzyswajalnych węgl. b/ml	SIE- Cukrzyca lekko strawna	SIE- Płynna 3x/Płynna wzb. 5x	SIE- Płynna wzbogacona b/ml	SIE- Papkowata
2026-03-29 niedziela	Kolacja	Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</b> )	Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</b> )	Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</b> )	Kawa zbożowa b/c 250 ml ( <b>GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</b> )	Kawa zbożowa b/c 250 ml ( <b>GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</b> )	Kawa zbożowa b/c 250 ml ( <b>GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</b> )	Płynna kolacja *)-SIED 500 ml ( <b>SEL.</b> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</b> )	
		Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> )	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> )	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> )	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> )	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> )	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> )	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> )		Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> )
		Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> )	Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> )	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> )	Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE.</b> )	Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g	Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE.</b> )		Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> )	
		Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE.</b> )	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> )	Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE.</b> )	Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ.</b> )	Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ.</b> )	Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.p arzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g		Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE.</b> )	
		Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.p arzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g	Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE.</b> )	Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.p arzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g	Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.p arzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g	Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.p arzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g	Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ.</b> )		Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> )	
		Dżem 25 g 1 szt	Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.p arzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g	Dżem 25 g 1 szt	Pomidor 80 g	Pomidor 80 g	Pomidor 80 g		Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE.</b> )	
		Pomidor 80 g	Dżem 25 g 1 szt	Pomidor 80 g	Salata zielona 20 g	Salata zielona 20 g	Salata zielona 20 g		Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.p arzo.z dodat.wody w osł.niejad mielona 50 g	
		Salata zielona 20 g	Salata zielona 20 g	Salata zielona 20 g					Dżem 25 g 1 szt	
									Kalafior gotowany* 100 g	
PN		Przecier owocowy jablko-truskawka 100g 1 szt			Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> )	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> )	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> )	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt		Przecier owocowy jablko-truskawka 100g 1 szt
					Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE.</b> )	Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g	Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE.</b> )			
				Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 25 g ( <b>SOJ.</b> )	Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 25 g ( <b>SOJ.</b> )	Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 25 g ( <b>SOJ.</b> )				
				Salata zielona 10 g	Salata zielona 10 g	Salata zielona 10 g				

Jadłospisy za okres od dnia 2026-03-23 do dnia 2026-03-29 KUCHNIA SIEDLCE

	SIE- Podstawowa/Ogólna	SIE- Podstawowa wzbogacona	SIE- Położnicza podstawowa	SIE- Położnicza łatwostrawna	SIE- Z ogr. łatwoprzyswajalnych węglowodanów	SIE- Z ogr. łatwoprzyswajalnych węgl. b/ml	SIE- Cukrzyca lekko strawna	SIE- Płynna 3x/Płynna wzb. 5x	SIE- Płynna wzbogacona b/ml	SIE- Papkowata
2026-03-29 niedziela	Wartość energetyczna: 2263.58 kcal; Białko ogółem: 105.16 g; Tłuszcz: 61.80 g; Kw. tł. nasy.: 20.99 g; Węglowodany ogółem: 348.61 g; W tym cukry: 104.40 g; Błonnik pok.: 33.10 g; Sól: 8.81 g; WW: 31.54 Por; Ener z B.: 18.58 %; Ener z W.: 61.60 %; Ener. z T.: 24.57 %; Potas: 4468.82 mg; Sód: 3516.35 mg;	Wartość energetyczna: 2463.38 kcal; Białko ogółem: 115.66 g; Tłuszcz: 66.49 g; Kw. tł. nasy.: 23.39 g; Węglowodany ogółem: 381.01 g; W tym cukry: 127.05 g; Błonnik pok.: 33.55 g; Sól: 8.96 g; WW: 34.78 Por; Ener z B.: 18.78 %; Ener z W.: 61.87 %; Ener. z T.: 24.29 %; Potas: 4737.32 mg; Sód: 3586.85 mg;	Wartość energetyczna: 2760.13 kcal; Białko ogółem: 103.96 g; Tłuszcz: 80.74 g; Kw. tł. nasy.: 24.16 g; Węglowodany ogółem: 434.89 g; W tym cukry: 130.32 g; Błonnik pok.: 34.59 g; Sól: 8.54 g; WW: 40.09 Por; Ener z B.: 15.07 %; Ener z W.: 63.02 %; Ener. z T.: 26.33 %; Potas: 3895.76 mg; Sód: 3421.57 mg;	Wartość energetyczna: 2544.12 kcal; Białko ogółem: 117.72 g; Tłuszcz: 68.81 g; Kw. tł. nasy.: 23.53 g; Węglowodany ogółem: 385.90 g; W tym cukry: 131.41 g; Błonnik pok.: 30.42 g; Sól: 7.77 g; WW: 35.67 Por; Ener z B.: 18.51 %; Ener z W.: 60.67 %; Ener. z T.: 24.34 %; Potas: 4834.70 mg; Sód: 3104.01 mg;	Wartość energetyczna: 2272.99 kcal; Białko ogółem: 118.35 g; Tłuszcz: 70.76 g; Kw. tł. nasy.: 24.09 g; Węglowodany ogółem: 333.47 g; W tym cukry: 52.60 g; Błonnik pok.: 44.70 g; Sól: 10.14 g; WW: 28.73 Por; Ener z B.: 20.83 %; Ener z W.: 58.68 %; Ener. z T.: 28.02 %; Potas: 4899.44 mg; Sód: 4046.32 mg;	Wartość energetyczna: 2036.67 kcal; Białko ogółem: 104.10 g; Tłuszcz: 54.49 g; Kw. tł. nasy.: 12.85 g; Węglowodany ogółem: 327.55 g; W tym cukry: 39.91 g; Błonnik pok.: 47.68 g; Sól: 10.98 g; WW: 27.95 Por; Ener z B.: 20.45 %; Ener z W.: 64.33 %; Ener. z T.: 24.08 %; Potas: 4283.24 mg; Sód: 4378.40 mg;	Wartość energetyczna: 2257.83 kcal; Białko ogółem: 115.15 g; Tłuszcz: 71.49 g; Kw. tł. nasy.: 24.12 g; Węglowodany ogółem: 312.20 g; W tym cukry: 52.40 g; Błonnik pok.: 32.73 g; Sól: 9.95 g; WW: 27.78 Por; Ener z B.: 20.40 %; Ener z W.: 55.31 %; Ener. z T.: 28.50 %; Potas: 4548.82 mg; Sód: 3961.98 mg;	Wartość energetyczna: 2125.42 kcal; Białko ogółem: 95.24 g; Tłuszcz: 80.81 g; Kw. tł. nasy.: 18.59 g; Węglowodany ogółem: 272.08 g; W tym cukry: 89.56 g; Błonnik pok.: 30.15 g; Sól: 2.09 g; WW: 24.05 Por; Ener z B.: 17.92 %; Ener z W.: 51.20 %; Ener. z T.: 34.22 %; Potas: 5288.75 mg; Sód: 829.48 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; Ener z B.: 15.61 %; Ener z W.: 54.71 %; Ener. z T.: 32.69 %; Potas: 2161.08 mg; Sód: 2585.76 mg;	Wartość energetyczna: 2483.64 kcal; Białko ogółem: 116.91 g; Tłuszcz: 67.83 g; Kw. tł. nasy.: 23.61 g; Węglowodany ogółem: 372.78 g; W tym cukry: 132.97 g; Błonnik pok.: 32.30 g; Sól: 8.17 g; WW: 34.06 Por; Ener z B.: 18.83 %; Ener z W.: 60.04 %; Ener. z T.: 24.58 %; Potas: 4204.57 mg; Sód: 2799.70 mg;

Jadłospisy za okres od dnia 2026-03-23 do dnia 2026-03-29 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- Papkowata b/ml	SIE- Łatwo strawna	SIE- Bezmleczna	SIE- Niskotłuszczowa	SIE- O kontr. zaw.kwasów tłuszczowych	SIE- Bogatobiałkowa	SIE- Bogatobiałkowa bezmleczna	SIE- Niskobiałkowa do 50 g białka	SIE- Niskobiałkowa do 30 g białka	SIE- Kleikowa
2026-03-23 poniedziałek	Śniadanie	<p>Płatki owsiane na wodzie 300 g (<b>GLU OW.</b>) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<b>GLU PSZ.</b>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona mielona 50 g Jajko gotowane kl M mielone 1 szt (<b>JAJ.</b>) Dyńa z wody 100 g</p>	<p>Płatki owsiane na mleku 300 ml (<b>MLE, GLU OW.</b>) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<b>MLE.</b>) Schab Ojca Grzegorza-wędolina wieprzowa wędzona,parzona,z dod.wody,białka wp 50 g (<b>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</b>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<b>JAJ.</b>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Banan 150 g</p>	<p>Płatki owsiane na wodzie 300 g (<b>GLU OW.</b>) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Jajko gotowane kl M 1 szt (<b>JAJ.</b>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Banan 150 g</p>	<p>Płatki owsiane na mleku 300 ml (<b>MLE, GLU OW.</b>) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<b>GLU PSZ.</b>) Masło extra 82% 5 g (<b>MLE.</b>) Schab Ojca Grzegorza-wędolina wędzona,parzona,z dod.wody,białka wp 50 g (<b>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</b>) Połędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 25 g (<b>SOJ.</b>) Banan 150 g Pomidor b/skórki 80 g Sałata zielona 20 g</p>	<p>Płatki owsiane na mleku 300 ml (<b>MLE, GLU OW.</b>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<b>GLU PSZ.</b>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b>) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Schab Ojca Grzegorza-wędolina wieprzowa wędzona,parzona,z dod.wody,białka wp 50 g (<b>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</b>) Połędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 25 g (<b>SOJ.</b>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g</p>	<p>Płatki owsiane na wodzie 300 g (<b>GLU OW.</b>) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<b>MLE.</b>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<b>JAJ.</b>) Schab Ojca Grzegorza-wędolina wieprzowa wędzona,parzona,z dod.wody,białka wp 50 g (<b>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</b>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g</p>	<p>Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 100 g (<b>SEZ, może zawierać: ORZ.</b>) Masło extra 82% 15 g (<b>MLE.</b>) Schab Ojca Grzegorza-wędolina wieprzowa wędzona,parzona,z dod.wody,białka wp 50 g (<b>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</b>) Dżem 25 g 1 szt Banan 150 g Pomidor 80 g Kisiel o smaku truskawkowym z/c 200 ml Sałata zielona 20 g</p>	<p>Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 100 g (<b>SEZ, może zawierać: ORZ.</b>) Masło extra 82% 15 g (<b>MLE.</b>) Schab Ojca Grzegorza-wędolina wieprzowa wędzona,parzona,z dod.wody,białka wp 30 g (<b>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</b>) Dżem 25 g 2 szt Banan 150 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kisiel o smaku truskawkowym z/c 200 ml</p>	<p>Kleik ryżowy na wodzie 200 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Suchary b/c 30 g (<b>GLU PSZ, SOJ, MLE.</b>)</p>	
	II ŚN	Banan 150 g				Mandarynka 150 g	Banan 150 g	Banan 150 g Wafle ryżowe 20 g			

Jadłospisy za okres od dnia 2026-03-23 do dnia 2026-03-29 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- Papkowata b/ml	SIE- Łatwo strawna	SIE- Bezmleczna	SIE- Niskotłuszczowa	SIE- O kontr. zaw. kwasów tłuszczowych	SIE- Bogatobiałkowa	SIE- Bogatobiałkowa bezmleczna	SIE- Niskobiałkowa do 50 g białka	SIE- Niskobiałkowa do 30 g białka	SIE- Kleikowa
2026-03-23 poniedziałek	Obiad	Wielowarzywna z ziemniakami (bez mleka) () 300 ml <b>(GLU PSZ, SEL.)</b> Ryż na sypko 180 g Pulpet drobiowy rozdrobniony 100 g <b>(GLU PSZ, JAJ.)</b> Sos pomidorowy 80 ml <b>(GLU PSZ.)</b> Marchew gotowana z olejem () 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Wielowarzywna z ziemniakami () 300 ml <b>(GLU PSZ, MLE, SEL.)</b> Ryż z jabłkiem prażonym i cynamonem 300 g Sos jogurtowy naturalny 100 g <b>(MLE.)</b> Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Wielowarzywna z ziemniakami (bez mleka) () 300 ml <b>(GLU PSZ, SEL.)</b> Ryż na sypko 180 g Pulpet drobiowy 100 g <b>(GLU PSZ, JAJ.)</b> Sos pomidorowy 80 ml <b>(GLU PSZ.)</b> Surówka z marchwi z olejem b/c () 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Wielowarzywna z ziemniakami () 300 ml <b>(GLU PSZ, MLE, SEL.)</b> Ryż z jabłkiem prażonym i cynamonem 300 g Sos jogurtowy naturalny 100 g <b>(MLE.)</b> Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Wielowarzywna z ziemniakami () 300 ml <b>(GLU PSZ, MLE, SEL.)</b> Ryż na sypko (brązowy) 180 g Pulpet drobiowy 100 g <b>(GLU PSZ, JAJ.)</b> Sos pomidorowy 80 ml <b>(GLU PSZ.)</b> Surówka z marchwi z olejem b/c () 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml	Wielowarzywna z ziemniakami () 300 ml <b>(GLU PSZ, MLE, SEL.)</b> Ryż z jabłkiem prażonym i cynamonem 300 g Sos jogurtowy naturalny 100 g <b>(MLE.)</b> Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Wielowarzywna z ziemniakami (bez mleka) () 300 ml <b>(GLU PSZ, SEL.)</b> Ryż na sypko 180 g Pulpet drobiowy 100 g <b>(GLU PSZ, JAJ.)</b> Sos pomidorowy 80 ml <b>(GLU PSZ.)</b> Surówka z marchwi z olejem b/c () 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Wielowarzywna z ziemniakami (bez mleka) () 300 ml <b>(GLU PSZ, SEL.)</b> Ryż z jabłkiem prażonym i cynamonem 300 g Sos jogurtowy naturalny 100 g <b>(MLE.)</b> Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Wielowarzywna z ziemniakami (bez mleka) () 300 ml <b>(GLU PSZ, SEL.)</b> Ryż z jabłkiem prażonym i cynamonem 250 g Sos jogurtowy naturalny 50 g <b>(MLE.)</b> Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Herbata czarna granulowana z/c 500 ml Suchary b/c 30 g <b>(GLU PSZ, SOJ, MLE.)</b>
	PD	Kisiel o smaku cytrynowym z/c 200 ml				Kefir 1,5% tł 150g 1 Por <b>(MLE.)</b>	Kefir 1,5% tł 150g 1 Por <b>(MLE.)</b> Biszkopty b/ml 30 g <b>(GLU PSZ, JAJ.)</b>	Kisiel o smaku cytrynowym z/c 200 ml Biszkopty b/ml 30 g <b>(GLU PSZ, JAJ.)</b>			

Jadłospisy za okres od dnia 2026-03-23 do dnia 2026-03-29 KUCHNIA SIEDLCE

	SIE- Papkowata b/ml	SIE- Łatwo strawna	SIE- Bezmleczna	SIE- Niskotłuszczowa	SIE- O kontr. zaw. kwasów tłuszczowych	SIE- Bogatobiałkowa	SIE- Bogatobiałkowa bezmleczna	SIE- Niskobiałkowa do 50 g białka	SIE- Niskobiałkowa do 30 g białka	SIE- Kleikowa
2026-03-23 poniedziałek	Kolacja	Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ. GLU ZYT.</u> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody mielona 75 g ( <u>SOJ.</u> ) Ćwikła z jabłkiem b/c () 100 g	Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ. GLU ZYT.</u> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE.</u> ) Twarożek z koperkiem 80 g ( <u>MLE.</u> ) Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 75 g ( <u>SOJ.</u> ) Ćwikła z jabłkiem b/c () 80 g Sałata zielona 20 g	Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE.</u> ) Twarożek z koperkiem 80 g ( <u>MLE.</u> ) Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 25 g ( <u>może zawierać: GLU PSZ. JAJ. SOJ. MLE. SEL. GOR.</u> ) Ćwikła z jabłkiem b/c () 80 g Sałata zielona 20 g	Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g ( <u>GLU PSZ. GLU ZYT.</u> ) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Twarożek z papryką 80 g ( <u>MLE.</u> ) Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 25 g ( <u>może zawierać: GLU PSZ. JAJ. SOJ. MLE. SEL. GOR.</u> ) Ćwikła z jabłkiem b/c () 80 g Sałata zielona 20 g	Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ. GLU ZYT.</u> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE.</u> ) Twarożek z koperkiem 80 g ( <u>MLE.</u> ) Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 25 g ( <u>może zawierać: GLU PSZ. JAJ. SOJ. MLE. SEL. GOR.</u> ) Ćwikła z jabłkiem b/c () 80 g Sałata zielona 20 g	Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ. GLU ZYT.</u> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 75 g ( <u>SOJ.</u> ) Ćwikła z jabłkiem b/c () 80 g Sałata zielona 20 g	Ćwikła z jabłkiem b/c () 80 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 100 g ( <u>SEZ. może zawierać: ORZ.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> ) Twarożek z koperkiem 80 g ( <u>MLE.</u> ) Miód (25g) 1 szt Sałata zielona 20 g Ćwikła z jabłkiem b/c () 80 g	Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 100 g ( <u>SEZ. może zawierać: ORZ.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> ) Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g ( <u>SOJ.</u> ) Miód (25g) 1 szt Ćwikła z jabłkiem b/c () 80 g Sałata zielona 20 g	Kleik ryżowy na wodzie 200 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Suchary b/c 30 g ( <u>GLU PSZ. SOJ. MLE.</u> )
		PN	Przecier owocowy jabłko-truskawka 100g 1 szt						Poledwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 25 g ( <u>SOJ.</u> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ. GLU ZYT.</u> ) Sałata zielona 5 g	Przecier owocowy jabłko-truskawka 100g 1 szt

Jadłospisy za okres od dnia 2026-03-23 do dnia 2026-03-29 KUCHNIA SIEDLCE

	SIE- Papkowata b/ml	SIE- Łatwo strawna	SIE- Bezmleczna	SIE- Niskotłuszczowa	SIE- O kontr. zaw.kwasów tłuszczowych	SIE- Bogatobiałkowa	SIE- Bogatobiałkowa bezmleczna	SIE- Niskobiałkowa do 50 g białka	SIE- Niskobiałkowa do 30 g białka	SIE- Kleikowa
2026-03-23 poniedziałek	Wartość energetyczna: 2378.70 kcal; Białko ogółem: 88.56 g; Tłuszcz: 50.62 g; Kw. tł. nasy.: 10.93 g; Węglowodany ogółem: 411.95 g; W tym cukry: 133.16 g; Błonnik pok.: 32.29 g; Sól: 8.61 g; WW: 37.91 Por; Ener z B.: 14.89 %; Ener z W.: 69.27 %; Ener. z T.: 19.15 %; Potas: 3136.64 mg; Sód: 2433.29 mg;	Wartość energetyczna: 2179.88 kcal; Białko ogółem: 80.96 g; Tłuszcz: 43.71 g; Kw. tł. nasy.: 21.01 g; Węglowodany ogółem: 377.85 g; W tym cukry: 116.07 g; Błonnik pok.: 19.69 g; Sól: 4.78 g; WW: 35.90 Por; Ener z B.: 14.86 %; Ener z W.: 69.33 %; Ener. z T.: 18.05 %; Potas: 2971.14 mg; Sód: 1909.64 mg;	Wartość energetyczna: 2239.44 kcal; Białko ogółem: 88.39 g; Tłuszcz: 52.87 g; Kw. tł. nasy.: 11.02 g; Węglowodany ogółem: 373.17 g; W tym cukry: 98.76 g; Błonnik pok.: 31.03 g; Sól: 8.39 g; WW: 34.24 Por; Ener z B.: 15.79 %; Ener z W.: 66.65 %; Ener. z T.: 21.25 %; Potas: 3426.86 mg; Sód: 3507.36 mg;	Wartość energetyczna: 2077.36 kcal; Białko ogółem: 80.58 g; Tłuszcz: 31.37 g; Kw. tł. nasy.: 14.22 g; Węglowodany ogółem: 378.52 g; W tym cukry: 117.11 g; Błonnik pok.: 18.16 g; Sól: 4.57 g; WW: 36.23 Por; Ener z B.: 15.52 %; Ener z W.: 62.51 %; Ener. z T.: 13.59 %; Potas: 3004.47 mg; Sód: 1835.16 mg;	Wartość energetyczna: 2107.02 kcal; Białko ogółem: 97.82 g; Tłuszcz: 58.14 g; Kw. tł. nasy.: 16.98 g; Węglowodany ogółem: 329.29 g; W tym cukry: 78.22 g; Błonnik pok.: 45.65 g; Sól: 6.02 g; WW: 28.38 Por; Ener z B.: 18.57 %; Ener z W.: 72.89 %; Ener. z T.: 24.83 %; Potas: 4319.62 mg; Sód: 2408.69 mg;	Wartość energetyczna: 2346.88 kcal; Białko ogółem: 86.69 g; Tłuszcz: 47.84 g; Kw. tł. nasy.: 22.20 g; Węglowodany ogółem: 404.45 g; W tym cukry: 120.17 g; Błonnik pok.: 19.69 g; Sól: 4.88 g; WW: 38.59 Por; Ener z B.: 14.78 %; Ener z W.: 68.93 %; Ener. z T.: 18.35 %; Potas: 3093.14 mg; Sód: 1949.64 mg;	Wartość energetyczna: 2698.19 kcal; Białko ogółem: 98.22 g; Tłuszcz: 60.38 g; Kw. tł. nasy.: 12.44 g; Węglowodany ogółem: 464.31 g; W tym cukry: 117.40 g; Błonnik pok.: 33.47 g; Sól: 9.89 g; WW: 43.12 Por; Ener z B.: 14.56 %; Ener z W.: 68.83 %; Ener. z T.: 20.14 %; Potas: 3437.78 mg; Sód: 4104.19 mg;	Wartość energetyczna: 2207.70 kcal; Białko ogółem: 46.73 g; Tłuszcz: 45.53 g; Kw. tł. nasy.: 20.94 g; Węglowodany ogółem: 413.93 g; W tym cukry: 149.49 g; Błonnik pok.: 22.63 g; Sól: 1.31 g; WW: 39.28 Por; Ener z B.: 8.47 %; Ener z W.: 75.00 %; Ener. z T.: 18.56 %; Potas: 2748.34 mg; Sód: 524.39 mg;	Wartość energetyczna: 2013.95 kcal; Białko ogółem: 30.24 g; Tłuszcz: 40.83 g; Kw. tł. nasy.: 18.00 g; Węglowodany ogółem: 392.36 g; W tym cukry: 145.33 g; Błonnik pok.: 19.91 g; Sól: 1.69 g; WW: 37.46 Por; Ener z B.: 6.01 %; Ener z W.: 77.93 %; Ener. z T.: 18.25 %; Potas: 2198.56 mg; Sód: 680.45 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; Ener z B.: 8.86 %; Ener z W.: 83.35 %; Ener. z T.: 7.57 %; Potas: 127.46 mg; Sód: 75.53 mg;
2026-03-24 wtorek Śniadanie	Kasza manna na wodzie 300 ml ( <b>GLU PSZ.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Pasta z ryby gotowanej (morszczuk) z warzywami ( ) 80 g ( <b>RYB, SEL.</b> ) Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody mielona 25 g ( <b>SOJ.</b> ) Bukiet jarzyn gotowany z olejem ( ) 100 g ( <b>SEL.</b> ) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Makaron na mleku 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> ) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Pasta z ryby gotowanej (morszczuk) z warzywami ( ) 80 g ( <b>RYB, SEL.</b> ) Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 25 g ( <b>SOJ.</b> ) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Jabłko pieczone 150 g	Kasza manna na wodzie 300 ml ( <b>GLU PSZ.</b> ) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Pasta z ryby gotowanej (morszczuk) z warzywami ( ) 80 g ( <b>RYB, SEL.</b> ) Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 25 g ( <b>SOJ.</b> ) Pomidor b/skórki 80 g Jabłko pieczone 150 g Sałata zielona 20 g	Makaron na mleku 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> ) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE.</b> ) Pasta z ryby gotowanej (morszczuk) z warzywami ( ) 80 g ( <b>RYB, SEL.</b> ) Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 25 g ( <b>SOJ.</b> ) Pomidor b/skórki 80 g Jabłko pieczone 150 g Sałata zielona 20 g	Makaron na mleku 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Pasta z ryby gotowanej (morszczuk) z warzywami ( ) 80 g ( <b>RYB, SEL.</b> ) Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 25 g ( <b>SOJ.</b> ) Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g	Makaron na mleku 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> ) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Pasta z ryby gotowanej (morszczuk) z warzywami ( ) 80 g ( <b>RYB, SEL.</b> ) Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 25 g ( <b>SOJ.</b> ) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Kasza manna na wodzie 300 ml ( <b>GLU PSZ.</b> ) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 100 g ( <b>SEZ, może zawierać: ORZ.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 25 g ( <b>SOJ.</b> ) Dżem 25 g 2 szt Pomidor 80 g Jabłko pieczone 150 g Biszkopty b/ml 30 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> ) Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 100 g ( <b>SEZ, może zawierać: ORZ.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Dżem 25 g 2 szt Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Jabłko pieczone 150 g	Kleik ryżowy na wodzie 200 g Suchary b/c 30 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE.</b> ) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	

Jadłospisy za okres od dnia 2026-03-23 do dnia 2026-03-29 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- Papkowata b/ml	SIE- Łatwo strawna	SIE- Bezmleczna	SIE- Niskotłuszczowa	SIE- O kontr. zaw. kwasów tłuszczowych	SIE- Bogatobiałkowa	SIE- Bogatobiałkowa bezmleczna	SIE- Niskobiałkowa do 50 g białka	SIE- Niskobiałkowa do 30 g białka	SIE- Kleikowa
2026-03-24 wtorek	II ŚN	Jabłko pieczone 150 g				Jabłko 150 g	Jabłko pieczone 150 g Biszkopty b/ml 30 g ( <u>GLU PSZ, JAJ,</u> )				
	Obiad	Solferino (bez mleka) () 300 ml ( <u>GLU PSZ, SEL,</u> ) Ziemniaki gotowane puree (bez mleka) () 180 g Klopsik wieprzowy rozdrobniony 100 g ( <u>GLU PSZ, JAJ,</u> ) Sos ziołowy () 80 ml ( <u>GLU PSZ, SEL,</u> ) Szpinak gotowany z olejem* 200 g ( <u>GLU PSZ,</u> ) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Solferino () 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u> ) Kasza jęczmienna/sypko 180 g ( <u>GLU JĘCZ,</u> ) Klopsik wieprzowy 100 g ( <u>GLU PSZ, JAJ,</u> ) Sos ziołowy () 80 ml ( <u>GLU PSZ, SEL,</u> ) Szpinak gotowany z olejem* 200 g ( <u>GLU PSZ,</u> ) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Solferino (bez mleka) () 300 ml ( <u>GLU PSZ, SEL,</u> ) Kasza jęczmienna/sypko 180 g ( <u>GLU JĘCZ,</u> ) Klopsik wieprzowy 100 g ( <u>GLU PSZ, JAJ,</u> ) Sos ziołowy () 80 ml ( <u>GLU PSZ, SEL,</u> ) Szpinak gotowany z olejem* 200 g ( <u>GLU PSZ,</u> ) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Solferino () 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u> ) Kasza jęczmienna/sypko 180 g ( <u>GLU JĘCZ,</u> ) Klopsik wieprzowy 100 g ( <u>GLU PSZ, JAJ,</u> ) Sos ziołowy () 80 ml ( <u>GLU PSZ, SEL,</u> ) Szpinak gotowany z olejem* 200 g ( <u>GLU PSZ,</u> ) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Grochowa z ziemniakami () 300 ml ( <u>GLU PSZ, SEL,</u> ) Kasza gryczana 180 g Klopsik wieprzowy 100 g ( <u>GLU PSZ, JAJ,</u> ) Sos ziołowy () 80 ml ( <u>GLU PSZ, SEL,</u> ) Surówka z rzepy, jabłka i marchewki () 100 g ( <u>MLE,</u> ) Szpinak gotowany z olejem* 100 g ( <u>GLU PSZ,</u> ) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml	Solferino () 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u> ) Kasza jęczmienna/sypko 180 g ( <u>GLU JĘCZ,</u> ) Klopsik wieprzowy 100 g ( <u>GLU PSZ, JAJ,</u> ) Sos ziołowy () 80 ml ( <u>GLU PSZ, SEL,</u> ) Szpinak gotowany z olejem* 200 g ( <u>GLU PSZ,</u> ) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Solferino (bez mleka) () 300 ml ( <u>GLU PSZ, SEL,</u> ) Kasza jęczmienna/sypko 180 g ( <u>GLU JĘCZ,</u> ) Klopsik wieprzowy 100 g ( <u>GLU PSZ, JAJ,</u> ) Sos ziołowy ()/b/ml 80 ml ( <u>GLU PSZ, SEL,</u> ) Szpinak gotowany z olejem* 200 g ( <u>GLU PSZ,</u> ) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Solferino (bez mleka) () 300 ml ( <u>GLU PSZ, SEL,</u> ) Kasza jęczmienna/sypko 180 g ( <u>GLU JĘCZ,</u> ) Klopsik wieprzowy 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ,</u> ) Sos ziołowy () 80 ml ( <u>GLU PSZ, SEL,</u> ) Szpinak gotowany z olejem* 200 g ( <u>GLU PSZ,</u> ) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Solferino (bez mleka) () 300 ml ( <u>GLU PSZ, SEL,</u> ) Kasza jęczmienna/sypko 180 g ( <u>GLU JĘCZ,</u> ) Klopsik wieprzowy 30 g ( <u>GLU PSZ, JAJ,</u> ) Sos ziołowy () 80 ml ( <u>GLU PSZ, SEL,</u> ) Szpinak gotowany z olejem* 200 g ( <u>GLU PSZ,</u> ) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Herbata czarna ekspresowa z/c 500 ml Suchary b/c 30 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE,</u> )
	PD	Kisiel o smaku cytrynowym z/c 200 ml				Jogurt brzoskwinowy 150g 1 szt ( <u>MLE,</u> ) Ciasto drożdżowe 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SO2,</u> ) Jogurt brzoskwinowy 150g 1 szt ( <u>MLE,</u> )	Ciasto drożdżowe 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SO2,</u> ) Jogurt brzoskwinowy 150g 1 szt ( <u>MLE,</u> )	Wafle ryżowe 30 g Kisiel o smaku cytrynowym z/c 200 ml			

Jadłospisy za okres od dnia 2026-03-23 do dnia 2026-03-29 KUCHNIA SIEDLCE

	SIE- Papkowata b/ml	SIE- Łatwo strawna	SIE- Bezmleczna	SIE- Niskotłuszczowa	SIE- O kontr. zaw.kwasów tłuszczowych	SIE- Bogatobiałkowa	SIE- Bogatobiałkowa bezmleczna	SIE- Niskobiałkowa do 50 g białka	SIE- Niskobiałkowa do 30 g białka	SIE- Kleikowa	
2026-03-24 wtorek	Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.p arzo.z dodat.wody w osł.niejad mielona 50 g Połudwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona mielona 25 g ( <b>SOJ.</b> ) Brokuł gotowany* 100 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.p arzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt ( <b>MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE.</b> ) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.p arzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Połudwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 25 g ( <b>SOJ.</b> ) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE.</b> ) Dżem 25 g 1 szt Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt ( <b>MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE.</b> ) Pomidor b/skórki 80 g Salata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.p arzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt ( <b>MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE.</b> ) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.p arzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt ( <b>MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE.</b> ) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.p arzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt ( <b>MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE.</b> ) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 100 g ( <b>SEZ, może zawierać: ORZ.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.p arzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Miód (25g) 1 szt Pomidor 80 g Salata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 100 g ( <b>SEZ, może zawierać: ORZ.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.p arzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Miód (25g) 2 szt Salata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Kleik ryżowy na wodzie 200 g Suchary b/c 30 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE.</b> )
		PN	Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt Biszkopty b/ml 30 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> )			Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 30 g				Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	Wartość energetyczna: 2404.23 kcal; Białko ogółem: 93.45 g; Tłuszcz: 58.20 g; Kw. tł. nasy.: 11.92 g; Węglowodany ogółem: 398.34 g; W tym cukry: 109.58 g; Błonnik pok.: 33.16 g; Sól: 8.64 g; WW: 36.59 Por; Ener z B.: 15.55 %; Ener z W.: 66.27 %; Ener. z T.: 21.78 %; Potas: 2922.15 mg; Sód: 3580.43 mg;	Wartość energetyczna: 2379.73 kcal; Białko ogółem: 99.49 g; Tłuszcz: 64.02 g; Kw. tł. nasy.: 24.60 g; Węglowodany ogółem: 369.94 g; W tym cukry: 88.39 g; Błonnik pok.: 28.13 g; Sól: 7.58 g; WW: 34.36 Por; Ener z B.: 16.72 %; Ener z W.: 62.18 %; Ener. z T.: 24.21 %; Potas: 3276.93 mg; Sód: 3033.98 mg;	Wartość energetyczna: 2132.30 kcal; Białko ogółem: 90.76 g; Tłuszcz: 53.18 g; Kw. tł. nasy.: 11.95 g; Węglowodany ogółem: 341.30 g; W tym cukry: 67.08 g; Błonnik pok.: 27.92 g; Sól: 7.85 g; WW: 31.48 Por; Ener z B.: 17.03 %; Ener z W.: 64.03 %; Ener. z T.: 22.45 %; Potas: 3276.83 mg; Sód: 3141.03 mg;	Wartość energetyczna: 2312.13 kcal; Białko ogółem: 94.36 g; Tłuszcz: 54.62 g; Kw. tł. nasy.: 18.57 g; Węglowodany ogółem: 378.27 g; W tym cukry: 98.83 g; Błonnik pok.: 26.56 g; Sól: 5.27 g; WW: 35.49 Por; Ener z B.: 16.32 %; Ener z W.: 65.44 %; Ener. z T.: 21.26 %; Potas: 3755.09 mg; Sód: 2119.43 mg;	Wartość energetyczna: 2657.44 kcal; Białko ogółem: 115.13 g; Tłuszcz: 79.18 g; Kw. tł. nasy.: 23.06 g; Węglowodany ogółem: 409.86 g; W tym cukry: 84.99 g; Błonnik pok.: 46.24 g; Sól: 9.38 g; WW: 36.43 Por; Ener z B.: 17.33 %; Ener z W.: 61.69 %; Ener. z T.: 26.82 %; Potas: 4414.46 mg; Sód: 3760.35 mg;	Wartość energetyczna: 2839.23 kcal; Białko ogółem: 111.62 g; Tłuszcz: 76.90 g; Kw. tł. nasy.: 28.35 g; Węglowodany ogółem: 443.29 g; W tym cukry: 111.04 g; Błonnik pok.: 29.73 g; Sól: 8.19 g; WW: 41.55 Por; Ener z B.: 15.73 %; Ener z W.: 62.45 %; Ener. z T.: 24.38 %; Potas: 3964.93 mg; Sód: 3288.48 mg;	Wartość energetyczna: 2572.90 kcal; Białko ogółem: 100.43 g; Tłuszcz: 56.66 g; Kw. tł. nasy.: 12.10 g; Węglowodany ogółem: 433.71 g; W tym cukry: 106.40 g; Błonnik pok.: 28.94 g; Sól: 8.60 g; WW: 40.64 Por; Ener z B.: 15.61 %; Ener z W.: 67.43 %; Ener. z T.: 19.82 %; Potas: 3278.87 mg; Sód: 3435.59 mg;	Wartość energetyczna: 2159.89 kcal; Białko ogółem: 51.40 g; Tłuszcz: 56.66 g; Kw. tł. nasy.: 20.23 g; Węglowodany ogółem: 376.32 g; W tym cukry: 91.64 g; Błonnik pok.: 27.29 g; Sól: 3.99 g; WW: 35.14 Por; Ener z B.: 9.52 %; Ener z W.: 69.69 %; Ener. z T.: 23.61 %; Potas: 2606.20 mg; Sód: 1598.58 mg;	Wartość energetyczna: 1900.54 kcal; Białko ogółem: 32.39 g; Tłuszcz: 49.38 g; Kw. tł. nasy.: 19.04 g; Węglowodany ogółem: 376.56 g; W tym cukry: 91.98 g; Błonnik pok.: 27.20 g; Sól: 2.15 g; WW: 32.27 Por; Ener z B.: 6.82 %; Ener z W.: 73.15 %; Ener. z T.: 23.38 %; Potas: 2538.68 mg; Sód: 862.59 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; Ener z B.: 8.95 %; Ener z W.: 83.35 %; Ener. z T.: 7.57 %; Potas: 159.20 mg; Sód: 97.35 mg;	

Jadłospisy za okres od dnia 2026-03-23 do dnia 2026-03-29 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- Papkowata b/ml	SIE- Łatwo strawna	SIE- Bezmleczna	SIE- Niskotłuszczowa	SIE- O kontr. zaw.kwasów tłuszczowych	SIE- Bogatobiałkowa	SIE- Bogatobiałkowa bezmleczna	SIE- Niskobiałkowa do 50 g białka	SIE- Niskobiałkowa do 30 g białka	SIE- Kleikowa
2026-03-25 środa	Śniadanie	Płatki ryżowe na wodzie 300 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Połudwica Sopotcka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona mielona 50 g ( <u>SOJ.</u> ) Dżem 25 g 1 szt Szpinak gotowany z olejem* 100 g ( <u>GLU PSZ.</u> )	Ryż na mleku 300 ml ( <u>MLE.</u> ) Kawa zbożowa z mlekem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ZYT, GLU JĘCZ.</u> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE.</u> ) Połudwica Sopotcka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 25 g ( <u>SOJ.</u> ) Pomidor 80 g Banan 150 g Sałata zielona 20 g	Płatki ryżowe na wodzie 300 g Kawa zbożowa z/c 250 ml ( <u>GLU ZYT, GLU JĘCZ.</u> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Połudwica Sopotcka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 25 g ( <u>SOJ.</u> ) Pomidor 80 g Banan 150 g Sałata zielona 20 g	Ryż na mleku 300 ml ( <u>MLE.</u> ) Kawa zbożowa z/c 250 ml ( <u>GLU ZYT, GLU JĘCZ.</u> ) Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE.</u> ) Serek ziarnisty 150g 1 szt ( <u>MLE.</u> ) Połudwica Sopotcka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 25 g ( <u>SOJ.</u> ) Pomidor b/skórki 80 g Banan 150 g Sałata zielona 20 g	Ryż na mleku 300 ml ( <u>MLE.</u> ) Kawa zbożowa z mlekem b/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ZYT, GLU JĘCZ.</u> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Serek ziarnisty 150g 1 szt ( <u>MLE.</u> ) Połudwica Sopotcka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 25 g ( <u>SOJ.</u> ) Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g	Ryż na mleku 300 ml ( <u>MLE.</u> ) Kawa zbożowa z mlekem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ZYT, GLU JĘCZ.</u> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE.</u> ) Serek ziarnisty 150g 1 szt ( <u>MLE.</u> ) Połudwica Sopotcka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 25 g ( <u>SOJ.</u> ) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Płatki ryżowe na wodzie 300 g Kawa zbożowa z/c 250 ml ( <u>GLU ZYT, GLU JĘCZ.</u> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Połudwica Sopotcka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 75 g ( <u>SOJ.</u> ) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Kawa zbożowa z mlekem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ZYT, GLU JĘCZ.</u> ) Chleb bezglutenowy 100 g ( <u>SEZ, może zawierać: ORZ.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> ) Dżem 25 g 2 szt Banan 150 g Pomidor 80 g Podplomyki b/c 30 g ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> ) Kawa zbożowa z/c 250 ml ( <u>GLU ZYT, GLU JĘCZ.</u> ) Sałata zielona 20 g	Chleb bezglutenowy 100 g ( <u>SEZ, może zawierać: ORZ.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> ) Dżem 25 g 2 szt Banan 150 g Pomidor 80 g Podplomyki b/c 30 g ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> ) Kawa zbożowa z/c 250 ml ( <u>GLU ZYT, GLU JĘCZ.</u> ) Sałata zielona 20 g	Kleik ryżowy na wodzie 200 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Suchary b/c 30 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u> )
	II ŚN	Banan 150 g				Banan 150 g	Banan 150 g Wafle ryżowe 20 g				

Jadłospisy za okres od dnia 2026-03-23 do dnia 2026-03-29 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- Papkowata b/ml	SIE- Łatwo strawna	SIE- Bezmleczna	SIE- Niskotłuszczowa	SIE- O kontr. zaw.kwasów tłuszczowych	SIE- Bogatobiałkowa	SIE- Bogatobiałkowa bezmleczna	SIE- Niskobiałkowa do 50 g białka	SIE- Niskobiałkowa do 30 g białka	SIE- Kleikowa
2026-03-25 środa	Obiad	Grycikowa () 300 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Ziemniaki gotowane puree (bez mleka) () 180 g Pulpet drobiowy rozdrobniony 100 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> ) Sos brokułowy () bez mleka 80 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Dyńia z wody 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Grycikowa () 300 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Ziemniaki gotowane () 180 g Filet z kurczaka pieczony 100 g ( <b>GLUPSZ.</b> ) Sos brokułowy () 80 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Dyńia z wody 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Grycikowa () 300 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Ziemniaki gotowane () 180 g Filet z kurczaka pieczony 100 g ( <b>GLUPSZ.</b> ) Sos brokułowy () bez mleka 80 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Dyńia z wody 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Grycikowa () 300 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Ziemniaki gotowane () 180 g Filet z kurczaka pieczony 100 g ( <b>GLUPSZ.</b> ) Sos brokułowy () 80 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Dyńia z wody 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Grycikowa () 300 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Ziemniaki gotowane () 180 g Filet z kurczaka pieczony 100 g ( <b>GLUPSZ.</b> ) Sos brokułowy () 80 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Ogórek kiszony z cebulką z olejem 100 g Dyńia z wody 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml	Grycikowa () 300 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Ziemniaki gotowane () 180 g Filet z kurczaka pieczony 100 g ( <b>GLUPSZ.</b> ) Sos brokułowy () 80 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Dyńia z wody 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Grycikowa () 300 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Ziemniaki gotowane () 180 g Filet z kurczaka pieczony 100 g ( <b>GLUPSZ.</b> ) Sos brokułowy () bez mleka 80 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Dyńia z wody 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Grycikowa () 300 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Ziemniaki gotowane () 180 g Filet z kurczaka pieczony 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Sos brokułowy () 80 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Dyńia z wody 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Grycikowa () 300 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Ziemniaki gotowane () 180 g Filet z kurczaka pieczony 30 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Sos brokułowy () 80 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Dyńia z wody 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Herbata czarna granulowana z/c 500 ml Suchary b/c 30 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE.</b> )
	PD	Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml				Maślanka truskawkowa 200 ml ( <b>MLE.</b> ) Wafelki 30 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE.</b> )	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 20 g Sałata zielona 10 g				

Jadłospisy za okres od dnia 2026-03-23 do dnia 2026-03-29 KUCHNIA SIEDLCE

	SIE- Papkowata b/ml	SIE- Łatwo strawna	SIE- Bezmleczna	SIE- Niskotłuszczowa	SIE- O kontr. zaw.kwasów tłuszczowych	SIE- Bogatobiałkowa	SIE- Bogatobiałkowa bezmleczna	SIE- Niskobiałkowa do 50 g białka	SIE- Niskobiałkowa do 30 g białka	SIE- Kleikowa
2026-03-25 środa Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynka z piersią kurczaka-wędł.z drob.gr.rozd.parzo.w osł.niejadalnej mielona 50 g ( <b>SOJ.</b> ) Jajko gotowane kl M mielone 1 szt ( <b>JAJ.</b> ) Buraczki gotowane drobno tarte () 100 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 50 g ( <b>SOJ. może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</b> ) Grzegorza wieprzowa wędzona 50 g ( <b>SOJ. może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</b> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ.</b> ) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynka z piersią kurczaka-wędł.z drob.gr.rozd.parzo.w osł.niejadalnej 50 g ( <b>SOJ.</b> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ.</b> ) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 25 g ( <b>SOJ. może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</b> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ.</b> ) Pomidor b/skórki 80 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 50 g ( <b>SOJ. może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</b> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ.</b> ) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 50 g ( <b>SOJ. może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</b> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ.</b> ) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynka z piersią kurczaka-wędł.z drob.gr.rozd.parzo.w osł.niejadalnej 50 g ( <b>SOJ.</b> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ.</b> ) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 100 g ( <b>SEZ, może zawierać: ORZ.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 25 g ( <b>SOJ. może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</b> ) Miód (25g) 2 szt Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 100 g ( <b>SEZ, może zawierać: ORZ.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Miód (25g) 2 szt Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Kleik ryżowy na wodzie 200 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Suchary b/c 30 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE.</b> )
PN	Mus- przecier owocowy jabłko 100g (tubka) 1 szt									Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt

Jadłospisy za okres od dnia 2026-03-23 do dnia 2026-03-29 KUCHNIA SIEDLCE

	SIE- Papkowata b/ml	SIE- Łatwo strawna	SIE- Bezmleczna	SIE- Niskotłuszczowa	SIE- O kontr. zaw.kwasów tłuszczowych	SIE- Bogatobiałkowa	SIE- Bogatobiałkowa bezmleczna	SIE- Niskobiałkowa do 50 g białka	SIE- Niskobiałkowa do 30 g białka	SIE- Kleikowa
2026-03-25 środa	Wartość energetyczna: 2199.56 kcal; Białko ogółem: 77.41 g; Tłuszcz: 47.55 g; Kw. tł. nasy.: 11.02 g; Węglowodany ogółem: 390.70 g; W tym cukry: 123.99 g; Błonnik pok.: 26.76 g; Sól: 7.89 g; WW: 36.41 Por; Ener z B.: 14.08 %; Ener z W.: 71.05 %; Ener. z T.: 19.46 %; Potas: 2333.78 mg; Sód: 3398.98 mg;	Wartość energetyczna: 2313.63 kcal; Białko ogółem: 122.79 g; Tłuszcz: 49.45 g; Kw. tł. nasy.: 24.45 g; Węglowodany ogółem: 356.24 g; W tym cukry: 109.18 g; Błonnik pok.: 24.01 g; Sól: 8.70 g; WW: 33.22 Por; Ener z B.: 21.23 %; Ener z W.: 61.59 %; Ener. z T.: 19.24 %; Potas: 4659.12 mg; Sód: 3472.40 mg;	Wartość energetyczna: 1990.73 kcal; Białko ogółem: 88.60 g; Tłuszcz: 38.98 g; Kw. tł. nasy.: 9.65 g; Węglowodany ogółem: 344.53 g; W tym cukry: 91.82 g; Błonnik pok.: 24.05 g; Sól: 7.93 g; WW: 32.06 Por; Ener z B.: 17.80 %; Ener z W.: 69.23 %; Ener. z T.: 17.62 %; Potas: 4091.09 mg; Sód: 3166.47 mg;	Wartość energetyczna: 2151.39 kcal; Białko ogółem: 115.46 g; Tłuszcz: 37.52 g; Kw. tł. nasy.: 16.95 g; Węglowodany ogółem: 347.98 g; W tym cukry: 102.76 g; Błonnik pok.: 22.44 g; Sól: 7.21 g; WW: 32.61 Por; Ener z B.: 21.47 %; Ener z W.: 64.70 %; Ener. z T.: 15.70 %; Potas: 4537.78 mg; Sód: 2889.05 mg;	Wartość energetyczna: 2505.86 kcal; Białko ogółem: 130.06 g; Tłuszcz: 65.89 g; Kw. tł. nasy.: 26.11 g; Węglowodany ogółem: 372.10 g; W tym cukry: 82.87 g; Błonnik pok.: 30.18 g; Sól: 10.39 g; WW: 34.22 Por; Ener z B.: 20.76 %; Ener z W.: 59.40 %; Ener. z T.: 23.66 %; Potas: 4788.94 mg; Sód: 4083.83 mg;	Wartość energetyczna: 2623.63 kcal; Białko ogółem: 130.75 g; Tłuszcz: 61.75 g; Kw. tł. nasy.: 32.15 g; Węglowodany ogółem: 398.24 g; W tym cukry: 109.18 g; Błonnik pok.: 24.01 g; Sól: 9.04 g; WW: 37.42 Por; Ener z B.: 19.93 %; Ener z W.: 60.72 %; Ener. z T.: 21.18 %; Potas: 4659.12 mg; Sód: 3552.40 mg;	Wartość energetyczna: 2252.88 kcal; Białko ogółem: 97.23 g; Tłuszcz: 44.61 g; Kw. tł. nasy.: 11.20 g; Węglowodany ogółem: 390.93 g; W tym cukry: 92.40 g; Błonnik pok.: 26.55 g; Sól: 9.25 g; WW: 36.43 Por; Ener z B.: 17.26 %; Ener z W.: 69.41 %; Ener. z T.: 17.82 %; Potas: 4109.18 mg; Sód: 3692.69 mg;	Wartość energetyczna: 2109.14 kcal; Białko ogółem: 48.41 g; Tłuszcz: 45.87 g; Kw. tł. nasy.: 17.50 g; Węglowodany ogółem: 385.50 g; W tym cukry: 115.73 g; Błonnik pok.: 25.64 g; Sól: 2.67 g; WW: 36.15 Por; Ener z B.: 9.18 %; Ener z W.: 73.11 %; Ener. z T.: 19.57 %; Potas: 3844.76 mg; Sód: 1068.25 mg;	Wartość energetyczna: 1966.83 kcal; Białko ogółem: 32.05 g; Tłuszcz: 41.15 g; Kw. tł. nasy.: 17.50 g; Węglowodany ogółem: 376.89 g; W tym cukry: 108.38 g; Błonnik pok.: 25.61 g; Sól: 1.79 g; WW: 35.27 Por; Ener z B.: 6.52 %; Ener z W.: 76.65 %; Ener. z T.: 18.83 %; Potas: 3520.82 mg; Sód: 717.71 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; Ener z B.: 8.86 %; Ener z W.: 83.35 %; Ener. z T.: 7.57 %; Potas: 127.46 mg; Sód: 75.53 mg;
2026-03-26 czwartek Śniadanie	Kasza kukurydziana na wodzie 300 ml Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona mielona 75 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 100 g ( <b>SEL.</b> )	Kasza kukurydziana na wodzie 300 ml ( <b>MLE.</b> ) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Szynkowa Extra-wędzonka wieprzowa,wędzona,z wodą dodaną. 25 g ( <b>SOJ.</b> ) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Jabłko pieczone 150 g	Kasza kukurydziana na wodzie 300 ml Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 75 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Jabłko pieczone 150 g	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml ( <b>MLE.</b> ) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ.</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynkowa Extra-wędzonka wieprzowa,wędzona,z wodą dodaną. 25 g ( <b>SOJ.</b> ) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor b/skórki 80 g Jabłko pieczone 150 g Sałata zielona 20 g	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml ( <b>MLE.</b> ) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ.</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynkowa Extra-wędzonka wieprzowa,wędzona,z wodą dodaną. 25 g ( <b>SOJ.</b> ) Pasta z ciecierzycy z warzywami () 80 g ( <b>SEL.</b> ) Rzodkiew biała 80 g Sałata zielona 20 g	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml ( <b>MLE.</b> ) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Szynkowa Extra-wędzonka wieprzowa,wędzonka,z wodą dodaną. 25 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Kasza kukurydziana na wodzie 300 ml Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 100 g ( <b>SEŻ, może zawierać: ORZ.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Dżem 25 g 1 szt Pomidor 80 g Jabłko pieczone 150 g Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml Sałata zielona 20 g	Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 100 g ( <b>SEŻ, może zawierać: ORZ.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Dżem 25 g 2 szt Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Jabłko pieczone 150 g Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml	Kleik ryżowy na wodzie 200 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Suchary b/c 30 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE.</b> )	

Jadłospisy za okres od dnia 2026-03-23 do dnia 2026-03-29 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- Papkowata b/ml	SIE- Łatwo strawna	SIE- Bezmleczna	SIE- Niskotłuszczowa	SIE- O kontr. zaw.kwasów tłuszczowych	SIE- Bogatobiałkowa	SIE- Bogatobiałkowa bezmleczna	SIE- Niskobiałkowa do 50 g białka	SIE- Niskobiałkowa do 30 g białka	SIE- Kleikowa
2026-03-26 czwartek	II ŚN	Jabłko pieczone 150 g				Pomarańcza 150 g	Jabłko pieczone 150 g Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.)	Jabłko pieczone 150 g Galaretka o smaku brzoskwińowym 200 g			
	Obiad	Barszcz czerwony z ziemniakami (bez mleka) () 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki gotowane puree (bez mleka) () 180 g Pulpet wieprzowy rozdrobniony 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos pomidorowy 80 ml (GLU PSZ.) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g (SEL.) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Makaron z sosem mięsno-warzywnym, z mięsa drobiowego () 300 g (GLU PSZ, SEL.) Brokuł gotowany* 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami (bez mleka) () 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Makaron z sosem mięsno-warzywnym, z mięsa drobiowego () 300 g (GLU PSZ, SEL.) Brokuł gotowany* 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Makaron z sosem mięsno-warzywnym, z mięsa drobiowego () 300 g (GLU PSZ, SEL.) Brokuł gotowany* 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Makaron pełnoziarnisty z sosem mięsno-warzywnym, z mięsa drobiowego () 300 g (GLU PSZ, SEL.) Surówka wielowarzywna z olejem () 100 g (SEL.) Brokuł gotowany* 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Makaron z sosem mięsno-warzywnym, z mięsa drobiowego () 350 g (GLU PSZ, SEL.) Brokuł gotowany* 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami (bez mleka) () 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Makaron z sosem mięsno-warzywnym, z mięsa drobiowego () 300 g (GLU PSZ, SEL.) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml Brokuł gotowany* 200 g	Barszcz czerwony z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Makaron niskobiałkowy PKU z sosem mięsno-warzywnym, z mięsa drobiowego () 200 g (GLU PSZ, SEL.) Brokuł gotowany* 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami (bez mleka) () 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Makaron niskobiałkowy PKU z sosem mięsno-warzywnym, z mięsa drobiowego () 200 g (GLU PSZ, SEL.) Brokuł gotowany* 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Herbata czarna granulowana z/c 500 ml Suchary b/c 30 g (GLU PSZ, SOJ, MLE.)
	PD	Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml				Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml Herbatniki 30 g (GLU PSZ, SOJ, MLE.)	Kisiel o smaku cytrynowym z/c 200 ml Herbatniki 30 g (GLU PSZ, SOJ, MLE.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Połędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 20 g (SOJ.) Sałata zielona 20 g			

Jadłospisy za okres od dnia 2026-03-23 do dnia 2026-03-29 KUCHNIA SIEDLCE

	SIE- Papkowata b/ml	SIE- Łatwo strawna	SIE- Bezmleczna	SIE- Niskotuszczowa	SIE- O kontr. zaw.kwasów tłuszczowych	SIE- Bogatobiałkowa	SIE- Bogatobiałkowa bezmleczna	SIE- Niskobiałkowa do 50 g białka	SIE- Niskobiałkowa do 30 g białka	SIE- Kleikowa
2026-03-26 czwartek	Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.p arzo.z dodat.wody w osł.niejad mielona 75 g Kalaftor gotowany* 100 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Zapiekanka z ryżu i jabłka () 300 g ( <b>MLE.</b> ) Sos jogurtowy naturalny 100 g ( <b>MLE.</b> )	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.p arzo.z dodat.wody w osł.niejad 75 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Zapiekanka z ryżu i jabłka () 300 g ( <b>MLE.</b> ) Sos jogurtowy naturalny 100 g ( <b>MLE.</b> )	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Zapiekanka z ryżu i jabłka () 300 g ( <b>MLE.</b> ) Sos jogurtowy naturalny 100 g ( <b>MLE.</b> )	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Zapiekanka z ryżu i jabłka () 300 g ( <b>MLE.</b> ) Sos jogurtowy naturalny 100 g ( <b>MLE.</b> )	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.p arzo.z dodat.wody w osł.niejad 75 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 100 g ( <b>SEZ, może zawierać: ORZ.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona,w osłonce niejadanej 20 g ( <b>SOJ, SEL, może zawierać: MLE, GOR.</b> ) Miód (25g) 2 szt Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Kleik ryżowy na wodzie 200 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Suchary b/c 30 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE.</b> )
	PN	Przecier owocowy jabłko-truskawka 100g 1 szt	Bułka maślana 1 szt 1 szt ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE.</b> )	Przecier owocowy jabłko-truskawka 100g 1 szt Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 30 g	Bułka maślana 1 szt 1 szt ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE.</b> )		Przecier owocowy jabłko-truskawka 100g 1 szt Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 30 g	Przecier owocowy jabłko-truskawka 100g 1 szt	Przecier owocowy jabłko-truskawka 100g 1 szt	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt

Jadłospisy za okres od dnia 2026-03-23 do dnia 2026-03-29 KUCHNIA SIEDLCE

	SIE- Papkowata b/ml	SIE- Łatwo strawna	SIE- Bezmleczna	SIE- Niskotłuszczowa	SIE- O kontr. zaw.kwasów tłuszczowych	SIE- Bogatobiałkowa	SIE- Bogatobiałkowa bezmleczna	SIE- Niskobiałkowa do 50 g białka	SIE- Niskobiałkowa do 30 g białka	SIE- Kleikowa
2026-03-26 czwartek	Wartość energetyczna: 2271.02 kcal; Białko ogółem: 87.76 g; Tłuszcz: 55.31 g; Kw. tł. nasy.: 12.20 g; Węglowodany ogółem: 377.98 g; W tym cukry: 104.50 g; Błonnik pok.: 37.81 g; Sól: 10.23 g; WW: 33.97 Por; Ener z B.: 15.46 %; Ener z W.: 66.57 %; Ener. z T.: 21.92 %; Potas: 2919.88 mg; Sód: 3659.34 mg;	Wartość energetyczna: 2388.32 kcal; Białko ogółem: 89.27 g; Tłuszcz: 50.63 g; Kw. tł. nasy.: 16.92 g; Węglowodany ogółem: 411.55 g; W tym cukry: 94.85 g; Błonnik pok.: 28.03 g; Sól: 6.99 g; WW: 38.27 Por; Ener z B.: 14.95 %; Ener z W.: 68.93 %; Ener. z T.: 19.08 %; Potas: 3653.87 mg; Sód: 2790.84 mg;	Wartość energetyczna: 2032.58 kcal; Białko ogółem: 80.29 g; Tłuszcz: 40.33 g; Kw. tł. nasy.: 8.91 g; Węglowodany ogółem: 351.60 g; W tym cukry: 75.97 g; Błonnik pok.: 25.66 g; Sól: 8.78 g; WW: 32.51 Por; Ener z B.: 15.80 %; Ener z W.: 69.19 %; Ener. z T.: 17.86 %; Potas: 2965.21 mg; Sód: 3510.74 mg;	Wartość energetyczna: 2360.27 kcal; Białko ogółem: 90.61 g; Tłuszcz: 46.60 g; Kw. tł. nasy.: 14.17 g; Węglowodany ogółem: 411.32 g; W tym cukry: 95.31 g; Błonnik pok.: 27.25 g; Sól: 6.65 g; WW: 38.37 Por; Ener z B.: 15.36 %; Ener z W.: 68.12 %; Ener. z T.: 17.77 %; Potas: 3698.95 mg; Sód: 2662.16 mg;	Wartość energetyczna: 2625.81 kcal; Białko ogółem: 89.87 g; Tłuszcz: 63.74 g; Kw. tł. nasy.: 14.47 g; Węglowodany ogółem: 447.18 g; W tym cukry: 99.51 g; Błonnik pok.: 44.95 g; Sól: 6.21 g; WW: 40.27 Por; Ener z B.: 13.69 %; Ener z W.: 69.46 %; Ener. z T.: 21.85 %; Potas: 3592.88 mg; Sód: 2862.97 mg;	Wartość energetyczna: 2836.71 kcal; Białko ogółem: 101.52 g; Tłuszcz: 59.18 g; Kw. tł. nasy.: 19.42 g; Węglowodany ogółem: 492.60 g; W tym cukry: 141.95 g; Błonnik pok.: 29.10 g; Sól: 7.56 g; WW: 46.27 Por; Ener z B.: 14.32 %; Ener z W.: 69.46 %; Ener. z T.: 18.77 %; Potas: 4072.01 mg; Sód: 3017.48 mg;	Wartość energetyczna: 2348.92 kcal; Białko ogółem: 90.38 g; Tłuszcz: 45.47 g; Kw. tł. nasy.: 10.39 g; Węglowodany ogółem: 410.84 g; W tym cukry: 103.71 g; Błonnik pok.: 27.69 g; Sól: 10.13 g; WW: 38.25 Por; Ener z B.: 15.39 %; Ener z W.: 69.96 %; Ener. z T.: 17.42 %; Potas: 3001.39 mg; Sód: 4049.62 mg;	Wartość energetyczna: 1910.51 kcal; Białko ogółem: 40.24 g; Tłuszcz: 49.11 g; Kw. tł. nasy.: 18.97 g; Węglowodany ogółem: 339.51 g; W tym cukry: 101.66 g; Błonnik pok.: 25.16 g; Sól: 4.03 g; WW: 31.43 Por; Ener z B.: 8.42 %; Ener z W.: 71.08 %; Ener. z T.: 23.13 %; Potas: 2513.38 mg; Sód: 1774.42 mg;	Wartość energetyczna: 1915.51 kcal; Białko ogółem: 30.59 g; Tłuszcz: 42.58 g; Kw. tł. nasy.: 15.60 g; Węglowodany ogółem: 365.60 g; W tym cukry: 111.01 g; Błonnik pok.: 25.18 g; Sól: 2.42 g; WW: 34.09 Por; Ener z B.: 6.39 %; Ener z W.: 76.34 %; Ener. z T.: 20.01 %; Potas: 2444.71 mg; Sód: 1127.98 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; Ener z B.: 8.86 %; Ener z W.: 83.35 %; Ener. z T.: 7.57 %; Potas: 127.46 mg; Sód: 75.53 mg;
2026-03-27 piątek	Platki pszenne na wodzie 300 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody mielona 50 g ( <b>SOJ.</b> ) Miód (25g) 1 szt Dyńia z wody 100 g	Zacierka na mleku 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> ) Kawa zbożowa z mlekem z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Miód (25g) 1 szt Serek wiejski lekki 3% tł 150g 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Jabłko pieczone 150 g	Platki pszenne na wodzie 300 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Kawa zbożowa z/c 250 ml ( <b>GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Miód (25g) 1 szt Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g ( <b>SOJ.</b> ) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Jabłko pieczone 150 g	Zacierka na mleku 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> ) Kawa zbożowa z mlekem b/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Serek wiejski lekki 3% tł 150g 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Pomidor b/skórki 80 g Sałata zielona 20 g Jabłko pieczone 150 g	Zacierka na mleku 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> ) Kawa zbożowa z mlekem z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Serek wiejski lekki 3% tł 150g 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Pomidor 80 g Miód (25g) 1 szt Sałata zielona 20 g	Zacierka na mleku 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> ) Kawa zbożowa z mlekem z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Serek wiejski lekki 3% tł 150g 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Pomidor 80 g Miód (25g) 1 szt Sałata zielona 20 g	Platki pszenne na wodzie 300 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Kawa zbożowa z/c 250 ml ( <b>GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g ( <b>SOJ.</b> ) Miód (25g) 2 szt Jabłko pieczone 150 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 100 g ( <b>SEZ, może zawierać: ORZ.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 20 g ( <b>SOJ.</b> ) Miód (25g) 2 szt Jabłko pieczone 150 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml	Kawa zbożowa z/c 250 ml ( <b>GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</b> ) Chleb bezglutenowy 100 g ( <b>SEZ, może zawierać: ORZ.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 20 g ( <b>SOJ.</b> ) Miód (25g) 2 szt Jabłko pieczone 150 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml	Kleik ryżowy na wodzie 200 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Suchary b/c 30 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE.</b> )
II ŚN	Jabłko pieczone 150 g			Jabłko 150 g	Jabłko 150 g	Jabłko pieczone 150 g				

Jadłospisy za okres od dnia 2026-03-23 do dnia 2026-03-29 KUCHNIA SIEDLCE

	SIE- Papkowata b/ml	SIE- Łatwo strawna	SIE- Bezmleczna	SIE- Niskotłuszczowa	SIE- O kontr. zaw.kwasów tłuszczowych	SIE- Bogatobiałkowa	SIE- Bogatobiałkowa bezmleczna	SIE- Niskobiałkowa do 50 g białka	SIE- Niskobiałkowa do 30 g białka	SIE- Kleikowa	
2026-03-27 piątek	Obiad	Ryżowa (bez mleka) () 300 ml ( <b>SEL.</b> ) Ziemniaki gotowane puree (bez mleka) () 180 g Ryba pieczona (Morszczuk) 120 g Ryba pieczona (Morszczuk) 120 g ( <b>RYB.</b> ) Sos koperkowy * (bez mleka) 80 ml ( <b>GLU PSZ.</b> ) Warzywa po grecku () 200 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Ryżowa (bez mleka) () 300 ml ( <b>SEL.</b> ) Ziemniaki gotowane () 180 g Ryba pieczona (Morszczuk) 120 g ( <b>RYB.</b> ) Sos koperkowy * (bez mleka) 80 ml ( <b>GLU PSZ.</b> ) Warzywa po grecku () 200 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Ryżowa (bez mleka) () 300 ml ( <b>SEL.</b> ) Ziemniaki gotowane () 180 g Ryba pieczona (Morszczuk) 120 g ( <b>RYB.</b> ) Sos koperkowy * (bez mleka) 80 ml ( <b>GLU PSZ.</b> ) Warzywa po grecku () 200 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Ryżowa (bez mleka) () 300 ml ( <b>SEL.</b> ) Ziemniaki gotowane () 180 g Ryba pieczona (Morszczuk) 120 g ( <b>RYB.</b> ) Sos koperkowy * 80 ml ( <b>GLU PSZ.</b> ) Warzywa po grecku () 200 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Kalańtorowa z ryżem () 300 ml ( <b>MLE.</b> ) Ziemniaki gotowane () 180 g Ryba pieczona (Morszczuk) 120 g ( <b>RYB.</b> ) Sos koperkowy * 80 ml ( <b>GLU PSZ.</b> ) Surówka żydowska z olejem b/c () 100 g Warzywa po grecku () 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml	Ryżowa (bez mleka) () 300 ml ( <b>SEL.</b> ) Ziemniaki gotowane () 180 g Ryba pieczona (Morszczuk) 120 g ( <b>RYB.</b> ) Sos koperkowy * 80 ml ( <b>GLU PSZ.</b> ) Warzywa po grecku () 200 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Ryżowa (bez mleka) () 300 ml ( <b>SEL.</b> ) Ziemniaki gotowane () 180 g Ryba pieczona (Morszczuk) 120 g ( <b>RYB.</b> ) Sos koperkowy * (bez mleka) 80 ml ( <b>GLU PSZ.</b> ) Warzywa po grecku () 200 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Ryżowa (bez mleka) () 300 ml ( <b>SEL.</b> ) Ziemniaki gotowane () 180 g Ryba pieczona (Morszczuk) 40 g ( <b>RYB.</b> ) Sos koperkowy * (bez mleka) 80 ml ( <b>GLU PSZ.</b> ) Warzywa po grecku () 200 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Ryżowa (bez mleka) () 300 ml ( <b>SEL.</b> ) Ziemniaki gotowane () 180 g Ryba pieczona (Morszczuk) 30 g ( <b>RYB.</b> ) Sos koperkowy * (bez mleka) 80 ml ( <b>GLU PSZ.</b> ) Warzywa po grecku () 200 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Herbata czarna ekspresowa z/c 500 ml Suchary b/c 30 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) <b>SOJ.</b> <b>MLE.</b>
		PD	Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml			Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Płatki owsiane 20 g ( <b>GLU OW.</b> )	Chleb miesany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) <b>GLU</b> <b>ZYT.</b> Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Połędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 20 g ( <b>SOJ.</b> ) Sałata zielona 20 g				

Jadłospisy za okres od dnia 2026-03-23 do dnia 2026-03-29 KUCHNIA SIEDLCE

	SIE- Papkowata b/ml	SIE- Łatwo strawna	SIE- Bezmleczna	SIE- Niskotłuszczowa	SIE- O kontr. zaw.kwasów tłuszczowych	SIE- Bogatobiałkowa	SIE- Bogatobiałkowa bezmleczna	SIE- Niskobiałkowa do 50 g białka	SIE- Niskobiałkowa do 30 g białka	SIE- Kleikowa
2026-03-27 piątek	Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Jajko gotowane kl M mielone 2 szt ( <b>JAJ.</b> ) Brokuł gotowany* 100 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 80 g ( <b>JAJ, MLE.</b> ) Serek homo. naturalny 50 g ( <b>MLE.</b> ) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE.</b> ) Serek homo. naturalny 80 g ( <b>MLE.</b> ) Dżem 25 g 1 szt Pomidor b/skórki 80 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Pasta z jaj z koperkiem -dieta 80 g ( <b>JAJ, MLE.</b> ) Serek homo. naturalny 50 g ( <b>MLE.</b> ) Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 80 g ( <b>JAJ, MLE.</b> ) Serek homo. naturalny 50 g ( <b>MLE.</b> ) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Jajko gotowane kl M 2 szt ( <b>JAJ.</b> ) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 100 g ( <b>SEZ, może zawierać: ORZ.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 80 g ( <b>JAJ, MLE.</b> ) Dżem 25 g 1 szt Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 100 g ( <b>SEZ, może zawierać: ORZ.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Dżem 25 g 2 szt Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Kleik ryżowy na wodzie 200 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Suchary b/c 30 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE.</b> )
	PN	Biskopki b/ml 30 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> ) Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt								Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt
	Wartość energetyczna: 2375.12 kcal; Białko ogółem: 100.01 g; Tłuszcz: 50.82 g; Kw. tł. nasy.: 11.05 g; Węglowodany ogółem: 398.77 g; W tym cukry: 101.48 g; Błonnik pok.: 31.82 g; Sól: 7.94 g; WW: 36.60 Por; Ener z B.: 16.84 %; Ener z W.: 67.16 %; Ener. z T.: 19.26 %; Potas: 1136.76 mg; Sód: 4374.23 mg;	Wartość energetyczna: 2576.15 kcal; Białko ogółem: 124.88 g; Tłuszcz: 62.81 g; Kw. tł. nasy.: 21.69 g; Węglowodany ogółem: 394.63 g; W tym cukry: 107.65 g; Błonnik pok.: 26.19 g; Sól: 6.86 g; WW: 36.91 Por; Ener z B.: 19.39 %; Ener z W.: 61.28 %; Ener. z T.: 21.94 %; Potas: 4465.69 mg; Sód: 2742.92 mg;	Wartość energetyczna: 2284.27 kcal; Białko ogółem: 98.93 g; Tłuszcz: 50.93 g; Kw. tł. nasy.: 11.05 g; Węglowodany ogółem: 378.20 g; W tym cukry: 84.98 g; Błonnik pok.: 30.20 g; Sól: 7.30 g; WW: 34.83 Por; Ener z B.: 17.32 %; Ener z W.: 66.23 %; Ener. z T.: 20.07 %; Potas: 3866.51 mg; Sód: 2805.41 mg;	Wartość energetyczna: 2373.72 kcal; Białko ogółem: 115.90 g; Tłuszcz: 44.48 g; Kw. tł. nasy.: 11.76 g; Węglowodany ogółem: 393.29 g; W tym cukry: 109.89 g; Błonnik pok.: 24.60 g; Sól: 5.59 g; WW: 37.09 Por; Ener z B.: 19.53 %; Ener z W.: 66.27 %; Ener. z T.: 16.86 %; Potas: 4195.44 mg; Sód: 2247.21 mg;	Wartość energetyczna: 2506.01 kcal; Białko ogółem: 130.27 g; Tłuszcz: 68.93 g; Kw. tł. nasy.: 18.49 g; Węglowodany ogółem: 374.42 g; W tym cukry: 81.37 g; Błonnik pok.: 36.54 g; Sól: 8.72 g; WW: 33.71 Por; Ener z B.: 20.79 %; Ener z W.: 59.76 %; Ener. z T.: 24.75 %; Potas: 4953.79 mg; Sód: 3479.62 mg;	Wartość energetyczna: 2741.95 kcal; Białko ogółem: 133.74 g; Tłuszcz: 67.25 g; Kw. tł. nasy.: 23.74 g; Węglowodany ogółem: 417.79 g; W tym cukry: 114.13 g; Błonnik pok.: 27.57 g; Sól: 7.10 g; WW: 39.05 Por; Ener z B.: 19.51 %; Ener z W.: 60.95 %; Ener. z T.: 22.07 %; Potas: 4841.49 mg; Sód: 2838.42 mg;	Wartość energetyczna: 2470.94 kcal; Białko ogółem: 104.89 g; Tłuszcz: 56.07 g; Kw. tł. nasy.: 12.52 g; Węglowodany ogółem: 409.84 g; W tym cukry: 85.25 g; Błonnik pok.: 32.23 g; Sól: 8.62 g; WW: 37.79 Por; Ener z B.: 16.98 %; Ener z W.: 66.34 %; Ener. z T.: 20.42 %; Potas: 3902.69 mg; Sód: 3334.96 mg;	Wartość energetyczna: 2191.85 kcal; Białko ogółem: 48.09 g; Tłuszcz: 55.68 g; Kw. tł. nasy.: 20.49 g; Węglowodany ogółem: 390.92 g; W tym cukry: 115.09 g; Błonnik pok.: 28.51 g; Sól: 2.88 g; WW: 36.32 Por; Ener z B.: 8.78 %; Ener z W.: 71.34 %; Ener. z T.: 22.86 %; Potas: 3372.12 mg; Sód: 1156.92 mg;	Wartość energetyczna: 1984.85 kcal; Białko ogółem: 31.80 g; Tłuszcz: 44.60 g; Kw. tł. nasy.: 17.71 g; Węglowodany ogółem: 380.92 g; W tym cukry: 123.75 g; Błonnik pok.: 28.48 g; Sól: 2.38 g; WW: 35.43 Por; Ener z B.: 6.41 %; Ener z W.: 76.77 %; Ener. z T.: 20.22 %; Potas: 3170.84 mg; Sód: 956.39 mg;	Wartość energetyczna: 887.22 kcal; Białko ogółem: 19.86 g; Tłuszcz: 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; Ener z B.: 8.95 %; Ener z W.: 83.35 %; Ener. z T.: 7.57 %; Potas: 159.20 mg; Sód: 97.35 mg;

Jadłospisy za okres od dnia 2026-03-23 do dnia 2026-03-29 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- Papkowata b/ml	SIE- Łatwo strawna	SIE- Bezmleczna	SIE- Niskotłuszczowa	SIE- O kontr. zaw.kwasów tłuszczowych	SIE- Bogatobiałkowa	SIE- Bogatobiałkowa bezmleczna	SIE- Niskobiałkowa do 50 g białka	SIE- Niskobiałkowa do 30 g białka	SIE- Kleikowa
2026-03-28 sobota	Śniadanie	<p>Płatki ryżowe na wodzie 300 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<b>GLU PSZ.</b>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynka z piersią kurczaka-wędł.z drob.gr.rozd.parzo.w osł.niejadalnej mielona 75 g (<b>SOJ.</b>) Kalafior gotowany* 100 g</p>	<p>Płatki pszenne na mleku 300 ml (<b>GLU PSZ, MLE.</b>) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<b>GLU PSZ.</b>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<b>MLE.</b>) Szynka z piersią indyczą- wędlna drobiowa grubo rozdrobniona, parzona,w osłonce niejadanej 50 g (<b>SOJ, SEL, może zawierać: MLE, GOR.</b>) Szynka gotowana wieprzowa wędzona parzona, zawiera wodę dodaną, w siatce niejadanej 25 g (<b>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU OW.</b>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Banan 150 g</p>	<p>Płatki ryżowe na wodzie 300 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<b>GLU PSZ.</b>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynka z piersią kurczaka-wędł.z drob.gr.rozd.parzo.w osł.niejadalnej 75 g (<b>SOJ.</b>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Banan 150 g</p>	<p>Płatki pszenne na mleku 300 ml (<b>GLU PSZ, MLE.</b>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (<b>GLU PSZ.</b>) Masło extra 82% 5 g (<b>MLE.</b>) Szynka gotowana wieprzowa wędzona parzona, zawiera wodę dodaną, w siatce niejadanej 25 g (<b>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU OW.</b>) Szynka z piersią indyczą- wędlna drobiowa grubo rozdrobniona, parzona,w osłonce niejadanej 50 g (<b>SOJ, SEL, może zawierać: MLE, GOR.</b>) Pomidor b/skórki 80 g Banan 150 g Sałata zielona 20 g</p>	<p>Płatki pszenne na mleku 300 ml (<b>GLU PSZ, MLE.</b>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (<b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b>) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Szynka gotowana wieprzowa wędzona parzona, zawiera wodę dodaną, w siatce niejadanej 25 g (<b>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU OW.</b>) Szynka z piersią indyczą- wędlna drobiowa grubo rozdrobniona, parzona,w osłonce niejadanej 50 g (<b>SOJ, SEL, może zawierać: MLE, GOR.</b>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g</p>	<p>Płatki pszenne na mleku 300 ml (<b>GLU PSZ, MLE.</b>) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<b>GLU PSZ.</b>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynka z piersią kurczaka-wędł.z drob.gr.rozd.parzo.w osł.niejadalnej 75 g (<b>SOJ.</b>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g</p>	<p>Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 100 g (<b>SEZ, może zawierać: ORZ.</b>) Masło extra 82% 15 g (<b>MLE.</b>) Szynka gotowana wieprzowa wędzona parzona, zawiera wodę dodaną, w siatce niejadanej 25 g (<b>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU OW.</b>) Dżem 25 g 2 szt Pomidor 80 g Banan 150 g Sałata zielona 20 g</p>	<p>Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Masło extra 82% 15 g (<b>MLE.</b>) Chleb bezglutenowy 100 g (<b>SEZ, może zawierać: ORZ.</b>) Szynka gotowana wieprzowa wędzona parzona, zawiera wodę dodaną, w siatce niejadanej 20 g (<b>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU OW.</b>) Dżem 25 g 2 szt Pomidor 80 g Banan 150 g Sałata zielona 20 g</p>	<p>Kleik ryżowy na wodzie 200 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Suchary b/c 30 g (<b>GLU PSZ, SOJ, MLE.</b>)</p>	
	II ŚN	Banan 150 g				Banan 150 g		Banan 150 g Biszkopty b/ml 30 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> )			

Jadłospisy za okres od dnia 2026-03-23 do dnia 2026-03-29 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- Papkowata b/ml	SIE- Łatwo strawna	SIE- Bezmleczna	SIE- Niskotłuszczowa	SIE- O kontr. zaw.kwasów tłuszczowych	SIE- Bogatobiałkowa	SIE- Bogatobiałkowa bezmleczna	SIE- Niskobiałkowa do 50 g białka	SIE- Niskobiałkowa do 30 g białka	SIE- Kleikowa
2026-03-28 sobota	Obiad	Selerowa z ziemniakami (bez mleka) () 300 ml ( <b>SEL.</b> ) Ziemniaki gotowane puree (bez mleka) () 180 g Gulasz z udźca kurczaka rozdrobniony 150 g ( <b>GLUPSZ.</b> ) Buraczki gotowane drobno tarte () 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami - dieta () 300 ml ( <b>MLE, SEL.</b> ) Kasza jęczmienna/sypko 180 g ( <b>GLU JECZ.</b> ) Gulasz z udźca kurczaka 150 g ( <b>GLUPSZ.</b> ) Buraczki gotowane drobno tarte () 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami (bez mleka) () 300 ml ( <b>SEL.</b> ) Kasza jęczmienna/sypko 180 g ( <b>GLU JECZ.</b> ) Gulasz z udźca kurczaka 150 g ( <b>GLUPSZ.</b> ) Buraczki gotowane drobno tarte () 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami - dieta () 300 ml ( <b>MLE, SEL.</b> ) Kasza jęczmienna/sypko 180 g ( <b>GLU JECZ.</b> ) Gulasz z udźca kurczaka 150 g ( <b>GLUPSZ.</b> ) Buraczki gotowane drobno tarte () 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami () 300 ml ( <b>MLE, SEL.</b> ) kasza pęczak/sypko 180 g ( <b>GLU JECZ.</b> ) Gulasz z udźca kurczaka 150 g ( <b>GLUPSZ.</b> ) Buraczki gotowane drobno tarte() b/c 100 g Surówka wykwinna z olejem b/c 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami - dieta () 300 ml ( <b>MLE, SEL.</b> ) Kasza jęczmienna/sypko 180 g ( <b>GLU JECZ.</b> ) Gulasz z udźca kurczaka 150 g ( <b>GLUPSZ.</b> ) Buraczki gotowane drobno tarte () 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami (bez mleka) () 300 ml ( <b>SEL.</b> ) Kasza jęczmienna/sypko 180 g ( <b>GLU JECZ.</b> ) Gulasz z udźca kurczaka 150 g ( <b>GLUPSZ.</b> ) Buraczki gotowane drobno tarte () 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami - dieta () 300 ml ( <b>MLE, SEL.</b> ) Kasza jęczmienna/sypko 180 g ( <b>GLU JECZ.</b> ) Gulasz z udźca kurczaka 150 g ( <b>GLUPSZ.</b> ) Buraczki gotowane drobno tarte () 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami (bez mleka) () 300 ml ( <b>SEL.</b> ) Kasza jęczmienna/sypko 180 g ( <b>GLU JECZ.</b> ) Gulasz z udźca kurczaka 150 g ( <b>GLUPSZ.</b> ) Buraczki gotowane drobno tarte () 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 ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE.</b> )
	PD	Kisiel o smaku truskawkowym z/c 200 ml				Budyń o smaku waniliowym z/c 200 ml ( <b>MLE.</b> )	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 20 g Salata zielona 20 g				

Jadłospisy za okres od dnia 2026-03-23 do dnia 2026-03-29 KUCHNIA SIEDLCE

	SIE- Papkowata b/ml	SIE- Łatwo strawna	SIE- Bezmleczna	SIE- Niskotłuszczowa	SIE- O kontr. zaw.kwasów tłuszczowych	SIE- Bogatobiałkowa	SIE- Bogatobiałkowa bezmleczna	SIE- Niskobiałkowa do 50 g białka	SIE- Niskobiałkowa do 30 g białka	SIE- Kleikowa
2026-03-28 sobota	Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody mielona 75 g ( <b>SOJ.</b> ) Brokuł gotowany* 100 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Sałatka z makaronu z wędliną drobiowo wieprzową -dieta () 150 g ( <b>GLU PSZ, SEL, może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.</b> ) Szynka Ojca Grzeczorza wieprzowa wędzona 50 g ( <b>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</b> ) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE.</b> ) Sałatka z makaronu z wędliną drobiowo wieprzową -dieta () 150 g ( <b>GLU PSZ, SEL, może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.</b> ) Szynka Ojca Grzeczorza wieprzowa wędzona 50 g ( <b>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</b> ) Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Sałatka z makaronu z wędliną drobiowo wieprzową -dieta () 150 g ( <b>GLU PSZ, SEL, może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.</b> ) Szynka Ojca Grzeczorza wieprzowa wędzona 50 g ( <b>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</b> ) Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Sałatka z makaronu z wędliną drobiowo wieprzową -dieta () 150 g ( <b>GLU PSZ, SEL, może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.</b> ) Szynka Ojca Grzeczorza wieprzowa wędzona 50 g ( <b>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</b> ) Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody mielona 75 g ( <b>SOJ.</b> ) Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 100 g ( <b>SEZ, może zawierać: ORZ.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka Ojca Grzeczorza wieprzowa wędzona 25 g ( <b>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</b> ) Miód (25g) 2 szt Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 100 g ( <b>SEZ, może zawierać: ORZ.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka Ojca Grzeczorza wieprzowa wędzona 20 g ( <b>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</b> ) Miód (25g) 2 szt Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g	Kleik ryżowy na wodzie 200 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Suchary b/c 30 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE.</b> )
	PN	Mus- przecier owocowy jabłko 100g (tubka) 1 szt	Dżem 25 g 1 szt Ciasto drożdżowe 50 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, S02.</b> )	Dżem 25 g 1 szt Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 30 g	Dżem 25 g 1 szt Ciasto drożdżowe 50 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, S02.</b> )		Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 30 g Dżem 25 g 1 szt	Mus- przecier owocowy jabłko 100g (tubka) 1 szt	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	
		Wartość energetyczna: 2141.80 kcal; Białko ogółem: 81.18 g; Tłuszcz: 40.61 g; Kw. tł. nasy.: 8.72 g; Węglowodany ogółem: 399.98 g; W tym cukry: 132.92 g; Błonnik pok.: 30.10 g; Sól: 8.79 g; WW: 36.99 Por; Ener z B.: 15.16 %; Ener z W.: 74.70 %; Ener. z T.: 17.06 %; Potas: 3149.13 mg; Sód: 3263.61 mg;	Wartość energetyczna: 2513.73 kcal; Białko ogółem: 95.65 g; Tłuszcz: 62.54 g; Kw. tł. nasy.: 22.06 g; Węglowodany ogółem: 413.12 g; W tym cukry: 110.71 g; Błonnik pok.: 33.07 g; Sól: 9.52 g; WW: 38.13 Por; Ener z B.: 15.22 %; Ener z W.: 65.74 %; Ener. z T.: 22.39 %; Potas: 3277.58 mg; Sód: 3646.78 mg;	Wartość energetyczna: 2059.59 kcal; Białko ogółem: 80.53 g; Tłuszcz: 42.94 g; Kw. tł. nasy.: 9.00 g; Węglowodany ogółem: 374.15 g; W tym cukry: 99.58 g; Błonnik pok.: 28.10 g; Sól: 8.41 g; WW: 34.76 Por; Ener z B.: 15.64 %; Ener z W.: 72.66 %; Ener. z T.: 18.76 %; Potas: 3698.40 mg; Sód: 3362.57 mg;	Wartość energetyczna: 2424.36 kcal; Białko ogółem: 98.35 g; Tłuszcz: 54.49 g; Kw. tł. nasy.: 16.56 g; Węglowodany ogółem: 404.32 g; W tym cukry: 103.27 g; Błonnik pok.: 31.53 g; Sól: 8.86 g; WW: 37.48 Por; Ener z B.: 16.23 %; Ener z W.: 66.71 %; Ener. z T.: 20.23 %; Potas: 3977.24 mg; Sód: 3389.61 mg;	Wartość energetyczna: 2617.24 kcal; Białko ogółem: 99.60 g; Tłuszcz: 77.44 g; Kw. tł. nasy.: 19.93 g; Węglowodany ogółem: 422.30 g; W tym cukry: 104.66 g; Błonnik pok.: 51.16 g; Sól: 9.12 g; WW: 37.27 Por; Ener z B.: 15.22 %; Ener z W.: 64.54 %; Ener. z T.: 26.63 %; Potas: 4345.39 mg; Sód: 3477.77 mg;	Wartość energetyczna: 2715.13 kcal; Białko ogółem: 102.31 g; Tłuszcz: 66.57 g; Kw. tł. nasy.: 24.44 g; Węglowodany ogółem: 447.68 g; W tym cukry: 135.71 g; Błonnik pok.: 33.11 g; Sól: 9.75 g; WW: 41.60 Por; Ener z B.: 15.07 %; Ener z W.: 65.95 %; Ener. z T.: 22.07 %; Potas: 4161.51 mg; Sód: 3735.44 mg;	Wartość energetyczna: 2365.29 kcal; Białko ogółem: 90.13 g; Tłuszcz: 50.27 g; Kw. tł. nasy.: 10.45 g; Węglowodany ogółem: 426.95 g; W tym cukry: 100.02 g; Błonnik pok.: 30.13 g; Sól: 9.73 g; WW: 39.83 Por; Ener z B.: 15.24 %; Ener z W.: 72.20 %; Ener. z T.: 19.13 %; Potas: 3734.58 mg; Sód: 3889.33 mg;	Wartość energetyczna: 2081.59 kcal; Białko ogółem: 47.90 g; Tłuszcz: 50.50 g; Kw. tł. nasy.: 19.51 g; Węglowodany ogółem: 375.57 g; W tym cukry: 119.23 g; Błonnik pok.: 29.76 g; Sól: 3.10 g; WW: 34.75 Por; Ener z B.: 9.20 %; Ener z W.: 72.17 %; Ener. z T.: 21.83 %; Potas: 3587.48 mg; Sód: 1241.27 mg;	Wartość energetyczna: 1941.74 kcal; Białko ogółem: 33.51 g; Tłuszcz: 43.12 g; Kw. tł. nasy.: 18.19 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; Ener z B.: 8.95 %; Ener z W.: 76.53 %; Ener. z T.: 19.99 %; Potas: 3354.30 mg; Sód: 1057.19 mg;

Jadłospisy za okres od dnia 2026-03-23 do dnia 2026-03-29 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- Papkowata b/ml	SIE- Łatwo strawna	SIE- Bezmleczna	SIE- Niskotłuszczowa	SIE- O kontr. zaw.kwasów tłuszczowych	SIE- Bogatobiałkowa	SIE- Bogatobiałkowa bezmleczna	SIE- Niskobiałkowa do 50 g białka	SIE- Niskobiałkowa do 30 g białka	SIE- Kleikowa
2026-03-29 niedziela	Sniadanie	Kasza manna na wodzie 300 ml ( <b>GLU PSZ.</b> ) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona mielona 75 g Dyńia z wody 100 g	Kasza manna na mleku 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> ) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Ser mozzarella 50 g ( <b>MLE.</b> ) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 75 g Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Jabłko pieczone 150 g	Kasza manna na wodzie 300 ml ( <b>GLU PSZ.</b> ) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 75 g Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Jabłko pieczone 150 g	Kasza manna na mleku 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> ) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE.</b> ) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 25 g Ser mozzarella 50 g ( <b>MLE.</b> ) Pomidor b/skórki 80 g Jabłko pieczone 150 g Salata zielona 20 g	Kasza manna na mleku 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 25 g Ser mozzarella 50 g ( <b>MLE.</b> ) Ogórek kiszony 80 g Salata zielona 20 g	Kasza manna na mleku 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> ) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Ser mozzarella 50 g ( <b>MLE.</b> ) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 75 g Pomidor 80 g Salata zielona 20 g	Kasza manna na wodzie 300 ml ( <b>GLU PSZ.</b> ) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 100 g ( <b>SEZ, może zawierać: ORZ.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Twarożek 50 g ( <b>MLE.</b> ) Miód (25g) 1 szt Pomidor 80 g Jabłko pieczone 150 g Salata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 100 g ( <b>SEZ, może zawierać: ORZ.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Miód (25g) 2 szt Pomidor 80 g Jabłko pieczone 150 g Salata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Kleik ryżowy na wodzie 200 g Suchary b/c 30 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE.</b> )	
	II ŚN	Jabłko pieczone 150 g				Mandarynka 150 g	Jabłko pieczone 150 g				

Jadłospisy za okres od dnia 2026-03-23 do dnia 2026-03-29 KUCHNIA SIEDLCE

	SIE- Papkowata b/ml	SIE- Łatwo strawna	SIE- Bezmleczna	SIE- Niskotłuszczowa	SIE- O kontr. zaw.kwasów tłuszczowych	SIE- Bogatobiałkowa	SIE- Bogatobiałkowa bezmleczna	SIE- Niskobiałkowa do 50 g białka	SIE- Niskobiałkowa do 30 g białka	SIE- Kleikowa	
2026-03-29 niedziela	Obiad	Pomidorowa z makaronem (bez mleka) () 300 ml ( <b>GLU PSZ. SEL.</b> ) Ziemniaki gotowane puree (bez mleka) () 180 g Schab duszony rozdrobniony 100 g Sos własny () 80 ml ( <b>GLU PSZ. SEL.</b> ) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g ( <b>SEL.</b> ) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem () 300 ml ( <b>GLU PSZ. MLE. SEL.</b> ) Ziemniaki gotowane () 180 g Schab duszony 100 g Sos własny () 80 ml ( <b>GLU PSZ. SEL.</b> ) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g ( <b>SEL.</b> ) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem (bez mleka) () 300 ml ( <b>GLU PSZ. SEL.</b> ) Schab duszony 100 g Sos własny () 80 ml ( <b>GLU PSZ. SEL.</b> ) Ziemniaki gotowane () 180 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g ( <b>SEL.</b> ) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem () 300 ml ( <b>GLU PSZ. MLE. SEL.</b> ) Schab duszony 100 g Sos własny () 80 ml ( <b>GLU PSZ. SEL.</b> ) Ziemniaki gotowane () 180 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g ( <b>SEL.</b> ) Kapusta zasmażana () 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem () 300 ml ( <b>GLU PSZ. MLE. SEL.</b> ) Schab duszony 100 g Sos własny () 80 ml ( <b>GLU PSZ. SEL.</b> ) Ziemniaki gotowane () 180 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g ( <b>SEL.</b> ) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem () 300 ml ( <b>GLU PSZ. MLE. SEL.</b> ) Schab duszony 100 g Sos własny () 80 ml ( <b>GLU PSZ. SEL.</b> ) Ziemniaki gotowane () 180 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g ( <b>SEL.</b> ) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem (bez mleka) () 300 ml ( <b>GLU PSZ. SEL.</b> ) Ziemniaki gotowane () 180 g Schab duszony 50 g Sos własny () 80 ml ( <b>GLU PSZ. SEL.</b> ) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g ( <b>SEL.</b> ) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem (bez mleka) () 300 ml ( <b>GLU PSZ. SEL.</b> ) Ziemniaki gotowane () 180 g Schab duszony 100 g Sos własny () 80 ml ( <b>GLU PSZ. SEL.</b> ) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g ( <b>SEL.</b> ) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem (bez mleka) () 300 ml ( <b>GLU PSZ. SEL.</b> ) Ziemniaki gotowane () 180 g Schab duszony 100 g Sos własny () 80 ml ( <b>GLU PSZ. SEL.</b> ) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g ( <b>SEL.</b> ) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Herbata czarna granulowana z/c 500 ml Suchary b/c 30 g ( <b>GLU PSZ. SOJ. MLE.</b> )
		PD	Kisiel o smaku wiśniowym z/c 200 ml			Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Podpłomyki b/c 20 g ( <b>GLU PSZ. MLE.</b> )	Jogurt truskawkowy 150g 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Podpłomyki b/c 20 g ( <b>GLU PSZ. MLE.</b> )	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ. GLU ZYT.</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Połudwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 20 g ( <b>SOJ.</b> ) Sałata zielona 20 g Kisiel o smaku wiśniowym z/c 200 ml			

Jadłospisy za okres od dnia 2026-03-23 do dnia 2026-03-29 KUCHNIA SIEDLCE

	SIE- Papkowata b/ml	SIE- Łatwo strawna	SIE- Bezmleczna	SIE- Niskotłuszczowa	SIE- O kontr. zaw.kwasów tłuszczowych	SIE- Bogatobiałkowa	SIE- Bogatobiałkowa bezmleczna	SIE- Niskobiałkowa do 50 g białka	SIE- Niskobiałkowa do 30 g białka	SIE- Kleikowa
2026-03-29 niedziela	Kolacja	Kawa zbożowa z/c 250 ml ( <b>GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.p arzo.z dodat.wody w osł.niejad mielona 50 g Dżem 25 g 1 szt Kalafor gotowany* 100 g	Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.p arzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Dżem 25 g 1 szt Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Kawa zbożowa z/c 250 ml ( <b>GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.p arzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Dżem 25 g 1 szt Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.p arzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Dżem 25 g 1 szt Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.p arzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Dżem 25 g 1 szt Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.p arzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Dżem 25 g 1 szt Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Kawa zbożowa z/c 250 ml ( <b>GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</b> ) Chleb bezglutenowy 100 g ( <b>SEŻ, może zawierać: ORZ.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.p arzo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g Dżem 25 g 2 szt Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Kawa zbożowa z/c 250 ml ( <b>GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</b> ) Chleb bezglutenowy 100 g ( <b>SEŻ, może zawierać: ORZ.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.p arzo.z dodat.wody w osł.niejad 20 g Dżem 25 g 2 szt Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Kleik ryżowy na wodzie 200 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Suchary b/c 30 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE.</b> )
		PN	Przecier owocowy jabłko-truskawka 100g 1 szt							

Jadłospisy za okres od dnia 2026-03-23 do dnia 2026-03-29 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- Papkowata b/ml	SIE- Łatwo strawna	SIE- Bezmleczna	SIE- Niskotłuszczowa	SIE- O kontr. zaw.kwasów tłuszczowych	SIE- Bogatobiałkowa	SIE- Bogatobiałkowa bezmleczna	SIE- Niskobiałkowa do 50 g białka	SIE- Niskobiałkowa do 30 g białka	SIE- Kleikowa
2026-03-29 niedziela	Wartość energetyczna:	2164.00 kcal; Białko ogółem: 90.51 g; Tłuszcz: 45.75 g; Kw. tł. nasy.: 10.30 g; Węglowodany ogółem: 365.69 g; W tym cukry: 120.73 g; Błonnik pok.: 31.69 g; Sól: 8.92 g; WW: 33.36 Por; Ener z B.: 16.73 %; Ener z W.: 67.60 %; Ener. z T.: 19.03 %; Potas: 2065.14 mg; Sód: 3677.13 mg;	Wartość energetyczna: 2344.32 kcal; Białko ogółem: 107.22 g; Tłuszcz: 64.12 g; Kw. tł. nasy.: 21.13 g; Węglowodany ogółem: 353.50 g; W tym cukry: 108.76 g; Błonnik pok.: 29.97 g; Sól: 7.62 g; WW: 32.43 Por; Ener z B.: 18.29 %; Ener z W.: 60.32 %; Ener. z T.: 24.61 %; Potas: 4566.20 mg; Sód: 3033.51 mg;	Wartość energetyczna: 1997.85 kcal; Białko ogółem: 89.02 g; Tłuszcz: 45.88 g; Kw. tł. nasy.: 10.28 g; Węglowodany ogółem: 326.61 g; W tym cukry: 89.11 g; Błonnik pok.: 29.79 g; Sól: 8.47 g; WW: 29.75 Por; Ener z B.: 17.82 %; Ener z W.: 65.39 %; Ener. z T.: 20.67 %; Potas: 3977.98 mg; Sód: 3372.75 mg;	Wartość energetyczna: 2288.22 kcal; Białko ogółem: 109.90 g; Tłuszcz: 56.07 g; Kw. tł. nasy.: 15.63 g; Węglowodany ogółem: 353.03 g; W tym cukry: 109.69 g; Błonnik pok.: 28.40 g; Sól: 6.94 g; WW: 32.61 Por; Ener z B.: 19.21 %; Ener z W.: 61.71 %; Ener. z T.: 22.05 %; Potas: 4656.37 mg; Sód: 2776.17 mg;	Wartość energetyczna: 2290.04 kcal; Białko ogółem: 113.94 g; Tłuszcz: 65.64 g; Kw. tł. nasy.: 17.44 g; Węglowodany ogółem: 345.25 g; W tym cukry: 85.24 g; Błonnik pok.: 38.20 g; Sól: 8.61 g; WW: 30.68 Por; Ener z B.: 19.90 %; Ener z W.: 60.30 %; Ener. z T.: 25.80 %; Potas: 5042.28 mg; Sód: 3432.97 mg;	Wartość energetyczna: 2544.12 kcal; Białko ogółem: 117.72 g; Tłuszcz: 68.81 g; Kw. tł. nasy.: 23.53 g; Węglowodany ogółem: 385.90 g; W tym cukry: 131.41 g; Błonnik pok.: 30.42 g; Sól: 7.77 g; WW: 35.67 Por; Ener z B.: 18.51 %; Ener z W.: 60.67 %; Ener. z T.: 24.34 %; Potas: 4834.70 mg; Sód: 3104.01 mg;	Wartość energetyczna: 2336.65 kcal; Białko ogółem: 95.03 g; Tłuszcz: 51.02 g; Kw. tł. nasy.: 11.75 g; Węglowodany ogółem: 396.28 g; W tym cukry: 119.67 g; Błonnik pok.: 31.85 g; Sól: 9.84 g; WW: 36.52 Por; Ener z B.: 16.27 %; Ener z W.: 67.84 %; Ener. z T.: 19.65 %; Potas: 4016.03 mg; Sód: 3923.77 mg;	Wartość energetyczna: 1965.70 kcal; Białko ogółem: 48.57 g; Tłuszcz: 55.77 g; Kw. tł. nasy.: 20.63 g; Węglowodany ogółem: 333.85 g; W tym cukry: 99.14 g; Błonnik pok.: 31.70 g; Sól: 3.04 g; WW: 30.39 Por; Ener z B.: 9.88 %; Ener z W.: 67.94 %; Ener. z T.: 25.53 %; Potas: 3647.45 mg; Sód: 1202.82 mg;	Wartość energetyczna: 1960.33 kcal; Białko ogółem: 29.24 g; Tłuszcz: 57.40 g; Kw. tł. nasy.: 22.15 g; Węglowodany ogółem: 348.23 g; W tym cukry: 97.88 g; Błonnik pok.: 31.54 g; Sól: 2.88 g; WW: 31.82 Por; Ener z B.: 5.97 %; Ener z W.: 71.06 %; Ener. z T.: 26.35 %; Potas: 3380.43 mg; Sód: 1141.48 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; Ener z B.: 8.86 %; Ener z W.: 83.35 %; Ener. z T.: 7.57 %; Potas: 127.46 mg; Sód: 75.53 mg;

Jadłospisy za okres od dnia 2026-03-23 do dnia 2026-03-29 KUCHNIA SIEDLCE

	SIE- Kleikowa rozszerzona	SIE- Dzieci 1-3 lat Podstawowa	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż podstawa	SIE- Bogatoresztkowa	SIE- Bezglutenowa	SIE- Wegetariańska	SIE- Pooperacyjna	SIE- Dzieci 1-3 lat Łatwo strawna	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż łatwostrawna	SIE- Z ogr.subst.pobudz.wyd z.soków żołądkowych
2026-03-23 poniedziałek	Śniadanie	Kleik ryżowy na wodzie 200 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Suchary b/c 30 g <b>(GLU PSZ, SOJ, MLE.)</b>	Płatki owsiane na mleku 250 ml ( <b>MLE, GLU OW.</b> ) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka graham-pszenna 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Schab Ojca Grzegorza-wędlna wieprzowa wędzona, parzona, z dod.wody, białka wp 25 g ( <b>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</b> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ.</b> ) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Płatki owsiane na mleku 300 ml ( <b>MLE, GLU OW.</b> ) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Schab Ojca Grzegorza-wędlna wieprzowa wędzona, parzona, z dod.wody, białka wp 50 g ( <b>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</b> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ.</b> ) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Płatki owsiane na mleku 300 ml ( <b>MLE, GLU OW.</b> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ.</b> ) Mandarynka 150 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Płatki ryżowe błyskawiczne na mleku 300 g ( <b>MLE.</b> ) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ.</b> ) Mandarynka 150 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Płatki owsiane na mleku 300 ml ( <b>MLE, GLU OW.</b> ) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Schab Ojca Grzegorza-wędlna wieprzowa wędzona, parzona, z dod.wody, białka wp 50 g ( <b>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</b> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ.</b> ) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Płatki owsiane na mleku 300 ml ( <b>MLE, GLU OW.</b> ) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Schab Ojca Grzegorza-wędlna wieprzowa wędzona, parzona, z dod.wody, białka wp 25 g ( <b>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</b> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ.</b> ) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Płatki owsiane na mleku 250 ml ( <b>MLE, GLU OW.</b> ) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Schab Ojca Grzegorza-wędlna wieprzowa wędzona, parzona, z dod.wody, białka wp 25 g ( <b>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</b> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ.</b> ) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Płatki owsiane na mleku 300 ml ( <b>MLE, GLU OW.</b> ) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Schab Ojca Grzegorza-wędlna wieprzowa wędzona, parzona, z dod.wody, białka wp 50 g ( <b>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</b> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ.</b> ) Banan 150 g Pomidor b/skórki 80 g Sałata zielona 20 g
II ŚN	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Suchary b/c 15 g <b>(GLU PSZ, SOJ, MLE.)</b> Kleik ryżowy na wodzie 200 g	Mandarynka 150 g			Banan 150 g					

Jadłospisy za okres od dnia 2026-03-23 do dnia 2026-03-29 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- Kleikowa rozszerzona	SIE- Dzieci 1-3 lat Podstawowa	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż podstawa	SIE- Bogatoresztkowa	SIE- Bezglutenowa	SIE- Wegetariańska	SIE- Pooperacyjna	SIE- Dzieci 1-3 lat Łatwo strawna	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż łatwostrawna	SIE- Z ogr.subst.pobudz.wyd z.soków żołądkowych
2026-03-23 poniedziałek	Obiad	Ziemniaczana (bez mleka) () 300 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Wielowarzywna z ziemniakami () 250 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Naleśniki z serem 200 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE.</b> ) Sos jogurtowy naturalny 100 g ( <b>MLE.</b> ) Mus z jabłek prażonych 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Kapuśniak z kapusty kiszzonej () 300 ml ( <b>GLU PSZ, SEL, GOR.</b> ) Naleśniki z serem 300 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE.</b> ) Sos jogurtowy naturalny 100 g ( <b>MLE.</b> ) Mus z jabłek prażonych 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Kapuśniak z kapusty kiszzonej () 300 ml ( <b>GLU PSZ, SEL, GOR.</b> ) Ryż z jabłkiem prażonym i cynamonem 300 g Sos jogurtowy naturalny 100 g ( <b>MLE.</b> ) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Kapuśniak z kapusty kiszzonej (bez glutenu) () 300 ml ( <b>SEL.</b> ) Ryż z jabłkiem prażonym i cynamonem 300 g Sos jogurtowy naturalny 100 g ( <b>MLE.</b> ) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Kapuśniak z kapusty kiszzonej () 300 ml ( <b>GLU PSZ, SEL, GOR.</b> ) Ryż z jabłkiem prażonym i cynamonem 300 g Sos jogurtowy naturalny 100 g ( <b>MLE.</b> ) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Ziemniaczana (bez mleka) () 300 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Ryż na sypko 180 g Pulpet drobiowy 100 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> ) Sos pomidorowy 80 ml ( <b>GLU PSZ.</b> ) Cukinia pieczona z olejem () 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Wielowarzywna z ziemniakami () 250 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Ryż z jabłkiem prażonym i cynamonem 200 g Sos jogurtowy naturalny 100 g ( <b>MLE.</b> ) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Wielowarzywna z ziemniakami () 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Ryż z jabłkiem prażonym i cynamonem 300 g Sos jogurtowy naturalny 100 g ( <b>MLE.</b> ) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	
	PD	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Suchary b/c 15 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE.</b> ) Kleik ryżowy na wodzie 200 g	Kefir 1,5% tł 150g 1 Por ( <b>MLE.</b> ) Biszkopty b/ml 30 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> )		Kefir 1,5% tł 150g 1 Por ( <b>MLE.</b> ) Podplomyki b/c 20 g ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> )				Kefir 1,5% tł 150g 1 Por ( <b>MLE.</b> ) Biszkopty b/ml 30 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> )		

Jadłospisy za okres od dnia 2026-03-23 do dnia 2026-03-29 KUCHNIA SIEDLCE

	SIE- Kleikowa rozszerzona	SIE- Dzieci 1-3 lat Podstawowa	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż podstawa	SIE- Bogatoresztkowa	SIE- Bezglutenowa	SIE- Wegetariańska	SIE- Pooperacyjna	SIE- Dzieci 1-3 lat Łatwo strawna	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż łatwostrawna	SIE- Z ogr.subst.pobudz.wyd z.soków żołądkowych	
2026-03-23 poniedziałek	Kolacja	<p>Kleik ryżowy na wodzie 200 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Suchary b/c 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u>)</p> <p>Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Twarożek z koperkiem 40 g (<u>MLE.</u>) Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 25 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Ćwikła z jabłkiem b/c () 80 g Sałata zielona 20 g</p>	<p>Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Twarożek z papryką 80 g (<u>MLE.</u>) Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 25 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Ćwikła z jabłkiem b/c () 80 g Sałata zielona 20 g</p>	<p>Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Twarożek z papryką 80 g (<u>MLE.</u>) Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 25 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Ćwikła z jabłkiem b/c () 80 g Sałata zielona 20 g</p>	<p>Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 100 g (<u>SEZ, może zawierać: ORZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Twarożek z papryką 80 g (<u>MLE.</u>) Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 25 g (<u>SOJ.</u>) Ćwikła z jabłkiem b/c () 80 g Sałata zielona 20 g</p>	<p>Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Twarożek z papryką 100 g (<u>MLE.</u>) Ćwikła z jabłkiem b/c () 80 g Sałata zielona 20 g</p>	<p>Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Twarożek 80 g (<u>MLE.</u>) Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 25 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u>)</p>	<p>Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Twarożek z koperkiem 40 g (<u>MLE.</u>) Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 25 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Ćwikła z jabłkiem b/c () 80 g Sałata zielona 20 g</p>	<p>Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Twarożek z koperkiem 80 g (<u>MLE.</u>) Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 25 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Ćwikła z jabłkiem b/c () 80 g Sałata zielona 20 g</p>		
PN	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Przecier owocowy jabłko-truskawka 100g 1 szt					Biszkopty b/ml 30 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> )	Przecier owocowy jabłko-truskawka 100g 1 szt			

Jadłospisy za okres od dnia 2026-03-23 do dnia 2026-03-29 KUCHNIA SIEDLCE

	SIE- Kleikowa rozszerzona	SIE- Dzieci 1-3 lat Podstawowa	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż podstawa	SIE- Bogatoresztkowa	SIE- Bezglutenowa	SIE- Wegetariańska	SIE- Pooperacyjna	SIE- Dzieci 1-3 lat Łatwo strawna	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż łatwostrawna	SIE- Z ogr.subst.pobudz.wyd z.soków żołądkowych
2026-03-23 poniedziałek	Wartość energetyczna: 1139.04 kcal; Białko ogółem: 24.68 g; Tłuszcz: 7.87 g; Kw. tł. nasy.: 0.24 g; Węglowodany ogółem: 244.19 g; W tym cukry: 44.54 g; Błonnik pok.: 7.01 g; Sól: 0.67 g; WW: 23.82 Por; Ener z B.: 8.67 %; Ener z W.: 85.75 %; Ener. z T.: 6.22 %; Potas: 1040.31 mg; Sód: 266.21 mg;	Wartość energetyczna: 2054.68 kcal; Białko ogółem: 82.62 g; Tłuszcz: 53.23 g; Kw. tł. nasy.: 23.07 g; Węglowodany ogółem: 319.01 g; W tym cukry: 121.10 g; Błonnik pok.: 17.85 g; Sól: 3.06 g; WW: 30.18 Por; Ener z B.: 16.08 %; Ener z W.: 62.10 %; Ener. z T.: 23.32 %; Potas: 2783.86 mg; Sód: 1224.06 mg;	Wartość energetyczna: 2744.04 kcal; Białko ogółem: 114.12 g; Tłuszcz: 71.04 g; Kw. tł. nasy.: 28.11 g; Węglowodany ogółem: 425.42 g; W tym cukry: 135.63 g; Błonnik pok.: 23.50 g; Sól: 5.41 g; WW: 40.28 Por; Ener z B.: 16.64 %; Ener z W.: 62.01 %; Ener. z T.: 23.30 %; Potas: 3177.71 mg; Sód: 2168.47 mg;	Wartość energetyczna: 2167.59 kcal; Białko ogółem: 84.79 g; Tłuszcz: 52.20 g; Kw. tł. nasy.: 23.30 g; Węglowodany ogółem: 365.69 g; W tym cukry: 100.15 g; Błonnik pok.: 31.35 g; Sól: 4.92 g; WW: 33.47 Por; Ener z B.: 15.65 %; Ener z W.: 67.94 %; Ener. z T.: 21.67 %; Potas: 3294.79 mg; Sód: 1964.96 mg;	Wartość energetyczna: 2100.88 kcal; Białko ogółem: 64.12 g; Tłuszcz: 50.91 g; Kw. tł. nasy.: 19.96 g; Węglowodany ogółem: 356.84 g; W tym cukry: 103.83 g; Błonnik pok.: 21.78 g; Sól: 3.72 g; WW: 33.49 Por; Ener z B.: 12.21 %; Ener z W.: 67.94 %; Ener. z T.: 21.81 %; Potas: 2604.09 mg; Sód: 1481.14 mg;	Wartość energetyczna: 2227.63 kcal; Białko ogółem: 79.62 g; Tłuszcz: 62.27 g; Kw. tł. nasy.: 31.93 g; Węglowodany ogółem: 356.42 g; W tym cukry: 103.11 g; Błonnik pok.: 26.31 g; Sól: 5.87 g; WW: 33.01 Por; Ener z B.: 14.30 %; Ener z W.: 64.00 %; Ener. z T.: 25.16 %; Potas: 2922.51 mg; Sód: 2347.55 mg;	Wartość energetyczna: 2339.50 kcal; Białko ogółem: 101.30 g; Tłuszcz: 59.75 g; Kw. tł. nasy.: 21.88 g; Węglowodany ogółem: 361.53 g; W tym cukry: 89.73 g; Błonnik pok.: 16.81 g; Sól: 4.96 g; WW: 34.65 Por; Ener z B.: 17.32 %; Ener z W.: 61.81 %; Ener. z T.: 22.98 %; Potas: 3502.03 mg; Sód: 1999.25 mg;	Wartość energetyczna: 1819.63 kcal; Białko ogółem: 64.25 g; Tłuszcz: 41.90 g; Kw. tł. nasy.: 20.00 g; Węglowodany ogółem: 303.40 g; W tym cukry: 111.78 g; Błonnik pok.: 14.87 g; Sól: 3.06 g; WW: 28.96 Por; Ener z B.: 14.12 %; Ener z W.: 66.69 %; Ener. z T.: 20.73 %; Potas: 2815.36 mg; Sód: 1225.28 mg;	Wartość energetyczna: 2346.88 kcal; Białko ogółem: 86.69 g; Tłuszcz: 47.84 g; Kw. tł. nasy.: 22.20 g; Węglowodany ogółem: 404.45 g; W tym cukry: 120.17 g; Błonnik pok.: 19.69 g; Sól: 4.88 g; WW: 38.59 Por; Ener z B.: 14.78 %; Ener z W.: 68.93 %; Ener. z T.: 18.35 %; Potas: 3093.14 mg; Sód: 1949.64 mg;	Wartość energetyczna: 2179.23 kcal; Białko ogółem: 80.94 g; Tłuszcz: 43.71 g; Kw. tł. nasy.: 21.01 g; Węglowodany ogółem: 377.70 g; W tym cukry: 115.97 g; Błonnik pok.: 19.66 g; Sól: 4.76 g; WW: 35.88 Por; Ener z B.: 14.86 %; Ener z W.: 68.93 %; Ener. z T.: 18.05 %; Potas: 2961.47 mg; Sód: 1909.37 mg;
2026-03-24 wtorek Śniadanie	Kleik ryżowy na wodzie 200 g Suchary b/c 30 g (GLU PSZ, SOJ, MLE.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Makaron na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Pasta z ryby gotowanej (morszczuk) z warzywami () 40 g (RYB, SEL.) Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 25 g (SOJ.) Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g	Makaron 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 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Pasta z ryby gotowanej (morszczuk) z warzywami () 80 g (RYB, SEL.) Ser żółty 25 g (MLE.) Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g	Makaron na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 100 g (SEŻ, może zawierać: ORZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Pasta z ryby gotowanej (morszczuk) z warzywami () 80 g (RYB, SEL.) Ser żółty 25 g (MLE.) Ogórek kiszony 80 g Jabłko 150 g Sałata zielona 20 g	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Pasta z ryby gotowanej (morszczuk) z warzywami () 80 g (RYB, SEL.) Ser żółty 25 g (MLE.) Ogórek kiszony 80 g Jabłko 150 g Sałata zielona 20 g	Makaron na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Pasta z ryby gotowanej (morszczuk) z warzywami () 80 g (RYB, SEL.) Ser żółty 25 g (MLE.) Ogórek kiszony 80 g Jabłko 150 g Sałata zielona 20 g	Kasza manna na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Pasta z ryby gotowanej (morszczuk) z warzywami () 80 g (RYB, SEL.) Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 25 g (SOJ.)	Makaron 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 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Pasta z ryby gotowanej (morszczuk) z warzywami () 40 g (RYB, SEL.) Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 25 g (SOJ.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Makaron 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 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Pasta z ryby gotowanej (morszczuk) z warzywami () 80 g (RYB, SEL.) Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 25 g (SOJ.) Pomidor b/skórki 80 g Sałata zielona 20 g	Makaron 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 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Pasta z ryby gotowanej (morszczuk) z warzywami () 80 g (RYB, SEL.) Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 25 g (SOJ.) Pomidor b/skórki 80 g Sałata zielona 20 g

Jadłospisy za okres od dnia 2026-03-23 do dnia 2026-03-29 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- Kleikowa rozszerzona	SIE- Dzieci 1-3 lat Podstawowa	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż podstawa	SIE- Bogatoresztkowa	SIE- Bezglutenowa	SIE- Wegetariańska	SIE- Pooperacyjna	SIE- Dzieci 1-3 lat Łatwo strawna	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż łatwostrawna	SIE- Z ogr.subst.pobudz.wyd z.soków żołądkowych	
2026-03-24 wtorek	II ŚN	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Suchary b/c 15 g <b>(GLU PSZ, SOJ, MLE.)</b> Kleik ryżowy na wodzie 200 g	Jabłko 150 g						Jabłko pieczone 150 g			
	Obiad	Ryżowa (bez mleka) () 300 ml ( <b>SEL.</b> ) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Solferino () 250 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Kasza jęczmienna/sypko 90 g ( <b>GLU JECZ.</b> ) Klopsik wieprzowy 50 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> ) Sos ziołowy () 80 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Surówka z rzepy, jabłka i marchewki () 50 g ( <b>MLE.</b> ) Szpinak gotowany z olejem* 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Solferino () 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Kasza jęczmienna/sypko 180 g ( <b>GLU JECZ.</b> ) Klopsik wieprzowy 100 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> ) Sos ziołowy () 80 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Surówka z rzepy, jabłka i marchewki () 100 g ( <b>MLE.</b> ) Szpinak gotowany z olejem* 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Grochowa z ziemniakami () 300 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Kasza gryczana 180 g Klopsik wieprzowy 100 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> ) Sos ziołowy () 80 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Surówka z rzepy, jabłka i marchewki () 100 g ( <b>MLE.</b> ) Szpinak gotowany z olejem* 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Grochowa z ziemniakami (bez glutenu)* 300 ml ( <b>SEL.</b> ) Ryż na sypko 180 g Klopsik wieprzowy (bez glutenu) 100 g ( <b>JAJ.</b> ) Sos ziołowy (bez glutenu) () 80 ml ( <b>SEL.</b> ) Surówka z rzepy, jabłka i marchewki () 100 g ( <b>MLE.</b> ) Szpinak gotowany z olejem* 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Grochowa z ziemniakami () 300 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Pierogi ukraińskie () 300 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE.</b> ) Surówka z rzepy, jabłka i marchewki () 100 g ( <b>MLE.</b> ) Szpinak gotowany z olejem* 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Ryżowa (bez mleka) () 300 ml ( <b>SEL.</b> ) Ziemniaki gotowane () 180 g Klopsik wieprzowy 100 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> ) Sos ziołowy () 80 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Szpinak gotowany z olejem* 200 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Solferino () 250 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Kasza jęczmienna/sypko 90 g ( <b>GLU JECZ.</b> ) Klopsik wieprzowy 100 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> ) Sos ziołowy () 80 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Szpinak gotowany z olejem* 100 g ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Szpinak gotowany z olejem* 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Solferino () 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Kasza jęczmienna/sypko 180 g ( <b>GLU JECZ.</b> ) Klopsik wieprzowy 50 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> ) Sos ziołowy () 80 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Szpinak gotowany z olejem* 200 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Solferino () 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Kasza jęczmienna/sypko 180 g ( <b>GLU JECZ.</b> ) Klopsik wieprzowy 100 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> ) Sos ziołowy () 80 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Szpinak gotowany z olejem* 200 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	
	PD	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Suchary b/c 15 g <b>(GLU PSZ, SOJ, MLE.)</b> Kleik ryżowy na wodzie 200 g	Ciasto drożdżowe 50 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, SO2.</b> ) Jogurt brzoskwinowy 150g 1 szt ( <b>MLE.</b> )						Jogurt brzoskwinowy 150g 1 szt ( <b>MLE.</b> )	Ciasto drożdżowe 50 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, SO2.</b> ) Jogurt brzoskwinowy 150g 1 szt ( <b>MLE.</b> )		

Jadłospisy za okres od dnia 2026-03-23 do dnia 2026-03-29 KUCHNIA SIEDLCE

	SIE- Kleikowa rozszerzona	SIE- Dzieci 1-3 lat Podstawowa	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż podstawa	SIE- Bogatoresztkowa	SIE- Bezglutenowa	SIE- Wegetariańska	SIE- Pooperacyjna	SIE- Dzieci 1-3 lat Łatwo strawna	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż łatwostrawna	SIE- Z ogr.subst.pobudz.wyd z.soków żołądkowych		
2026-03-24 wtorek	Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Kleik ryżowy na wodzie 200 g Suchary b/c 30 g <b>(GLU PSZ, SOJ, MLE.)</b>	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.p arzo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt ( <b>MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE.</b> ) Salata zielona 20 g Pomidor 80 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.p arzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt ( <b>MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE.</b> ) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt ( <b>MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE.</b> ) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.p arzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt ( <b>MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE.</b> ) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 100 g ( <b>SEŻ, może zawierać: ORZ.</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt ( <b>MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE.</b> ) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.p arzo.z dodat.wody w osł.niejad 30 g Pomidor 80 g Salata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Pasztet sojowy z pomidorami 50 g ( <b>SOJ, GOR.</b> ) Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt ( <b>MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE.</b> ) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.p arzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt ( <b>MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE.</b> )	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.p arzo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt ( <b>MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE.</b> ) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.p arzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt ( <b>MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE.</b> ) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.p arzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt ( <b>MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE.</b> ) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g	
		PN	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 30 g				Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 30 g	Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 30 g			
			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; Ener z B.: 8.61 %; Ener z W.: 85.05 %; Ener. z T.: 6.61 %; Potas: 286.12 mg; Sód: 267.12 mg;	Wartość energetyczna: 1996.15 kcal; Białko ogółem: 71.90 g; Tłuszcz: 56.32 g; Kw. tł. nasy.: 24.78 g; Węglowodany ogółem: 311.06 g; W tym cukry: 105.10 g; Błonnik pok.: 19.96 g; Sól: 6.24 g; WW: 29.24 Por; Ener z B.: 14.41 %; Ener z W.: 62.33 %; Ener. z T.: 25.39 %; Potas: 2898.55 mg; Sód: 2510.42 mg;	Wartość energetyczna: 2719.92 kcal; Białko ogółem: 107.54 g; Tłuszcz: 73.52 g; Kw. tł. nasy.: 28.93 g; Węglowodany ogółem: 426.13 g; W tym cukry: 111.93 g; Błonnik pok.: 30.52 g; Sól: 9.58 g; WW: 39.70 Por; Ener z B.: 15.81 %; Ener z W.: 62.67 %; Ener. z T.: 24.33 %; Potas: 3836.29 mg; Sód: 3849.91 mg;	Wartość energetyczna: 2840.68 kcal; Białko ogółem: 117.14 g; Tłuszcz: 86.45 g; Kw. tł. nasy.: 34.35 g; Węglowodany ogółem: 437.50 g; W tym cukry: 111.92 g; Błonnik pok.: 46.24 g; Sól: 9.16 g; WW: 39.16 Por; Ener z B.: 16.50 %; Ener z W.: 61.61 %; Ener. z T.: 27.39 %; Potas: 4420.00 mg; Sód: 3674.23 mg;	Wartość energetyczna: 2417.70 kcal; Białko ogółem: 91.46 g; Tłuszcz: 78.39 g; Kw. tł. nasy.: 30.34 g; Węglowodany ogółem: 352.78 g; W tym cukry: 84.69 g; Błonnik pok.: 30.93 g; Sól: 5.17 g; WW: 32.29 Por; Ener z B.: 15.13 %; Ener z W.: 58.37 %; Ener. z T.: 29.18 %; Potas: 3198.88 mg; Sód: 2066.57 mg;	Wartość energetyczna: 2774.82 kcal; Białko ogółem: 94.16 g; Tłuszcz: 88.83 g; Kw. tł. nasy.: 29.61 g; Węglowodany ogółem: 431.61 g; W tym cukry: 90.51 g; Błonnik pok.: 40.95 g; Sól: 7.53 g; WW: 39.16 Por; Ener z B.: 13.57 %; Ener z W.: 62.22 %; Ener. z T.: 28.81 %; Potas: 4083.32 mg; Sód: 3011.28 mg;	Wartość energetyczna: 2312.20 kcal; Białko ogółem: 100.03 g; Tłuszcz: 63.92 g; Kw. tł. nasy.: 26.19 g; Węglowodany ogółem: 348.46 g; W tym cukry: 87.31 g; Błonnik pok.: 22.26 g; Sól: 6.96 g; WW: 32.83 Por; Ener z B.: 17.31 %; Ener z W.: 60.28 %; Ener. z T.: 24.88 %; Potas: 3802.72 mg; Sód: 2807.88 mg;	Wartość energetyczna: 2148.37 kcal; Białko ogółem: 84.67 g; Tłuszcz: 65.06 g; Kw. tł. nasy.: 26.56 g; Węglowodany ogółem: 316.72 g; W tym cukry: 105.95 g; Błonnik pok.: 20.10 g; Sól: 5.06 g; WW: 29.84 Por; Ener z B.: 15.76 %; Ener z W.: 58.97 %; Ener. z T.: 27.25 %; Potas: 3243.27 mg; Sód: 2038.01 mg;	Wartość energetyczna: 2574.61 kcal; Białko ogółem: 97.24 g; Tłuszcz: 66.71 g; Kw. tł. nasy.: 26.29 g; Węglowodany ogółem: 414.37 g; W tym cukry: 110.96 g; Błonnik pok.: 29.51 g; Sól: 7.98 g; WW: 38.68 Por; Ener z B.: 15.11 %; Ener z W.: 64.38 %; Ener. z T.: 23.32 %; Potas: 3767.39 mg; Sód: 3202.45 mg;	Wartość energetyczna: 2378.43 kcal; Białko ogółem: 99.45 g; Tłuszcz: 64.02 g; Kw. tł. nasy.: 24.60 g; Węglowodany ogółem: 369.64 g; W tym cukry: 88.19 g; Błonnik pok.: 28.06 g; Sól: 7.56 g; WW: 34.34 Por; Ener z B.: 16.73 %; Ener z W.: 62.17 %; Ener. z T.: 24.22 %; Potas: 3645.59 mg; Sód: 3033.43 mg;

Jadłospisy za okres od dnia 2026-03-23 do dnia 2026-03-29 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- Kleikowa rozszerzona	SIE- Dzieci 1-3 lat Podstawowa	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż podstawa	SIE- Bogatoresztkowa	SIE- Bezglutenowa	SIE- Wegetariańska	SIE- Pooperacyjna	SIE- Dzieci 1-3 lat Łatwo strawna	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż łatwostrawna	SIE- Z ogr.subst.pobudz.wyd z.soków żołądkowych
2026-03-25 środa	Śniadanie	Kleik ryżowy na wodzie 200 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Suchary b/c 30 g <b>(GLU PSZ, SOJ, MLE.)</b>	Ryż na mleku 250 ml <b>(MLE.)</b> Kakao z mlekiem z/c 250 ml <b>(MLE.)</b> Bułka pszenna długa krojona 50 g <b>(GLU PSZ.)</b> Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt <b>(MLE.)</b> Serek ziamisty 150g 1 szt <b>(MLE.)</b> Dżem 25 g 1 szt Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g	Ryż na mleku 300 ml <b>(MLE.)</b> Kakao z mlekiem z/c 250 ml <b>(MLE.)</b> Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g <b>(GLU PSZ, GLU ZYT.)</b> Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g <b>(GLU PSZ, GLU ZYT.)</b> Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt <b>(MLE.)</b> Serek ziamisty 150g 1 szt <b>(MLE.)</b> Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt <b>(MLE.)</b> Serek ziamisty 150g 1 szt <b>(MLE.)</b> Dżem 25 g 1 szt Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g	Ryż na mleku 300 ml <b>(MLE.)</b> Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml <b>(MLE, GLU ZYT, GLU JĘCZ.)</b> Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g <b>(GLU PSZ, GLU ZYT.)</b> Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt <b>(MLE.)</b> Serek ziamisty 150g 1 szt <b>(MLE.)</b> Połędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 25 g <b>(SOJ.)</b> Banan 150 g Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g	Ryż na mleku 300 ml <b>(MLE.)</b> Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 100 g <b>(SEŻ, może zawierać: ORZ.)</b> Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt <b>(MLE.)</b> Serek ziamisty 150g 1 szt <b>(MLE.)</b> Połędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 25 g <b>(SOJ.)</b> Banan 150 g Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g	Ryż na mleku 300 ml <b>(MLE.)</b> Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml <b>(MLE, GLU ZYT, GLU JĘCZ.)</b> Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g <b>(GLU PSZ, GLU ZYT.)</b> Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g <b>(GLU PSZ, GLU ZYT.)</b> Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt <b>(MLE.)</b> Serek ziamisty 150g 1 szt <b>(MLE.)</b> Połędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 25 g <b>(SOJ.)</b> Serek ziamisty 150g 1 szt <b>(MLE.)</b> Dżem 25 g 1 szt Banan 150 g Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g	Ryż na mleku 300 ml <b>(MLE.)</b> Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g <b>(GLU PSZ.)</b> Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt <b>(MLE.)</b> Serek ziamisty 150g 1 szt <b>(MLE.)</b> Połędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 25 g <b>(SOJ.)</b>	Ryż na mleku 250 ml <b>(MLE.)</b> Kakao z mlekiem z/c 250 ml <b>(MLE.)</b> Bułka pszenna długa krojona 50 g <b>(GLU PSZ.)</b> Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt <b>(MLE.)</b> Serek ziamisty 150g 1 szt <b>(MLE.)</b> Dżem 25 g 1 szt Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Ryż na mleku 300 ml <b>(MLE.)</b> Kakao z mlekiem z/c 250 ml <b>(MLE.)</b> Bułka pszenna długa krojona 50 g <b>(GLU PSZ.)</b> Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g <b>(GLU PSZ, GLU ZYT.)</b> Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt <b>(MLE.)</b> Serek ziamisty 150g 1 szt <b>(MLE.)</b> Dżem 25 g 1 szt Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Ryż na mleku 300 ml <b>(MLE.)</b> Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml <b>(MLE, GLU ZYT, GLU JĘCZ.)</b> Bułka pszenna długa krojona 50 g <b>(GLU PSZ.)</b> Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g <b>(GLU PSZ, GLU ZYT.)</b> Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt <b>(MLE.)</b> Serek ziamisty 150g 1 szt <b>(MLE.)</b> Połędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 25 g <b>(SOJ.)</b> Pomidor b/skórki 80 g Banan 150 g Sałata zielona 20 g
	II ŚN	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Suchary b/c 15 g <b>(GLU PSZ, SOJ, MLE.)</b> Kleik ryżowy na wodzie 200 g	Banan 150 g				Banan 150 g				

Jadłospisy za okres od dnia 2026-03-23 do dnia 2026-03-29 KUCHNIA SIEDLCE

	SIE- Kleikowa rozszerzona	SIE- Dzieci 1-3 lat Podstawowa	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż podstawa	SIE- Bogatoresztkowa	SIE- Bezglutenowa	SIE- Wegetariańska	SIE- Pooperacyjna	SIE- Dzieci 1-3 lat Łatwo strawna	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż łatwostrawna	SIE- Z ogr.subst.pobudz.wyd z.soków żołądkowych
2026-03-25 środa	Obiad	Grycikowa () 300 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Grycikowa () 300 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Ziemniaki gotowane () 90 g Eskalopka z kurczaka 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u> ) Ogórek kiszony z cebulką z olejem 50 g Dyńia z wody 50 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Grycikowa () 300 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Ziemniaki gotowane () 180 g Eskalopka z kurczaka 100 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u> ) Ogórek kiszony z cebulką z olejem 100 g Dyńia z wody 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Jarzynowa z makaronem (bez glutenu) () 300 ml ( <u>MLE, SEL.</u> ) Ziemniaki gotowane () 180 g Filet z kurczaka gotowany 100 g Sos brokułowy () bez glutenu 80 ml ( <u>MLE, SEL.</u> ) Ogórek kiszony z cebulką z olejem 100 g Dyńia z wody 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Grycikowa () 300 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Kotlety z buraka i kaszy jęczmiennej 300 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, GLU JĘCZ.</u> ) Ogórek kiszony z cebulką z olejem 100 g Dyńia z wody 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Jarzynowa z makaronem dieta () 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Ziemniaki gotowane () 180 g Filet z kurczaka pieczony 100 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Sos brokułowy () 80 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Dyńia z wody 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Grycikowa () 300 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Ziemniaki gotowane () 90 g Filet z kurczaka pieczony 50 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Sos brokułowy () 80 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Dyńia z wody 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Grycikowa () 300 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Ziemniaki gotowane () 180 g Filet z kurczaka pieczony 100 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Sos brokułowy () 80 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Dyńia z wody 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	
	PD	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Suchary b/c 15 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u> ) Kleik ryżowy na wodzie 200 g	Wafelki 30 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u> ) Maślanka truskawkowa 200 ml ( <u>MLE.</u> )	Pieczyczo chrupkie ekstrudowane-żytnie 30 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u> ) Maślanka truskawkowa 200 ml ( <u>MLE.</u> )			Maślanka truskawkowa 200 ml ( <u>MLE.</u> )	Maślanka truskawkowa 200 ml ( <u>MLE.</u> ) Herbatniki 30 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u> )	Maślanka truskawkowa 150 ml ( <u>MLE.</u> ) Herbatniki 30 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u> )	

Jadłospisy za okres od dnia 2026-03-23 do dnia 2026-03-29 KUCHNIA SIEDLCE

	SIE- Kleikowa rozszerzona	SIE- Dzieci 1-3 lat Podstawowa	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż podstawa	SIE- Bogatoresztkowa	SIE- Bezglutenowa	SIE- Wegetariańska	SIE- Pooperacyjna	SIE- Dzieci 1-3 lat Łatwo strawna	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż łatwostrawna	SIE- Z ogr.subst.pobudz.wyd z.soków żołądkowych
2026-03-25 środa	Kolacja	<p>Kleik ryżowy na wodzie 200 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Suchary b/c 30 g <b>(GLU PSZ, SOJ, MLE.)</b></p> <p>Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g <b>(GLU PSZ,)</b> Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt <b>(MLE,)</b> Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 25 g <b>(SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,)</b> Paszтет drobiowy z kurnej półki 40 g <b>(GLU PSZ, JAJ, SEL,)</b> Pomidor 80 g Salata zielona 20 g</p>	<p>Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g <b>(GLU PSZ,)</b> Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g <b>(GLU PSZ, GLU ZYT,)</b> Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt <b>(MLE,)</b> Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 50 g <b>(SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,)</b> Paszтет drobiowy z kurnej półki 60 g <b>(GLU PSZ, JAJ, SEL,)</b> Pomidor 80 g Salata zielona 20 g</p>	<p>Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb razowy pszenno-żytni 100 g <b>(GLU PSZ, GLU ZYT,)</b> Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt <b>(MLE,)</b> Paszтет drobiowy z kurnej półki 60 g <b>(GLU PSZ, JAJ, SEL,)</b> Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 50 g <b>(SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,)</b> Pomidor 80 g Salata zielona 20 g</p>	<p>Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 100 g <b>(SEŻ, może zawierać: ORZ,)</b> Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt <b>(MLE,)</b> Szynka z piersią kurczaka-wędł.z drob.gr.rozd.parzo.w osł.niejadalnej 50 g <b>(SOJ,)</b> Jajko gotowane kl M 1 szt <b>(JAJ,)</b> Pomidor 80 g Salata zielona 20 g</p>	<p>Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g <b>(GLU PSZ, GLU ZYT,)</b> Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g <b>(GLU PSZ, GLU ZYT,)</b> Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt <b>(MLE,)</b> Jajko gotowane kl M 1 szt <b>(JAJ,)</b> Ser żółty 50 g <b>(MLE,)</b> Pomidor 80 g Salata zielona 20 g</p>	<p>Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g <b>(GLU PSZ,)</b> Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt <b>(MLE,)</b> Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 50 g <b>(SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,)</b> Szynka z piersią kurczaka-wędł.z drob.gr.rozd.parzo.w osł.niejadalnej 25 g <b>(SOJ,)</b></p>	<p>Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g <b>(GLU PSZ,)</b> Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt <b>(MLE,)</b> Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 25 g <b>(SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,)</b> Jajko gotowane kl M 1 szt <b>(JAJ,)</b> Pomidor 80 g Salata zielona 20 g</p>	<p>Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g <b>(GLU PSZ,)</b> Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g <b>(GLU PSZ, GLU ZYT,)</b> Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt <b>(MLE,)</b> Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 50 g <b>(SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,)</b> Jajko gotowane kl M 1 szt <b>(JAJ,)</b> Pomidor 80 g Salata zielona 20 g</p>	<p>Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g <b>(GLU PSZ,)</b> Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g <b>(GLU PSZ, GLU ZYT,)</b> Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt <b>(MLE,)</b> Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 50 g <b>(SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,)</b> Jajko gotowane kl M 1 szt <b>(JAJ,)</b> Pomidor b/skórki 80 g Salata zielona 20 g</p>
PN	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Mus- przecier owocowy jabłko 100g (tubka) 1 szt					Wafle ryżowe 30 g	Mus- przecier owocowy jabłko 100g (tubka) 1 szt		

Jadłospisy za okres od dnia 2026-03-23 do dnia 2026-03-29 KUCHNIA SIEDLCE

	SIE- Kleikowa rozszerzona	SIE- Dzieci 1-3 lat Podstawowa	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż podstawa	SIE- Bogatoresztkowa	SIE- Bezglutenowa	SIE- Wegetariańska	SIE- Pooperacyjna	SIE- Dzieci 1-3 lat Łatwo strawna	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż łatwostrawna	SIE- Z ogr.subst.pobudz.wyd z.soków żołądkowych
2026-03-25 środa	Wartość energetyczna: 1067.54 kcal; Białko ogółem: 23.42 g; Tłuszcz: 7.96 g; Kw. tł. nasy.: 0.25 g; Węglowodany ogółem: 226.17 g; W tym cukry: 44.06 g; Błonnik pok.: 4.93 g; Sól: 0.64 g; WW: 22.20 Por; Ener z B.: 8.77 %; Ener z W.: 84.74 %; Ener. z T.: 6.71 %; Potas: 271.37 mg; Sód: 255.53 mg;	Wartość energetyczna: 2145.14 kcal; Białko ogółem: 92.02 g; Tłuszcz: 64.73 g; Kw. tł. nasy.: 30.50 g; Węglowodany ogółem: 306.26 g; W tym cukry: 115.03 g; Błonnik pok.: 14.98 g; Sól: 5.72 g; WW: 29.28 Por; Ener z B.: 17.16 %; Ener z W.: 57.11 %; Ener. z T.: 27.16 %; Potas: 3129.05 mg; Sód: 2227.93 mg;	Wartość energetyczna: 2766.76 kcal; Białko ogółem: 122.13 g; Tłuszcz: 81.75 g; Kw. tł. nasy.: 32.64 g; Węglowodany ogółem: 407.58 g; W tym cukry: 121.86 g; Błonnik pok.: 28.06 g; Sól: 9.16 g; WW: 38.05 Por; Ener z B.: 17.66 %; Ener z W.: 58.93 %; Ener. z T.: 26.59 %; Potas: 4456.19 mg; Sód: 3596.04 mg;	Wartość energetyczna: 2659.72 kcal; Białko ogółem: 124.21 g; Tłuszcz: 71.92 g; Kw. tł. nasy.: 26.32 g; Węglowodany ogółem: 403.00 g; W tym cukry: 109.02 g; Błonnik pok.: 31.26 g; Sól: 10.24 g; WW: 37.22 Por; Ener z B.: 18.68 %; Ener z W.: 60.61 %; Ener. z T.: 24.34 %; Potas: 4407.85 mg; Sód: 4086.62 mg;	Wartość energetyczna: 2157.62 kcal; Białko ogółem: 98.98 g; Tłuszcz: 59.78 g; Kw. tł. nasy.: 22.71 g; Węglowodany ogółem: 327.84 g; W tym cukry: 100.80 g; Błonnik pok.: 26.01 g; Sól: 7.06 g; WW: 30.20 Por; Ener z B.: 18.35 %; Ener z W.: 60.78 %; Ener. z T.: 24.94 %; Potas: 4187.02 mg; Sód: 2814.92 mg;	Wartość energetyczna: 2514.84 kcal; Białko ogółem: 94.57 g; Tłuszcz: 86.77 g; Kw. tł. nasy.: 35.42 g; Węglowodany ogółem: 365.20 g; W tym cukry: 128.07 g; Błonnik pok.: 32.20 g; Sól: 8.91 g; WW: 33.27 Por; Ener z B.: 15.04 %; Ener z W.: 58.09 %; Ener. z T.: 31.05 %; Potas: 3455.80 mg; Sód: 3557.19 mg;	Wartość energetyczna: 2333.74 kcal; Białko ogółem: 124.48 g; Tłuszcz: 48.55 g; Kw. tł. nasy.: 23.61 g; Węglowodany ogółem: 364.33 g; W tym cukry: 85.94 g; Błonnik pok.: 20.97 g; Sól: 8.50 g; WW: 34.36 Por; Ener z B.: 21.34 %; Ener z W.: 62.45 %; Ener. z T.: 18.72 %; Potas: 3992.40 mg; Sód: 3396.15 mg;	Wartość energetyczna: 2082.29 kcal; Białko ogółem: 98.23 g; Tłuszcz: 51.29 g; Kw. tł. nasy.: 26.21 g; Węglowodany ogółem: 314.62 g; W tym cukry: 125.75 g; Błonnik pok.: 16.60 g; Sól: 5.51 g; WW: 29.90 Por; Ener z B.: 18.87 %; Ener z W.: 60.44 %; Ener. z T.: 22.17 %; Potas: 3542.59 mg; Sód: 2200.66 mg;	Wartość energetyczna: 2600.38 kcal; Białko ogółem: 129.17 g; Tłuszcz: 55.91 g; Kw. tł. nasy.: 27.13 g; Węglowodany ogółem: 407.71 g; W tym cukry: 132.68 g; Błonnik pok.: 24.50 g; Sól: 8.50 g; WW: 38.38 Por; Ener z B.: 19.87 %; Ener z W.: 61.57 %; Ener. z T.: 19.35 %; Potas: 4824.36 mg; Sód: 3390.93 mg;	Wartość energetyczna: 2312.33 kcal; Białko ogółem: 122.75 g; Tłuszcz: 49.45 g; Kw. tł. nasy.: 24.45 g; Węglowodany ogółem: 355.94 g; W tym cukry: 108.97 g; Błonnik pok.: 23.94 g; Sól: 8.68 g; WW: 33.20 Por; Ener z B.: 21.23 %; Ener z W.: 62.72 %; Ener. z T.: 19.25 %; Potas: 4639.78 mg; Sód: 3471.85 mg;
2026-03-26 czwartek Śniadanie	Kleik ryżowy na wodzie 200 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Suchary b/c 30 g <b>(GLU PSZ, SOJ, MLE.)</b>	Kasza kukurydziana na mleku 250 ml <b>(MLE.)</b> Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt <b>(GLU PSZ, GLU ZYT.)</b> Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt <b>(MLE.)</b> Szynkowa Extra-wędzonka wieprzowa, wędzona, z wodą dodaną. 25 g <b>(SOJ.)</b> Pasta z ciecierzycy z warzywami () 40 g <b>(SEL.)</b> Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml <b>(MLE.)</b> Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenna graham-pszenna 50g 1 szt <b>(GLU PSZ, GLU ZYT.)</b> Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g <b>(GLU PSZ, GLU ZYT.)</b> Bułka graham-pszenna 50g 1 szt <b>(GLU PSZ, GLU ZYT.)</b> Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt <b>(MLE.)</b> Szynkowa Extra-wędzonka wieprzowa, wędzona, z wodą dodaną. 25 g <b>(SOJ.)</b> Pasta z ciecierzycy z warzywami () 80 g <b>(SEL.)</b> Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml <b>(MLE.)</b> Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g <b>(GLU PSZ, GLU ZYT.)</b> Bułka graham-pszenna 50g 1 szt <b>(GLU PSZ, GLU ZYT.)</b> Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt <b>(MLE.)</b> Szynkowa Extra-wędzonka wieprzowa, wędzona, z wodą dodaną. 25 g <b>(SOJ.)</b> Pasta z ciecierzycy z warzywami () 80 g <b>(SEL.)</b> Rzodkiew biała 80 g Pomarańcza 150 g Sałata zielona 20 g	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml <b>(MLE.)</b> Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 100 g <b>(SEZ, może zawierać: ORZ.)</b> Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt <b>(MLE.)</b> Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 25 g Pasta z ciecierzycy z warzywami () 80 g <b>(SEL.)</b> Rzodkiew biała 80 g Pomarańcza 150 g Sałata zielona 20 g	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml <b>(MLE.)</b> Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g <b>(GLU PSZ, GLU ZYT.)</b> Bułka graham-pszenna 50g 1 szt <b>(GLU PSZ, GLU ZYT.)</b> Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt <b>(MLE.)</b> Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 25 g Pasta z ciecierzycy z warzywami () 100 g <b>(SEL.)</b> Rzodkiew biała 80 g Sałata zielona 20 g Pomarańcza 150 g	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml <b>(MLE.)</b> Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g <b>(GLU PSZ, SOJ.)</b> Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt <b>(MLE.)</b> Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 75 g	Kasza kukurydziana na mleku 250 ml <b>(MLE.)</b> Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt <b>(GLU PSZ, GLU ZYT.)</b> Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt <b>(MLE.)</b> Szynkowa Extra-wędzonka wieprzowa, wędzona, z wodą dodaną. 25 g <b>(SOJ.)</b> Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 25 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml <b>(MLE.)</b> Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt <b>(GLU PSZ, GLU ZYT.)</b> Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g <b>(GLU PSZ, GLU ZYT.)</b> Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt <b>(MLE.)</b> Szynkowa Extra-wędzonka wieprzowa, wędzona, z wodą dodaną. 25 g <b>(SOJ.)</b> Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml <b>(MLE.)</b> Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt <b>(GLU PSZ, GLU ZYT.)</b> Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g <b>(GLU PSZ, GLU ZYT.)</b> Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt <b>(MLE.)</b> Szynkowa Extra-wędzonka wieprzowa, wędzona, z wodą dodaną. 25 g <b>(SOJ.)</b> Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor b/skórki 80 g Jabłko pieczone 150 g Sałata zielona 20 g

Jadłospisy za okres od dnia 2026-03-23 do dnia 2026-03-29 KUCHNIA SIEDLCE

	SIE- Kleikowa rozszerzona	SIE- Dzieci 1-3 lat Podstawowa	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż podstawa	SIE- Bogatoresztkowa	SIE- Bezglutenowa	SIE- Wegetariańska	SIE- Pooperacyjna	SIE- Dzieci 1-3 lat Łatwo strawna	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż łatwostrawna	SIE- Z ogr.subst.pobudz.wyd z.soków żołądkowych	
2026-03-26 czwartek	II ŚN	Pomarańcza 150 g			Jabłko pieczone 150 g						
	Obiad	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Suchary b/c 15 g <b>(GLU PSZ, SOJ, MLE.)</b> Kleik ryżowy na wodzie 200 g	Marchewkowa z ziemniakami (bez mleka) 300 g ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami () 250 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Makaron z sosem mięsno-warzywnym, z mięsa drobiowego () 150 g ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Surówka wielowarzywna z olejem () 50 g ( <b>SEL.</b> ) Brokuł gotowany* 50 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami () 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Makaron z sosem mięsno-warzywnym, z mięsa drobiowego () 300 g ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Surówka wielowarzywna z olejem () 100 g ( <b>SEL.</b> ) Brokuł gotowany* 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami () 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Makaron pełnoziarnisty z sosem mięsno-warzywnym, z mięsa drobiowego () 300 g ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Surówka wielowarzywna z olejem () 100 g ( <b>SEL.</b> ) Brokuł gotowany* 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami (bez glutenu) () 300 ml ( <b>MLE, SEL.</b> ) Makaron bg z sosem mięsno-warzywnym, z mięsa drobiowego () 300 g ( <b>SEL.</b> ) Surówka wielowarzywna z olejem () 100 g ( <b>SEL.</b> ) Brokuł gotowany* 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami () 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Makaron pełnoziarnisty z warzywami* 300 g ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Surówka wielowarzywna z olejem () 100 g ( <b>SEL.</b> ) Brokuł gotowany* 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Ziemniaczana () 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Ziemniaki gotowane () 180 g Pulpet wieprzowy 100 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> ) Sos pomidorowy 80 ml ( <b>GLU PSZ.</b> ) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g ( <b>SEL.</b> ) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami () 250 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Makaron z sosem mięsno-warzywnym, z mięsa drobiowego () 150 g ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Brokuł gotowany* 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami () 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Makaron z sosem mięsno-warzywnym, z mięsa drobiowego () 300 g ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g ( <b>SEL.</b> ) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml
	PD	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Suchary b/c 15 g <b>(GLU PSZ, SOJ, MLE.)</b> Kleik ryżowy na wodzie 200 g	Herbatniki 30 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE.</b> ) Kisiel o smaku cytrynowym z/c 200 ml	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt Pieczywo chrupkie ekstrudowane-żytnie 30 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</b> )				Herbatniki 30 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE.</b> ) Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml	Herbatniki 30 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE.</b> ) Kisiel o smaku cytrynowym z/c 200 ml		

Jadłospisy za okres od dnia 2026-03-23 do dnia 2026-03-29 KUCHNIA SIEDLCE

	SIE- Kleikowa rozszerzona	SIE- Dzieci 1-3 lat Podstawowa	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż podstawa	SIE- Bogatoreszkowa	SIE- Bezglutenowa	SIE- Wegetariańska	SIE- Pooperacyjna	SIE- Dzieci 1-3 lat Łatwo strawna	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż łatwostrawna	SIE- Z ogr.subst.pobudz.wyd z.soków żołądkowych	
2026-03-26 czwartek	Kolacja	Kleik ryżowy na wodzie 200 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Suchary b/c 30 g <b>(GLU PSZ, SOJ, MLE.)</b>		Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Zapiekanka z ryżu i jabłka () 300 g <b>(MLE.)</b> Sos jogurtowy naturalny 100 g <b>(MLE.)</b>			Bułka pszenna długa krojona 100 g <b>(GLU PSZ.)</b> Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt <b>(MLE.)</b> Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona,w osłonce niejadalanej 50 g <b>(SOJ, SEL, może zawierać: MLE, GOR.)</b> Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.p arzo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml		Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Zapiekanka z ryżu i jabłka () 300 g <b>(MLE.)</b> Sos jogurtowy naturalny 100 g <b>(MLE.)</b>		
		PN	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Bułka maślana 1 szt 1 szt <b>(GLU PSZ, JAJ, MLE.)</b>		Przecier owocowy jabłko-truskawka 100g 1 szt Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 30 g	Bułka maślana 1 szt 1 szt <b>(GLU PSZ, JAJ, MLE.)</b>				

Jadłospisy za okres od dnia 2026-03-23 do dnia 2026-03-29 KUCHNIA SIEDLCE

	SIE- Kleikowa rozszerzona	SIE- Dzieci 1-3 lat Podstawowa	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż podstawa	SIE- Bogatoresztkowa	SIE- Bezglutenowa	SIE- Wegetariańska	SIE- Pooperacyjna	SIE- Dzieci 1-3 lat Łatwo strawna	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż łatwostrawna	SIE- Z ogr.subst.pobudz.wyd z.soków żołądkowych	
2026-03-26 czwartek	Wartość energetyczna: 1061.16 kcal; Białko ogółem: 22.98 g; Tłuszcz: 7.81 g; Kw. tł. nasy.: 0.25 g; Węglowodany ogółem: 226.10 g; W tym cukry: 45.55 g; Błonnik pok.: 6.20 g; Sól: 0.70 g; WW: 22.07 Por; Ener z B.: 8.66 %; Ener z W.: 85.23 %; Ener. z T.: 6.63 %; Potas: 603.40 mg; Sód: 279.95 mg;	Wartość energetyczna: 2274.62 kcal; Białko ogółem: 67.11 g; Tłuszcz: 49.28 g; Kw. tł. nasy.: 15.67 g; Węglowodany ogółem: 405.34 g; W tym cukry: 128.81 g; Błonnik pok.: 24.62 g; Sól: 4.78 g; WW: 38.09 Por; Ener z B.: 11.80 %; Ener z W.: 71.28 %; Ener. z T.: 19.50 %; Potas: 2950.27 mg; Sód: 1905.57 mg;	Wartość energetyczna: 2811.41 kcal; Białko ogółem: 88.86 g; Tłuszcz: 63.36 g; Kw. tł. nasy.: 17.56 g; Węglowodany ogółem: 493.59 g; W tym cukry: 139.21 g; Błonnik pok.: 37.08 g; Sól: 6.30 g; WW: 45.65 Por; Ener z B.: 12.64 %; Ener z W.: 70.23 %; Ener. z T.: 20.28 %; Potas: 3864.44 mg; Sód: 2511.40 mg;	Wartość energetyczna: 2641.00 kcal; Białko ogółem: 92.53 g; Tłuszcz: 61.17 g; Kw. tł. nasy.: 17.34 g; Węglowodany ogółem: 456.65 g; W tym cukry: 91.20 g; Błonnik pok.: 50.05 g; Sól: 6.24 g; WW: 40.69 Por; Ener z B.: 14.01 %; Ener z W.: 69.25 %; Ener. z T.: 20.84 %; Potas: 3557.25 mg; Sód: 2873.53 mg;	Wartość energetyczna: 2313.01 kcal; Białko ogółem: 68.22 g; Tłuszcz: 57.14 g; Kw. tł. nasy.: 15.28 g; Węglowodany ogółem: 400.44 g; W tym cukry: 100.76 g; Błonnik pok.: 36.03 g; Sól: 3.13 g; WW: 36.40 Por; Ener z B.: 11.80 %; Ener z W.: 69.25 %; Ener. z T.: 22.23 %; Potas: 3171.38 mg; Sód: 1482.20 mg;	Wartość energetyczna: 2428.63 kcal; Białko ogółem: 74.90 g; Tłuszcz: 52.22 g; Kw. tł. nasy.: 16.33 g; Węglowodany ogółem: 435.02 g; W tym cukry: 100.79 g; Błonnik pok.: 44.32 g; Sól: 5.28 g; WW: 39.08 Por; Ener z B.: 12.34 %; Ener z W.: 71.65 %; Ener. z T.: 19.35 %; Potas: 3434.74 mg; Sód: 2343.05 mg;	Wartość energetyczna: 2692.98 kcal; Białko ogółem: 103.58 g; Tłuszcz: 65.12 g; Kw. tł. nasy.: 23.08 g; Węglowodany ogółem: 441.88 g; W tym cukry: 111.95 g; Błonnik pok.: 29.80 g; Sól: 9.79 g; WW: 41.28 Por; Ener z B.: 15.39 %; Ener z W.: 65.63 %; Ener. z T.: 21.76 %; Potas: 4567.48 mg; Sód: 3908.06 mg;	Wartość energetyczna: 2194.54 kcal; Białko ogółem: 68.24 g; Tłuszcz: 44.39 g; Kw. tł. nasy.: 15.57 g; Węglowodany ogółem: 393.56 g; W tym cukry: 128.23 g; Błonnik pok.: 21.53 g; Sól: 5.20 g; WW: 37.22 Por; Ener z B.: 12.44 %; Ener z W.: 71.73 %; Ener. z T.: 18.20 %; Potas: 2884.62 mg; Sód: 2078.08 mg;	Wartość energetyczna: 2671.25 kcal; Białko ogółem: 91.78 g; Tłuszcz: 53.93 g; Kw. tł. nasy.: 17.34 g; Węglowodany ogółem: 472.62 g; W tym cukry: 135.19 g; Błonnik pok.: 28.45 g; Sól: 7.26 g; WW: 44.37 Por; Ener z B.: 13.74 %; Ener z W.: 70.77 %; Ener. z T.: 18.17 %; Potas: 3692.63 mg; Sód: 2901.41 mg;	Wartość energetyczna: 2515.81 kcal; Białko ogółem: 87.56 g; Tłuszcz: 60.57 g; Kw. tł. nasy.: 17.57 g; Węglowodany ogółem: 426.14 g; W tym cukry: 103.14 g; Błonnik pok.: 34.28 g; Sól: 7.41 g; WW: 39.19 Por; Ener z B.: 13.92 %; Ener z W.: 67.76 %; Ener. z T.: 21.67 %; Potas: 3859.12 mg; Sód: 2951.05 mg;	
2026-03-27 piątek	Kleik ryżowy na wodzie 200 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Suchary b/c 30 g <b>(GLU PSZ, SOJ, MLE.)</b>	Zacierka na mleku 250 ml ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Miód (25g) 1 szt Serek wiejski lekki 3% tł 150g 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</b> ) Salata zielona 20 g	Zacierka na mleku 250 ml ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> ) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Miód (25g) 1 szt Serek wiejski lekki 3% tł 150g 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g	Zacierka na mleku 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> ) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Miód (25g) 1 szt Serek wiejski lekki 3% tł 150g 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Pomidor 80 g Jabłko 150 g Salata zielona 20 g	Kasza jaglana na mleku 300 ml ( <b>MLE.</b> ) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 100 g ( <b>SEZ, może zawierać: ORZ.</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Miód (25g) 1 szt Serek wiejski lekki 3% tł 150g 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Pomidor 80 g Jabłko 150 g Salata zielona 20 g	Zacierka na mleku 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> ) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Miód (25g) 1 szt Serek wiejski lekki 3% tł 150g 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Pomidor 80 g Jabłko 150 g Salata zielona 20 g	Zacierka na mleku 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> ) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Miód (25g) 1 szt Serek wiejski lekki 3% tł 150g 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g	Zacierka na mleku 250 ml ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Miód (25g) 1 szt Serek wiejski lekki 3% tł 150g 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g	Zacierka na mleku 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> ) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Miód (25g) 1 szt Serek wiejski lekki 3% tł 150g 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g	Zacierka na mleku 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> ) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Miód (25g) 1 szt Serek wiejski lekki 3% tł 150g 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g	
II ŚN	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Suchary b/c 15 g <b>(GLU PSZ, SOJ, MLE.)</b> Kleik ryżowy na wodzie 200 g	Jabłko 150 g			Jabłko pieczone 150 g						

Jadłospisy za okres od dnia 2026-03-23 do dnia 2026-03-29 KUCHNIA SIEDLCE

	SIE- Kleikowa rozszerzona	SIE- Dzieci 1-3 lat Podstawowa	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż podstawa	SIE- Bogatoresztkowa	SIE- Bezglutenowa	SIE- Wegetariańska	SIE- Pooperacyjna	SIE- Dzieci 1-3 lat Łatwo strawna	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż łatwostrawna	SIE- Z ogr.subst.pobudz.wyd z.soków żołądkowych
2026-03-27 piątek	Obiad	Ryżowa (bez mleka) () 300 ml ( <b>SEL</b> ) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Kalafiorowa z ryżem () 250 ml ( <b>MLE, SEL</b> ) Ziemniaki gotowane () 90 g Ryba pieczona (Morszczuk) 60 g ( <b>RYB</b> ) Sos koperkowy * 80 ml ( <b>GLU PSZ, MLE</b> ) Warzywa po grecku () 50 g ( <b>GLU PSZ, SEL</b> ) Surówka żydowska z olejem () 50 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Kalafiorowa z ryżem () 300 ml ( <b>MLE, SEL</b> ) Ziemniaki gotowane () 180 g Ryba pieczona (Morszczuk) 120 g ( <b>RYB</b> ) Sos koperkowy * 80 ml ( <b>GLU PSZ, MLE</b> ) Surówka żydowska z olejem () 100 g Warzywa po grecku () 100 g ( <b>GLU PSZ, SEL</b> ) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Kalafiorowa z ryżem () 300 ml ( <b>MLE, SEL</b> ) Ziemniaki gotowane () 180 g Ryba pieczona (Morszczuk) 120 g ( <b>RYB</b> ) Sos koperkowy *(bez glutenu) 80 ml ( <b>MLE</b> ) Surówka żydowska z olejem () 100 g Warzywa po grecku (bez glutenu) () 100 g ( <b>SEL</b> ) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Kalafiorowa z ryżem () 300 ml ( <b>MLE, SEL</b> ) Ziemniaki gotowane () 180 g Ryba pieczona (Morszczuk) 120 g ( <b>RYB</b> ) Sos koperkowy *(bez glutenu) 80 ml ( <b>MLE</b> ) Surówka żydowska z olejem () 100 g Warzywa po grecku (bez glutenu) () 100 g ( <b>GLU PSZ, SEL</b> ) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Kalafiorowa z ryżem () 300 ml ( <b>MLE, SEL</b> ) Ziemniaki gotowane () 180 g Ryba pieczona (Morszczuk) 120 g ( <b>RYB</b> ) Sos koperkowy * 80 ml ( <b>GLU PSZ, MLE</b> ) Surówka żydowska z olejem () 100 g Warzywa po grecku () 100 g ( <b>GLU PSZ, SEL</b> ) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Ryżowa (bez mleka) () 300 ml ( <b>SEL</b> ) Ziemniaki gotowane () 180 g Ryba pieczona (Morszczuk) 120 g ( <b>RYB</b> ) Sos koperkowy * 80 ml ( <b>GLU PSZ, MLE</b> ) Warzywa po grecku () 200 g ( <b>GLU PSZ, SEL</b> ) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Ryżowa () 250 ml ( <b>MLE, SEL</b> ) Ziemniaki gotowane () 90 g Ryba pieczona (Morszczuk) 60 g ( <b>RYB</b> ) Sos koperkowy * 80 ml ( <b>GLU PSZ, MLE</b> ) Warzywa po grecku () 100 g ( <b>GLU PSZ, SEL</b> ) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Ryżowa () 300 ml ( <b>MLE, SEL</b> ) Ziemniaki gotowane () 180 g Ryba pieczona (Morszczuk) 120 g ( <b>RYB</b> ) Sos koperkowy * 80 ml ( <b>GLU PSZ, MLE</b> ) Warzywa po grecku () 200 g ( <b>GLU PSZ, SEL</b> ) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	
	PD	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Suchary b/c 15 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE</b> ) Kleik ryżowy na wodzie 200 g	Serek homo naturalny 150g 1 szt ( <b>MLE</b> )	Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <b>MLE</b> ) Płatki owsiane 20 g ( <b>GLU OW</b> )			Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml ( <b>MLE</b> )	Serek homo naturalny 150g 1 szt ( <b>MLE</b> )		

Jadłospisy za okres od dnia 2026-03-23 do dnia 2026-03-29 KUCHNIA SIEDLCE

	SIE- Kleikowa rozszerzona	SIE- Dzieci 1-3 lat Podstawowa	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż podstawa	SIE- Bogatoresztkowa	SIE- Bezglutenowa	SIE- Wegetariańska	SIE- Pooperacyjna	SIE- Dzieci 1-3 lat Łatwo strawna	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż łatwostrawna	SIE- Z ogr.subst.pobudz.wyd z.soków żołądkowych
2026-03-27 piątek	Kolacja	Kleik ryżowy na wodzie 200 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Suchary b/c 30 g <b>(GLU PSZ, SOJ, MLE.)</b>	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Pasta z jaj z cebulą i koperkiem 80 g ( <b>JAJ, GOR.</b> ) Ser żółty 25 g ( <b>MLE.</b> ) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Pasta z jaj z cebulą i koperkiem 80 g ( <b>JAJ, GOR.</b> ) Ser żółty 25 g ( <b>MLE.</b> ) Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Pasta z jaj z cebulą i koperkiem 80 g ( <b>JAJ, GOR.</b> ) Ser żółty 25 g ( <b>MLE.</b> ) Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 100 g ( <b>SEZ, może zawierać: ORZ.</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Pasta z jaj z cebulą i koperkiem 80 g ( <b>JAJ, GOR.</b> ) Ser żółty 25 g ( <b>MLE.</b> ) Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Pasta z jaj z cebulą i koperkiem 80 g ( <b>JAJ, GOR.</b> ) Ser żółty 25 g ( <b>MLE.</b> ) Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Szynkowa Extra-wędziona, wędziona, z wodą dodaną. 50 g ( <b>SOJ.</b> ) Serek homo. naturalny 50 g ( <b>MLE.</b> ) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 80 g ( <b>JAJ, MLE.</b> ) Serek homo. naturalny 50 g ( <b>MLE.</b> ) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 80 g ( <b>JAJ, MLE.</b> ) Serek homo. naturalny 80 g ( <b>MLE.</b> ) Miód (25g) 1 szt Pomidor b/sokórki 80 g Sałata zielona 20 g
	PN	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Biszkopty b/ml 30 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> ) Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt	Pieczywo chrupkie ekstrudowane-żytnie 30 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT, GLU JĘCZ.</b> ) Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt	Wafle ryżowe 30 g Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt	Biszkopty b/ml 30 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> ) Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt	Biszkopty b/ml 30 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> ) Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt	Biszkopty b/ml 30 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> ) Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt		
		Wartość energetyczna: 1065.96 kcal; Białko ogółem: 22.96 g; Tłuszcz: 7.83 g; Kw. tł. nasy.: 0.25 g; Węglowodany ogółem: 226.66 g; W tym cukry: 44.09 g; Błonnik pok.: 4.91 g; Sól: 0.67 g; WW: 22.27 Por; Ener z B.: 8.61 %; Ener z W.: 85.05 %; Ener. z T.: 6.61 %; Potas: 286.12 mg; Sód: 267.12 mg;	Wartość energetyczna: 2127.96 kcal; Białko ogółem: 105.51 g; Tłuszcz: 69.11 g; Kw. tł. nasy.: 24.91 g; Węglowodany ogółem: 280.36 g; W tym cukry: 96.21 g; Błonnik pok.: 15.52 g; Sól: 5.23 g; WW: 26.61 Por; Ener z B.: 19.83 %; Ener z W.: 52.70 %; Ener. z T.: 29.23 %; Potas: 2947.95 mg; Sód: 2074.22 mg;	Wartość energetyczna: 2744.21 kcal; Białko ogółem: 138.05 g; Tłuszcz: 80.33 g; Kw. tł. nasy.: 26.82 g; Węglowodany ogółem: 383.34 g; W tym cukry: 101.55 g; Błonnik pok.: 23.66 g; Sól: 9.42 g; WW: 36.03 Por; Ener z B.: 20.12 %; Ener z W.: 55.88 %; Ener. z T.: 26.35 %; Potas: 4113.23 mg; Sód: 3751.61 mg;	Wartość energetyczna: 2703.41 kcal; Białko ogółem: 129.54 g; Tłuszcz: 78.47 g; Kw. tł. nasy.: 29.02 g; Węglowodany ogółem: 405.10 g; W tym cukry: 110.24 g; Błonnik pok.: 39.29 g; Sól: 9.69 g; WW: 36.53 Por; Ener z B.: 19.17 %; Ener z W.: 59.94 %; Ener. z T.: 26.12 %; Potas: 4935.03 mg; Sód: 3851.11 mg;	Wartość energetyczna: 2457.76 kcal; Białko ogółem: 103.17 g; Tłuszcz: 77.82 g; Kw. tł. nasy.: 24.69 g; Węglowodany ogółem: 350.23 g; W tym cukry: 92.61 g; Błonnik pok.: 27.52 g; Sól: 6.68 g; WW: 32.25 Por; Ener z B.: 16.79 %; Ener z W.: 57.00 %; Ener. z T.: 28.49 %; Potas: 3839.24 mg; Sód: 2649.05 mg;	Wartość energetyczna: 2572.71 kcal; Białko ogółem: 120.45 g; Tłuszcz: 75.28 g; Kw. tł. nasy.: 26.85 g; Węglowodany ogółem: 378.94 g; W tym cukry: 101.95 g; Błonnik pok.: 30.26 g; Sól: 9.57 g; WW: 34.83 Por; Ener z B.: 18.73 %; Ener z W.: 58.92 %; Ener. z T.: 26.34 %; Potas: 4280.23 mg; Sód: 3807.61 mg;	Wartość energetyczna: 2508.52 kcal; Białko ogółem: 124.28 g; Tłuszcz: 56.99 g; Kw. tł. nasy.: 19.65 g; Węglowodany ogółem: 387.59 g; W tym cukry: 101.59 g; Błonnik pok.: 21.49 g; Sól: 7.60 g; WW: 36.75 Por; Ener z B.: 19.82 %; Ener z W.: 61.80 %; Ener. z T.: 20.45 %; Potas: 3165.33 mg; Sód: 3474.47 mg;	Wartość energetyczna: 2064.81 kcal; Białko ogółem: 106.85 g; Tłuszcz: 57.58 g; Kw. tł. nasy.: 19.80 g; Węglowodany ogółem: 288.93 g; W tym cukry: 97.85 g; Błonnik pok.: 16.25 g; Sól: 4.33 g; WW: 27.40 Por; Ener z B.: 20.70 %; Ener z W.: 55.97 %; Ener. z T.: 25.10 %; Potas: 3042.72 mg; Sód: 1731.34 mg;	Wartość energetyczna: 2700.65 kcal; Białko ogółem: 139.88 g; Tłuszcz: 68.06 g; Kw. tł. nasy.: 21.69 g; Węglowodany ogółem: 399.13 g; W tym cukry: 107.65 g; Błonnik pok.: 26.19 g; Sól: 6.90 g; WW: 37.41 Por; Ener z B.: 20.72 %; Ener z W.: 59.12 %; Ener. z T.: 22.68 %; Potas: 4465.69 mg; Sód: 2758.92 mg;

Jadłospisy za okres od dnia 2026-03-23 do dnia 2026-03-29 KUCHNIA SIEDLCE

	SIE- Kleikowa rozszerzona	SIE- Dzieci 1-3 lat Podstawowa	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż podstawa	SIE- Bogatoresztkowa	SIE- Bezglutenowa	SIE- Wegetariańska	SIE- Pooperacyjna	SIE- Dzieci 1-3 lat Łatwo strawna	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż łatwostrawna	SIE- Z ogr.subst.pobudz.wyd z.soków żołądkowych
2026-03-28 sobota	Śniadanie	Kleik ryżowy na wodzie 200 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Suchary b/c 30 g <b>(GLU PSZ, SOJ, MLE.)</b>	Płatki pszenne na mleku 250 ml ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> ) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Szynka gotowana wieprzowa wędzona parzona, zawiera wodę dodaną, w siatce niejadalnej 25 g ( <b>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU OW.</b> ) Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona,w osłonce niejadalanej 50 g ( <b>SOJ, SEL, może zawierać: MLE, GOR.</b> ) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g	Płatki pszenne na mleku 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> ) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Szynka gotowana wieprzowa wędzona parzona, zawiera wodę dodaną, w siatce niejadalnej 25 g ( <b>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU OW.</b> ) Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona,w osłonce niejadalanej 50 g ( <b>SOJ, SEL, może zawierać: MLE, GOR.</b> ) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g	Płatki pszenne na mleku 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Szynka gotowana wieprzowa wędzona parzona, zawiera wodę dodaną, w siatce niejadalnej 25 g ( <b>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU OW.</b> ) Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona,w osłonce niejadalanej 50 g ( <b>SOJ, SEL, może zawierać: MLE, GOR.</b> ) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g	Płatki ryżowe błyskawiczne na mleku 300 g ( <b>MLE.</b> ) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 100 g ( <b>SEZ, może zawierać: ORZ, ZYT.</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona,w osłonce niejadalanej 50 g ( <b>SOJ, SEL, może zawierać: MLE, GOR.</b> ) Miód (25g) 1 szt Pomidor 80 g Banan 150 g Salata zielona 20 g	Płatki pszenne na mleku 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Miod (25g) 1 szt Hummus 80 g ( <b>SEZ.</b> ) Pomidor 80 g Banan 150 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Salata zielona 20 g	Płatki pszenne na mleku 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> ) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona,w osłonce niejadalanej 50 g ( <b>SOJ, SEL, może zawierać: MLE, GOR.</b> ) Szynka gotowana wieprzowa wędzona parzona, zawiera wodę dodaną, w siatce niejadalnej 25 g ( <b>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU OW.</b> ) Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, zawiera wodę dodaną, w siatce niejadalnej 25 g ( <b>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU OW.</b> ) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g	Płatki pszenne na mleku 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> ) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona,w osłonce niejadalanej 50 g ( <b>SOJ, SEL, może zawierać: MLE, GOR.</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona,w osłonce niejadalanej 25 g ( <b>SOJ, SEL, może zawierać: MLE, GOR.</b> ) Szynka gotowana wieprzowa wędzona parzona, zawiera wodę dodaną, w siatce niejadalnej 25 g ( <b>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU OW.</b> ) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g	Płatki pszenne na mleku 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> ) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Szynka gotowana wieprzowa wędzona parzona, zawiera wodę dodaną, w siatce niejadalnej 25 g ( <b>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU OW.</b> ) Pomidor b/skórki 80 g Banan 150 g Salata zielona 20 g
		II ŚN	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Suchary b/c 15 g <b>(GLU PSZ, SOJ, MLE.)</b> Kleik ryżowy na wodzie 200 g		Banan 150 g				Banan 150 g	

Jadłospisy za okres od dnia 2026-03-23 do dnia 2026-03-29 KUCHNIA SIEDLCE

	SIE- Kleikowa rozszerzona	SIE- Dzieci 1-3 lat Podstawowa	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż podstawa	SIE- Bogatoresztkowa	SIE- Bezglutenowa	SIE- Wegetariańska	SIE- Pooperacyjna	SIE- Dzieci 1-3 lat Łatwo strawna	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż łatwostrawna	SIE- Z ogr.subst.pobudz.wyd z.soków żołądkowych
2026-03-28 sobota	Obiad	Selerowa z ziemniakami (bez mleka) () 300 ml ( <b>SEL.</b> ) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami () 250 ml ( <b>MLE, SEL.</b> ) Ryż na sypko 90 g Gulasz z udźca kurczaka 100 g ( <b>GLUPSZ.</b> ) Buraczki gotowane drobno tarte () 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami () 300 ml ( <b>MLE, SEL.</b> ) Ryż na sypko 180 g Gulasz z udźca kurczaka 150 g ( <b>GLUPSZ.</b> ) Buraczki gotowane drobno tarte () 100 g Surówka wykwintna z olejem b/c 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami () 300 ml ( <b>MLE, SEL.</b> ) Ryż na sypko 180 g Gulasz z udźca kurczaka (bez glutenu) 150 g ( <b>GLUPSZ.</b> ) Buraczki gotowane drobno tarte () 100 g Surówka wykwintna z olejem b/c 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami () 300 ml ( <b>MLE, SEL.</b> ) kasza pęczak/sypko 180 g ( <b>GLU JĘCZ.</b> ) Gulasz warzywny z ciecierzycą * 150 g ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Buraczki gotowane drobno tarte () 100 g Surówka wykwintna z olejem b/c 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami (bez mleka) () 300 ml ( <b>SEL.</b> ) Ryż na sypko 180 g Zrazik wieprzowy gotowany mielony 100 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> ) Dyńia z wody 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami - dieta () 250 ml ( <b>MLE, SEL.</b> ) Ryż na sypko 90 g Gulasz z udźca kurczaka 100 g ( <b>GLUPSZ.</b> ) Buraczki gotowane drobno tarte () 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami - dieta () 300 ml ( <b>MLE, SEL.</b> ) Kasza jęczmienna/sypko 180 g ( <b>GLU JĘCZ.</b> ) Gulasz z udźca kurczaka 150 g ( <b>GLUPSZ.</b> ) Buraczki gotowane drobno tarte () 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami - dieta () 300 ml ( <b>MLE, SEL.</b> ) Kasza jęczmienna/sypko 180 g ( <b>GLU JĘCZ.</b> ) Gulasz z udźca kurczaka 150 g ( <b>GLUPSZ.</b> ) Buraczki gotowane drobno tarte () 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml
	PD	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Suchary b/c 15 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE.</b> ) Kleik ryżowy na wodzie 200 g	Budyń o smaku waniliowym z/c 200 ml ( <b>MLE.</b> )					Kefir 1,5% tł 150g 1 Por ( <b>MLE.</b> )	Budyń o smaku waniliowym z/c 200 ml ( <b>MLE.</b> )	

Jadłospisy za okres od dnia 2026-03-23 do dnia 2026-03-29 KUCHNIA SIEDLCE

	SIE- Kleikowa rozszerzona	SIE- Dzieci 1-3 lat Podstawowa	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż podstawa	SIE- Bogatoresztkowa	SIE- Bezglutenowa	SIE- Wegetariańska	SIE- Pooperacyjna	SIE- Dzieci 1-3 lat Łatwo strawna	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż łatwostrawna	SIE- Z ogr.subst.pobudz.wyd z.soków żołądkowych	
2026-03-28 sobota	Kolacja	Kleik ryżowy na wodzie 200 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Suchary b/c 30 g <b>(GLU PSZ, SOJ, MLE.)</b>	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ,</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE,</b> ) Salatka z makaronu z wędliną drobiowo wieprzową -dieta () 100 g ( <b>GLU PSZ, SEL, może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR,</b> ) Ser żółty 25 g ( <b>MLE,</b> ) Salata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ,</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT,</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE,</b> ) Salatka z makaronu z wędliną drobiowo wieprzową -dieta () 150 g ( <b>GLU PSZ, SEL, może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR,</b> ) Ser żółty 50 g ( <b>MLE,</b> ) Salata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT,</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE,</b> ) Salatka z makaronu z wędliną drobiowo wieprzową -dieta () 150 g ( <b>GLU PSZ, SEL, może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR,</b> ) Ser żółty 50 g ( <b>MLE,</b> ) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 100 g ( <b>SEŻ, może zawierać: ORZ,</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE,</b> ) Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 25 g ( <b>SOJ,</b> ) Ser żółty 50 g ( <b>MLE,</b> ) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT,</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT,</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE,</b> ) Ser żółty 50 g ( <b>MLE,</b> ) Salatka z makaronu-dieta () 150 g ( <b>GLU PSZ, SEL,</b> ) Salata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ,</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE,</b> ) Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 25 g ( <b>SOJ,</b> ) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 50 g ( <b>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,</b> )	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ,</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE,</b> ) Salatka z makaronu z wędliną drobiowo wieprzową -dieta () 100 g ( <b>GLU PSZ, SEL, może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR,</b> ) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 25 g ( <b>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,</b> ) Salata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ,</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE,</b> ) Salatka z makaronu z wędliną drobiowo wieprzową -dieta () 150 g ( <b>GLU PSZ, SEL, może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR,</b> ) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 50 g ( <b>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,</b> ) Salata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ,</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE,</b> ) Salatka z makaronu z wędliną drobiowo wieprzową -dieta () 150 g ( <b>GLU PSZ, SEL, może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR,</b> ) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 50 g ( <b>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,</b> ) Salata zielona 20 g
		PN	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ciasto drożdżowe 50 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, SO2,</b> ) Dżem 25 g 1 szt	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt Pieczywo chrupkie ekstrudowane-żytnie 30 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JECZ,</b> )	Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 30 g Dżem 25 g 1 szt	Dżem 25 g 1 szt Ciasto drożdżowe 50 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, SO2,</b> )	Ciasto drożdżowe 30 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, SO2,</b> ) Dżem 25 g 1 szt	Ciasto drożdżowe 50 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, SO2,</b> ) Dżem 25 g 1 szt		
			Wartość energetyczna: 1116.14 kcal; Białko ogółem: 24.60 g; Tłuszcz: 7.97 g; Kw. tł. nasy.: 0.25 g; Węglowodany ogółem: 239.38 g; W tym cukry: 45.83 g; Błonnik pok.: 9.17 g; Sól: 0.78 g; WW: 23.13 Por; Ener z B.: 8.82 %; Ener z W.: 85.79 %; Ener z T.: 6.43 %; Potas: 1051.30 mg; Sód: 312.16 mg;	Wartość energetyczna: 2129.40 kcal; Białko ogółem: 76.28 g; Tłuszcz: 61.60 g; Kw. tł. nasy.: 26.57 g; Węglowodany ogółem: 329.89 g; W tym cukry: 121.69 g; Błonnik pok.: 20.96 g; Sól: 5.85 g; WW: 31.08 Por; Ener z B.: 14.33 %; Ener z W.: 61.97 %; Ener z T.: 26.04 %; Potas: 3203.82 mg; Sód: 2235.49 mg;	Wartość energetyczna: 2933.33 kcal; Białko ogółem: 104.96 g; Tłuszcz: 90.76 g; Kw. tł. nasy.: 34.58 g; Węglowodany ogółem: 448.87 g; W tym cukry: 130.85 g; Błonnik pok.: 32.84 g; Sól: 8.53 g; WW: 41.79 Por; Ener z B.: 14.31 %; Ener z W.: 61.21 %; Ener z T.: 27.85 %; Potas: 3980.72 mg; Sód: 3250.96 mg;	Wartość energetyczna: 2729.38 kcal; Białko ogółem: 102.01 g; Tłuszcz: 85.87 g; Kw. tł. nasy.: 33.82 g; Węglowodany ogółem: 431.65 g; W tym cukry: 114.45 g; Błonnik pok.: 52.56 g; Sól: 10.82 g; WW: 37.98 Por; Ener z B.: 14.95 %; Ener z W.: 63.26 %; Ener z T.: 28.32 %; Potas: 4350.77 mg; Sód: 4157.57 mg;	Wartość energetyczna: 2490.10 kcal; Białko ogółem: 75.08 g; Tłuszcz: 74.09 g; Kw. tł. nasy.: 27.73 g; Węglowodany ogółem: 397.27 g; W tym cukry: 106.19 g; Błonnik pok.: 27.46 g; Sól: 4.31 g; WW: 37.17 Por; Ener z B.: 12.06 %; Ener z W.: 63.82 %; Ener z T.: 26.78 %; Potas: 3653.35 mg; Sód: 1723.71 mg;	Wartość energetyczna: 2949.92 kcal; Białko ogółem: 78.65 g; Tłuszcz: 100.27 g; Kw. tł. nasy.: 30.87 g; Węglowodany ogółem: 467.99 g; W tym cukry: 111.91 g; Błonnik pok.: 51.72 g; Sól: 8.12 g; WW: 41.75 Por; Ener z B.: 10.66 %; Ener z W.: 63.46 %; Ener z T.: 30.59 %; Potas: 4154.13 mg; Sód: 3249.44 mg;	Wartość energetyczna: 2363.85 kcal; Białko ogółem: 98.56 g; Tłuszcz: 56.83 g; Kw. tł. nasy.: 23.08 g; Węglowodany ogółem: 375.69 g; W tym cukry: 99.01 g; Błonnik pok.: 22.91 g; Sól: 8.59 g; WW: 35.47 Por; Ener z B.: 16.68 %; Ener z W.: 63.57 %; Ener z T.: 21.64 %; Potas: 3263.52 mg; Sód: 3443.82 mg;	Wartość energetyczna: 1953.87 kcal; Białko ogółem: 69.64 g; Tłuszcz: 51.55 g; Kw. tł. nasy.: 21.03 g; Węglowodany ogółem: 315.01 g; W tym cukry: 121.69 g; Błonnik pok.: 20.50 g; Sól: 5.48 g; WW: 29.63 Por; Ener z B.: 14.26 %; Ener z W.: 64.49 %; Ener z T.: 23.74 %; Potas: 3203.82 mg; Sód: 2087.42 mg;	Wartość energetyczna: 2752.25 kcal; Białko ogółem: 102.36 g; Tłuszcz: 67.38 g; Kw. tł. nasy.: 24.41 g; Węglowodany ogółem: 453.86 g; W tym cukry: 135.51 g; Błonnik pok.: 30.65 g; Sól: 9.40 g; WW: 42.48 Por; Ener z B.: 14.88 %; Ener z W.: 65.96 %; Ener z T.: 22.04 %; Potas: 4063.23 mg; Sód: 3597.19 mg;

Jadłospisy za okres od dnia 2026-03-23 do dnia 2026-03-29 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- Kleikowa rozszerzona	SIE- Dzieci 1-3 lat Podstawowa	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż podstawa	SIE- Bogatoresztkowa	SIE- Bezglutenowa	SIE- Wegetariańska	SIE- Pooperacyjna	SIE- Dzieci 1-3 lat Łatwo strawna	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż łatwostrawna	SIE- Z ogr.subst.pobudz.wyd z.soków żołądkowych
2026-03-29 niedziela	Śniadanie	Kleik ryżowy na wodzie 200 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Suchary b/c 30 g <b>(GLU PSZ, SOJ, MLE.)</b>	Kasza manna na mleku 250 ml ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> ) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Ser mozzarella 50 g ( <b>MLE.</b> ) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 25 g Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g	Kasza manna na mleku 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> ) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 25 g Ser mozzarella 50 g ( <b>MLE.</b> ) Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g	Kasza manna na mleku 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 25 g Ser mozzarella 50 g ( <b>MLE.</b> ) Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml ( <b>MLE.</b> ) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 100 g ( <b>SEZ, może zawierać: ORZ.</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 25 g Ogórek kiszony 80 g Mandarynka 150 g Sałata zielona 20 g	Kasza manna na mleku 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> ) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Ser mozzarella 100 g ( <b>MLE.</b> ) Ogórek kiszony 80 g Mandarynka 150 g Sałata zielona 20 g	Kasza manna na mleku 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> ) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 75 g	Kasza manna na mleku 250 ml ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> ) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Ser mozzarella 50 g ( <b>MLE.</b> ) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 25 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Kasza manna na mleku 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> ) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Ser mozzarella 50 g ( <b>MLE.</b> ) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 25 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Kasza manna na mleku 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> ) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Ser mozzarella 50 g ( <b>MLE.</b> ) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 25 g Pomidor b/skórki 80 g Sałata zielona 20 g Jabłko pieczone 150 g
	II ŚN	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Suchary b/c 15 g <b>(GLU PSZ, SOJ, MLE.)</b> Kleik ryżowy na wodzie 200 g	Mandarynka 150 g						Jabłko pieczone 150 g		

Jadłospisy za okres od dnia 2026-03-23 do dnia 2026-03-29 KUCHNIA SIEDLCE

	SIE- Kleikowa rozszerzona	SIE- Dzieci 1-3 lat Podstawowa	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż podstawa	SIE- Bogatoresztkowa	SIE- Bezglutenowa	SIE- Wegetariańska	SIE- Pooperacyjna	SIE- Dzieci 1-3 lat Łatwo strawna	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż łatwostrawna	SIE- Z ogr.subst.pobudz.wyd z.soków żołądkowych
2026-03-29 niedziela	Obiad	<p>Marchewkowa z ziemniakami (bez mleka) 300 g (<b>GLU PSZ, SEL.</b>)</p> <p>Herbata czarna granulowana z/c 250 ml</p>	<p>Pomidorowa z makaronem () 250 ml (<b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b>)</p> <p>Schab duszony 50 g</p> <p>Sos własny () 80 ml (<b>GLU PSZ, SEL.</b>)</p> <p>Ziemniaki gotowane () 90 g</p> <p>Kapusta zasmażana () 50 g (<b>GLU PSZ.</b>)</p> <p>Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 50 g (<b>SEL.</b>)</p> <p>Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml</p>	<p>Pomidorowa z makaronem () 300 ml (<b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b>)</p> <p>Schab duszony 100 g</p> <p>Sos własny () 80 ml (<b>GLU PSZ, SEL.</b>)</p> <p>Ziemniaki gotowane () 180 g</p> <p>Kapusta zasmażana () 100 g (<b>GLU PSZ.</b>)</p> <p>Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 100 g (<b>SEL.</b>)</p> <p>Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml</p>	<p>Pomidorowa z makaronem (bez glutenu) () 300 ml (<b>MLE, SEL.</b>)</p> <p>Schab duszony 100 g</p> <p>Sos własny (bez glutenu) 80 ml</p> <p>Ziemniaki gotowane () 180 g</p> <p>Bukiet jarzyn gotowany z olejem (bez glutenu) () 200 g (<b>SEL.</b>)</p> <p>Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml</p>	<p>Pomidorowa z makaronem () 300 ml (<b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b>)</p> <p>Pierogi ukraińskie () 300 g (<b>GLU PSZ, JAJ, MLE.</b>)</p> <p>Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g (<b>SEL.</b>)</p> <p>Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml</p>	<p>Marchewkowa z ryżem () 300 g (<b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b>)</p> <p>Ziemniaki gotowane () 180 g</p> <p>Pulpet wieprzowy 100 g (<b>GLU PSZ, JAJ.</b>)</p> <p>Sos własny () 80 ml (<b>GLU PSZ, SEL.</b>)</p> <p>Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g (<b>SEL.</b>)</p> <p>Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml</p>	<p>Pomidorowa z makaronem () 250 ml (<b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b>)</p> <p>Schab duszony 60 g</p> <p>Sos własny () 80 ml (<b>GLU PSZ, SEL.</b>)</p> <p>Ziemniaki gotowane () 90 g</p> <p>Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 100 g (<b>SEL.</b>)</p> <p>Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml</p>	<p>Pomidorowa z makaronem () 300 ml (<b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b>)</p> <p>Schab duszony 100 g</p> <p>Sos własny () 80 ml (<b>GLU PSZ, SEL.</b>)</p> <p>Ziemniaki gotowane () 180 g</p> <p>Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g (<b>SEL.</b>)</p> <p>Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml</p>	<p>Pomidorowa z makaronem () 300 ml (<b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b>)</p> <p>Ziemniaki gotowane () 180 g</p> <p>Schab duszony 100 g</p> <p>Sos własny () 80 ml (<b>GLU PSZ, SEL.</b>)</p> <p>Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g (<b>SEL.</b>)</p> <p>Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml</p>
	PD	<p>Herbata czarna granulowana z/c 250 ml</p> <p>Suchary b/c 15 g (<b>GLU PSZ, SOJ, MLE.</b>)</p> <p>Kleik ryżowy na wodzie 200 g</p>	<p>Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (<b>MLE.</b>)</p> <p>Podplomyki b/c 20 g (<b>GLU PSZ, MLE.</b>)</p>				<p>Kisiel o smaku wiśniowym z/c 200 ml</p>	<p>Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (<b>MLE.</b>)</p> <p>Podplomyki b/c 20 g (<b>GLU PSZ, MLE.</b>)</p>		

Jadłospisy za okres od dnia 2026-03-23 do dnia 2026-03-29 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- Kleikowa rozszerzona	SIE- Dzieci 1-3 lat Podstawowa	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż podstawa	SIE- Bogatoresztkowa	SIE- Bezglutenowa	SIE- Wegetariańska	SIE- Pooperacyjna	SIE- Dzieci 1-3 lat Łatwo strawna	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż łatwostrawna	SIE- Z ogr.subst.pobudz.wyd z.soków żołądkowych
2026-03-29 niedziela	Kolacja	Kleik ryżowy na wodzie 200 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Suchary b/c 30 g <b>(GLU PSZ, SOJ, MLE.)</b>	Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml <b>(MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)</b> Bułka pszenna długa krojona 50 g <b>(GLU PSZ.)</b> Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt <b>(MLE.)</b> Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.p arzo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g Dżem 25 g 1 szt Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml <b>(MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)</b> Bułka pszenna długa krojona 50 g <b>(GLU PSZ.)</b> Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g <b>(GLU PSZ, GLU ŻYT.)</b> Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt <b>(MLE.)</b> Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.p arzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Dżem 25 g 1 szt Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml <b>(MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)</b> Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g <b>(GLU PSZ, GLU ŻYT.)</b> Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt <b>(MLE.)</b> Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.p arzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Dżem 25 g 1 szt Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 100 g <b>(SEŻ, może zawierać: ORZ.)</b> Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt <b>(MLE.)</b> Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.p arzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Dżem 25 g 1 szt Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml <b>(MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)</b> Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g <b>(GLU PSZ, GLU ŻYT.)</b> Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g <b>(GLU PSZ, GLU ŻYT.)</b> Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt <b>(MLE.)</b> Hummus 80 g <b>(SEZ.)</b> Pomidor 80 g Dżem 25 g 1 szt Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g <b>(GLU PSZ.)</b> Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt <b>(MLE.)</b> Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.p arzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Dżem 25 g 1 szt	Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml <b>(MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)</b> Bułka pszenna długa krojona 50 g <b>(GLU PSZ.)</b> Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt <b>(MLE.)</b> Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.p arzo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g Dżem 25 g 1 szt Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml <b>(MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)</b> Bułka pszenna długa krojona 50 g <b>(GLU PSZ.)</b> Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g <b>(GLU PSZ, GLU ŻYT.)</b> Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt <b>(MLE.)</b> Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.p arzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Dżem 25 g 1 szt Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml <b>(MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)</b> Bułka pszenna długa krojona 50 g <b>(GLU PSZ.)</b> Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g <b>(GLU PSZ, GLU ŻYT.)</b> Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt <b>(MLE.)</b> Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.p arzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Dżem 25 g 1 szt Pomidor b/skórki 80 g Sałata zielona 20 g
	PN	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Przecier owocowy jabłko-truskawka 100g 1 szt					Podpłomyki b/c 20 g <b>(GLU PSZ, MLE.)</b>	Przecier owocowy jabłko-truskawka 100g 1 szt		

Jadłospisy za okres od dnia 2026-03-23 do dnia 2026-03-29 KUCHNIA SIEDLCE

	SIE- Kleikowa rozszerzona	SIE- Dzieci 1-3 lat Podstawowa	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż podstawa	SIE- Bogatoresztkowa	SIE- Bezglutenowa	SIE- Wegetariańska	SIE- Pooperacyjna	SIE- Dzieci 1-3 lat Łatwo strawna	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż łatwostrawna	SIE- Z ogr.subst.pobudz.wyd z.soków żołądkowych
2026-03-29 niedziela	Wartość energetyczna: 1061.16 kcal; Białko ogółem: 22.98 g; Tłuszcz: 7.81 g; Kw. tł. nasy.: 0.25 g; Węglowodany ogółem: 226.10 g; W tym cukry: 45.55 g; Błonnik pok.: 6.20 g; Sól: 0.70 g; WW: 22.07 Por; Ener z B.: 8.66 %; Ener z W.: 85.23 %; Ener. z T.: 6.63 %; Potas: 603.40 mg; Sód: 279.95 mg;	Wartość energetyczna: 1861.50 kcal; Białko ogółem: 84.74 g; Tłuszcz: 53.56 g; Kw. tł. nasy.: 20.58 g; Węglowodany ogółem: 272.76 g; W tym cukry: 117.82 g; Błonnik pok.: 16.82 g; Sól: 5.50 g; WW: 25.69 Por; Ener z B.: 18.21 %; Ener z W.: 58.61 %; Ener. z T.: 25.90 %; Potas: 3179.29 mg; Sód: 2211.45 mg;	Wartość energetyczna: 2510.38 kcal; Białko ogółem: 118.26 g; Tłuszcz: 66.29 g; Kw. tł. nasy.: 23.36 g; Węglowodany ogółem: 380.91 g; W tym cukry: 126.65 g; Błonnik pok.: 26.95 g; Sól: 8.76 g; WW: 35.48 Por; Ener z B.: 18.84 %; Ener z W.: 60.69 %; Ener. z T.: 23.77 %; Potas: 4570.32 mg; Sód: 3514.85 mg;	Wartość energetyczna: 2402.46 kcal; Białko ogółem: 115.86 g; Tłuszcz: 66.89 g; Kw. tł. nasy.: 23.39 g; Węglowodany ogółem: 372.53 g; W tym cukry: 120.17 g; Błonnik pok.: 38.65 g; Sól: 8.50 g; WW: 33.43 Por; Ener z B.: 19.29 %; Ener z W.: 62.03 %; Ener. z T.: 25.06 %; Potas: 5016.15 mg; Sód: 3402.76 mg;	Wartość energetyczna: 2321.56 kcal; Białko ogółem: 87.01 g; Tłuszcz: 82.32 g; Kw. tł. nasy.: 19.70 g; Węglowodany ogółem: 323.92 g; W tym cukry: 96.83 g; Błonnik pok.: 31.45 g; Sól: 6.27 g; WW: 29.25 Por; Ener z B.: 14.99 %; Ener z W.: 55.81 %; Ener. z T.: 31.91 %; Potas: 4113.46 mg; Sód: 2496.52 mg;	Wartość energetyczna: 2913.79 kcal; Białko ogółem: 100.57 g; Tłuszcz: 107.74 g; Kw. tł. nasy.: 23.25 g; Węglowodany ogółem: 411.05 g; W tym cukry: 109.03 g; Błonnik pok.: 36.83 g; Sól: 7.78 g; WW: 37.43 Por; Ener z B.: 13.81 %; Ener z W.: 56.43 %; Ener. z T.: 33.28 %; Potas: 3808.41 mg; Sód: 3099.38 mg;	Wartość energetyczna: 2314.72 kcal; Białko ogółem: 91.05 g; Tłuszcz: 56.36 g; Kw. tł. nasy.: 20.73 g; Węglowodany ogółem: 379.08 g; W tym cukry: 117.17 g; Błonnik pok.: 28.00 g; Sól: 8.04 g; WW: 35.19 Por; Ener z B.: 15.73 %; Ener z W.: 65.51 %; Ener. z T.: 21.91 %; Potas: 3755.77 mg; Sód: 3211.70 mg;	Wartość energetyczna: 1907.60 kcal; Białko ogółem: 87.55 g; Tłuszcz: 56.03 g; Kw. tł. nasy.: 20.95 g; Węglowodany ogółem: 276.95 g; W tym cukry: 121.79 g; Błonnik pok.: 18.94 g; Sól: 4.34 g; WW: 25.94 Por; Ener z B.: 18.36 %; Ener z W.: 58.07 %; Ener. z T.: 26.43 %; Potas: 3408.77 mg; Sód: 1740.66 mg;	Wartość energetyczna: 2544.12 kcal; Białko ogółem: 117.72 g; Tłuszcz: 68.81 g; Kw. tł. nasy.: 23.53 g; Węglowodany ogółem: 385.90 g; W tym cukry: 131.41 g; Błonnik pok.: 30.42 g; Sól: 7.77 g; WW: 35.67 Por; Ener z B.: 18.51 %; Ener z W.: 60.67 %; Ener. z T.: 24.34 %; Potas: 4834.70 mg; Sód: 3104.01 mg;	Wartość energetyczna: 2343.02 kcal; Białko ogółem: 107.17 g; Tłuszcz: 64.12 g; Kw. tł. nasy.: 21.13 g; Węglowodany ogółem: 353.20 g; W tym cukry: 108.55 g; Błonnik pok.: 29.90 g; Sól: 7.59 g; WW: 32.40 Por; Ener z B.: 18.30 %; Ener z W.: 60.30 %; Ener. z T.: 24.63 %; Potas: 4546.87 mg; Sód: 3032.97 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,*

*Sód - Sód,*

*Sól - Sól,*

*Potas - Potas,*

*Kw. tł. nasy. - Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem,*

*Błonnik pok. - Błonnik pokarmowy,*

*Ener z B. - % energii z białka,*

*Ener. z T. - % energii z tłuszczu,*

*Ener z W. - % energii z węglowodanów,*

*W tym cukry - w tym cukry,*

*WW - WW,*