

Jadłospisy za okres od dnia 2024-05-27 do dnia 2024-06-02 KUCHNIA SIEDLCE

	SIE- Podstawowa/Ogólna	SIE- Podstawowa wzbogacona	SIE- Położnicza podstawowa	SIE- Położnicza łatwostrawna	SIE- Z ogr. łatwoprzyswajalnych węglowodanów
2024-05-27 poniedziałek	Śniadanie	<p>Platki jęczmienne na mleku 300 ml (MLE, GLU JE CZ.) Bułka graham-pszenna 60g 1 szt (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Pomidor 80 g Mix sałat 20 g Kiwi 1 szt 1 szt Herbata czarna granulowana z/c 250 ml</p>	<p>Platki jęczmienne na mleku 300 ml (MLE, GLU JE CZ.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka graham-pszenna 60g 1 szt (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Pomidor 80 g Mix sałat 20 g</p>	<p>Platki jęczmienne na mleku 300 ml (MLE, GLU JE CZ.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (GLU PSZ, SOJ, MLE.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Pomidor 80 g Mix sałat 20 g</p>	<p>Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka graham-pszenna 60g 1 szt (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Pomidor 80 g Mix sałat 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml</p>
	II ŚN		Kiwi 1 szt 1 szt	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Kiwi 1 szt 1 szt
	Obiad	<p>Brokułowa z ryżem () 300 ml (MLE, SEL.) Gulasz warzywny z ciecierzycą * 150 g (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki gotowane () 180 g Surówka z marchwi z olejem () 100 g Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt</p>	<p>Brokułowa z ryżem () 300 ml (MLE, SEL.) Gulasz warzywny z tofu dieta* 150 g (GLU PSZ, SOJ, SEL.) Ziemniaki gotowane () 180 g Surówka z marchwi z olejem () 100 g Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt</p>	<p>Brokułowa z ryżem () 300 ml (MLE, SEL.) Gulasz warzywny z tofu dieta* 150 g (GLU PSZ, SOJ, SEL.) Ziemniaki gotowane () 180 g Surówka z marchwi z olejem b/c () 100 g Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt</p>	<p>Brokułowa z ryżem () 300 ml (MLE, SEL.) Gulasz warzywny z ciecierzycą * 150 g (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki gotowane () 180 g Surówka z marchwi z olejem b/c () 100 g Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt</p>
	PD		<p>Podplomyki b/c 20 g (GLU PSZ, MLE.) Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (MLE.)</p>		Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt
	Kolacja	<p>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Twaróg półtłusty 50 g (MLE.) Schab Benedykta wp parzony z dodatkiem wody 50 g (GLU PSZ, SOJ, SEL. może zawierać: JAJ, OZI, MLE, GOR, SEZ.) Ogórek świeży 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE.)</p>	<p>Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Twaróg półtłusty 50 g (MLE.) Schab Benedykta wp parzony z dodatkiem wody 50 g (GLU PSZ, SOJ, SEL. może zawierać: JAJ, OZI, MLE, GOR, SEZ.) Ogórek świeży 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE.)</p>	<p>Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Twaróg półtłusty 50 g (MLE.) Schab Benedykta wp parzony z dodatkiem wody 50 g (GLU PSZ, SOJ, SEL. może zawierać: JAJ, OZI, MLE, GOR, SEZ.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE.)</p>	<p>Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Twaróg półtłusty 50 g (MLE.) Schab Benedykta wp parzony z dodatkiem wody 50 g (GLU PSZ, SOJ, SEL. może zawierać: JAJ, OZI, MLE, GOR, SEZ.) Ogórek świeży 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE.)</p>
PN		<p>Wafle ryżowe 30 g Dżem 25 g 1 szt</p>		<p>Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Szynka zielonogórska- wp. parzona 25 g (SOJ.) Sałata zielona 10 g</p>	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-05-27 do dnia 2024-06-02 KUCHNIA SIEDLCE

2024-05-27, poniedziałek

SIE- Podstawowa/Ogólna	SIE- Podstawowa wzbogacona	SIE- Położnicza podstawowa	SIE- Położnicza łatwostrawna	SIE- Z ogr. łatwoprzyswajalnych węglowodanów
Wartość energetyczna: 2228.79 kcal; Białko ogółem: 84.21 g; Tłuszcz: 56.44 g; Kw. tł. nasy.: 22.16 g; Węglowodany ogółem: 358.94 g; W tym cukry: 84.60 g; Błonnik pok.: 36.49 g; Sól: 9.15 g; WW: 32.31 Por; : 15.11 %; : 977.22%; Ener. z T: 22.79 %; Ener. z Bł.: 3.27 %; K: 4264.32 mg;	Wartość energetyczna: 2395.59 kcal; Białko ogółem: 92.01 g; Tłuszcz: 59.63 g; Kw. tł. nasy.: 23.48 g; Węglowodany ogółem: 385.64 g; W tym cukry: 92.85 g; Błonnik pok.: 36.94 g; Sól: 9.33 g; WW: 34.95 Por; : 15.36 %; : 1056.12 %; Ener. z T: 22.40 %; Ener. z Bł.: 3.08 %; K: 4532.82 mg;	Wartość energetyczna: 2449.09 kcal; Białko ogółem: 93.94 g; Tłuszcz: 60.83 g; Kw. tł. nasy.: 23.78 g; Węglowodany ogółem: 395.34 g; W tym cukry: 97.15 g; Błonnik pok.: 33.14 g; Sól: 9.61 g; WW: 36.31 Por; : 15.34 %; : 1040.73 %; Ener. z T: 22.35 %; Ener. z Bł.: 2.71 %; K: 4375.80 mg;	Wartość energetyczna: 2077.06 kcal; Białko ogółem: 87.19 g; Tłuszcz: 59.07 g; Kw. tł. nasy.: 23.84 g; Węglowodany ogółem: 315.17 g; W tym cukry: 52.59 g; Błonnik pok.: 47.28 g; Sól: 9.23 g; WW: 26.80 Por; : 16.79 %; : 1048.28 %; Ener. z T: 25.59 %; Ener. z Bł.: 4.55 %; K: 4643.74 mg;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-05-27 do dnia 2024-06-02 KUCHNIA SIEDLCE

	SIE- Podstawowa/Ogólna	SIE- Podstawowa wzbogacona	SIE- Położnicza podstawowa	SIE- Położnicza łatwostrawna	SIE- Z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów	
2024-05-28 wtorek	Śniadanie	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (<u>MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Serek a'la homogenizowany z ziołami 80 g (<u>MLE</u>) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 25 g (<u>może zawierać: MLE, GOR.</u>) Papryka świeża 80 g Rukola 20 g Banan 150 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (<u>MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Serek a'la homogenizowany z ziołami 80 g (<u>MLE</u>) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 25 g (<u>może zawierać: MLE, GOR.</u>) Papryka świeża 80 g Rukola 20 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (<u>MLE</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Serek a'la homogenizowany z ziołami 80 g (<u>MLE</u>) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 25 g (<u>może zawierać: MLE, GOR.</u>) Papryka świeża 80 g Rukola 20 g	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (<u>MLE</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Serek a'la homogenizowany z ziołami 80 g (<u>MLE</u>) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 25 g (<u>może zawierać: MLE, GOR.</u>) Pomidor 80 g Rukola 20 g	Maślanka 150 ml (<u>MLE</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Serek a'la homogenizowany z ziołami 80 g (<u>MLE</u>) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 25 g (<u>może zawierać: MLE, GOR.</u>) Papryka świeża 80 g Rukola 20 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml
	II ŚN			Banan 150 g	Jabłko 1 szt 1 szt	
	Obiad	Pieczarkowa z ziemniakami () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Makaron pełnoziarnisty 180 g (<u>GLU PSZ</u>) Szynka wieprzowa gotowana 100 g Sos szpinakowy* 80 ml (<u>GLU PSZ</u>) Dyńa duszona z olejem* 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml	Pieczarkowa z ziemniakami () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Makaron 180 g (<u>GLU PSZ</u>) Szynka wieprzowa gotowana 100 g Sos szpinakowy* 80 ml (<u>GLU PSZ</u>) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g Dyńa duszona z olejem* 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml		Solferino () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Makaron 180 g (<u>GLU PSZ</u>) Pulpet wieprzowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos szpinakowy* 80 ml (<u>GLU PSZ</u>) Dyńa duszona z olejem* 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml	Pieczarkowa z ziemniakami () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Makaron pełnoziarnisty 180 g (<u>GLU PSZ</u>) Szynka wieprzowa gotowana 100 g Sos szpinakowy* 80 ml (<u>GLU PSZ</u>) Dyńa duszona z olejem* 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml
	PD			Jogurt brzoskwinowy 150g 1 szt (<u>MLE</u>) Ciasto drożdżowe 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SO2.</u>)	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Szynka gotowana wieprzowa wędzona parzona, zawiera wodę dodaną, w siatce niejadalnej 20 g (<u>GLU PSZ, SOJ.</u>) Salata zielona 20 g	
	Kolacja	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 50 g (<u>SOJ.</u>) Ser mozzarella kulki 35 g (<u>MLE</u>) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 50 g (<u>SOJ.</u>) Ser mozzarella kulki 35 g (<u>MLE</u>) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 50 g (<u>SOJ.</u>) Ser mozzarella kulki 35 g (<u>MLE</u>) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 50 g (<u>SOJ.</u>) Ser mozzarella kulki 35 g (<u>MLE</u>) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	
	PN		Mus tymbark ryż + owoce tropikalne 100 g 1 szt		Pieczyczo chrupkie ekstrudowane-żytnie 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Sok pomidorowy 0,3l 1 szt	
	Wartość energetyczna: 2374.76 kcal; Białko ogółem: 113.58 g; Tłuszcz: 58.15 g; Kw. tł. nasy.: 26.07 g; Węglowodany ogółem: 358.03 g; W tym cukry: 104.70 g; Błonnik pok.: 34.81 g; Sól: 7.34 g; WW: 32.51 Por; : 19.13 %; : 751.99 %; Ener. z T: 22.04 %; Ener. z Bł.: 2.93 %; K: 4018.51 mg;	Wartość energetyczna: 2691.62 kcal; Białko ogółem: 121.68 g; Tłuszcz: 66.99 g; Kw. tł. nasy.: 28.68 g; Węglowodany ogółem: 412.09 g; W tym cukry: 112.19 g; Błonnik pok.: 33.10 g; Sól: 7.79 g; WW: 38.11 Por; : 18.08 %; : 893.65 %; Ener. z T: 22.40 %; Ener. z Bł.: 2.46 %; K: 4235.71 mg;	Wartość energetyczna: 2812.93 kcal; Białko ogółem: 117.01 g; Tłuszcz: 73.85 g; Kw. tł. nasy.: 29.81 g; Węglowodany ogółem: 427.75 g; W tym cukry: 112.33 g; Błonnik pok.: 25.70 g; Sól: 7.74 g; WW: 40.36 Por; : 16.64 %; : 917.50 %; Ener. z T: 23.63 %; Ener. z Bł.: 1.83 %; K: 4027.50 mg;	Wartość energetyczna: 2298.82 kcal; Białko ogółem: 118.22 g; Tłuszcz: 61.53 g; Kw. tł. nasy.: 27.00 g; Węglowodany ogółem: 332.29 g; W tym cukry: 57.82 g; Błonnik pok.: 48.95 g; Sól: 10.16 g; WW: 28.51 Por; : 20.57 %; : 834.93 %; Ener. z T: 24.09 %; Ener. z Bł.: 4.26 %; K: 4039.96 mg;		

Jadłospisy za okres od dnia 2024-05-27 do dnia 2024-06-02 KUCHNIA SIEDLCE

	SIE- Podstawowa/Ogólna	SIE- Podstawowa wzbogacona	SIE- Położnicza podstawowa	SIE- Położnicza łatwostrawna	SIE- Z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów	
2024-05-29 środa	Śniadanie	<p>Platki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Paprykarz szczeciński 80 g (<u>RYB, SOJ.</u>) Ser żółty 25g (<u>MLE.</u>) Salatka wiosenna 100 g Jabłko 1 szt 1 szt</p>	<p>Platki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Paprykarz szczeciński 80 g (<u>RYB, SOJ.</u>) Ser żółty 25g (<u>MLE.</u>) Salatka wiosenna 100 g</p>	<p>Platki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Paprykarz szczeciński 80 g (<u>RYB, SOJ.</u>) Ser żółty 25g (<u>MLE.</u>) Salatka wiosenna 100 g</p>	<p>Platki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Paprykarz szczeciński 80 g (<u>RYB, SOJ.</u>) Ser żółty 25g (<u>MLE.</u>) Salatka wiosenna 100 g</p>	<p>Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Paprykarz szczeciński 80 g (<u>RYB, SOJ.</u>) Ser żółty 25g (<u>MLE.</u>) Salatka wiosenna 100 g</p>
	II ŚN		Jabłko 1 szt 1 szt	Jabłko pieczone 1 szt. 1 szt	Jabłko 1 szt 1 szt	
	Obiad	<p>Grysikowa () 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Zrazik drobiowy z udźca pieczony mielony 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Ziemniaki gotowane () 180 g Sos jarzynowy () 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Buraczki gotowane () 100 g Salatka szwedzka b/c () 100 g (<u>GOR.</u>) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt</p>	<p>Grysikowa () 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 180 g Zrazik drobiowy z udźca pieczony mielony 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Ziemniaki gotowane () 180 g Buraczki gotowane () 100 g Salatka szwedzka b/c () 100 g (<u>GOR.</u>) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt</p>	<p>Grysikowa () 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kotlet mielony drobiowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Ziemniaki gotowane () 180 g Buraczki gotowane () 100 g Salatka szwedzka b/c () 100 g (<u>GOR.</u>) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt</p>	<p>Ryżowa () 300 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Zrazik drobiowy z udźca pieczony mielony 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Ziemniaki gotowane () 180 g Sos jarzynowy () 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Buraczki gotowane () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt</p>	<p>Grysikowa () 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Zrazik drobiowy z udźca pieczony mielony 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Ziemniaki gotowane () 180 g Sos jarzynowy () 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Buraczki gotowane () 100 g Salatka szwedzka b/c () 100 g (<u>GOR.</u>) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt</p>
	PD		Budyń o smaku waniliowym z/c 200 ml (<u>MLE.</u>)			Sok pomidorowy 0,3l 1 szt
	Kolacja	<p>Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Pasztecik z soczewicy () 60 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Baton szynkowy z kurcząt 25 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.</u>) Pomidorki koktajlowe 80 g Salata zielona 20 g</p>	<p>Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Baton szynkowy z kurcząt 25 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.</u>) Pomidorki koktajlowe 80 g Salata zielona 20 g</p>	<p>Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Chleb razowy pszenno-żytni 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Pasztecik z soczewicy () 60 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Baton szynkowy z kurcząt 25 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.</u>) Pomidorki koktajlowe 80 g Salata zielona 20 g</p>	<p>Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Chleb razowy pszenno-żytni 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Pasztecik z soczewicy () 60 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Baton szynkowy z kurcząt 25 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.</u>) Pomidorki koktajlowe 80 g Salata zielona 20 g</p>	
	PN		<p>Mleko Smakowe UHT 1,5% tł 0,2l 1 szt (<u>MLE.</u>) Biszkopty 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JĘCZ.</u>)</p>			<p>Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Szynka z pierśią indyczą- wędlna drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalnej 25 g (<u>SOJ, SEL.</u>) Salata zielona 10 g</p>
		<p>Wartość energetyczna: 2586.08 kcal; Białko ogółem: 97.87 g; Tłuszcz: 85.72 g; Kw. tł. nasy.: 27.00 g; Węglowodany ogółem: 380.48 g; W tym cukry: 76.71 g; Błonnik pok.: 36.34 g; Sól: 9.86 g; WW: 34.42 Por.; 15.14 %; 953.14 %; Ener. z T: 29.83 %; Ener. z Bł.: 2.81 %; K: 4511.30 mg;</p>	<p>Wartość energetyczna: 2787.48 kcal; Białko ogółem: 104.54 g; Tłuszcz: 89.75 g; Kw. tł. nasy.: 29.38 g; Węglowodany ogółem: 415.04 g; W tym cukry: 101.71 g; Błonnik pok.: 36.38 g; Sól: 10.09 g; WW: 37.89 Por.; 15.00 %; 1057.07 %; Ener. z T: 28.98 %; Ener. z Bł.: 2.61 %; K: 4795.23 mg;</p>	<p>Wartość energetyczna: 2907.25 kcal; Białko ogółem: 107.08 g; Tłuszcz: 96.21 g; Kw. tł. nasy.: 29.85 g; Węglowodany ogółem: 427.04 g; W tym cukry: 101.08 g; Błonnik pok.: 36.91 g; Sól: 10.17 g; WW: 39.04 Por.; 14.73 %; 1065.01 %; Ener. z T: 29.78 %; Ener. z Bł.: 2.54 %; K: 4784.71 mg;</p>	<p>Wartość energetyczna: 2626.57 kcal; Białko ogółem: 103.05 g; Tłuszcz: 75.95 g; Kw. tł. nasy.: 24.92 g; Węglowodany ogółem: 403.08 g; W tym cukry: 110.50 g; Błonnik pok.: 26.63 g; Sól: 8.79 g; WW: 37.65 Por.; 15.69 %; 1038.41 %; Ener. z T: 26.02 %; Ener. z Bł.: 2.03 %; K: 4390.24 mg;</p>	<p>Wartość energetyczna: 2410.95 kcal; Białko ogółem: 95.35 g; Tłuszcz: 84.52 g; Kw. tł. nasy.: 26.73 g; Węglowodany ogółem: 337.52 g; W tym cukry: 47.38 g; Błonnik pok.: 40.16 g; Sól: 12.60 g; WW: 29.72 Por.; 15.82 %; 1042.34 %; Ener. z T: 31.55 %; Ener. z Bł.: 3.33 %; K: 4749.13 mg;</p>

Jadłospisy za okres od dnia 2024-05-27 do dnia 2024-06-02 KUCHNIA SIEDLCE

	SIE- Podstawowa/Ogólna	SIE- Podstawowa wzbogacona	SIE- Położnicza podstawowa	SIE- Położnicza łatwostrawna	SIE- Z ogr. łatwoprzyswajalnych węglowodanów
2024-05-30 czwartek	Sniadanie	Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bułka graham-pszenna 60g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 60g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50g Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt (<u>MLE</u>) Papryka świeża 80g Rozspanka 20g Melon 100g	Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bułka graham-pszenna 60g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 60g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50g Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt (<u>MLE</u>) Papryka świeża 80g Rozspanka 20g	Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50g Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt (<u>MLE</u>) Pomidor 80g Rozspanka 20g	Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<u>MLE</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 60g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka graham-pszenna 60g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50g Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt (<u>MLE</u>) Papryka świeża 80g Rozspanka 20g
	II ŚN			Melon 100g	
	Obiad	Barszcz biały z ziemniakami () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT.</u>) Risotto (ryż brązowy) z mięsem wieprzowym i warzywami () 300g (<u>SEL</u>) Surówka z selera i marchwi () 100g (<u>MLE, SEL</u>) Cukinia pieczona z olejem * 100g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Barszcz biały z ziemniakami () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT.</u>) Risotto z mięsem wieprzowym i warzywami () 300g (<u>SEL</u>) Cukinia pieczona z olejem * 100g Surówka z selera i marchwi () 100g (<u>MLE, SEL</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Ziemniaczana () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Risotto z mięsem wieprzowym i warzywami () 300g (<u>SEL</u>) Surówka z selera i marchwi () 100g (<u>MLE, SEL</u>) Cukinia pieczona z olejem * 100g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Barszcz biały z ziemniakami () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT.</u>) Risotto (ryż brązowy) z mięsem wieprzowym i warzywami () 300g (<u>SEL</u>) Surówka z selera i marchwi z olejem () b/c 100g (<u>SEL</u>) Cukinia pieczona z olejem * 100g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml
	PD		Maślanka truskawkowa 150 ml (<u>MLE</u>) Herbatniki 30g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u>)		Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5g (<u>MLE</u>) Baton szynkowy z kurcząt 20g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.</u>) Salata zielona 20g
	Kolacja		Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Makaron z serem 300g (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Sos jogurtowy naturalny 80g (<u>MLE</u>) Mus z jabłek () z/c 100g		Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 120g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Twarożek 80g (<u>MLE</u>) Szynka Delikatesowa z kurczaka produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 25g Pomidor 80g Salata zielona 20g
PN		Bułka maślana 1 szt 1 szt (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>)		Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt Pieczywo chrupkie ekstrudowane-żytnie 30g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)	
	Wartość energetyczna: 2743.10 kcal; Białko ogółem: 109.54 g; Tłuszcz: 69.41 g; Kw. tł. nasy.: 25.81 g; Węglowodany ogółem: 430.82 g; W tym cukry: 108.30 g; Błonnik pok.: 37.86 g; Sól: 6.17 g; WW: 39.24 Por; : 15.97 %; : 1022.64 %; Ener. z T: 22.77 %; Ener. z Bł.: 2.76 %; K: 4608.85 mg;	Wartość energetyczna: 2982.02 kcal; Białko ogółem: 116.66 g; Tłuszcz: 73.88 g; Kw. tł. nasy.: 27.48 g; Węglowodany ogółem: 475.39 g; W tym cukry: 117.92 g; Błonnik pok.: 33.71 g; Sól: 6.53 g; WW: 44.18 Por; : 15.65 %; : 1048.95 %; Ener. z T: 22.30 %; Ener. z Bł.: 2.26 %; K: 4538.47 mg;	Wartość energetyczna: 2985.93 kcal; Białko ogółem: 115.72 g; Tłuszcz: 72.87 g; Kw. tł. nasy.: 26.92 g; Węglowodany ogółem: 480.66 g; W tym cukry: 113.23 g; Błonnik pok.: 30.81 g; Sól: 6.88 g; WW: 44.94 Por; : 15.50 %; : 994.85 %; Ener. z T: 21.96 %; Ener. z Bł.: 2.06 %; K: 4401.55 mg;	Wartość energetyczna: 2363.11 kcal; Białko ogółem: 98.23 g; Tłuszcz: 76.84 g; Kw. tł. nasy.: 28.60 g; Węglowodany ogółem: 334.40 g; W tym cukry: 50.99 g; Błonnik pok.: 55.61 g; Sól: 7.81 g; WW: 27.95 Por; : 16.63 %; : 973.25 %; Ener. z T: 29.27 %; Ener. z Bł.: 4.71 %; K: 4870.94 mg;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-05-27 do dnia 2024-06-02 KUCHNIA SIEDLCE

	SIE- Podstawowa/Ogólna	SIE- Podstawowa wzbogacona	SIE- Położnicza podstawowa	SIE- Położnicza łatwostrawna	SIE- Z ogr. łatwoprzyswajalnych węglowodanów	
2024-05-31 piątek	Śniadanie	<p>Plątki pszenne na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>)</p> <p>Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JEĆZ</u>)</p> <p>Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>)</p> <p>Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>)</p> <p>Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>)</p> <p>Serek wiejski lekki 3% tł 150g 1 szt (<u>MLE</u>)</p> <p>Dżem 25 g 1 szt</p> <p>Pomidor 80 g</p> <p>Kielki rzodkiewki 20 g</p> <p>Banan 150 g</p>	<p>Plątki pszenne na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>)</p> <p>Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JEĆZ</u>)</p> <p>Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>)</p> <p>Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>)</p> <p>Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>)</p> <p>Serek wiejski lekki 3% tł 150g 1 szt (<u>MLE</u>)</p> <p>Dżem 25 g 1 szt</p> <p>Pomidor 80 g</p> <p>Kielki rzodkiewki 20 g</p>	<p>Plątki pszenne na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>)</p> <p>Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JEĆZ</u>)</p> <p>Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>)</p> <p>Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>)</p> <p>Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>)</p> <p>Serek wiejski lekki 3% tł 150g 1 szt (<u>MLE</u>)</p> <p>Dżem 25 g 1 szt</p> <p>Pomidor 80 g</p> <p>Kielki rzodkiewki 20 g</p>	<p>Plątki pszenne na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>)</p> <p>Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JEĆZ</u>)</p> <p>Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>)</p> <p>Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>)</p> <p>Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>)</p> <p>Serek wiejski lekki 3% tł 150g 1 szt (<u>MLE</u>)</p> <p>Dżem 25 g 1 szt</p> <p>Kielki rzodkiewki 20 g</p> <p>Pomidor 80 g</p>	<p>Masłanka 150 ml (<u>MLE</u>)</p> <p>Kawa zbożowa b/c 250 ml (<u>GLU ŻYT, GLU JEĆZ</u>)</p> <p>Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>)</p> <p>Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>)</p> <p>Serek wiejski lekki 3% tł 150g 1 szt (<u>MLE</u>)</p> <p>Ser żółty 25 g (<u>MLE</u>)</p> <p>Pomidor 80 g</p> <p>Kielki rzodkiewki 20 g</p>
	II ŚN			Banan 150 g	Jabłko 1 szt 1 szt	
	Obiad	<p>Dyniowa z makaronem () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>)</p> <p>Łosoś pieczony 120 g (<u>RYB</u>)</p> <p>Sos cytrynowy 80 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>)</p> <p>Ziemniaki gotowane () 180 g</p> <p>Szpinak gotowany z olejem* 100 g (<u>GLU PSZ</u>)</p> <p>Surówka z kapusty czerwonej z olejem 100 g</p> <p>Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml</p>	<p>Dyniowa z makaronem () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>)</p> <p>Ziemniaki gotowane () 180 g</p> <p>Łosoś pieczony 120 g (<u>RYB</u>)</p> <p>Sos cytrynowy 80 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>)</p> <p>Surówka z kapusty czerwonej z olejem 100 g</p> <p>Szpinak gotowany z olejem* 100 g (<u>GLU PSZ</u>)</p> <p>Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml</p>		<p>Koperkowa z makaronem () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>)</p> <p>Ziemniaki gotowane () 180 g</p> <p>Łosoś pieczony 120 g (<u>RYB</u>)</p> <p>Sos cytrynowy 80 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>)</p> <p>Szpinak gotowany z olejem* 200 g (<u>GLU PSZ</u>)</p> <p>Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml</p>	<p>Dyniowa z makaronem () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>)</p> <p>Ziemniaki gotowane () 180 g</p> <p>Łosoś pieczony 120 g (<u>RYB</u>)</p> <p>Sos cytrynowy 80 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>)</p> <p>Szpinak gotowany z olejem* 100 g (<u>GLU PSZ</u>)</p> <p>Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 100 g</p> <p>Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml</p>
	PD		Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (<u>MLE</u>) Mieszanka studencka 30 g (<u>OZI, ORZ</u>)	Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (<u>MLE</u>) Biszkopty 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JEĆZ</u>)	Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>)	
	Kolacja	<p>Herbata czarna granulowana z/c 250 ml</p> <p>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt</p> <p>Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>)</p> <p>Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>)</p> <p>Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>)</p> <p>Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>)</p> <p>Hummus 50 g (<u>SEZ</u>)</p> <p>Ogórek świeży 80 g</p> <p>Salata zielona 20 g</p>	<p>Herbata czarna granulowana z/c 250 ml</p> <p>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt</p> <p>Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>)</p> <p>Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>)</p> <p>Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>)</p> <p>Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>)</p> <p>Miód (25g) 1 szt</p> <p>Ogórek świeży 80 g</p> <p>Salata zielona 20 g</p>		<p>Herbata czarna granulowana z/c 250 ml</p> <p>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt</p> <p>Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>)</p> <p>Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>)</p> <p>Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>)</p> <p>Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>)</p> <p>Miód (25g) 1 szt</p> <p>Pomidor 80 g</p> <p>Salata zielona 20 g</p>	<p>Herbata czarna granulowana b/c 250 ml</p> <p>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt</p> <p>Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>)</p> <p>Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>)</p> <p>Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>)</p> <p>Hummus 50 g (<u>SEZ</u>)</p> <p>Ogórek świeży 80 g</p> <p>Salata zielona 20 g</p>
	PN		Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 30 g		Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Twarożek z ziołami 40 g (<u>MLE</u>) Salata zielona 10 g	
		Wartość energetyczna: 2670.42 kcal; Białko ogółem: 111.23 g; Tłuszcz: 71.30 g; Kw. tł. nasy.: 21.69 g; Węglowodany ogółem: 409.54 g; W tym cukry: 125.93 g; Błonnik pok.: 33.49 g; Sól: 8.05 g; WW: 37.72 Por; : 16.66 %; : 962.01 %; Ener. z T: 24.03 %; Ener. z Bł.: 2.51 %; K: 4782.03 mg;	Wartość energetyczna: 2899.02 kcal; Białko ogółem: 120.83 g; Tłuszcz: 82.25 g; Kw. tł. nasy.: 23.01 g; Węglowodany ogółem: 435.34 g; W tym cukry: 134.18 g; Błonnik pok.: 33.94 g; Sól: 8.23 g; WW: 40.27 Por; : 16.67 %; : 1040.91 %; Ener. z T: 25.54 %; Ener. z Bł.: 2.34 %; K: 5050.53 mg;	Wartość energetyczna: 2812.77 kcal; Białko ogółem: 116.56 g; Tłuszcz: 68.70 g; Kw. tł. nasy.: 21.71 g; Węglowodany ogółem: 450.32 g; W tym cukry: 134.68 g; Błonnik pok.: 33.94 g; Sól: 7.43 g; WW: 41.77 Por; : 16.58 %; : 1065.81 %; Ener. z T: 21.98 %; Ener. z Bł.: 2.41 %; K: 5062.03 mg;	Wartość energetyczna: 2764.86 kcal; Białko ogółem: 116.83 g; Tłuszcz: 60.72 g; Kw. tł. nasy.: 21.77 g; Węglowodany ogółem: 457.03 g; W tym cukry: 135.30 g; Błonnik pok.: 25.03 g; Sól: 7.37 g; WW: 43.44 Por; : 16.90 %; : 965.60 %; Ener. z T: 19.77 %; Ener. z Bł.: 1.81 %; K: 4707.92 mg;	Wartość energetyczna: 2364.28 kcal; Białko ogółem: 119.64 g; Tłuszcz: 79.42 g; Kw. tł. nasy.: 27.45 g; Węglowodany ogółem: 311.43 g; W tym cukry: 53.48 g; Błonnik pok.: 43.15 g; Sól: 8.10 g; WW: 26.89 Por; : 20.24 %; : 1043.49 %; Ener. z T: 30.23 %; Ener. z Bł.: 3.65 %; K: 4864.66 mg;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-05-27 do dnia 2024-06-02 KUCHNIA SIEDLCE

	SIE- Podstawowa/Ogólna	SIE- Podstawowa wzbogacona	SIE- Położnicza podstawowa	SIE- Położnicza łatwostrawna	SIE- Z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów	
2024-06-01 sobota	Śniadanie	Ryż na mleku 300 ml (<u>MLE</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Ser żółty 25 g (<u>MLE</u>) Parówki z szynki-kielbasa wieprzowa, homogenizowana, wędzona, parzona 60 g Ketchup 20 g (<u>SEL</u>) Mix sałat 20 g Pomidorki koktajlowe 80 g Jabłko 1 szt 1 szt	Ryż na mleku 300 ml (<u>MLE</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Ser żółty 25 g (<u>MLE</u>) Parówki z szynki-kielbasa wieprzowa, homogenizowana, wędzona, parzona 60 g Ketchup 20 g (<u>SEL</u>) Mix sałat 20 g Pomidorki koktajlowe 80 g	Ryż na mleku 300 ml (<u>MLE</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Ser żółty 25 g (<u>MLE</u>) Parówki z szynki-kielbasa wieprzowa, homogenizowana, wędzona, parzona 60 g Ketchup 20 g (<u>SEL</u>) Mix sałat 20 g	Ryż na mleku 300 ml (<u>MLE</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Szynka z piersią kurczaka-wędl.z drob.gr.rozd.parzo.w ost.niejadalnej 50 g (<u>SOJ</u>) Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 25 g (<u>SOJ</u>) Pomidorki koktajlowe 80 g Mix sałat 20 g	Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Szynka z piersią kurczaka-wędl.z drob.gr.rozd.parzo.w ost.niejadalnej 50 g (<u>SOJ</u>) Ser żółty 25 g (<u>MLE</u>) Pomidorki koktajlowe 80 g Mix sałat 20 g
	II ŚN		Jabłko 1 szt 1 szt	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Jabłko 1 szt 1 szt	
	Obiad	Grochowa z ziemniakami () 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) kasza pęczak/sypko 180 g (<u>GLU PSZ</u>) Gulasz wołowy 150 g (<u>GLU PSZ</u>) Buraczki gotowane () 100 g Ogórek kiszony z cebulką z olejem 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Jarzynowa z ziemniakami () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) kasza pęczak/sypko 180 g (<u>GLU PSZ</u>) Gulasz wołowy 150 g (<u>GLU PSZ</u>) Buraczki gotowane () 100 g Ogórek kiszony z cebulką z olejem 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Selerowa z ziemniakami - dieta () 300 ml (<u>MLE, SEL</u>) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (<u>GLU JE CZ</u>) Gulasz wołowy 150 g (<u>GLU PSZ</u>) Buraczki gotowane () 200 g Ogórek kiszony z cebulką z olejem 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Grochowa z ziemniakami () 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) kasza pęczak/sypko 180 g (<u>GLU PSZ</u>) Gulasz wołowy 150 g (<u>GLU PSZ</u>) Buraczki gotowane () 100 g Ogórek kiszony z cebulką z olejem 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	
	PD		Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<u>MLE</u>)		Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	
	Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w ost.niejad 25 g Twarożek 80 g (<u>MLE</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w ost.niejad 25 g Twarożek 80 g (<u>MLE</u>) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w ost.niejad 25 g Twarożek 80 g (<u>MLE</u>) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w ost.niejad 25 g Twarożek 80 g (<u>MLE</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	
PN		Ciasto drożdżowe 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SO2</u>)		Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Baton szynkowy z kurcząt 25 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR</u>) Sałata zielona 10 g		

Jadłospisy za okres od dnia 2024-05-27 do dnia 2024-06-02 KUCHNIA SIEDLCE

	SIE- Podstawowa/Ogólna	SIE- Podstawowa wzbogacona	SIE- Położnicza podstawowa	SIE- Położnicza łatwostrawna	SIE- Z ogr. łatwoprzyswajalnych węglowodanów
2024-06-01 sobota	Wartość energetyczna: 2620.98 kcal; Białko ogółem: 109.68 g; Tłuszcz: 82.83 g; Kw. tł. nasy.: 33.68 g; Węglowodany ogółem: 365.79 g; W tym cukry: 71.69 g; Błonnik pok.: 43.81 g; Sól: 10.22 g; WW: 32.26 Por; : 16.74 %; : 837.07%; Ener. z T: 28.44 %; Ener. z Bł.: 3.34 %; K: 3683.11 mg;	Wartość energetyczna: 2674.28 kcal; Białko ogółem: 113.12 g; Tłuszcz: 84.87 g; Kw. tł. nasy.: 34.88 g; Węglowodany ogółem: 371.18 g; W tym cukry: 76.30 g; Błonnik pok.: 43.98 g; Sól: 10.32 g; WW: 32.81 Por; : 16.92 %; : 876.55%; Ener. z T: 28.56 %; Ener. z Bł.: 3.29 %; K: 3817.21 mg;	Wartość energetyczna: 2577.07 kcal; Białko ogółem: 107.25 g; Tłuszcz: 81.65 g; Kw. tł. nasy.: 34.66 g; Węglowodany ogółem: 358.10 g; W tym cukry: 76.47 g; Błonnik pok.: 40.15 g; Sól: 10.32 g; WW: 31.88 Por; : 16.65 %; : 881.24%; Ener. z T: 28.51 %; Ener. z Bł.: 3.12 %; K: 3685.03 mg;	Wartość energetyczna: 2366.74 kcal; Białko ogółem: 107.93 g; Tłuszcz: 58.58 g; Kw. tł. nasy.: 23.51 g; Węglowodany ogółem: 376.15 g; W tym cukry: 82.88 g; Błonnik pok.: 30.45 g; Sól: 8.66 g; WW: 34.68 Por; : 18.24 %; : 926.18 %; Ener. z T: 22.28 %; Ener. z Bł.: 2.57 %; K: 3966.00 mg;	Wartość energetyczna: 2257.08 kcal; Białko ogółem: 109.46 g; Tłuszcz: 70.65 g; Kw. tł. nasy.: 28.21 g; Węglowodany ogółem: 320.49 g; W tym cukry: 47.89 g; Błonnik pok.: 55.92 g; Sól: 9.67 g; WW: 26.48 Por; : 19.40 %; : 895.88 %; Ener. z T: 28.17 %; Ener. z Bł.: 4.96 %; K: 4084.93 mg;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-05-27 do dnia 2024-06-02 KUCHNIA SIEDLCE

	SIE- Podstawowa/Ogólna	SIE- Podstawowa wzbogacona	SIE- Położnicza podstawowa	SIE- Położnicza łatwostrawna	SIE- Z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów	
2024-06-02 niedziela	Śniadanie	<p>Plątki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Ser mozzarella 80 g (MLE.) Baton szynkowy z kurcząt 25 g (może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.) Rzodkiew biała 80 g Salata zielona 20 g Banan 150 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml</p>	<p>Plątki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Ser mozzarella 80 g (MLE.) Baton szynkowy z kurcząt 25 g (może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.) Rzodkiew biała 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml</p>	<p>Plątki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Ser mozzarella 80 g (MLE.) Baton szynkowy z kurcząt 25 g (może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.) Salata zielona 20 g Rzodkiew biała 80 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml</p>	<p>Plątki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Twarożek z koperkiem 80 g (MLE.) Baton szynkowy z kurcząt 25 g (może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.) Salata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml</p>	<p>Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Ser mozzarella 80 g (MLE.) Baton szynkowy z kurcząt 25 g (może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.) Rzodkiew biała 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml</p>
	II ŚN			Banan 150 g	Kiwi 1 szt 1 szt	
	Obiad		<p>Rosół z makaronem () 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki gotowane () 180 g udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 130 g Surówka z kapusty białej z koperkiem i z olejem 100 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 100 g (SEL.) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml</p>		<p>Rosół z makaronem () 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki gotowane () 180 g Udziec z kurczaka gotowany z/k z/s 130 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g (SEL.) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml</p>	<p>Rosół z makaronem () 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki gotowane () 180 g udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 130 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 100 g (SEL.) Surówka z kapusty białej z koperkiem i z olejem 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml</p>
	PD			Kisiel o smaku wiśniowym z jabłkiem z/c 200 ml	<p>Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Szynka gotowana wieprzowa wędzona parzona, zawiera wodę dodaną, w siatce niejadalnej 20 g (GLU PSZ, SOJ.) Salata zielona 10 g</p>	
	Kolacja	<p>Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka zielonogórska- wp. parzona 50 g (SOJ.) Dżem 25 g 1 szt Ogórek świeży 80 g Rukola 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt</p>	<p>Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka zielonogórska- wp. parzona 50 g (SOJ.) Dżem 25 g 2 szt Ogórek świeży 80 g Rukola 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt</p>	<p>Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka zielonogórska- wp. parzona 50 g (SOJ.) Dżem 25 g 1 szt Pomidor 80 g Rukola 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt</p>	<p>Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka zielonogórska- wp. parzona 50 g (SOJ.) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 25 g (SOJ.) Ogórek świeży 80 g Rukola 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt</p>	
	PN			Mus tymbark ryż + owoce tropikalne 100 g 1 szt	<p>Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Ser żółty 25 g (MLE.) Salata zielona 10 g</p>	
		<p>Wartość energetyczna: 2570.18 kcal; Białko ogółem: 113.67 g; Tłuszcz: 83.17 g; Kw. tł. nasy.: 23.29 g; Węglowodany ogółem: 359.80 g; W tym cukry: 111.24 g; Błonnik pok.: 36.83 g; Sól: 7.47 g; WW: 32.41 Por.; : 17.69 %; : 909.41 %; Ener. z T: 29.12 %; Ener. z Bł.: 2.87 %; K: 4615.95 mg;</p>	<p>Wartość energetyczna: 2717.58 kcal; Białko ogółem: 113.87 g; Tłuszcz: 83.33 g; Kw. tł. nasy.: 23.45 g; Węglowodany ogółem: 396.49 g; W tym cukry: 137.29 g; Błonnik pok.: 37.65 g; Sól: 7.51 g; WW: 36.01 Por.; : 16.76 %; : 942.69 %; Ener. z T: 27.60 %; Ener. z Bł.: 2.77 %; K: 4617.41 mg;</p>	<p>Wartość energetyczna: 2759.08 kcal; Białko ogółem: 114.00 g; Tłuszcz: 83.46 g; Kw. tł. nasy.: 23.45 g; Węglowodany ogółem: 406.99 g; W tym cukry: 146.79 g; Błonnik pok.: 37.65 g; Sól: 7.51 g; WW: 37.11 Por.; : 16.53 %; : 942.69 %; Ener. z T: 27.22 %; Ener. z Bł.: 2.73 %; K: 4617.41 mg;</p>	<p>Wartość energetyczna: 2625.93 kcal; Białko ogółem: 108.49 g; Tłuszcz: 70.62 g; Kw. tł. nasy.: 25.47 g; Węglowodany ogółem: 404.80 g; W tym cukry: 140.54 g; Błonnik pok.: 32.27 g; Sól: 7.81 g; WW: 37.45 Por.; : 16.53 %; : 945.37 %; Ener. z T: 24.21 %; Ener. z Bł.: 2.46 %; K: 4783.88 mg;</p>	<p>Wartość energetyczna: 2503.58 kcal; Białko ogółem: 125.97 g; Tłuszcz: 97.39 g; Kw. tł. nasy.: 32.32 g; Węglowodany ogółem: 306.31 g; W tym cukry: 38.82 g; Błonnik pok.: 50.46 g; Sól: 9.47 g; WW: 25.70 Por.; : 20.13 %; : 935.69 %; Ener. z T: 35.01 %; Ener. z Bł.: 4.03 %; K: 4668.72 mg;</p>

Jadłospisy za okres od dnia 2024-05-27 do dnia 2024-06-02 KUCHNIA SIEDLCE

	SIE- Z ogr. łatwoprzyswajalnych węgl. b/ml	SIE- Cukrzyca lekko strawna	SIE- Płynna 3x/Płynna wzb. 5x	SIE- Płynna wzbogacona b/ml	SIE- Papkowata	
2024-05-27 poniedziałek	Śniadanie	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka graham-pszenna 60g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Pomidor 80 g Mix салат 20 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Pomidor 80 g Mix салат 20 g	Płynna śniadanie mleczna-SIED 500 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE.)	Płynna śniadanie bezmleczna-SIED 500 ml (GLU PSZ, JAJ.)	Kasza manna na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 100 g (SEL.)
	II ŚN	Kiwi 1 szt 1 szt	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	
	Obiad	Brokułowa z ryżem (bez mleka) () 300 ml (SEL.) Gulasz warzywny z ciecierzycą* 150 g (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki gotowane () 180 g Surówka z marchwi z olejem b/c () 100 g Salatka z buraczków i jabłka z olejem () 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Brokułowa z ryżem () 300 ml (MLE, SEL.) Gulasz warzywny z tofu dieta* 150 g (GLU PSZ, SOJ, SEL.) Ziemniaki gotowane () 180 g Surówka z marchwi z olejem b/c () 100 g Salatka z buraczków i jabłka z olejem () 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna obiad*()-SIED 500 ml (SEL.)	Brokułowa z ryżem () 300 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane () 180 g Pulpet drobiowy 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos ziołowy () 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Marchew gotowana z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	
	PD	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt		Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml	Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (MLE.)	
	Kolacja	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 75 g (SOJ.) Ogórek świeży 80 g Salata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Twaróg półtłusty 50 g (MLE.) Schab Benedykta wp parzony z dodatkiem wody 50 g (GLU PSZ, SOJ, SEL, może zawierać: JAJ, OZI, MLE, GOR, SEZ.) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE.)	Płynna kolacja*()-SIED 500 ml (SEL.)	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Twaróg półtłusty 50 g (MLE.) Schab Benedykta wp parzony z dodatkiem wody 50 g (GLU PSZ, SOJ, SEL, może zawierać: JAJ, OZI, MLE, GOR, SEZ.) Brokuł gotowany* 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE.)	
PN	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Szynka zielonogórska- wp. parzona 25 g (SOJ.) Salata zielona 10 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Szynka zielonogórska- wp. parzona 25 g (SOJ.) Salata zielona 10 g	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt		

Jadłospisy za okres od dnia 2024-05-27 do dnia 2024-06-02 KUCHNIA SIEDLCE

2024-05-27, poniedziałek

SIE- Z ogr. łatwoprzyswajalnych węgl. b/ml	SIE- Cukrzyca lekko strawna	SIE- Płynna 3x/Płynna wzb. 5x	SIE- Płynna wzbogacona b/ml	SIE- Papkowata
Wartość energetyczna: 1918.05 kcal; Białko ogółem: 74.05 g; Tłuszcz: 55.36 g; Kw. tł. nasy.: 11.70 g; Węglowodany ogółem: 298.25 g; W tym cukry: 40.47 g; Błonnik pok.: 47.28 g; Sól: 9.94 g; WW: 25.15 Por; : 15.44 %; : 939.37 %; Ener. z T: 25.98 %; Ener. z Bł.: 4.93 %; K: 4148.41 mg;	Wartość energetyczna: 2060.16 kcal; Białko ogółem: 79.96 g; Tłuszcz: 55.70 g; Kw. tł. nasy.: 22.19 g; Węglowodany ogółem: 323.20 g; W tym cukry: 47.11 g; Błonnik pok.: 35.70 g; Sól: 10.32 g; WW: 28.76 Por; : 15.53 %; : 792.67 %; Ener. z T: 24.33 %; Ener. z Bł.: 3.47 %; K: 3628.52 mg;	Wartość energetyczna: 2101.36 kcal; Białko ogółem: 87.20 g; Tłuszcz: 77.06 g; Kw. tł. nasy.: 16.19 g; Węglowodany ogółem: 278.80 g; W tym cukry: 83.89 g; Błonnik pok.: 29.72 g; Sól: 2.00 g; WW: 24.73 Por; : 16.60 %; : 947.03 %; Ener. z T: 33.00 %; Ener. z Bł.: 2.83 %; K: 5021.46 mg;	Wartość energetyczna: 1894.56 kcal; Białko ogółem: 73.94 g; Tłuszcz: 68.81 g; Kw. tł. nasy.: 8.76 g; Węglowodany ogółem: 259.14 g; W tym cukry: 64.23 g; Błonnik pok.: 29.72 g; Sól: 1.56 g; WW: 22.72 Por; : 15.61 %; : 489.75 %; Ener. z T: 32.69 %; Ener. z Bł.: 3.14 %; K: 4454.96 mg;	Wartość energetyczna: 2372.19 kcal; Białko ogółem: 107.56 g; Tłuszcz: 64.46 g; Kw. tł. nasy.: 24.93 g; Węglowodany ogółem: 358.01 g; W tym cukry: 85.49 g; Błonnik pok.: 35.86 g; Sól: 11.77 g; WW: 32.15 Por; : 18.14 %; : 1039.85 %; Ener. z T: 24.46 %; Ener. z Bł.: 3.02 %; K: 4673.32 mg;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-05-27 do dnia 2024-06-02 KUCHNIA SIEDLCE

	SIE- Z ogr. łatwoprzyswajalnych węgl. b/ml	SIE- Cukrzyca lekko strawna	SIE- Płynna 3x/Płynna wzb. 5x	SIE- Płynna wzbogacona b/ml	SIE- Papkowata	
2024-05-28 wtorek	Śniadanie	Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Hummus 80 g (<u>SEZ.</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 25 g Rukola 20 g Papryka świeża 80 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml	Maślanka 150 ml (<u>MLE.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Serek a'la homogenizowany z ziołami 80 g (<u>MLE.</u>) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 25 g (<u>może zawierać: MLE, GOR.</u>) Rukola 20 g Pomidor 80 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml	Płynna śniadanie mleczna-SIED 500 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>)	Płynna śniadanie bezmleczna-SIED 500 ml (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>)	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (<u>MLE.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Serek a'la homogenizowany z ziołami 80 g (<u>MLE.</u>) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 25 g (<u>może zawierać: MLE, GOR.</u>) Kalaifior gotowany* 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml
	II ŚN	Jabłko 1 szt 1 szt	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml	Banan 150 g	
	Obiad	Pieczarkowa z ziemniakami (bez mleka) () 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Makaron pełnoziarnisty 180 g (<u>GLU PSZ.</u>) Szynka wieprzowa gotowana 100 g Sos szpinakowy* 80 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g Dyńka duszona 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>) Makaron 180 g (<u>GLU PSZ.</u>) Szynka wieprzowa gotowana 100 g Sos szpinakowy* 80 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g Dyńka duszona z olejem* 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml	Płynna obiad*()-SIED 500 ml (<u>SEL.</u>)	Solferino () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 180 g Pulpet wieprzowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos szpinakowy* 80 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Dyńka duszona z olejem* 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml	
	PD	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Szynka gotowana wieprzowa wędzona parzona, zawiera wodę dodaną, w siatce niejadalnej 20 g (<u>GLU PSZ, SOJ.</u>) Salata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Szynka gotowana wieprzowa wędzona parzona, zawiera wodę dodaną, w siatce niejadalnej 20 g (<u>GLU PSZ, SOJ.</u>) Salata zielona 20 g	Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml	Jogurt brzoskwinowy 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)	
	Kolacja	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 75 g (<u>SOJ.</u>) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 50 g (<u>SOJ.</u>) Ser mozzarella kulki 35 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna kolacja *()-SIED 500 ml (<u>SEL.</u>)	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 50 g (<u>SOJ.</u>) Dżem 25 g 1 szt Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 100 g (<u>SEL.</u>) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	
	PN	Pieczewo chrupkie ekstrudowane-żytnie 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Sok pomidorowy 0,3l 1 szt	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Mus tymbark ryż + owoce tropikalne 100 g 1 szt	
		Wartość energetyczna: 2335.07 kcal; Białko ogółem: 106.10 g; Tłuszcz: 75.27 g; Kw. tł. nasy.: 15.61 g; Węglowodany ogółem: 320.91 g; W tym cukry: 38.68 g; Błonnik pok.: 48.95 g; Sól: 11.49 g; WW: 27.31 Por.: 18.17 %; : 733.93 %; Ener. z T: 29.01 %; Ener. z Bł.: 4.19 %; K: 3703.83 mg;	Wartość energetyczna: 2276.44 kcal; Białko ogółem: 113.95 g; Tłuszcz: 59.32 g; Kw. tł. nasy.: 26.78 g; Węglowodany ogółem: 331.77 g; W tym cukry: 51.85 g; Błonnik pok.: 27.21 g; Sól: 11.06 g; WW: 30.50 Por.: 20.02 %; : 679.50 %; Ener. z T: 23.45 %; Ener. z Bł.: 2.39 %; K: 3261.78 mg;	Wartość energetyczna: 2101.36 kcal; Białko ogółem: 87.20 g; Tłuszcz: 77.06 g; Kw. tł. nasy.: 16.19 g; Węglowodany ogółem: 278.80 g; W tym cukry: 83.89 g; Błonnik pok.: 29.72 g; Sól: 2.00 g; WW: 24.73 Por.: 16.60 %; : 947.03 %; Ener. z T: 33.00 %; Ener. z Bł.: 2.83 %; K: 5021.46 mg;	Wartość energetyczna: 1894.56 kcal; Białko ogółem: 73.94 g; Tłuszcz: 68.81 g; Kw. tł. nasy.: 8.76 g; Węglowodany ogółem: 259.14 g; W tym cukry: 64.23 g; Błonnik pok.: 29.72 g; Sól: 1.56 g; WW: 22.72 Por.: 15.61 %; : 489.75 %; Ener. z T: 32.69 %; Ener. z Bł.: 3.14 %; K: 4454.96 mg;	Wartość energetyczna: 2592.90 kcal; Białko ogółem: 104.72 g; Tłuszcz: 61.45 g; Kw. tł. nasy.: 23.91 g; Węglowodany ogółem: 415.94 g; W tym cukry: 127.42 g; Błonnik pok.: 32.03 g; Sól: 7.71 g; WW: 38.50 Por.: 16.15 %; : 1106.19 %; Ener. z T: 21.33 %; Ener. z Bł.: 2.47 %; K: 5383.50 mg;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-05-27 do dnia 2024-06-02 KUCHNIA SIEDLCE

	SIE- Z ogr. łatwoprzyswajalnych węgl. b/ml	SIE- Cukrzyca lekko strawna	SIE- Płynna 3x/Płynna wzb. 5x	SIE- Płynna wzbogacona b/ml	SIE- Papkowata	
2024-05-29 środa	Śniadanie	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Paprykarz szczeciński 80 g (<u>RYB. SOJ.</u>) Szynka zielonogórska- wp. parzona 25 g (<u>SOJ.</u>) Salatka wiosenna 100 g	Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (<u>SOJ.</u>) Szynka zielonogórska- wp. parzona 25 g (<u>SOJ.</u>) Salatka wiosenna - diety 100 g	Płynna śniadanie mleczna-SIED 500 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>)	Płynna śniadanie bezmleczna-SIED 500 ml (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>)	Płatki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Szynka zielonogórska- wp. parzona 75 g (<u>SOJ.</u>) Brokuł gotowany* 100 g
	II ŚN	Jabłko 1 szt 1 szt	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	
	Obiad	Grysikowa () 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 180 g Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos jarzynowy () 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Buraczki gotowane () 100 g Salatka szwedzka b/c () 100 g (<u>GOR.</u>) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Grysikowa () 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 180 g Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos jarzynowy () 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Buraczki gotowane () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna obiad*(-)-SIED 500 ml (<u>SEL.</u>)	Grysikowa () 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 180 g Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos jarzynowy () 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Buraczki gotowane () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	
	PD	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt		Budyń o smaku waniliowym b/c 200 ml (<u>MLE.</u>)	Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml	Budyń o smaku waniliowym b/c 200 ml (<u>MLE.</u>)
	Kolacja	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Chleb razowy pszenno-żytni 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 25 g Paszтет z soczewicy () 60 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Pomidorki koktajlowe 80 g Salata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Baton szynkowy z kurcząt 25 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.</u>) Pomidorki koktajlowe 80 g Salata zielona 20 g	Płynna kolacja *(-)-SIED 500 ml (<u>SEL.</u>)		Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Baton szynkowy z kurcząt 25 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g
	PN	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Szynka z piersią indyczą- wędlna drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadanej 25 g (<u>SOJ, SEL.</u>) Salata zielona 10 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Szynka z piersią indyczą- wędlna drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadanej 25 g (<u>SOJ, SEL.</u>) Salata zielona 10 g	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt		Biszkopty 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JEĆZ.</u>) Mleko Smakowe UHT 1,5% tł 0,2l 1 szt (<u>MLE.</u>)
		Wartość energetyczna: 2147.30 kcal; Białko ogółem: 86.98 g; Tłuszcz: 59.49 g; Kw. tł. nasy.: 11.72 g; Węglowodany ogółem: 335.75 g; W tym cukry: 49.62 g; Błonnik pok.: 40.16 g; Sól: 12.53 g; WW: 29.57 Por.; : 16.20 %; : 988.19 %; Ener. z T: 24.94 %; Ener. z Bł.: 3.74 %; K: 4443.05 mg;	Wartość energetyczna: 2124.06 kcal; Białko ogółem: 88.97 g; Tłuszcz: 56.98 g; Kw. tł. nasy.: 21.38 g; Węglowodany ogółem: 327.87 g; W tym cukry: 52.26 g; Błonnik pok.: 28.37 g; Sól: 12.27 g; WW: 29.86 Por.; : 16.75 %; : 787.15 %; Ener. z T: 24.14 %; Ener. z Bł.: 2.67 %; K: 3864.19 mg;	Wartość energetyczna: 2177.22 kcal; Białko ogółem: 93.81 g; Tłuszcz: 81.09 g; Kw. tł. nasy.: 18.58 g; Węglowodany ogółem: 281.99 g; W tym cukry: 85.25 g; Błonnik pok.: 29.74 g; Sól: 2.17 g; WW: 25.05 Por.; : 17.23 %; : 1017.71 %; Ener. z T: 33.52 %; Ener. z Bł.: 2.73 %; K: 5303.66 mg;	Wartość energetyczna: 1894.56 kcal; Białko ogółem: 73.94 g; Tłuszcz: 68.81 g; Kw. tł. nasy.: 8.76 g; Węglowodany ogółem: 259.14 g; W tym cukry: 64.23 g; Błonnik pok.: 29.72 g; Sól: 1.56 g; WW: 22.72 Por.; : 15.61 %; : 489.75 %; Ener. z T: 32.69 %; Ener. z Bł.: 3.14 %; K: 4454.96 mg;	Wartość energetyczna: 2422.01 kcal; Białko ogółem: 104.70 g; Tłuszcz: 55.41 g; Kw. tł. nasy.: 24.23 g; Węglowodany ogółem: 393.61 g; W tym cukry: 97.30 g; Błonnik pok.: 26.46 g; Sól: 8.74 g; WW: 36.63 Por.; : 17.29 %; : 947.37 %; Ener. z T: 20.59 %; Ener. z Bł.: 2.18 %; K: 4208.70 mg;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-05-27 do dnia 2024-06-02 KUCHNIA SIEDLCE

	SIE- Z ogr. łatwoprzyswajalnych węgl. b/ml	SIE- Cukrzyca lekko strawna	SIE- Płynna 3x/Płynna wzb. 5x	SIE- Płynna wzbogacona b/ml	SIE- Papkowata	
2024-05-30 czwartek	Śniadanie	Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Bułka graham-pszenna 60g 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 60 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 25 g (<u>SOJ.</u>) Papryka świeża 80 g Roszponka 20 g	Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<u>MLE.</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt (<u>MLE.</u>) Pomidor 80 g Roszponka 20 g	Płynna śniadanie mleczna-SIED 500 ml (<u>GLU PSZ. JAJ. MLE.</u>)	Płynna śniadanie bezmleczna-SIED 500 ml (<u>GLU PSZ. JAJ.</u>)	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (<u>MLE.</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt (<u>MLE.</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (<u>SEL.</u>)
	II ŚN	Melon 100 g		Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	
	Obiad	Ziemniaczana (bez mleka) () 300 ml (<u>GLU PSZ. SEL.</u>) Risotto (ryż brązowy) z mięsem wieprzowym i warzywami () 300 g (<u>SEL.</u>) Surówka z selera i marchwi z olejem () 100 g (<u>SEL.</u>) Cukinia pieczona z olejem * 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml	Ziemniaczana () 300 ml (<u>GLU PSZ. MLE. SEL.</u>) Risotto z mięsem wieprzowym i warzywami () 300 g (<u>SEL.</u>) Surówka z selera i marchwi z olejem () b/c 100 g (<u>SEL.</u>) Cukinia pieczona z olejem * 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml	Płynna obiad*()-SIED 500 ml (<u>SEL.</u>)		Barszcz biały z ziemniakami () 300 ml (<u>GLU PSZ. MLE. SEL. GLU ŻYT.</u>) Ryż na sypko 200 g Sos pomidorowy 80 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Pulpet wieprzowy 100 g (<u>GLU PSZ. JAJ.</u>) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml
	PD	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Szynka zielonogórska- wp. parzona 20 g (<u>SOJ.</u>) Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Baton szynkowy z kurcząt 20 g (<u>może zawierać: GLU PSZ. MLE. GOR.</u>) Sałata zielona 20 g	Maślanka truskawkowa 150 ml (<u>MLE.</u>)	Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml	Maślanka truskawkowa 150 ml (<u>MLE.</u>)
	Kolacja	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Chleb razowy pszenno-żytni 120 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynka Delikatesowa z kurczaka produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 75 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Szynka Delikatesowa z kurczaka produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 25 g Twarożek 80 g (<u>MLE.</u>) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g	Płynna kolacja *()-SIED 500 ml (<u>SEL.</u>)		Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Szynka Delikatesowa z kurczaka produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 25 g Twarożek 80 g (<u>MLE.</u>) Kalaflor gotowany* 100 g
	PN	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt Pieczywo chrupkie ekstrudowane-żytnie 30 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT. GLU JĘCZ.</u>)	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt		Mus- przecier owocowy jabłko 100g (tubka) 1 szt
	Wartość energetyczna: 2246.92 kcal; Białko ogółem: 95.88 g; Tłuszcz: 64.06 g; Kw. tł. nasy.: 13.45 g; Węglowodany ogółem: 334.29 g; W tym cukry: 43.39 g; Błonnik pok.: 48.94 g; Sól: 9.81 g; WW: 28.55 Por.; 17.07 %; 920.03 %; Ener. z T: 25.66 %; Ener. z Bł.: 4.36 %; K: 4450.09 mg;	Wartość energetyczna: 2298.34 kcal; Białko ogółem: 93.13 g; Tłuszcz: 72.60 g; Kw. tł. nasy.: 27.48 g; Węglowodany ogółem: 331.73 g; W tym cukry: 41.97 g; Błonnik pok.: 34.55 g; Sól: 8.77 g; WW: 29.73 Por.; 16.21 %; 749.98 %; Ener. z T: 28.43 %; Ener. z Bł.: 3.01 %; K: 3985.04 mg;	Wartość energetyczna: 2113.42 kcal; Białko ogółem: 91.94 g; Tłuszcz: 79.31 g; Kw. tł. nasy.: 17.69 g; Węglowodany ogółem: 272.08 g; W tym cukry: 66.91 g; Błonnik pok.: 29.70 g; Sól: 2.09 g; WW: 24.05 Por.; 17.40 %; 920.45 %; Ener. z T: 33.77 %; Ener. z Bł.: 2.81 %; K: 5019.86 mg;	Wartość energetyczna: 1894.56 kcal; Białko ogółem: 73.94 g; Tłuszcz: 68.81 g; Kw. tł. nasy.: 8.76 g; Węglowodany ogółem: 259.14 g; W tym cukry: 64.23 g; Błonnik pok.: 29.72 g; Sól: 1.56 g; WW: 22.72 Por.; 15.61 %; 489.75 %; Ener. z T: 32.69 %; Ener. z Bł.: 3.14 %; K: 4454.96 mg;	Wartość energetyczna: 2599.06 kcal; Białko ogółem: 105.74 g; Tłuszcz: 74.22 g; Kw. tł. nasy.: 29.49 g; Węglowodany ogółem: 389.60 g; W tym cukry: 94.34 g; Błonnik pok.: 26.03 g; Sól: 7.62 g; WW: 36.30 Por.; 16.27 %; 865.49 %; Ener. z T: 25.70 %; Ener. z Bł.: 2.00 %; K: 3420.28 mg;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-05-27 do dnia 2024-06-02 KUCHNIA SIEDLCE

	SIE- Z ogr. łatwoprzyswajalnych węgl. b/ml	SIE- Cukrzyca lekko strawna	SIE- Płynna 3x/Płynna wzb. 5x	SIE- Płynna wzbogacona b/ml	SIE- Papkowata	
2024-05-31 piątek	Śniadanie	Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynka zielonogórska- wp. parzona 75 g (<u>SOJ.</u>) Kielki rzodkiewki 20 g Pomidor 80 g	Maślanka 150 ml (<u>MLE.</u>) Kawa zbożowa b/c 250 ml (<u>GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Serek wiejski lekki 3% tł 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) Kielki rzodkiewki 20 g Pomidor 80 g	Płynna śniadanie mleczna-SIED 500 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>)	Płynna śniadanie bezmleczna-SIED 500 ml (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>)	Kasza manna na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Kawa zbożowa z/c 250 ml (<u>GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Serek wiejski lekki 3% tł 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) Dżem 25 g 1 szt Marchew gotowana z olejem () 100 g
	II ŚN	Jabłko 1 szt 1 szt	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Budyń o smaku śmietankowym b/c 200 ml (<u>MLE.</u>)	Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml	Banan 150 g
	Obiad	Dyniowa z makaronem (bez mleka) () 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 180 g Łosoś pieczony 120 g (<u>RYB.</u>) Sos cytrynowy (bez mleka) 80 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 100 g Szpinak gotowany z olejem* 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml	Dyniowa z makaronem () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 180 g Łosoś pieczony 120 g (<u>RYB.</u>) Sos cytrynowy 80 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Szpinak gotowany z olejem* 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml	Płynna obiad*(-)-SIED 500 ml (<u>SEL.</u>)		Dyniowa z makaronem () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 180 g Łosoś pieczony 120 g (<u>RYB.</u>) Sos cytrynowy 80 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Szpinak gotowany z olejem* 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml
	PD	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt	Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)	Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)	Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml	Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)
	Kolacja	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Chleb razowy żytnio-pszenny 150 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Hummus 50 g (<u>SEZ.</u>) Ogórek świeży 80 g Salata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ.</u>) Salata zielona 20 g Pomidor 80 g	Płynna kolacja*(-)-SIED 500 ml (<u>SEL.</u>)		Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Miód (25g) 1 szt Kalafior gotowany* 100 g
	PN	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Szynka z piersią indycką- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalanej 25 g (<u>SOJ, SEL.</u>) Salata zielona 10 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Twarożek z ziołami 40 g (<u>MLE.</u>) Salata zielona 10 g	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt		Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 30 g
	Wartość energetyczna: 2146.39 kcal; Białko ogółem: 96.12 g; Tłuszcz: 66.38 g; Kw. tł. nasy.: 12.86 g; Węglowodany ogółem: 311.21 g; W tym cukry: 35.70 g; Błonnik pok.: 45.68 g; Sól: 10.59 g; WW: 26.56 Por.; : 17.91 %; : 917.89 %; Ener. z T: 27.83 %; Ener. z Bł.: 4.26 %; K: 4360.04 mg;	Wartość energetyczna: 2244.28 kcal; Białko ogółem: 114.45 g; Tłuszcz: 62.28 g; Kw. tł. nasy.: 22.66 g; Węglowodany ogółem: 317.67 g; W tym cukry: 45.47 g; Błonnik pok.: 27.32 g; Sól: 8.31 g; WW: 29.09 Por.; : 20.40 %; : 751.13 %; Ener. z T: 24.98 %; Ener. z Bł.: 2.43 %; K: 4068.14 mg;	Wartość energetyczna: 2168.29 kcal; Białko ogółem: 99.16 g; Tłuszcz: 83.34 g; Kw. tł. nasy.: 19.90 g; Węglowodany ogółem: 269.57 g; W tym cukry: 76.52 g; Błonnik pok.: 30.16 g; Sól: 2.30 g; WW: 23.77 Por.; : 18.29 %; : 1070.03 %; Ener. z T: 34.59 %; Ener. z Bł.: 2.78 %; K: 5570.56 mg;	Wartość energetyczna: 1894.56 kcal; Białko ogółem: 73.94 g; Tłuszcz: 68.81 g; Kw. tł. nasy.: 8.76 g; Węglowodany ogółem: 259.14 g; W tym cukry: 64.23 g; Błonnik pok.: 29.72 g; Sól: 1.56 g; WW: 22.72 Por.; : 15.61 %; : 489.75 %; Ener. z T: 32.69 %; Ener. z Bł.: 3.14 %; K: 4454.96 mg;	Wartość energetyczna: 2645.67 kcal; Białko ogółem: 110.11 g; Tłuszcz: 57.85 g; Kw. tł. nasy.: 19.76 g; Węglowodany ogółem: 434.41 g; W tym cukry: 124.15 g; Błonnik pok.: 28.85 g; Sól: 7.14 g; WW: 40.68 Por.; : 16.65 %; : 940.35 %; Ener. z T: 19.68 %; Ener. z Bł.: 2.18 %; K: 4565.44 mg;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-05-27 do dnia 2024-06-02 KUCHNIA SIEDLCE

	SIE- Z ogr. łatwoprzyswajalnych węgl. b/ml	SIE- Cukrzyca lekko strawna	SIE- Płynna 3x/Płynna wzb. 5x	SIE- Płynna wzbogacona b/ml	SIE- Papkowata	
2024-06-01 sobota	Śniadanie	Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynka z pierśią kurczaka-wędl.z drob.gr.rozd.parzo.w osł.niejadalnej 50 g (<u>SOJ.</u>) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 25 g (<u>SOJ.</u>) Pomidorki koktajlowe 80 g Mix салат 20 g	Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Szynka z pierśią kurczaka-wędl.z drob.gr.rozd.parzo.w osł.niejadalnej 50 g (<u>SOJ.</u>) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 25 g (<u>SOJ.</u>) Pomidorki koktajlowe 80 g Mix салат 20 g	Płynna śniadanie mleczna-SIED 500 ml (<u>GLU PSZ. JAJ. MLE.</u>)	Płynna śniadanie bezmleczna-SIED 500 ml (<u>GLU PSZ. JAJ.</u>)	Ryż na mleku 300 ml (<u>MLE.</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bulka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Szynka z pierśią kurczaka-wędl.z drob.gr.rozd.parzo.w osł.niejadalnej 50 g (<u>SOJ.</u>) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 25 g (<u>SOJ.</u>) Marchew gotowana z olejem () 100 g
	II ŚN	Jabłko 1 szt 1 szt	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	
	Obiad	Grochowa z ziemniakami () 300 ml (<u>GLU PSZ. SEL.</u>) kasza pęczak/sypko 180 g (<u>GLU PSZ.</u>) Gulasz wołowy 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Ogórek kiszony z cebulką z olejem 100 g Buraczki gotowane () 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Selerowa z ziemniakami - dieta () 300 ml (<u>MLE. SEL.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (<u>GLU JĘCZ.</u>) Gulasz wołowy 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Buraczki gotowane () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna obiad*()-SIED 500 ml (<u>SEL.</u>)	Selerowa z ziemniakami - dieta () 300 ml (<u>MLE. SEL.</u>) Ryż na sypko 180 g Gulasz wołowy 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Buraczki gotowane drobno tarte () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	
	PD	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<u>MLE.</u>)	Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml		
	Kolacja	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 75 g Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g Twarożek 80 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna kolacja *()-SIED 500 ml (<u>SEL.</u>)	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bulka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Twarożek 80 g (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g Brokuł gotowany* 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	
	PN	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 25 g (<u>SOJ.</u>) Salata zielona 10 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Baton szynkowy z kurcząt 25 g (<u>może zawierać: GLU PSZ. MLE. GOR.</u>) Salata zielona 10 g	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Sok pomarańczowy 0,2L-kartonik 1 szt	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-05-27 do dnia 2024-06-02 KUCHNIA SIEDLCE

	SIE- Z ogr. łatwoprzyswajalnych węgl. b/ml	SIE- Cukrzyca lekko strawna	SIE- Płynna 3x/Płynna wzb. 5x	SIE- Płynna wzbogacona b/ml	SIE- Papkowata
2024-06-01 sobota	Wartość energetyczna: 2052.30 kcal; Białko ogółem: 95.06 g; Tłuszcz: 59.25 g; Kw. tł. nasy.: 13.23 g; Węglowodany ogółem: 309.30 g; W tym cukry: 39.35 g; Błonnik pok.: 56.09 g; Sól: 11.34 g; WW: 25.37 Por; : 18.53 %; : 823.22%; Ener. z T: 25.99 %; Ener. z Bł.: 5.47 %; K: 3697.58 mg;	Wartość energetyczna: 2150.05 kcal; Białko ogółem: 102.19 g; Tłuszcz: 54.86 g; Kw. tł. nasy.: 22.66 g; Węglowodany ogółem: 336.16 g; W tym cukry: 53.29 g; Błonnik pok.: 35.01 g; Sól: 10.06 g; WW: 30.11 Por; : 19.01 %; : 736.50%; Ener. z T: 22.96 %; Ener. z Bł.: 3.26 %; K: 3670.72 mg;	Wartość energetyczna: 2052.42 kcal; Białko ogółem: 90.44 g; Tłuszcz: 79.06 g; Kw. tł. nasy.: 17.38 g; Węglowodany ogółem: 258.78 g; W tym cukry: 71.01 g; Błonnik pok.: 29.70 g; Sól: 2.04 g; WW: 22.75 Por; : 17.63 %; : 958.15%; Ener. z T: 34.67 %; Ener. z Bł.: 2.89 %; K: 5141.86 mg;	Wartość energetyczna: 1894.56 kcal; Białko ogółem: 73.94 g; Tłuszcz: 68.81 g; Kw. tł. nasy.: 8.76 g; Węglowodany ogółem: 259.14 g; W tym cukry: 64.23 g; Błonnik pok.: 29.72 g; Sól: 1.56 g; WW: 22.72 Por; : 15.61 %; : 489.75 %; Ener. z T: 32.69 %; Ener. z Bł.: 3.14 %; K: 4454.96 mg;	Wartość energetyczna: 2382.91 kcal; Białko ogółem: 102.60 g; Tłuszcz: 52.99 g; Kw. tł. nasy.: 21.11 g; Węglowodany ogółem: 398.55 g; W tym cukry: 119.84 g; Błonnik pok.: 31.71 g; Sól: 8.45 g; WW: 36.68 Por; : 17.22 %; : 928.42 %; Ener. z T: 20.01 %; Ener. z Bł.: 2.66 %; K: 3944.22 mg;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-05-27 do dnia 2024-06-02 KUCHNIA SIEDLCE

	SIE- Z ogr. łatwoprzyswajalnych węgl. b/ml	SIE- Cukrzyca lekko strawna	SIE- Płynna 3x/Płynna wzb. 5x	SIE- Płynna wzbogacona b/ml	SIE- Papkowata	
2024-06-02 niedziela	Śniadanie	Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynka z piersią indyjską- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona,w osłonce niejadanej 75 g (<u>SOJ, SEL.</u>) Salata zielona 20 g Rzodkiew biała 80 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<u>MLE.</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Twarożek z koperkiem 80 g (<u>MLE.</u>) Baton szynkowy z kurcząt 25 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.</u>) Salata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Płynna śniadanie mleczna-SIED 500 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>)	Płynna śniadanie bezmleczna-SIED 500 ml (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>)	Płatki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Twarożek z koperkiem 80 g (<u>MLE.</u>) Baton szynkowy z kurcząt 25 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.</u>) Dyńia z wody 100 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml
	II ŚN	Kiwi 1 szt 1 szt	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml	Banan 150 g	
	Obiad	Rosół z makaronem () 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 180 g udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 130 g Surówka z kapusty białej z koperkiem i z olejem 100 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 100 g (<u>SEL.</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml	Rosół z makaronem () 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 180 g udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 130 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g (<u>SEL.</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml	Płynna obiad*(-)-SIED 500 ml (<u>SEL.</u>)	Rosół z makaronem () 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 180 g Pulpet drobiowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g (<u>SEL.</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	
	PD	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Szynka gotowana wieprzowa wędzona parzona,zawiera wodę dodaną, w siatce niejadanej 20 g (<u>GLU PSZ, SOJ.</u>) Salata zielona 10 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Szynka gotowana wieprzowa wędzona parzona,zawiera wodę dodaną, w siatce niejadanej 20 g (<u>GLU PSZ, SOJ.</u>) Salata zielona 10 g	Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml		
	Kolacja	Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynka zielonogórska- wp. parzona 50 g (<u>SOJ.</u>) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 25 g (<u>SOJ.</u>) Ogórek świeży 80 g Rukola 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Szynka zielonogórska- wp. parzona 50 g (<u>SOJ.</u>) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 25 g (<u>SOJ.</u>) Rukola 20 g Pomidor 80 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna kolacja*(-)-SIED 500 ml (<u>SEL.</u>)	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Szynka zielonogórska- wp. parzona 50 g (<u>SOJ.</u>) Dżem 25 g 1 szt Buraczki gotowane () 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	
	PN	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Salata zielona 10 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Salata zielona 10 g	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt		
		Wartość energetyczna: 2212.47 kcal; Białko ogółem: 106.41 g; Tłuszcz: 75.35 g; Kw. tł. nasy.: 18.97 g; Węglowodany ogółem: 302.07 g; W tym cukry: 34.54 g; Błonnik pok.: 50.46 g; Sól: 10.25 g; WW: 25.27 Por.; : 19.24 %; : 898.77 %; Ener. z T: 30.65 %; Ener. z Bł.: 4.56 %; K: 4605.59 mg;	Wartość energetyczna: 2454.87 kcal; Białko ogółem: 116.76 g; Tłuszcz: 81.10 g; Kw. tł. nasy.: 30.88 g; Węglowodany ogółem: 330.85 g; W tym cukry: 43.57 g; Błonnik pok.: 35.49 g; Sól: 11.18 g; WW: 29.60 Por.; : 19.03 %; : 727.79 %; Ener. z T: 29.73 %; Ener. z Bł.: 2.89 %; K: 4065.88 mg;	Wartość energetyczna: 2101.36 kcal; Białko ogółem: 87.20 g; Tłuszcz: 77.06 g; Kw. tł. nasy.: 16.19 g; Węglowodany ogółem: 278.80 g; W tym cukry: 83.89 g; Błonnik pok.: 29.72 g; Sól: 2.00 g; WW: 24.73 Por.; : 16.60 %; : 947.03 %; Ener. z T: 33.00 %; Ener. z Bł.: 2.83 %; K: 5021.46 mg;	Wartość energetyczna: 1894.56 kcal; Białko ogółem: 73.94 g; Tłuszcz: 68.81 g; Kw. tł. nasy.: 8.76 g; Węglowodany ogółem: 259.14 g; W tym cukry: 64.23 g; Błonnik pok.: 29.72 g; Sól: 1.56 g; WW: 22.72 Por.; : 15.61 %; : 489.75 %; Ener. z T: 32.69 %; Ener. z Bł.: 3.14 %; K: 4454.96 mg;	Wartość energetyczna: 2523.55 kcal; Białko ogółem: 96.74 g; Tłuszcz: 60.82 g; Kw. tł. nasy.: 21.65 g; Węglowodany ogółem: 411.75 g; W tym cukry: 140.58 g; Błonnik pok.: 34.34 g; Sól: 8.31 g; WW: 37.81 Por.; : 15.33 %; : 988.34 %; Ener. z T: 21.69 %; Ener. z Bł.: 2.72 %; K: 4761.70 mg;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-05-27 do dnia 2024-06-02 KUCHNIA SIEDLCE

	SIE- Papkowata b/ml	SIE- Łatwo strawna	SIE- Bezmleczna	SIE- Niskotłuszczowa	SIE- O kontr. zaw.kwasów tłuszczowych	
2024-05-27 poniedziałek	Śniadanie	Kasza manna na wodzie 300 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w ost.niejad 50 g Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 100 g (<u>SEL.</u>)	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (<u>MLE. GLU JECZ.</u>) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ. SOJ. MLE.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w ost.niejad 50 g Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Pomidor 80 g Mix salat 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Kasza manna na wodzie 300 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w ost.niejad 50 g Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Pomidor 80 g Mix salat 20 g Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (<u>MLE. GLU JECZ.</u>) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 70 g (<u>GLU PSZ.</u>) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ. SOJ. MLE.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w ost.niejad 50 g Pomidor b/skórki 80 g Mix salat 20 g Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (<u>MLE. GLU JECZ.</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka graham-pszenna 60g 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 60 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w ost.niejad 50 g Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Pomidor 80 g Mix salat 20 g
	II ŚN	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt				Kiwi 1 szt 1 szt
	Obiad	Brokułowa z ryżem (bez mleka) () 300 ml (<u>SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 180 g Pulpet drobiowy 100 g (<u>GLU PSZ. JAJ.</u>) Sos ziołowy () 80 ml (<u>GLU PSZ. SEL.</u>) Marchew gotowana z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Brokułowa z ryżem () 300 ml (<u>MLE. SEL.</u>) Gulasz warzywny z tofu dieta* 150 g (<u>GLU PSZ. SOJ. SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 180 g Surówka z marchwi z olejem () 100 g Salatka z buraczków i jabłka z olejem () 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Brokułowa z ryżem (bez mleka) () 300 ml (<u>SEL.</u>) Gulasz warzywny z tofu dieta* 150 g (<u>GLU PSZ. SOJ. SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 180 g Surówka z marchwi z olejem b/c 100 g Salatka z buraczków i jabłka z olejem () 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Brokułowa z ryżem () 300 ml (<u>MLE. SEL.</u>) Pulpet drobiowy 100 g (<u>GLU PSZ. JAJ.</u>) Sos ziołowy () 80 ml (<u>GLU PSZ. SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 180 g Surówka z marchwi z olejem () 100 g Salatka z buraczków i jabłka z olejem () 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Brokułowa z ryżem () 300 ml (<u>MLE. SEL.</u>) Gulasz warzywny z ciecierzycą* 150 g (<u>GLU PSZ. SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 180 g Surówka z marchwi z olejem b/c () 100 g Salatka z buraczków i jabłka z olejem () 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD	Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml				Podplomyki b/c 20 g (<u>GLU PSZ. MLE.</u>) Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)
	Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 75 g (<u>SOJ.</u>) Brokuł gotowany* 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Twaróg półtłusty 50 g (<u>MLE.</u>) Schab Benedykta wp parzony z dodatkiem wody 50 g (<u>GLU PSZ. SOJ. SEL. może zawierać: JAJ. OZI. MLE. GOR. SEZ.</u>) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<u>MLE.</u>)	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 75 g (<u>SOJ.</u>) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Twaróg półtłusty 50 g (<u>MLE.</u>) Schab Benedykta wp parzony z dodatkiem wody 50 g (<u>GLU PSZ. SOJ. SEL. może zawierać: JAJ. OZI. MLE. GOR. SEZ.</u>) Pomidor b/skórki 80 g Salata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<u>MLE.</u>)	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Twaróg półtłusty 50 g (<u>MLE.</u>) Schab Benedykta wp parzony z dodatkiem wody 50 g (<u>GLU PSZ. SOJ. SEL. może zawierać: JAJ. OZI. MLE. GOR. SEZ.</u>) Ogórek świeży 80 g Salata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<u>MLE.</u>)
PN	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt			Wafle ryżowe 30 g Dżem 25 g 1 szt		

Jadłospisy za okres od dnia 2024-05-27 do dnia 2024-06-02 KUCHNIA SIEDLCE

2024-05-27, poniedziałek

SIE- Papkowata b/ml	SIE- Łatwo strawna	SIE- Bezmleczna	SIE- Niskotłuszczowa	SIE- O kontr. zaw.kwasów tłuszczowych
Wartość energetyczna: 2157.86 kcal; Białko ogółem: 86.41 g; Tłuszcz: 56.54 g; Kw. tł. nasy.: 11.86 g; Węglowodany ogółem: 344.47 g; W tym cukry: 76.19 g; Błonnik pok.: 35.25 g; Sól: 12.30 g; WW: 30.85 Por; : 16.02 %; : 837.63 %; Ener. z T: 23.58 %; Ener. z Bł.: 3.27 %; K: 3850.56 mg;	Wartość energetyczna: 2282.29 kcal; Białko ogółem: 86.14 g; Tłuszcz: 57.64 g; Kw. tł. nasy.: 22.46 g; Węglowodany ogółem: 368.64 g; W tym cukry: 88.90 g; Błonnik pok.: 32.69 g; Sól: 9.43 g; WW: 33.67 Por; : 15.10 %; : 961.83 %; Ener. z T: 22.73 %; Ener. z Bł.: 2.86 %; K: 4107.30 mg;	Wartość energetyczna: 2025.66 kcal; Białko ogółem: 70.06 g; Tłuszcz: 50.72 g; Kw. tł. nasy.: 10.36 g; Węglowodany ogółem: 336.86 g; W tym cukry: 67.51 g; Błonnik pok.: 29.51 g; Sól: 9.23 g; WW: 30.79 Por; : 13.83 %; : 831.45 %; Ener. z T: 22.54 %; Ener. z Bł.: 2.91 %; K: 3446.14 mg;	Wartość energetyczna: 2241.82 kcal; Białko ogółem: 97.61 g; Tłuszcz: 47.82 g; Kw. tł. nasy.: 16.77 g; Węglowodany ogółem: 367.87 g; W tym cukry: 86.62 g; Błonnik pok.: 28.34 g; Sól: 8.22 g; WW: 34.08 Por; : 17.42 %; : 1021.47 %; Ener. z T: 19.20 %; Ener. z Bł.: 2.53 %; K: 4205.37 mg;	Wartość energetyczna: 2315.07 kcal; Białko ogółem: 92.13 g; Tłuszcz: 63.65 g; Kw. tł. nasy.: 18.29 g; Węglowodany ogółem: 359.91 g; W tym cukry: 75.85 g; Błonnik pok.: 43.57 g; Sól: 8.82 g; WW: 31.75 Por; : 15.92 %; : 1135.71 %; Ener. z T: 24.75 %; Ener. z Bł.: 3.76 %; K: 4890.14 mg;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-05-27 do dnia 2024-06-02 KUCHNIA SIEDLCE

	SIE- Papkowata b/ml	SIE- Łatwo strawna	SIE- Bezmleczna	SIE- Niskotłuszczowa	SIE- O kontr. zaw.kwasów tłuszczowych	
2024-05-28 wtorek	Śniadanie	Kasza kukurydziana na wodzie 300 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 75 g Kalafior gotowany* 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (<u>MLE.</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Serek a'la homogenizowany z ziołami 80 g (<u>MLE.</u>) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 25 g (<u>może zawierać: MLE, GOR.</u>) Pomidor 80 g Rukola 20 g Banan 150 g	Kasza kukurydziana na wodzie 300 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Miód (25g) 1 szt Rukola 20 g Pomidor 80 g Banan 150 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (<u>MLE.</u>) Bułka pszenna długa krojona 120 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Serek a'la homogenizowany z ziołami 80 g (<u>MLE.</u>) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 25 g (<u>może zawierać: MLE, GOR.</u>) Rukola 20 g Pomidor b/skórki 80 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Banan 150 g	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (<u>MLE.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Serek a'la homogenizowany z ziołami 80 g (<u>MLE.</u>) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 25 g (<u>może zawierać: MLE, GOR.</u>) Rukola 20 g Papryka świeża 80 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml
	II ŚN	Banan 150 g			Banan 150 g	
	Obiad	Solferino (bez mleka) () 300 ml (<u>GLU PSZ. SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 180 g Pulpet wieprzowy 100 g (<u>GLU PSZ. JAJ.</u>) Sos szpinakowy* 80 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Dyńia duszona 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>) Szynka wieprzowa gotowana 100 g Makaron 180 g (<u>GLU PSZ.</u>) Sos szpinakowy* 80 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Dyńia duszona z olejem* 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml	Solferino (bez mleka) () 300 ml (<u>GLU PSZ. SEL.</u>) Makaron 180 g (<u>GLU PSZ.</u>) Szynka wieprzowa gotowana 100 g Sos szpinakowy* 80 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g Dyńia duszona z olejem* 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml	Solferino () 300 ml (<u>GLU PSZ. MLE. SEL.</u>) Makaron 180 g (<u>GLU PSZ.</u>) Szynka wieprzowa gotowana 100 g Sos szpinakowy* 80 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Dyńia duszona z olejem* 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml	Pieczarkowa z ziemniakami () 300 ml (<u>GLU PSZ. MLE. SEL.</u>) Makaron pełnoziarnisty 180 g (<u>GLU PSZ.</u>) Szynka wieprzowa gotowana 100 g Sos szpinakowy* 80 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g Dyńia duszona z olejem* 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml
	PD	Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml			Ciasto drożdżowe 50 g (<u>GLU PSZ. JAJ. MLE. SO2.</u>) Jogurt brzoskwinowy 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)	
	Kolacja	Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 50 g (<u>SOJ.</u>) Dżem 25 g 1 szt Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 100 g (<u>SEL.</u>) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 50 g (<u>SOJ.</u>) Ser mozzarella kulki 35 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 50 g (<u>SOJ.</u>) Miód (25g) 1 szt Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 50 g (<u>SOJ.</u>) Pomidor b/skórki 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 50 g (<u>SOJ.</u>) Ser mozzarella kulki 35 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PN	Mus tymbark ryż + owoce tropikalne 100 g 1 szt				
		Wartość energetyczna: 2443.16 kcal; Białko ogółem: 89.88 g; Tłuszcz: 53.90 g; Kw. tł. nasy.: 12.85 g; Węglowodany ogółem: 411.57 g; W tym cukry: 120.52 g; Błonnik pok.: 31.60 g; Sól: 8.79 g; WW: 38.01 Por; : 14.72 %; : 938.30 %; Ener. z T: 19.86 %; Ener. z Bł.: 2.59 %; K: 4638.76 mg;	Wartość energetyczna: 2429.98 kcal; Białko ogółem: 114.95 g; Tłuszcz: 57.38 g; Kw. tł. nasy.: 25.95 g; Węglowodany ogółem: 371.57 g; W tym cukry: 103.18 g; Błonnik pok.: 23.81 g; Sól: 7.05 g; WW: 34.87 Por; : 18.92 %; : 822.87 %; Ener. z T: 21.25 %; Ener. z Bł.: 1.96 %; K: 3882.43 mg;	Wartość energetyczna: 2319.29 kcal; Białko ogółem: 92.47 g; Tłuszcz: 45.06 g; Kw. tł. nasy.: 11.56 g; Węglowodany ogółem: 395.35 g; W tym cukry: 88.56 g; Błonnik pok.: 23.81 g; Sól: 7.04 g; WW: 37.20 Por; : 15.95 %; : 760.25 %; Ener. z T: 17.48 %; Ener. z Bł.: 2.05 %; K: 3459.09 mg;	Wartość energetyczna: 2321.66 kcal; Białko ogółem: 113.39 g; Tłuszcz: 42.29 g; Kw. tł. nasy.: 15.96 g; Węglowodany ogółem: 377.40 g; W tym cukry: 106.39 g; Błonnik pok.: 21.45 g; Sól: 5.57 g; WW: 35.69 Por; : 19.54 %; : 959.76 %; Ener. z T: 16.39 %; Ener. z Bł.: 1.85 %; K: 4124.73 mg;	Wartość energetyczna: 2561.14 kcal; Białko ogółem: 122.32 g; Tłuszcz: 71.41 g; Kw. tł. nasy.: 23.55 g; Węglowodany ogółem: 369.31 g; W tym cukry: 87.38 g; Błonnik pok.: 43.55 g; Sól: 7.34 g; WW: 32.86 Por; : 19.10 %; : 911.72 %; Ener. z T: 25.09 %; Ener. z Bł.: 3.40 %; K: 4703.54 mg;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-05-27 do dnia 2024-06-02 KUCHNIA SIEDLCE

	SIE- Papkowata b/ml	SIE- Łatwo strawna	SIE- Bezmleczna	SIE- Niskotłuszczowa	SIE- O kontr. zaw.kwasów tłuszczowych	
2024-05-29 środa	Śniadanie	Płatki owsiane na wodzie 300 ml (<u>GLU OW.</u>) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynka zielonogórska- wp. parzona 75 g (<u>SOJ.</u>) Brokuł gotowany* 100 g	Płatki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE. GLU OW.</u>) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (<u>SOJ.</u>) Szynka zielonogórska- wp. parzona 25 g (<u>SOJ.</u>) Salatka wiosenna - diety 100 g Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Płatki owsiane na wodzie 300 ml (<u>GLU OW.</u>) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 25 g (<u>SOJ.</u>) Szynka zielonogórska- wp. parzona 25 g (<u>SOJ.</u>) Salatka wiosenna - diety 100 g Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Płatki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE. GLU OW.</u>) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Szynka zielonogórska- wp. parzona 25 g (<u>SOJ.</u>) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 25 g (<u>SOJ.</u>) Pomidor b/skórki 80 g Mix салат 20 g Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Płatki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE. GLU OW.</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Paprykarz szczeciński 80 g (<u>RYB. SOJ.</u>) Szynka zielonogórska- wp. parzona 25 g (<u>SOJ.</u>) Salatka wiosenna 100 g
	II ŚN	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt			Jabłko 1 szt 1 szt	
	Obiad	Grysikowa () 300 ml (<u>GLU PSZ. SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 180 g Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 100 g (<u>GLU PSZ. JAJ.</u>) Sos jarzynowy () 80 ml (<u>GLU PSZ. SEL.</u>) Buraczki gotowane () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Grysikowa () 300 ml (<u>GLU PSZ. SEL.</u>) Zrazik drobiowy z udźca pieczony mielony 100 g (<u>GLU PSZ. JAJ.</u>) Ziemniaki gotowane () 180 g Sos jarzynowy () 80 ml (<u>GLU PSZ. SEL.</u>) Buraczki gotowane () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Grysikowa () 300 ml (<u>GLU PSZ. SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 180 g Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 100 g (<u>GLU PSZ. JAJ.</u>) Sos jarzynowy () 80 ml (<u>GLU PSZ. SEL.</u>) Buraczki gotowane () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Grysikowa () 300 ml (<u>GLU PSZ. SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 180 g Zrazik drobiowy z udźca pieczony mielony 100 g (<u>GLU PSZ. JAJ.</u>) Sos jarzynowy () 80 ml (<u>GLU PSZ. SEL.</u>) Buraczki gotowane () 100 g Salatka szwedzka b/c () 100 g (<u>GOR.</u>) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Grysikowa () 300 ml (<u>GLU PSZ. SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 180 g Zrazik drobiowy z udźca pieczony mielony 100 g (<u>GLU PSZ. JAJ.</u>) Sos jarzynowy () 80 ml (<u>GLU PSZ. SEL.</u>) Buraczki gotowane () 100 g Salatka szwedzka b/c () 100 g (<u>GOR.</u>) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD	Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml			Budyń o smaku waniliowym z/c 200 ml (<u>MLE.</u>)	
	Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 25 g Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Baton szynkowy z kurcząt 25 g (<u>może zawierać: GLU PSZ. MLE. GOR.</u>) Pomidorki koktajlowe 80 g Salata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 25 g Pomidorki koktajlowe 80 g Salata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Bułka pszenna długa krojona 120 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Miód (25g) 1 szt Baton szynkowy z kurcząt 25 g (<u>może zawierać: GLU PSZ. MLE. GOR.</u>) Pomidor b/skórki 80 g Salata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Chleb razowy pszenno-żytni 120 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Baton szynkowy z kurcząt 25 g (<u>może zawierać: GLU PSZ. MLE. GOR.</u>) Paszтет z soczewicy () 60 g (<u>GLU PSZ. JAJ.</u>) Pomidorki koktajlowe 80 g Salata zielona 20 g
	PN	Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt	Mleko Smakowe UHT 1,5% tł 0,2l 1 szt (<u>MLE.</u>) Biszkopty 30 g (<u>GLU PSZ. JAJ. MLE. GLU JECZ.</u>)	Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt Wafle ryżowe 30 g	Mleko Smakowe UHT 1,5% tł 0,2l 1 szt (<u>MLE.</u>) Biszkopty 30 g (<u>GLU PSZ. JAJ. MLE. GLU JECZ.</u>)	
	Wartość energetyczna: 2061.30 kcal; Białko ogółem: 82.93 g; Tłuszcz: 39.02 g; Kw. tł. nasy.: 10.66 g; Węglowodany ogółem: 355.62 g; W tym cukry: 91.88 g; Błonnik pok.: 26.44 g; Sól: 8.14 g; WW: 32.79 Por.; : 16.09 %; : 825.69 %; Ener. z T: 17.04 %; Ener. z Bł.: 2.57 %; K: 3569.00 mg;	Wartość energetyczna: 2413.99 kcal; Białko ogółem: 96.47 g; Tłuszcz: 71.15 g; Kw. tł. nasy.: 22.45 g; Węglowodany ogółem: 367.34 g; W tym cukry: 85.11 g; Błonnik pok.: 26.62 g; Sól: 8.55 g; WW: 34.05 Por.; : 15.98 %; : 930.74 %; Ener. z T: 26.53 %; Ener. z Bł.: 2.21 %; K: 4096.86 mg;	Wartość energetyczna: 2130.05 kcal; Białko ogółem: 83.78 g; Tłuszcz: 46.98 g; Kw. tł. nasy.: 10.58 g; Węglowodany ogółem: 356.39 g; W tym cukry: 81.47 g; Błonnik pok.: 27.61 g; Sól: 8.14 g; WW: 32.80 Por.; : 15.73 %; : 879.74 %; Ener. z T: 19.85 %; Ener. z Bł.: 2.59 %; K: 3739.36 mg;	Wartość energetyczna: 2152.93 kcal; Białko ogółem: 89.38 g; Tłuszcz: 36.85 g; Kw. tł. nasy.: 14.05 g; Węglowodany ogółem: 385.60 g; W tym cukry: 84.08 g; Błonnik pok.: 24.53 g; Sól: 6.66 g; WW: 36.14 Por.; : 16.61 %; : 1071.07 %; Ener. z T: 15.41 %; Ener. z Bł.: 2.28 %; K: 4223.88 mg;	Wartość energetyczna: 2639.71 kcal; Białko ogółem: 103.54 g; Tłuszcz: 82.66 g; Kw. tł. nasy.: 18.40 g; Węglowodany ogółem: 395.25 g; W tym cukry: 86.15 g; Błonnik pok.: 37.40 g; Sól: 10.06 g; WW: 35.83 Por.; : 15.69 %; : 1152.73 %; Ener. z T: 28.18 %; Ener. z Bł.: 2.83 %; K: 5008.89 mg;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-05-27 do dnia 2024-06-02 KUCHNIA SIEDLCE

	SIE- Papkowata b/ml	SIE- Łatwo strawna	SIE- Bezmleczna	SIE- Niskotłuszczowa	SIE- O kontr. zaw.kwasów tłuszczowych	
2024-05-30 czwartek	Śniadanie	Kasza kukurydziana na wodzie 300 ml Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Dżem 25 g 1 szt Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (<u>SEL.</u>)	Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ. JAJ. MLE.</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ. SOJ. MLE.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt (<u>MLE.</u>) Pomidor 80 g Rozzponka 20 g Melon 100 g	Kasza manna na wodzie 300 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 25 g (<u>SOJ.</u>) Pomidor 80 g Rozzponka 20 g Melon 100 g	Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ. JAJ. MLE.</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 25 g Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt (<u>MLE.</u>) Pomidor b/skórki 80 g Rozzponka 20 g Melon 100 g	Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ. JAJ. MLE.</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Bułka graham-pszenna 60g 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 60 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt (<u>MLE.</u>) Papryka świeża 80 g Rozzponka 20 g
	II ŚN	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt			Melon 100 g	
	Obiad	Ziemniaczana (bez mleka) () 300 ml (<u>GLU PSZ. SEL.</u>) Ryż na sypko 200 g Pulpet wieprzowy 100 g (<u>GLU PSZ. JAJ.</u>) Sos pomidorowy 80 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml	Ziemniaczana () 300 ml (<u>GLU PSZ. MLE. SEL.</u>) Risotto z mięsem wieprzowym i warzywami () 300 g (<u>SEL.</u>) Surówka z selera i marchwi () 100 g (<u>MLE. SEL.</u>) Cukinia pieczona z olejem * 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml	Ziemniaczana (bez mleka) () 300 ml (<u>GLU PSZ. SEL.</u>) Risotto z mięsem wieprzowym i warzywami () 300 g (<u>SEL.</u>) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml	Ziemniaczana () 300 ml (<u>GLU PSZ. MLE. SEL.</u>) Risotto z mięsem wieprzowym i warzywami () 300 g (<u>SEL.</u>) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml	Barszcz biały z ziemniakami () 300 ml (<u>GLU PSZ. MLE. SEL. GLU ŻYT.</u>) Risotto (ryż brązowy) z mięsem wieprzowym i warzywami () 300 g (<u>SEL.</u>) Cukinia pieczona z olejem * 100 g Surówka z selera i marchwi () 100 g (<u>MLE. SEL.</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml
	PD	Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml				Maślanka truskawkowa 150 ml (<u>MLE.</u>) Herbatniki 30 g (<u>GLU PSZ. SOJ. MLE.</u>)
	Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynka Delikatesowa z kurczaka produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 75 g Kalafior gotowany* 100 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Makaron z serem 300 g (<u>GLU PSZ. MLE.</u>) Sos jogurtowy naturalny 80 g (<u>MLE.</u>) Mus z jabłek () z/c 100 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynka Delikatesowa z kurczaka produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 75 g Pomidor 80 g Salata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Makaron z serem 300 g (<u>GLU PSZ. MLE.</u>) Sos jogurtowy naturalny 80 g (<u>MLE.</u>) Mus z jabłek () z/c 100 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Makaron z serem b/c 300 g (<u>GLU PSZ. MLE.</u>) Sos jogurtowy naturalny 80 g (<u>MLE.</u>) Mus z jabłek () b/c 100 g
PN	Mus- przecier owocowy jabłko 100g (tubka) 1 szt	Bułka maślana 1 szt 1 szt (<u>GLU PSZ. JAJ. MLE.</u>)	Mus- przecier owocowy jabłko 100g (tubka) 1 szt	Bułka maślana 1 szt 1 szt (<u>GLU PSZ. JAJ. MLE.</u>)		
	Wartość energetyczna: 2387.72 kcal; Białko ogółem: 87.37 g; Tłuszcz: 57.96 g; Kw. tł. nasy.: 12.40 g; Węglowodany ogółem: 392.92 g; W tym cukry: 103.95 g; Błonnik pok.: 25.69 g; Sól: 8.12 g; WW: 36.69 Por; : 14.64 %; : 774.44 %; Ener. z T: 21.85 %; Ener. z Bł.: 2.15 %; K: 2957.44 mg;	Wartość energetyczna: 2744.13 kcal; Białko ogółem: 108.46 g; Tłuszcz: 67.32 g; Kw. tł. nasy.: 25.00 g; Węglowodany ogółem: 439.62 g; W tym cukry: 103.18 g; Błonnik pok.: 30.42 g; Sól: 6.51 g; WW: 40.86 Por; : 15.81 %; : 973.94 %; Ener. z T: 22.08 %; Ener. z Bł.: 2.22 %; K: 4364.65 mg;	Wartość energetyczna: 2146.45 kcal; Białko ogółem: 84.62 g; Tłuszcz: 55.92 g; Kw. tł. nasy.: 11.44 g; Węglowodany ogółem: 341.85 g; W tym cukry: 80.92 g; Błonnik pok.: 28.26 g; Sól: 8.35 g; WW: 31.33 Por; : 15.77 %; : 809.66 %; Ener. z T: 23.45 %; Ener. z Bł.: 2.63 %; K: 3832.75 mg;	Wartość energetyczna: 2690.42 kcal; Białko ogółem: 105.36 g; Tłuszcz: 65.83 g; Kw. tł. nasy.: 21.55 g; Węglowodany ogółem: 430.67 g; W tym cukry: 100.25 g; Błonnik pok.: 24.57 g; Sól: 4.95 g; WW: 40.54 Por; : 15.66 %; : 1072.43 %; Ener. z T: 22.02 %; Ener. z Bł.: 1.83 %; K: 4384.29 mg;	Wartość energetyczna: 2802.82 kcal; Białko ogółem: 117.21 g; Tłuszcz: 75.44 g; Kw. tł. nasy.: 24.66 g; Węglowodany ogółem: 426.47 g; W tym cukry: 77.81 g; Błonnik pok.: 41.28 g; Sól: 6.31 g; WW: 38.49 Por; : 16.73 %; : 1046.86 %; Ener. z T: 24.22 %; Ener. z Bł.: 2.95 %; K: 4811.26 mg;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-05-27 do dnia 2024-06-02 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- Papkowata b/ml	SIE- Łatwo strawna	SIE- Bezmleczna	SIE- Niskotłuszczowa	SIE- O kontr. zaw.kwasów tłuszczowych
2024-05-31 piątek	Śniadanie	Płatki pszenne na wodzie 300 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynka zielonogórska- wp. parzona 50 g (<u>SOJ.</u>) Dżem 25 g 1 szt Marchew gotowana z olejem () 100 g	Płatki pszenne na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ. MLE.</u>) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE. GLU ŻYT. GLU JEĆZ.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynka zielonogórska- wp. parzona 50 g (<u>SOJ.</u>) Serek wiejski lekki 3% tł 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) Dżem 25 g 1 szt Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Banan 150 g	Płatki pszenne na wodzie 300 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynka zielonogórska- wp. parzona 50 g (<u>SOJ.</u>) Dżem 25 g 1 szt Pomidor 80 g Kiełki rzodkiewki 20 g Banan 150 g	Płatki pszenne na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ. MLE.</u>) Kawa zbożowa z/c 250 ml (<u>GLU ŻYT. GLU JEĆZ.</u>) Bułka pszenna długa krojona 120 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Serek wiejski lekki 3% tł 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) Dżem 25 g 1 szt Salata zielona 20 g Pomidor b/skórki 80 g Banan 150 g	Płatki pszenne na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ. MLE.</u>) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE. GLU ŻYT. GLU JEĆZ.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Serek wiejski lekki 3% tł 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) Dżem 25 g 1 szt Kiełki rzodkiewki 20 g Pomidor 80 g
	II ŚN	Banan 150 g				Banan 150 g
	Obiad	Dyniowa z makaronem (bez mleka) () 300 ml (<u>GLU PSZ. SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 180 g Łosoś pieczony 120 g (<u>RYB.</u>) Sos cytrynowy (bez mleka) 80 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Szpinak gotowany z olejem* 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml	Dyniowa z makaronem () 300 ml (<u>GLU PSZ. MLE. SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 180 g Łosoś pieczony 120 g (<u>RYB.</u>) Sos cytrynowy 80 ml (<u>GLU PSZ. MLE.</u>) Szpinak gotowany z olejem* 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml	Dyniowa z makaronem (bez mleka) () 300 ml (<u>GLU PSZ. SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 180 g Łosoś pieczony 120 g (<u>RYB.</u>) Sos cytrynowy (bez mleka) 80 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Szpinak gotowany z olejem* 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml	Dyniowa z makaronem () 300 ml (<u>GLU PSZ. MLE. SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 180 g Łosoś pieczony 120 g (<u>RYB.</u>) Sos cytrynowy 80 ml (<u>GLU PSZ. MLE.</u>) Szpinak gotowany z olejem* 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml	Dyniowa z makaronem () 300 ml (<u>GLU PSZ. MLE. SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 180 g Łosoś pieczony 120 g (<u>RYB.</u>) Sos cytrynowy 80 ml (<u>GLU PSZ. MLE.</u>) Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 100 g Szpinak gotowany z olejem* 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml
	PD	Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml				Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)
	Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Miód (25g) 1 szt Kalafior gotowany* 100 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Miód (25g) 1 szt Pomidor 80 g Salata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Miód (25g) 1 szt Pomidor 80 g Salata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Bułka pszenna długa krojona 120 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalanej 50 g (<u>SOJ. SEL.</u>) Miód (25g) 1 szt Pomidor b/skórki 80 g Salata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Hummus 50 g (<u>SEZ.</u>) Ogórek świeży 80 g Salata zielona 20 g
PN	Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 30 g					
	Wartość energetyczna: 2430.88 kcal; Białko ogółem: 86.35 g; Tłuszcz: 47.40 g; Kw. tł. nasy.: 9.90 g; Węglowodany ogółem: 428.89 g; W tym cukry: 118.44 g; Błonnik pok.: 30.17 g; Sól: 7.14 g; WW: 39.94 Por; : 14.21 %; : 840.32 %; Ener. z T: 17.55 %; Ener. z Bł.: 2.48 %; K: 3987.15 mg;	Wartość energetyczna: 2585.47 kcal; Białko ogółem: 108.24 g; Tłuszcz: 56.63 g; Kw. tł. nasy.: 20.25 g; Węglowodany ogółem: 422.25 g; W tym cukry: 120.77 g; Błonnik pok.: 25.63 g; Sól: 7.08 g; WW: 39.87 Por; : 16.75 %; : 915.71 %; Ener. z T: 19.71 %; Ener. z Bł.: 1.98 %; K: 4550.35 mg;	Wartość energetyczna: 2301.81 kcal; Białko ogółem: 86.28 g; Tłuszcz: 45.11 g; Kw. tł. nasy.: 9.77 g; Węglowodany ogółem: 399.61 g; W tym cukry: 97.57 g; Błonnik pok.: 25.86 g; Sól: 6.67 g; WW: 37.51 Por; : 14.99 %; : 813.96 %; Ener. z T: 17.64 %; Ener. z Bł.: 2.25 %; K: 3993.57 mg;	Wartość energetyczna: 2437.50 kcal; Białko ogółem: 106.67 g; Tłuszcz: 42.24 g; Kw. tł. nasy.: 11.98 g; Węglowodany ogółem: 418.80 g; W tym cukry: 114.83 g; Błonnik pok.: 23.46 g; Sól: 6.91 g; WW: 39.80 Por; : 17.51 %; : 967.52 %; Ener. z T: 15.60 %; Ener. z Bł.: 1.93 %; K: 4407.32 mg;	Wartość energetyczna: 2626.22 kcal; Białko ogółem: 116.77 g; Tłuszcz: 72.61 g; Kw. tł. nasy.: 16.60 g; Węglowodany ogółem: 394.10 g; W tym cukry: 115.84 g; Błonnik pok.: 41.08 g; Sól: 7.65 g; WW: 35.47 Por; : 17.79 %; : 1126.59 %; Ener. z T: 24.88 %; Ener. z Bł.: 3.13 %; K: 5435.72 mg;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-05-27 do dnia 2024-06-02 KUCHNIA SIEDLCE

	SIE- Papkowata b/ml	SIE- Łatwo strawna	SIE- Bezmleczna	SIE- Niskotłuszczowa	SIE- O kontr. zaw.kwasów tłuszczowych	
2024-06-01 sobota	Śniadanie	Kasza kukurydziana na wodzie 300 ml Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynka z piersią kurczaka-wędl.z drob.gr.rozd.parzo.w ost.niejadalnej 50 g (<u>SOJ.</u>) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 25 g (<u>SOJ.</u>) Marchew gotowana z olejem () 100 g	Ryż na mleku 300 ml (<u>MLE.</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Szynka z piersią kurczaka-wędl.z drob.gr.rozd.parzo.w ost.niejadalnej 50 g (<u>SOJ.</u>) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 25 g (<u>SOJ.</u>) Mix sałat 20 g Pomidorki koktajlowe 80 g Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Kasza kukurydziana na wodzie 300 ml Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynka z piersią kurczaka-wędl.z drob.gr.rozd.parzo.w ost.niejadalnej 50 g (<u>SOJ.</u>) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 25 g (<u>SOJ.</u>) Mix sałat 20 g Pomidorki koktajlowe 80 g Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Ryż na mleku 300 ml (<u>MLE.</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Szynka z piersią kurczaka-wędl.z drob.gr.rozd.parzo.w ost.niejadalnej 50 g (<u>SOJ.</u>) Miód (25g) 1 szt Pomidor b/skórki 80 g Mix sałat 20 g Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Ryż na mleku 300 ml (<u>MLE.</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynka z piersią kurczaka-wędl.z drob.gr.rozd.parzo.w ost.niejadalnej 50 g (<u>SOJ.</u>) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 25 g (<u>SOJ.</u>) Pomidorki koktajlowe 80 g Mix sałat 20 g
	II ŚN	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt			Jabłko 1 szt 1 szt	
	Obiad	Selerowa z ziemniakami (bez mleka) () 300 ml (<u>SEL.</u>) Ryż na sypko 180 g Gulasz wołowy 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Buraczki gotowane drobno tarte () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Selerowa z ziemniakami - dieta () 300 ml (<u>MLE. SEL.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (<u>GLU JEĆZ.</u>) Gulasz wołowy 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Buraczki gotowane () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Selerowa z ziemniakami (bez mleka) () 300 ml (<u>SEL.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (<u>GLU JEĆZ.</u>) Gulasz wołowy 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Buraczki gotowane () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Selerowa z ziemniakami - dieta () 300 ml (<u>MLE. SEL.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (<u>GLU JEĆZ.</u>) Gulasz wołowy 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Buraczki gotowane () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Grochowa z ziemniakami () 300 ml (<u>GLU PSZ. SEL.</u>) Gulasz wołowy 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) kasza pęczak/sypko 180 g (<u>GLU PSZ.</u>) Ogórek kiszony z cebulką z olejem 100 g Buraczki gotowane () 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD	Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml				Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Szynka gotowana wieprzowa wędzona parzona,zawiera wodę dodaną, w siatce niejadalnej 20 g (<u>GLU PSZ. SOJ.</u>) Sałata zielona 10 g
	Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w ost.niejad 75 g Brokuł gotowany* 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w ost.niejad 25 g Twarożek 80 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w ost.niejad 75 g Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w ost.niejad 25 g Twarożek 80 g (<u>MLE.</u>) Pomidor b/skórki 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w ost.niejad 25 g Twarożek 80 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
PN	Sok pomarańczowy 0,2L-kartonik 1 szt	Ciasto drożdżowe 50 g (<u>GLU PSZ. JAJ, MLE. SO2.</u>)	Sok pomarańczowy 0,2L-kartonik 1 szt		Ciasto drożdżowe 50 g (<u>GLU PSZ. JAJ, MLE, SO2.</u>)	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-05-27 do dnia 2024-06-02 KUCHNIA SIEDLCE

	SIE- Papkowata b/ml	SIE- Łatwo strawna	SIE- Bezmleczna	SIE- Niskotłuszczowa	SIE- O kontr. zaw.kwasów tłuszczowych
2024-06-01 sobota	Wartość energetyczna: 2188.67 kcal; Białko ogółem: 88.98 g; Tłuszcz: 44.77 g; Kw. tł. nasy.: 10.16 g; Węglowodany ogółem: 381.84 g; W tym cukry: 104.35 g; Błonnik pok.: 31.69 g; Sól: 9.82 g; WW: 34.96 Por; : 16.26 %; : 814.27 %; Ener. z T: 18.41 %; Ener. z Bł.: 2.90 %; K: 3481.88 mg;	Wartość energetyczna: 2313.44 kcal; Białko ogółem: 104.49 g; Tłuszcz: 56.54 g; Kw. tł. nasy.: 22.31 g; Węglowodany ogółem: 370.76 g; W tym cukry: 78.27 g; Błonnik pok.: 30.28 g; Sól: 8.56 g; WW: 34.13 Por; : 18.07 %; : 886.71 %; Ener. z T: 22.00 %; Ener. z Bł.: 2.62 %; K: 3831.90 mg;	Wartość energetyczna: 1993.00 kcal; Białko ogółem: 86.71 g; Tłuszcz: 41.36 g; Kw. tł. nasy.: 10.02 g; Węglowodany ogółem: 341.75 g; W tym cukry: 83.29 g; Błonnik pok.: 29.28 g; Sól: 9.47 g; WW: 31.26 Por; : 17.40 %; : 774.33 %; Ener. z T: 18.68 %; Ener. z Bł.: 2.94 %; K: 3381.65 mg;	Wartość energetyczna: 2324.78 kcal; Białko ogółem: 103.81 g; Tłuszcz: 47.95 g; Kw. tł. nasy.: 16.81 g; Węglowodany ogółem: 392.89 g; W tym cukry: 80.65 g; Błonnik pok.: 28.31 g; Sól: 6.96 g; WW: 36.57 Por; : 17.86 %; : 1025.87 %; Ener. z T: 18.56 %; Ener. z Bł.: 2.44 %; K: 3998.52 mg;	Wartość energetyczna: 2443.90 kcal; Białko ogółem: 113.70 g; Tłuszcz: 70.26 g; Kw. tł. nasy.: 18.16 g; Węglowodany ogółem: 364.62 g; W tym cukry: 54.38 g; Błonnik pok.: 54.87 g; Sól: 10.37 g; WW: 31.08 Por; : 18.61 %; : 954.03 %; Ener. z T: 25.87 %; Ener. z Bł.: 4.49 %; K: 4171.03 mg;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-05-27 do dnia 2024-06-02 KUCHNIA SIEDLCE

	SIE- Papkowata b/ml	SIE- Łatwo strawna	SIE- Bezmleczna	SIE- Niskotłuszczowa	SIE- O kontr. zaw.kwasów tłuszczowych	
2024-06-02 niedziela	Śniadanie	<p>Platki owsiane na wodzie 300 ml (<u>GLU OW.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLUPSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szyunka z pierśią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonice niejadanej 75 g (<u>SOJ. SEL.</u>) Dynia z wody 100 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml</p>	<p>Platki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE. GLU OW.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Ser mozzarella 80 g (<u>MLE.</u>) Baton szynkowy z kurcząt 25 g (<u>może zawierać: GLU PSZ. MLE. GOR.</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Banan 150 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml</p>	<p>Platki owsiane na wodzie 300 ml (<u>GLU OW.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLUPSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szyunka z pierśią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonice niejadanej 75 g (<u>SOJ. SEL.</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Banan 150 g</p>	<p>Platki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE. GLU OW.</u>) Bułka pszenna długa krojona 120 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Twarożek z koperkiem 80 g (<u>MLE.</u>) Baton szynkowy z kurcząt 25 g (<u>może zawierać: GLU PSZ. MLE. GOR.</u>) Pomidor b/skórki 80 g Sałata zielona 20 g Banan 150 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml</p>	<p>Platki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE. GLU OW.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Ser mozzarella 80 g (<u>MLE.</u>) Baton szynkowy z kurcząt 25 g (<u>może zawierać: GLU PSZ. MLE. GOR.</u>) Rzodkiew biała 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml</p>
	II ŚN	Banan 150 g				Banan 150 g
	Obiad	<p>Rosół z makaronem () 300 ml (<u>GLU PSZ. SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 180 g Pulpet drobiowy 100 g (<u>GLU PSZ. JAJ.</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g (<u>SEL.</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml</p>	<p>Rosół z makaronem () 300 ml (<u>GLU PSZ. SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 180 g Udziec z kurczaka gotowany z/k z/s 130 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g (<u>SEL.</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml</p>	<p>Rosół z makaronem () 300 ml (<u>GLU PSZ. SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 180 g udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 130 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g (<u>SEL.</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml</p>	<p>Ryżowa () 300 ml (<u>MLE. SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 180 g Udziec z kurczaka gotowany z/k z/s 130 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g (<u>SEL.</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml</p>	<p>Rosół z makaronem () 300 ml (<u>GLU PSZ. SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 180 g udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 130 g Surówka z kapusty białej z koperkiem i z olejem 100 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 100 g (<u>SEL.</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml</p>
	PD	Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml				Kisiel o smaku wiśniowym z jabłkiem z/c 200 ml
	Kolacja	<p>Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szyunka zielonogórska- wp. parzona 50 g (<u>SOJ.</u>) Dżem 25 g 1 szt Buraczki gotowane () 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt</p>	<p>Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Dżem 25 g 1 szt Szyunka zielonogórska- wp. parzona 50 g (<u>SOJ.</u>) Pomidor 80 g Rukola 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt</p>	<p>Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Dżem 25 g 1 szt Szyunka zielonogórska- wp. parzona 50 g (<u>SOJ.</u>) Pomidor 80 g Rukola 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt</p>	<p>Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Dżem 25 g 1 szt Szyunka zielonogórska- wp. parzona 50 g (<u>SOJ.</u>) Pomidor b/skórki 80 g Rukola 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt</p>	<p>Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szyunka zielonogórska- wp. parzona 50 g (<u>SOJ.</u>) Dżem 25 g 1 szt Ogórek świeży 80 g Rukola 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt</p>
PN	Mus tymbark ryż + owoce tropikalne 100 g 1 szt					
	<p>Wartość energetyczna: 2286.31 kcal; Białko ogółem: 80.26 g; Tłuszcz: 51.25 g; Kw. tł. nasy.: 11.05 g; Węglowodany ogółem: 390.80 g; W tym cukry: 116.99 g; Błonnik pok.: 34.27 g; Sól: 9.08 g; WW: 35.70 Por.: 14.04 %; : 916.35 %; Ener. z T: 20.17 %; Ener. z Bł.: 3.00 %; K: 4302.91 mg;</p>	<p>Wartość energetyczna: 2616.97 kcal; Białko ogółem: 115.89 g; Tłuszcz: 83.10 g; Kw. tł. nasy.: 23.24 g; Węglowodany ogółem: 366.83 g; W tym cukry: 111.75 g; Błonnik pok.: 31.38 g; Sól: 7.63 g; WW: 33.67 Por.: 17.71 %; : 899.61 %; Ener. z T: 28.58 %; Ener. z Bł.: 2.40 %; K: 4681.29 mg;</p>	<p>Wartość energetyczna: 2241.29 kcal; Białko ogółem: 91.80 g; Tłuszcz: 60.89 g; Kw. tł. nasy.: 14.72 g; Węglowodany ogółem: 347.16 g; W tym cukry: 90.90 g; Błonnik pok.: 31.38 g; Sól: 8.54 g; WW: 31.74 Por.: 16.38 %; : 840.10 %; Ener. z T: 24.45 %; Ener. z Bł.: 2.80 %; K: 4323.62 mg;</p>	<p>Wartość energetyczna: 2358.88 kcal; Białko ogółem: 106.87 g; Tłuszcz: 60.40 g; Kw. tł. nasy.: 17.03 g; Węglowodany ogółem: 361.59 g; W tym cukry: 107.54 g; Błonnik pok.: 28.90 g; Sól: 6.81 g; WW: 33.49 Por.: 18.12 %; : 1017.12 %; Ener. z T: 23.05 %; Ener. z Bł.: 2.45 %; K: 4854.11 mg;</p>	<p>Wartość energetyczna: 2566.44 kcal; Białko ogółem: 114.01 g; Tłuszcz: 83.39 g; Kw. tł. nasy.: 17.11 g; Węglowodany ogółem: 362.27 g; W tym cukry: 112.47 g; Błonnik pok.: 44.79 g; Sól: 6.94 g; WW: 31.91 Por.: 17.77 %; : 1021.87 %; Ener. z T: 29.24 %; Ener. z Bł.: 3.49 %; K: 5002.47 mg;</p>	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-05-27 do dnia 2024-06-02 KUCHNIA SIEDLCE

	SIE- Bogatobiałkowa	SIE- Bogatobiałkowa bezmleczna	SIE- Niskobiałkowa do 50 g białka	SIE- Niskobiałkowa do 30 g białka	SIE- Kleikowa	
2024-05-27 poniedziałek	Śniadanie	<p>Plątki jęczmienne na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU JECZ.</u>) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Pomidor 80 g Mix sałat 20 g</p>	<p>Kasza manna na wodzie 300 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Pomidor 80 g Mix sałat 20 g</p>	<p>Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 120 g Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 30 g Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Pomidor 80 g Mix sałat 20 g Jabłko pieczone 1szt. 1 szt</p>	<p>Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Chleb bezglutenowy 120 g Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g Pomidor 80 g Mix sałat 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Jabłko pieczone 1szt. 1 szt</p>	<p>Kleik ryżowy na wodzie 200 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Suchary b/c 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u>)</p>
	II ŚN	<p>Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml (<u>MLE.</u>) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt</p>	<p>Jabłko pieczone 1szt. 1 szt</p>			
	Obiad	<p>Brokułowa z ryżem () 300 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Gulasz warzywny z tofu dieta* 150 g (<u>GLU PSZ, SOJ, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 180 g Surówka z marchwi z olejem () 100 g Salatka z buraczków i jabłka z olejem () 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt</p>	<p>Brokułowa z ryżem (bez mleka) () 300 ml (<u>SEL.</u>) Gulasz warzywny z tofu dieta* 150 g (<u>GLU PSZ, SOJ, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 180 g Surówka z marchwi z olejem () 100 g Salatka z buraczków i jabłka z olejem () 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt</p>	<p>Brokułowa z ryżem () 300 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Gulasz warzywny z tofu dieta* 150 g (<u>GLU PSZ, SOJ, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 180 g Surówka z marchwi z olejem () 100 g Salatka z buraczków i jabłka z olejem () 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt</p>		<p>Kleik ryżowy na wodzie 300 g Herbata czarna ekspresowa z/c 500 ml Suchary b/c 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u>)</p>
	PD	<p>Podplomyki b/c 20 g (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)</p>	<p>Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadanej 20 g (<u>SOJ, SEL.</u>) Salata zielona 10 g</p>			
	Kolacja	<p>Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Twaróg półtłusty 50 g (<u>MLE.</u>) Schab Benedykta wp parzony z dodatkiem wody 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, SEL. może zawierać: JAJ, OZI, MLE, GOR, SEZ.</u>) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<u>MLE.</u>)</p>	<p>Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 75 g (<u>SOJ.</u>) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt</p>	<p>Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 120 g Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Twaróg półtłusty 50 g (<u>MLE.</u>) Schab Benedykta wp parzony z dodatkiem wody 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, SEL. może zawierać: JAJ, OZI, MLE, GOR, SEZ.</u>) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt</p>	<p>Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 120 g Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Schab Benedykta wp parzony z dodatkiem wody 20 g (<u>GLU PSZ, SOJ, SEL. może zawierać: JAJ, OZI, MLE, GOR, SEZ.</u>) Miód (25g) 2 szt Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt</p>	<p>Kleik ryżowy na wodzie 200 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Suchary b/c 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u>) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt</p>
PN		<p>Wafle ryżowe 30 g Dżem 25 g 1 szt</p>			<p>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt</p>	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-05-27 do dnia 2024-06-02 KUCHNIA SIEDLCE

2024-05-27, poniedziałek

SIE- Bogatobiałkowa	SIE- Bogatobiałkowa bezmleczna	SIE- Niskobiałkowa do 50 g białka	SIE- Niskobiałkowa do 30 g białka	SIE- Kleikowa
Wartość energetyczna: 2650.49 kcal; Białko ogółem: 100.61 g; Tłuszcz: 64.86 g; Kw. tł. nasy.: 26.17 g; Węglowodany ogółem: 429.90 g; W tym cukry: 122.15 g; Błonnik pok.: 33.18 g; Sól: 9.84 g; WW: 39.78 Por; : 15.18 %; : 1144.67 %; Ener. z T: 22.02 %; Ener. z Bł.: 2.50 %; K: 4659.73 mg;	Wartość energetyczna: 2205.09 kcal; Białko ogółem: 75.68 g; Tłuszcz: 56.69 g; Kw. tł. nasy.: 12.08 g; Węglowodany ogółem: 363.16 g; W tym cukry: 62.32 g; Błonnik pok.: 32.71 g; Sól: 10.98 g; WW: 33.11 Por; : 13.73 %; : 810.67 %; Ener. z T: 23.14 %; Ener. z Bł.: 2.97 %; K: 3506.67 mg;	Wartość energetyczna: 1959.20 kcal; Białko ogółem: 53.77 g; Tłuszcz: 56.77 g; Kw. tł. nasy.: 17.01 g; Węglowodany ogółem: 316.08 g; W tym cukry: 71.72 g; Błonnik pok.: 23.96 g; Sól: 4.41 g; WW: 29.23 Por; : 10.98 %; : 768.87 %; Ener. z T: 26.08 %; Ener. z Bł.: 2.45 %; K: 3487.56 mg;	Wartość energetyczna: 1952.77 kcal; Białko ogółem: 32.99 g; Tłuszcz: 48.98 g; Kw. tł. nasy.: 13.53 g; Węglowodany ogółem: 353.11 g; W tym cukry: 71.12 g; Błonnik pok.: 23.96 g; Sól: 3.42 g; WW: 32.98 Por; : 6.76 %; : 812.12 %; Ener. z T: 22.57 %; Ener. z Bł.: 2.45 %; K: 3387.56 mg;	Wartość energetyczna: 887.22 kcal; Białko ogółem: 19.86 g; Tłuszcz: 7.47 g; Kw. tł. nasy.: 0.18 g; Węglowodany ogółem: 184.88 g; W tym cukry: 34.15 g; Błonnik pok.: 2.73 g; Sól: 0.25 g; WW: 18.29 Por; : 8.95 %; : 135.36 %; Ener. z T: 7.57 %; Ener. z Bł.: 0.62 %; K: 159.20 mg;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-05-27 do dnia 2024-06-02 KUCHNIA SIEDLCE

	SIE- Bogatobiałkowa	SIE- Bogatobiałkowa bezmleczna	SIE- Niskobiałkowa do 50 g białka	SIE- Niskobiałkowa do 30 g białka	SIE- Kleikowa	
2024-05-28 wtorek	Śniadanie	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (<u>MLE.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLUPSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLUPSZ. GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Serek a'la homogenizowany z ziołami 80 g (<u>MLE.</u>) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 25 g (<u>może zawierać: MLE, GOR.</u>) Rukola 20 g Pomidor 80 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Kasza kukurydziana na wodzie 300 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLUPSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLUPSZ. GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Pomidor 80 g Rukola 20 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 120 g Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 30 g (<u>może zawierać: MLE, GOR.</u>) Dżem 25 g 2 szt Rukola 20 g Pomidor 80 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Banan 150 g	Chleb bezglutenowy 120 g Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Dżem 25 g 2 szt Rukola 20 g Banan 150 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Kleik ryżowy na wodzie 200 g Suchary b/c 30 g (<u>GLUPSZ. SOJ. MLE.</u>) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml
	II ŚN	Jogurt brzoskwinowy 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) Banan 150 g	Banan 150 g			
	Obiad	Solferino () 300 ml (<u>GLUPSZ. MLE. SEL.</u>) Makaron 180 g (<u>GLUPSZ.</u>) Szynka wieprzowa gotowana 100 g Sos szpinakowy* 80 ml (<u>GLUPSZ.</u>) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g Dynia duszona z olejem* 100 g (<u>GLUPSZ.</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml	Solferino (bez mleka) () 300 ml (<u>GLUPSZ. SEL.</u>) Makaron 180 g (<u>GLUPSZ.</u>) Szynka wieprzowa gotowana 100 g Sos szpinakowy* 80 ml (<u>GLUPSZ.</u>) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g Dynia duszona z olejem* 100 g (<u>GLUPSZ.</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml	Solferino () 300 ml (<u>GLUPSZ. MLE. SEL.</u>) Makaron 180 g (<u>GLUPSZ.</u>) Szynka wieprzowa gotowana 50 g Sos szpinakowy* 80 ml (<u>GLUPSZ.</u>) Dynia duszona z olejem* 100 g (<u>GLUPSZ.</u>) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml	Solferino (bez mleka) () 300 ml (<u>GLUPSZ. SEL.</u>) Szynka wieprzowa gotowana 30 g Sos szpinakowy* 80 ml (<u>GLUPSZ.</u>) Makaron 180 g (<u>GLUPSZ.</u>) Dynia duszona z olejem* 100 g (<u>GLUPSZ.</u>) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Herbata czarna ekspresowa z/c 500 ml Suchary b/c 30 g (<u>GLUPSZ. SOJ. MLE.</u>)
	PD	Jogurt brzoskwinowy 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) Ciasto drożdżowe 50 g (<u>GLUPSZ. JAJ. MLE. SOJ.</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLUPSZ. GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Szynka gotowana wieprzowa wędzona parzona, zawiera wodę dodaną, w siatce niejadalnej 20 g (<u>GLUPSZ. SOJ.</u>) Salata zielona 10 g			
	Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLUPSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLUPSZ. GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 50 g (<u>SOJ.</u>) Ser mozzarella kulki 35 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLUPSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLUPSZ. GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 75 g (<u>SOJ.</u>) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Chleb bezglutenowy 120 g Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 25 g (<u>SOJ.</u>) Miód (25g) 1 szt Salata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 120 g Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 25 g (<u>SOJ.</u>) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Kleik ryżowy na wodzie 200 g Suchary b/c 30 g (<u>GLUPSZ. SOJ. MLE.</u>) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PN	Mus tymbark ryż + owoce tropikalne 100 g 1 szt				Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	Wartość energetyczna: 2825.48 kcal; Białko ogółem: 126.65 g; Tłuszcz: 68.78 g; Kw. tł. nasy.: 29.94 g; Węglowodany ogółem: 432.57 g; W tym cukry: 121.18 g; Błonnik pok.: 25.86 g; Sól: 7.71 g; WW: 40.87 Por.; : 17.93 %; : 986.97 %; Ener. z T: 21.91 %; Ener. z Bł.: 1.83 %; K: 4482.43 mg;	Wartość energetyczna: 2445.59 kcal; Białko ogółem: 110.09 g; Tłuszcz: 56.11 g; Kw. tł. nasy.: 14.81 g; Węglowodany ogółem: 385.15 g; W tym cukry: 87.69 g; Błonnik pok.: 25.65 g; Sól: 9.18 g; WW: 35.95 Por.; : 18.01 %; : 716.42 %; Ener. z T: 20.65 %; Ener. z Bł.: 2.10 %; K: 3520.68 mg;	Wartość energetyczna: 2061.49 kcal; Białko ogółem: 50.82 g; Tłuszcz: 47.01 g; Kw. tł. nasy.: 14.07 g; Węglowodany ogółem: 362.12 g; W tym cukry: 105.90 g; Błonnik pok.: 16.81 g; Sól: 2.32 g; WW: 34.65 Por.; : 9.86 %; : 636.59 %; Ener. z T: 20.53 %; Ener. z Bł.: 1.63 %; K: 3025.86 mg;	Wartość energetyczna: 1874.81 kcal; Białko ogółem: 37.97 g; Tłuszcz: 42.71 g; Kw. tł. nasy.: 13.35 g; Węglowodany ogółem: 337.99 g; W tym cukry: 102.60 g; Błonnik pok.: 15.77 g; Sól: 1.60 g; WW: 32.32 Por.; : 8.10 %; : 556.33 %; Ener. z T: 20.50 %; Ener. z Bł.: 1.68 %; K: 2645.75 mg;	Wartość energetyczna: 887.22 kcal; Białko ogółem: 19.86 g; Tłuszcz: 7.47 g; Kw. tł. nasy.: 0.18 g; Węglowodany ogółem: 184.88 g; W tym cukry: 34.15 g; Błonnik pok.: 2.73 g; Sól: 0.25 g; WW: 18.29 Por.; : 8.95 %; : 135.36 %; Ener. z T: 7.57 %; Ener. z Bł.: 0.62 %; K: 159.20 mg;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-05-27 do dnia 2024-06-02 KUCHNIA SIEDLCE

	SIE- Bogatobiałkowa	SIE- Bogatobiałkowa bezmleczna	SIE- Niskobiałkowa do 50 g białka	SIE- Niskobiałkowa do 30 g białka	SIE- Kleikowa	
2024-05-29 środa	Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (<u>SOJ.</u>) Szynka zielonogórska- wp. parzona 25 g (<u>SOJ.</u>) Salatka wiosenna - diety 100 g	Płatki owsiane na wodzie 300 ml (<u>GLU OW.</u>) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (<u>SOJ.</u>) Szynka zielonogórska- wp. parzona 25 g (<u>SOJ.</u>) Salatka wiosenna - diety 100 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 120 g Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Dżem 25 g 2 szt Szynka zielonogórska- wp. parzona 30 g (<u>SOJ.</u>) Salatka wiosenna - diety 100 g Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 120 g Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Szynka zielonogórska- wp. parzona 25 g (<u>SOJ.</u>) Salatka wiosenna - diety 100 g Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Kleik ryżowy na wodzie 200 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Suchary b/c 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u>)
	II ŚN	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt				
	Obiad	Grysikowa () 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 180 g Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos jarzynowy () 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Buraczki gotowane () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Grysikowa () 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 180 g Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos jarzynowy () 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Buraczki gotowane () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Grysikowa () 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 180 g Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos jarzynowy () 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 180 g Buraczki gotowane () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Grysikowa () 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 40 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos jarzynowy () 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 180 g Buraczki gotowane () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Herbata czarna granulowana z/c 500 ml Suchary b/c 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u>)
	PD	Budyń o smaku waniliowym z/c 200 ml (<u>MLE.</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Szynka gotowana wieprzowa wędzona parzona, zawiera wodę dodaną, w siatce niejadalnej 20 g (<u>GLU PSZ, SOJ.</u>) Salata zielona 10 g			
	Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Baton szynkowy z kurcząt 25 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Pomidorki koktajlowe 80 g Salata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 25 g Pomidorki koktajlowe 80 g Salata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Chleb bezglutenowy 120 g Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Baton szynkowy z kurcząt 25 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.</u>) Pomidorki koktajlowe 80 g Salata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Chleb bezglutenowy 120 g Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Dżem 25 g 2 szt Pomidorki koktajlowe 80 g Salata zielona 20 g	Kleik ryżowy na wodzie 200 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Suchary b/c 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u>) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PN	Mleko Smakowe UHT 1,5% tł 0,2l 1 szt (<u>MLE.</u>) Biszkopty 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JECZ.</u>)		Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt Wafle ryżowe 30 g		Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	Wartość energetyczna: 2502.89 kcal; Białko ogółem: 103.13 g; Tłuszcz: 62.68 g; Kw. tł. nasy.: 24.00 g; Węglowodany ogółem: 401.90 g; W tym cukry: 110.11 g; Błonnik pok.: 26.66 g; Sól: 8.78 g; WW: 37.51 Por.; : 16.48 %; : 1034.68 %; Ener. z T: 22.54 %; Ener. z Bł.: 2.13 %; K: 4380.79 mg;	Wartość energetyczna: 2316.21 kcal; Białko ogółem: 90.24 g; Tłuszcz: 52.30 g; Kw. tł. nasy.: 12.12 g; Węglowodany ogółem: 385.21 g; W tym cukry: 81.61 g; Błonnik pok.: 29.45 g; Sól: 9.45 g; WW: 35.50 Por.; : 15.58 %; : 884.81 %; Ener. z T: 20.32 %; Ener. z Bł.: 2.54 %; K: 3757.45 mg;	Wartość energetyczna: 2022.56 kcal; Białko ogółem: 45.79 g; Tłuszcz: 55.88 g; Kw. tł. nasy.: 17.65 g; Węglowodany ogółem: 340.70 g; W tym cukry: 98.66 g; Błonnik pok.: 19.45 g; Sól: 3.29 g; WW: 32.14 Por.; : 9.06 %; : 730.24 %; Ener. z T: 24.86 %; Ener. z Bł.: 1.92 %; K: 3364.34 mg;	Wartość energetyczna: 1886.12 kcal; Białko ogółem: 33.13 g; Tłuszcz: 47.30 g; Kw. tł. nasy.: 15.91 g; Węglowodany ogółem: 338.61 g; W tym cukry: 98.65 g; Błonnik pok.: 19.42 g; Sól: 2.41 g; WW: 31.96 Por.; : 7.03 %; : 728.08 %; Ener. z T: 22.57 %; Ener. z Bł.: 2.06 %; K: 3261.42 mg;	Wartość energetyczna: 887.22 kcal; Białko ogółem: 19.66 g; Tłuszcz: 7.47 g; Kw. tł. nasy.: 0.18 g; Węglowodany ogółem: 184.88 g; W tym cukry: 34.15 g; Błonnik pok.: 2.73 g; Sól: 0.19 g; WW: 18.29 Por.; : 8.86 %; : 135.36 %; Ener. z T: 7.57 %; Ener. z Bł.: 0.62 %; K: 127.46 mg;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-05-27 do dnia 2024-06-02 KUCHNIA SIEDLCE

	SIE- Bogatobiałkowa	SIE- Bogatobiałkowa bezmleczna	SIE- Niskobiałkowa do 50 g białka	SIE- Niskobiałkowa do 30 g białka	SIE- Kleikowa	
2024-05-30 czwartek	Śniadanie	Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt (<u>MLE</u>) Pomidor 80 g Roszponka 20 g	Kasza manna na wodzie 300 ml (<u>GLU PSZ</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 25 g (<u>SOJ</u>) Pomidor 80 g Roszponka 20 g	Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 120 g Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt (<u>MLE</u>) Dżem 25 g 4 szt Pomidor 80 g Roszponka 20 g Melon 100 g	Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 120 g Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Dżem 25 g 2 szt Pomidor 80 g Roszponka 20 g Melon 100 g	Kleik ryżowy na wodzie 200 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Suchary b/c 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u>)
	II ŚN	Melon 100 g				
	Obiad	Barszcz biały z ziemniakami () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT</u>) Risotto z mięsem wieprzowym i warzywami () 300 g (<u>SEL</u>) Surówka z selera i marchwi () 100 g (<u>MLE, SEL</u>) Cukinia pieczona z olejem * 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Ziemniaczana (bez mleka) () 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Risotto z mięsem wieprzowym i warzywami () 300 g (<u>SEL</u>) Surówka z selera i marchwi z olejem () 100 g (<u>SEL</u>) Cukinia pieczona z olejem * 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Ziemniaczana (bez mleka) () 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Risotto z mięsem wieprzowym i warzywami () 200 g (<u>SEL</u>) Surówka z selera i marchwi () 100 g (<u>MLE, SEL</u>) Cukinia pieczona z olejem * 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Ziemniaczana (bez mleka) () 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Risotto z mięsem wieprzowym i warzywami () 150 g (<u>SEL</u>) Surówka z selera i marchwi () 100 g (<u>MLE, SEL</u>) Cukinia pieczona z olejem * 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Herbata czarna granulowana z/c 500 ml Suchary b/c 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u>)
	PD	Maślanka truskawkowa 150 ml (<u>MLE</u>) Herbatniki 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Szynka zielonogórska- wp. parzona 20 g (<u>SOJ</u>) Salata zielona 20 g			
	Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Makaron z serem 300 g (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Sos jogurtowy naturalny 80 g (<u>MLE</u>) Mus z jabłek () z/c 100 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynka Delikatesowa z kurczaka produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 75 g Pomidor 80 g Salata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Chleb bezglutenowy 120 g Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Szynka Delikatesowa z kurczaka produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 30 g Miód (25g) 2 szt Salata zielona 20 g Pomidor 80 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Chleb bezglutenowy 120 g Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Szynka Delikatesowa z kurczaka produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 20 g Miód (25g) 2 szt Salata zielona 20 g Pomidor 80 g	Kleik ryżowy na wodzie 200 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Suchary b/c 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u>) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PN	Bułka maślana 1 szt 1 szt (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>)	Mus- przecier owocowy jablko 100g (tubka) 1 szt	Bułka maślana 1 szt 1 szt (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>)		Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	Wartość energetyczna: 2978.17 kcal; Białko ogółem: 115.62 g; Tłuszcz: 72.89 g; Kw. tł. nasy.: 27.47 g; Węglowodany ogółem: 478.52 g; W tym cukry: 113.65 g; Błonnik pok.: 31.19 g; Sól: 6.88 g; WW: 44.70 Por; : 15.53 %; : 1000.97 %; Ener. z T: 22.03 %; Ener. z Bł.: 2.09 %; K: 4404.72 mg;	Wartość energetyczna: 2342.90 kcal; Białko ogółem: 90.68 g; Tłuszcz: 61.87 g; Kw. tł. nasy.: 13.19 g; Węglowodany ogółem: 371.30 g; W tym cukry: 80.59 g; Błonnik pok.: 30.39 g; Sól: 10.01 g; WW: 34.07 Por; : 15.48 %; : 778.76 %; Ener. z T: 23.77 %; Ener. z Bł.: 2.59 %; K: 3812.93 mg;	Wartość energetyczna: 2462.81 kcal; Białko ogółem: 48.22 g; Tłuszcz: 70.46 g; Kw. tł. nasy.: 26.38 g; Węglowodany ogółem: 418.69 g; W tym cukry: 110.57 g; Błonnik pok.: 21.42 g; Sól: 3.21 g; WW: 39.92 Por; : 7.83 %; : 802.47 %; Ener. z T: 25.75 %; Ener. z Bł.: 1.74 %; K: 3626.40 mg;	Wartość energetyczna: 2217.63 kcal; Białko ogółem: 39.94 g; Tłuszcz: 60.88 g; Kw. tł. nasy.: 21.42 g; Węglowodany ogółem: 385.75 g; W tym cukry: 89.93 g; Błonnik pok.: 20.62 g; Sól: 2.75 g; WW: 36.61 Por; : 7.20 %; : 784.72 %; Ener. z T: 24.71 %; Ener. z Bł.: 1.86 %; K: 3506.28 mg;	Wartość energetyczna: 887.22 kcal; Białko ogółem: 19.66 g; Tłuszcz: 7.47 g; Kw. tł. nasy.: 0.18 g; Węglowodany ogółem: 184.88 g; W tym cukry: 34.15 g; Błonnik pok.: 2.73 g; Sól: 0.19 g; WW: 18.29 Por; : 8.86 %; : 135.36 %; Ener. z T: 7.57 %; Ener. z Bł.: 0.62 %; K: 127.46 mg;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-05-27 do dnia 2024-06-02 KUCHNIA SIEDLCE

	SIE- Bogatobiałkowa	SIE- Bogatobiałkowa bezmleczna	SIE- Niskobiałkowa do 50 g białka	SIE- Niskobiałkowa do 30 g białka	SIE- Kleikowa	
2024-05-31 piątek	Śniadanie	Płatki pszenne na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JE CZ.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Serek wiejski lekki 3% tł 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) Dżem 25 g 1 szt Salata zielona 20 g Pomidor 80 g	Płatki pszenne na wodzie 300 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynka zielonogórska- wp. parzona 75 g (<u>SOJ.</u>) Dżem 25 g 1 szt Pomidor 80 g Salata zielona 20 g	Kawa zbożowa z/c 250 ml (<u>GLU ŻYT, GLU JE CZ.</u>) Chleb bezglutenowy 120 g Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Szynka zielonogórska- wp. parzona 25 g (<u>SOJ.</u>) Dżem 25 g 1 szt Salata zielona 20 g Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Kawa zbożowa z/c 250 ml (<u>GLU ŻYT, GLU JE CZ.</u>) Chleb bezglutenowy 120 g Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Dżem 25 g 2 szt Salata zielona 20 g Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Kleik ryżowy na wodzie 200 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Suchary b/c 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u>) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml
	II ŚN	Banan 150 g Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<u>MLE.</u>)	Banan 150 g			
	Obiad	Dyniowa z makaronem () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 180 g Łosoś pieczony 120 g (<u>RYB.</u>) Sos cytrynowy 80 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Szpinak gotowany z olejem* 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml	Dyniowa z makaronem (bez mleka) () 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 180 g Łosoś pieczony 120 g (<u>RYB.</u>) Sos cytrynowy (bez mleka) 80 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Szpinak gotowany z olejem* 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml	Dyniowa z makaronem () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 180 g Łosoś pieczony 50 g (<u>RYB.</u>) Sos cytrynowy 80 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Szpinak gotowany z olejem* 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml	Dyniowa z makaronem () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 180 g Łosoś pieczony 40 g (<u>RYB.</u>) Sos cytrynowy 80 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</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	Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)	Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml			
	Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Miód (25g) 1 szt Pomidor 80 g Salata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 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>) Miód (25g) 1 szt Pomidor 80 g Salata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Chleb bezglutenowy 120 g Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Miód (25g) 1 szt Pomidor 80 g Salata zielona 20 g		Kleik ryżowy na wodzie 200 g Suchary b/c 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u>) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
PN	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		Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	
	Wartość energetyczna: 2725.47 kcal; Białko ogółem: 116.94 g; Tłuszcz: 60.88 g; Kw. tł. nasy.: 22.76 g; Węglowodany ogółem: 439.25 g; W tym cukry: 133.12 g; Błonnik pok.: 26.08 g; Sól: 7.36 g; WW: 41.57 Por; : 17.16 %; : 1032.31 %; Ener. z T: 20.10 %; Ener. z Bł.: 1.91 %; K: 4940.85 mg;	Wartość energetyczna: 2499.78 kcal; Białko ogółem: 95.44 g; Tłuszcz: 50.78 g; Kw. tł. nasy.: 11.61 g; Węglowodany ogółem: 427.09 g; W tym cukry: 114.67 g; Błonnik pok.: 26.00 g; Sól: 7.58 g; WW: 40.24 Por; : 15.27 %; : 839.20 %; Ener. z T: 18.28 %; Ener. z Bł.: 2.08 %; K: 4039.45 mg;	Wartość energetyczna: 2011.25 kcal; Białko ogółem: 45.38 g; Tłuszcz: 52.19 g; Kw. tł. nasy.: 17.00 g; Węglowodany ogółem: 343.74 g; W tym cukry: 79.00 g; Błonnik pok.: 16.30 g; Sól: 2.34 g; WW: 32.83 Por; : 9.03 %; : 596.65 %; Ener. z T: 23.36 %; Ener. z Bł.: 1.62 %; K: 2788.46 mg;	Wartość energetyczna: 2013.33 kcal; Białko ogółem: 39.35 g; Tłuszcz: 50.95 g; Kw. tł. nasy.: 16.62 g; Węglowodany ogółem: 353.77 g; W tym cukry: 88.50 g; Błonnik pok.: 16.30 g; Sól: 1.80 g; WW: 33.88 Por; : 7.82 %; : 596.65 %; Ener. z T: 22.78 %; Ener. z Bł.: 1.62 %; K: 2735.90 mg;	Wartość energetyczna: 887.22 kcal; Białko ogółem: 19.86 g; Tłuszcz: 7.47 g; Kw. tł. nasy.: 0.18 g; Węglowodany ogółem: 184.88 g; W tym cukry: 34.15 g; Błonnik pok.: 2.73 g; Sól: 0.25 g; WW: 18.29 Por; : 8.95 %; : 135.36 %; Ener. z T: 7.57 %; Ener. z Bł.: 0.62 %; K: 159.20 mg;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-05-27 do dnia 2024-06-02 KUCHNIA SIEDLCE

	SIE- Bogatobiałkowa	SIE- Bogatobiałkowa bezmleczna	SIE- Niskobiałkowa do 50 g białka	SIE- Niskobiałkowa do 30 g białka	SIE- Kleikowa	
2024-06-01 sobota	Śniadanie	Ryż na mleku 300 ml (<u>MLE</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Szynka z piersią kurczaka-wędł.z drob.gr.rozd.parzo.w osł.niejadalnej 50 g (<u>SOJ</u>) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 25 g (<u>SOJ</u>) Pomidorki koktajlowe 80 g Mix салат 20 g	Kasza kukurydziana na wodzie 300 ml Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynka z piersią kurczaka-wędł.z drob.gr.rozd.parzo.w osł.niejadalnej 50 g (<u>SOJ</u>) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 25 g (<u>SOJ</u>) Pomidorki koktajlowe 80 g Mix салат 20 g	Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 120 g Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Szynka z piersią kurczaka-wędł.z drob.gr.rozd.parzo.w osł.niejadalnej 30 g (<u>SOJ</u>) Miód (25g) 1 szt Pomidor 80 g Mix салат 20 g Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Chleb bezglutenowy 120 g Szynka z piersią kurczaka-wędł.z drob.gr.rozd.parzo.w osł.niejadalnej 20 g (<u>SOJ</u>) Miód (25g) 1 szt Pomidor 80 g Mix салат 20 g Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Kleik ryżowy na wodzie 200 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Suchary b/c 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u>)
	II ŚN	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Koktajl bananowy 200 ml (<u>MLE</u>)	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt			
	Obiad	Selerowa z ziemniakami - dieta () 300 ml (<u>MLE, SEL</u>) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (<u>GLU JĘCZ</u>) Gulasz wołowy 150 g (<u>GLU PSZ</u>) Buraczki gotowane () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Selerowa z ziemniakami (bez mleka) () 300 ml (<u>SEL</u>) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (<u>GLU JĘCZ</u>) Gulasz wołowy 150 g (<u>GLU PSZ</u>) Buraczki gotowane () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Selerowa z ziemniakami - dieta () 300 ml (<u>MLE, SEL</u>) Ryż na sypko 180 g Gulasz wołowy 80 g (<u>GLU PSZ</u>) Buraczki gotowane () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Selerowa z ziemniakami - dieta () 300 ml (<u>MLE, SEL</u>) Gulasz wołowy 60 g (<u>GLU PSZ</u>) Ryż na sypko 180 g Buraczki gotowane () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Herbata czarna ekspresowa z/c 500 ml Suchary b/c 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u>)
	PD	Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<u>MLE</u>)	Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml			
	Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g Twarożek 80 g (<u>MLE</u>) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 75 g Salata zielona 20 g Pomidor 80 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 120 g Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 30 g Dżem 25 g 1 szt Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 120 g Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 30 g Dżem 25 g 1 szt Pomidor 80 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Salata zielona 20 g	Kleik ryżowy na wodzie 200 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Suchary b/c 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u>) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PN	Ciasto drożdżowe 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, S02</u>)	Sok pomarańczowy 0,2L-kartonik 1 szt	Ciasto drożdżowe 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, S02</u>)		Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt

Jadłospisy za okres od dnia 2024-05-27 do dnia 2024-06-02 KUCHNIA SIEDLCE

	SIE- Bogatobiałkowa	SIE- Bogatobiałkowa bezmleczna	SIE- Niskobiałkowa do 50 g białka	SIE- Niskobiałkowa do 30 g białka	SIE- Kleikowa
2024-06-01 sobota	Wartość energetyczna: 2521.21 kcal; Białko ogółem: 114.63 g; Tłuszcz: 62.04 g; Kw. tł. nasy.: 25.54 g; Węglowodany ogółem: 400.62 g; W tym cukry: 103.63 g; Błonnik pok.: 31.27 g; Sól: 8.89 g; WW: 37.05 Por; : 18.19 %; : 1039.92 %; Ener. z T: 22.15 %; Ener. z Bł.: 2.48 %; K: 4438.26 mg;	Wartość energetyczna: 2091.94 kcal; Białko ogółem: 86.77 g; Tłuszcz: 41.36 g; Kw. tł. nasy.: 10.02 g; Węglowodany ogółem: 366.47 g; W tym cukry: 100.27 g; Błonnik pok.: 29.31 g; Sól: 9.53 g; WW: 33.74 Por; : 16.59 %; : 800.92 %; Ener. z T: 17.79 %; Ener. z Bł.: 2.80 %; K: 3383.25 mg;	Wartość energetyczna: 2036.23 kcal; Białko ogółem: 47.48 g; Tłuszcz: 54.24 g; Kw. tł. nasy.: 17.81 g; Węglowodany ogółem: 352.23 g; W tym cukry: 72.10 g; Błonnik pok.: 20.82 g; Sól: 3.54 g; WW: 33.22 Por; : 9.33 %; : 703.83 %; Ener. z T: 23.97 %; Ener. z Bł.: 2.04 %; K: 2960.30 mg;	Wartość energetyczna: 1999.19 kcal; Białko ogółem: 42.68 g; Tłuszcz: 51.90 g; Kw. tł. nasy.: 17.31 g; Węglowodany ogółem: 350.86 g; W tym cukry: 72.02 g; Błonnik pok.: 20.76 g; Sól: 3.25 g; WW: 33.09 Por; : 8.54 %; : 701.87 %; Ener. z T: 23.37 %; Ener. z Bł.: 2.08 %; K: 2897.22 mg;	Wartość energetyczna: 887.22 kcal; Białko ogółem: 19.86 g; Tłuszcz: 7.47 g; Kw. tł. nasy.: 0.18 g; Węglowodany ogółem: 184.88 g; W tym cukry: 34.15 g; Błonnik pok.: 2.73 g; Sól: 0.25 g; WW: 18.29 Por; : 8.95 %; : 135.36 %; Ener. z T: 7.57 %; Ener. z Bł.: 0.62 %; K: 159.20 mg;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-05-27 do dnia 2024-06-02 KUCHNIA SIEDLCE

	SIE- Bogatobiałkowa	SIE- Bogatobiałkowa bezmleczna	SIE- Niskobiałkowa do 50 g białka	SIE- Niskobiałkowa do 30 g białka	SIE- Kleikowa	
2024-06-02 niedziela	Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Ser mozzarella 80 g (<u>MLE.</u>) Baton szynkowy z kurcząt 25 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.</u>) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Płatki owsiane na wodzie 300 ml (<u>GLU OW.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalanej 75 g (<u>SOJ, SEL.</u>) Salata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 120 g Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Baton szynkowy z kurcząt 50 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.</u>) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Banan 150 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 120 g Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Dżem 25 g 2 szt Baton szynkowy z kurcząt 25 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.</u>) Salata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Banan 150 g	Kleik ryżowy na wodzie 200 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Suchary b/c 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u>) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml
	II ŚN	Banan 150 g Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)	Banan 150 g			
	Obiad	Rosół z makaronem () 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 180 g udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 130 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g (<u>SEL.</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml		Ryżowa () 300 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 180 g udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 50 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g (<u>SEL.</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Ryżowa () 300 ml (<u>MLE, SEL.</u>) udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 50 g Ziemniaki gotowane () 180 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g (<u>SEL.</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Herbata czarna granulowana z/c 500 ml Suchary b/c 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u>)
	PD	Budyń o smaku waniliowym z/c 200 ml (<u>MLE.</u>)	Kisiel o smaku wiśniowym z jabłkiem z/c 200 ml			
	Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Dżem 25 g 1 szt Szynka zielonogórska- wp. parzona 50 g (<u>SOJ.</u>) Pomidor 80 g Rukola 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Dżem 25 g 1 szt Szynka zielonogórska- wp. parzona 50 g (<u>SOJ.</u>) Pomidor 80 g Rukola 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb bezglutenowy 120 g Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Szynka zielonogórska- wp. parzona 50 g (<u>SOJ.</u>) Pomidor 80 g Rukola 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Chleb bezglutenowy 120 g Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Szynka zielonogórska- wp. parzona 20 g (<u>SOJ.</u>) Pomidor 80 g Rukola 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Kleik ryżowy na wodzie 200 g Suchary b/c 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u>) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
PN	Mus tymbark ryż + owoce tropikalne 100 g 1 szt				Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	
	Wartość energetyczna: 2908.37 kcal; Białko ogółem: 128.85 g; Tłuszcz: 90.13 g; Kw. tł. nasy.: 27.42 g; Węglowodany ogółem: 410.69 g; W tym cukry: 143.05 g; Błonnik pok.: 31.42 g; Sól: 8.10 g; WW: 38.04 Por; : 17.72 %; : 1066.09 %; Ener. z T: 27.89 %; Ener. z Bł.: 2.16 %; K: 5265.23 mg;	Wartość energetyczna: 2388.69 kcal; Białko ogółem: 92.00 g; Tłuszcz: 61.05 g; Kw. tł. nasy.: 14.88 g; Węglowodany ogółem: 383.85 g; W tym cukry: 116.95 g; Błonnik pok.: 32.20 g; Sól: 8.58 g; WW: 35.34 Por; : 15.41 %; : 873.38 %; Ener. z T: 23.00 %; Ener. z Bł.: 2.70 %; K: 4325.09 mg;	Wartość energetyczna: 1946.98 kcal; Białko ogółem: 46.06 g; Tłuszcz: 64.98 g; Kw. tł. nasy.: 20.44 g; Węglowodany ogółem: 302.44 g; W tym cukry: 80.28 g; Błonnik pok.: 22.99 g; Sól: 4.35 g; WW: 28.06 Por; : 9.46 %; : 699.67 %; Ener. z T: 30.04 %; Ener. z Bł.: 2.36 %; K: 3699.63 mg;	Wartość energetyczna: 1991.77 kcal; Białko ogółem: 38.28 g; Tłuszcz: 61.47 g; Kw. tł. nasy.: 20.07 g; Węglowodany ogółem: 330.58 g; W tym cukry: 107.76 g; Błonnik pok.: 22.99 g; Sól: 3.18 g; WW: 30.97 Por; : 7.69 %; : 708.17 %; Ener. z T: 27.78 %; Ener. z Bł.: 2.31 %; K: 3699.80 mg;	Wartość energetyczna: 887.22 kcal; Białko ogółem: 19.66 g; Tłuszcz: 7.47 g; Kw. tł. nasy.: 0.18 g; Węglowodany ogółem: 184.88 g; W tym cukry: 34.15 g; Błonnik pok.: 2.73 g; Sól: 0.19 g; WW: 18.29 Por; : 8.86 %; : 135.36 %; Ener. z T: 7.57 %; Ener. z Bł.: 0.62 %; K: 127.46 mg;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-05-27 do dnia 2024-06-02 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- Kleikowa rozszerzona	SIE- Dzieci 1-3 lat Podstawowa	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż podstawa	SIE- Bogatoresztkowa	SIE- Bezglutenowa	
2024-05-27 poniedziałek	Śniadanie	Kleik ryżowy na wodzie 200 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Suchary b/c 30 g (<u>GLU PSZ. SOJ. MLE.</u>)	Płatki jęczmienne na mleku 250 ml (<u>MLE. GLU JECZ.</u>) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ. SOJ. MLE.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 30 g Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Pomidor 80 g Mix салат 20 g	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (<u>MLE. GLU JECZ.</u>) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Bułka graham-pszenna 60g 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Pomidor 80 g Mix салат 20 g	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (<u>MLE. GLU JECZ.</u>) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka graham-pszenna 60g 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 60 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Pomidor 80 g Mix салат 20 g	Ryż na mleku 300 ml (<u>MLE.</u>) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 120 g Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Pomidor 80 g Mix салат 20 g Kiwi 1 szt 1 szt	
	II ŚN	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Suchary b/c 15 g (<u>GLU PSZ. SOJ. MLE.</u>) Kleik ryżowy na wodzie 200 g	Kiwi 1 szt 1 szt				
	Obiad	Ryżowa (bez mleka) () 300 ml (<u>SEL.</u>) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Brokułowa z ryżem () 250 ml (<u>MLE. SEL.</u>) Gulasz warzywny z ciecierzycą * 150 g (<u>GLU PSZ. SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 90 g Marchew gotowana z olejem () 50 g Salatka z buraczków i jabłka z olejem () 50 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Brokułowa z ryżem () 300 ml (<u>MLE. SEL.</u>) Gulasz warzywny z ciecierzycą * 150 g (<u>GLU PSZ. SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 180 g Surówka z marchwi z olejem () 100 g Salatka z buraczków i jabłka z olejem () 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Brokułowa z ryżem () 300 ml (<u>MLE. SEL.</u>) Gulasz warzywny z ciecierzycą (bez glutenu) * 150 g (<u>SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 180 g Surówka z marchwi z olejem () 100 g Salatka z buraczków i jabłka z olejem () 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt		
	PD	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Suchary b/c 15 g (<u>GLU PSZ. SOJ. MLE.</u>) Kleik ryżowy na wodzie 200 g	Podpłomyki b/c 20 g (<u>GLU PSZ. MLE.</u>) Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)				
	Kolacja	Kleik ryżowy na wodzie 200 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Suchary b/c 30 g (<u>GLU PSZ. SOJ. MLE.</u>) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Twaróg półtłusty 40 g (<u>MLE.</u>) Schab Benedykta wp parzony z dodatkiem wody 50 g (<u>GLU PSZ. SOJ. SEL. może zawierać: JAJ. OZI. MLE. GOR. SEZ.</u>) Ogórek świeży 80 g Salata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<u>MLE.</u>)	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Twaróg półtłusty 50 g (<u>MLE.</u>) Schab Benedykta wp parzony z dodatkiem wody 50 g (<u>GLU PSZ. SOJ. SEL. może zawierać: JAJ. OZI. MLE. GOR. SEZ.</u>) Ogórek świeży 80 g Salata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<u>MLE.</u>)	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Twaróg półtłusty 50 g (<u>MLE.</u>) Schab Benedykta wp parzony z dodatkiem wody 50 g (<u>GLU PSZ. SOJ. SEL. może zawierać: JAJ. OZI. MLE. GOR. SEZ.</u>) Ogórek świeży 80 g Salata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<u>MLE.</u>)	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 120 g Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Twaróg półtłusty 50 g (<u>MLE.</u>) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 25 g (<u>SOJ.</u>) Ogórek świeży 80 g Salata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<u>MLE.</u>)	
	PN	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Wafle ryżowe 30 g Dżem 25 g 1 szt				

Jadłospisy za okres od dnia 2024-05-27 do dnia 2024-06-02 KUCHNIA SIEDLCE

2024-05-27, poniedziałek

SIE- Kleikowa rozszerzona	SIE- Dzieci 1-3 lat Podstawowa	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż podstawa	SIE- Bogatoresztkowa	SIE- Bezglutenowa
Wartość energetyczna: 1065.96 kcal; Białko ogółem: 22.96 g; Tłuszcz: 7.83 g; Kw. tł. nasy.: 0.25 g; Węglowodany ogółem: 226.66 g; W tym cukry: 44.09 g; Błonnik pok.: 4.91 g; Sól: 0.67 g; WW: 22.27 Por; : 8.61 %; : 194.79 %; Ener. z T: 6.61 %; Ener. z Bł.: 0.92 %; K: 286.12 mg;	Wartość energetyczna: 1700.57 kcal; Białko ogółem: 72.77 g; Tłuszcz: 41.84 g; Kw. tł. nasy.: 16.18 g; Węglowodany ogółem: 265.70 g; W tym cukry: 78.34 g; Błonnik pok.: 20.75 g; Sól: 5.98 g; WW: 24.58 Por; : 17.12 %; : 795.14 %; Ener. z T: 22.14 %; Ener. z Bł.: 2.44 %; K: 3189.79 mg;	Wartość energetyczna: 2419.09 kcal; Białko ogółem: 93.31 g; Tłuszcz: 59.53 g; Kw. tł. nasy.: 23.47 g; Węglowodany ogółem: 388.89 g; W tym cukry: 92.65 g; Błonnik pok.: 33.64 g; Sól: 9.24 g; WW: 35.60 Por; : 15.43 %; : 1059.22 %; Ener. z T: 22.15 %; Ener. z Bł.: 2.78 %; K: 4449.32 mg;	Wartość energetyczna: 2360.49 kcal; Białko ogółem: 92.27 g; Tłuszcz: 60.15 g; Kw. tł. nasy.: 23.48 g; Węglowodany ogółem: 379.01 g; W tym cukry: 94.93 g; Błonnik pok.: 43.57 g; Sól: 8.74 g; WW: 33.65 Por; : 15.64 %; : 1154.79 %; Ener. z T: 22.94 %; Ener. z Bł.: 3.69 %; K: 4895.52 mg;	Wartość energetyczna: 2202.99 kcal; Białko ogółem: 64.76 g; Tłuszcz: 62.20 g; Kw. tł. nasy.: 20.23 g; Węglowodany ogółem: 352.89 g; W tym cukry: 81.42 g; Błonnik pok.: 23.20 g; Sól: 5.04 g; WW: 33.05 Por; : 11.76 %; : 900.16 %; Ener. z T: 25.41 %; Ener. z Bł.: 2.11 %; K: 3916.93 mg;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-05-27 do dnia 2024-06-02 KUCHNIA SIEDLCE

	SIE- Kleikowa rozszerzona	SIE- Dzieci 1-3 lat Podstawowa	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż. podstawa	SIE- Bogatoresztkowa	SIE- Bezglutenowa	
2024-05-28 wtorek	Śniadanie	Kleik ryżowy na wodzie 200 g Suchary b/c 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u>) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Kasza kukurydziana na mleku 250 ml (<u>MLE.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 25 g (<u>może zawierać: MLE, GOR.</u>) Serek a'la homogenizowany z ziołami 50 g (<u>MLE.</u>) Rukola 20 g Papryka świeża 80 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (<u>MLE.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Serek a'la homogenizowany z ziołami 80 g (<u>MLE.</u>) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 25 g (<u>może zawierać: MLE, GOR.</u>) Rukola 20 g Papryka świeża 80 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (<u>MLE.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Serek a'la homogenizowany z ziołami 80 g (<u>MLE.</u>) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 25 g (<u>może zawierać: MLE, GOR.</u>) Rukola 20 g Papryka świeża 80 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (<u>MLE.</u>) Wafle ryżowe 60 g Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Serek a'la homogenizowany z ziołami 80 g (<u>MLE.</u>) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 25 g (<u>może zawierać: MLE, GOR.</u>) Rukola 20 g Papryka świeża 80 g Banan 150 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml
	II ŚN	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Suchary b/c 15 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u>) Kleik ryżowy na wodzie 200 g	Banan 150 g			
	Obiad	Ryżowa (bez mleka) () 300 ml (<u>SEL.</u>) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Pieczarkowa z ziemniakami () 250 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Makaron 90 g (<u>GLU PSZ.</u>) Szynka wieprzowa gotowana 50 g Sos szpinakowy* 80 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Dyńka duszona z olejem* 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml	Pieczarkowa z ziemniakami () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Makaron 180 g (<u>GLU PSZ.</u>) Szynka wieprzowa gotowana 100 g Sos szpinakowy* 80 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g Dyńka duszona z olejem* 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml	Pieczarkowa z ziemniakami () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Makaron pełnoziarnisty 180 g (<u>GLU PSZ.</u>) Szynka wieprzowa gotowana 100 g Sos szpinakowy* 80 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g Dyńka duszona z olejem* 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml	Pieczarkowa z ziemniakami (bez glutenu)*() 300 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Makaron bezglutenowy 180 g Szynka wieprzowa gotowana 100 g Sos szpinakowy (bez glutenu)* 80 ml Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g Dyńka z wody 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml
	PD	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Suchary b/c 15 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u>) Kleik ryżowy na wodzie 200 g	Jogurt brzoskwinowy 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) Ciasto drożdżowe 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SO2.</u>)			
	Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Kleik ryżowy na wodzie 200 g Suchary b/c 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u>) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 25 g (<u>SOJ.</u>) Ser mozzarella kulki 35 g (<u>MLE.</u>) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 50 g (<u>SOJ.</u>) Ser mozzarella kulki 35 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 50 g (<u>SOJ.</u>) Ser mozzarella kulki 35 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 120 g Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 50 g (<u>SOJ.</u>) Ser mozzarella kulki 35 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PN	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Mus tymbark ryż + owoce tropikalne 100 g 1 szt			
		Wartość energetyczna: 1065.96 kcal; Białko ogółem: 22.96 g; Tłuszcz: 7.83 g; Kw. tł. nasy.: 0.25 g; Węglowodany ogółem: 226.66 g; W tym cukry: 44.09 g; Błonnik pok.: 4.91 g; Sól: 0.67 g; WW: 22.27 Por.; : 8.61 %; : 194.79 %; Ener. z T: 6.61 %; Ener. z Bł.: 0.92 %; K: 286.12 mg;	Wartość energetyczna: 2018.46 kcal; Białko ogółem: 83.49 g; Tłuszcz: 56.43 g; Kw. tł. nasy.: 25.05 g; Węglowodany ogółem: 299.99 g; W tym cukry: 108.16 g; Błonnik pok.: 20.26 g; Sól: 4.37 g; WW: 28.16 Por.; : 16.54 %; : 823.68 %; Ener. z T: 25.16 %; Ener. z Bł.: 2.01 %; K: 3497.41 mg;	Wartość energetyczna: 2738.62 kcal; Białko ogółem: 124.28 g; Tłuszcz: 66.79 g; Kw. tł. nasy.: 28.65 g; Węglowodany ogółem: 418.59 g; W tym cukry: 111.79 g; Błonnik pok.: 26.50 g; Sól: 7.60 g; WW: 39.41 Por.; : 18.15 %; : 899.85 %; Ener. z T: 21.95 %; Ener. z Bł.: 1.94 %; K: 4068.71 mg;	Wartość energetyczna: 2644.46 kcal; Białko ogółem: 122.46 g; Tłuszcz: 67.91 g; Kw. tł. nasy.: 28.74 g; Węglowodany ogółem: 397.89 g; W tym cukry: 115.94 g; Błonnik pok.: 43.55 g; Sól: 7.26 g; WW: 35.71 Por.; : 18.52 %; : 940.30 %; Ener. z T: 23.11 %; Ener. z Bł.: 3.29 %; K: 4709.11 mg;	Wartość energetyczna: 2241.26 kcal; Białko ogółem: 98.53 g; Tłuszcz: 58.75 g; Kw. tł. nasy.: 25.37 g; Węglowodany ogółem: 333.11 g; W tym cukry: 101.47 g; Błonnik pok.: 20.20 g; Sól: 4.11 g; WW: 31.39 Por.; : 17.59 %; : 723.13 %; Ener. z T: 23.59 %; Ener. z Bł.: 1.80 %; K: 3489.03 mg;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-05-27 do dnia 2024-06-02 KUCHNIA SIEDLCE

	SIE- Kleikowa rozszerzona	SIE- Dzieci 1-3 lat Podstawowa	SIE- Dzieci powyżej 3 r.z. podstawa	SIE- Bogatoresztkowa	SIE- Bezglutenowa	
2024-05-29 środa	Śniadanie	Kleik ryżowy na wodzie 200 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Suchary b/c 30 g (<u>GLU PSZ. SOJ. MLE.</u>)	Płatki owsiane na mleku 250 ml (<u>MLE. GLU OW.</u>) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Ser żółty 25 g (<u>MLE.</u>) Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 25 g (<u>SOJ.</u>) Salatka wiosenna 100 g	Płatki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE. GLU OW.</u>) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Ser żółty 25 g (<u>MLE.</u>) Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 25 g (<u>SOJ.</u>) Salatka wiosenna 100 g	Płatki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE. GLU OW.</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Paprykarz szczeciński 80 g (<u>RYB. SOJ.</u>) Ser żółty 25 g (<u>MLE.</u>) Salatka wiosenna 100 g	Kasza jaglana na mleku 300 ml (<u>MLE.</u>) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 120 g Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Ser żółty 25 g (<u>MLE.</u>) Paprykarz szczeciński 80 g (<u>RYB. SOJ.</u>) Salatka wiosenna 100 g Jabłko 1 szt 1 szt
	II ŚN	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Suchary b/c 15 g (<u>GLU PSZ. SOJ. MLE.</u>) Kleik ryżowy na wodzie 200 g	Jabłko 1 szt 1 szt			
	Obiad	Ryżowa (bez mleka) () 300 ml (<u>SEL.</u>) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Grysikowa () 250 ml (<u>GLU PSZ. SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 90 g Zrazik drobiowy z udźca pieczony mielony 50 g (<u>GLU PSZ. JAJ.</u>) Sos jarzynowy () 80 ml (<u>GLU PSZ. SEL.</u>) Buraczki gotowane () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Grysikowa () 300 ml (<u>GLU PSZ. SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 180 g Zrazik drobiowy z udźca pieczony mielony 100 g (<u>GLU PSZ. JAJ.</u>) Sos jarzynowy () 80 ml (<u>GLU PSZ. SEL.</u>) Buraczki gotowane () 100 g Salatka szwedzka b/c () 100 g (<u>GOR.</u>) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Grysikowa () 300 ml (<u>GLU PSZ. SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 180 g Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 100 g (<u>GLU PSZ. JAJ.</u>) Sos jarzynowy () 80 ml (<u>GLU PSZ. SEL.</u>) Salatka szwedzka b/c () 100 g (<u>GOR.</u>) Buraczki gotowane () 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ryżowa () 300 ml (<u>MLE. SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 180 g Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony (bez glutenu) 100 g (<u>JAJ.</u>) Sos jarzynowy (bez glutenu) () 80 ml (<u>SEL.</u>) Salatka szwedzka b/c () 100 g (<u>GOR.</u>) Buraczki gotowane () 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Suchary b/c 15 g (<u>GLU PSZ. SOJ. MLE.</u>) Kleik ryżowy na wodzie 200 g	Budyń o smaku waniliowym z/c 200 ml (<u>MLE.</u>)			
	Kolacja	Kleik ryżowy na wodzie 200 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Suchary b/c 30 g (<u>GLU PSZ. SOJ. MLE.</u>) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Baton szynkowy z kurcząt 25 g (<u>może zawierać: GLU PSZ. MLE. GOR.</u>) Paszтет z soczewicy () 30 g (<u>GLU PSZ. JAJ.</u>) Pomidorki koktajlowe 80 g Salata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Paszтет z soczewicy () 60 g (<u>GLU PSZ. JAJ.</u>) Baton szynkowy z kurcząt 25 g (<u>może zawierać: GLU PSZ. MLE. GOR.</u>) Pomidorki koktajlowe 80 g Salata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Chleb razowy pszenno-żytni 120 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Paszтет z soczewicy () 60 g (<u>GLU PSZ. JAJ.</u>) Baton szynkowy z kurcząt 25 g (<u>może zawierać: GLU PSZ. MLE. GOR.</u>) Pomidorki koktajlowe 80 g Salata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Chleb bezglutenowy 120 g Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Miód (25g) 1 szt Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Pomidorki koktajlowe 80 g Salata zielona 20 g
	PN	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Mleko Smakowe UHT 1,5% tł 0,2l 1 szt (<u>MLE.</u>) Biszkopty 30 g (<u>GLU PSZ. JAJ. MLE. GLU JĘCZ.</u>)			Mleko Smakowe UHT 1,5% tł 0,2l 1 szt (<u>MLE.</u>) Wafle ryżowe 30 g
	Wartość energetyczna: 1065.96 kcal; Białko ogółem: 22.86 g; Tłuszcz: 7.83 g; Kw. tł. nasy.: 0.25 g; Węglowodany ogółem: 226.66 g; W tym cukry: 44.09 g; Błonnik pok.: 4.91 g; Sól: 0.64 g; WW: 22.27 Por.; 8.58 %; 194.79 %; Ener. z T: 6.61 %; Ener. z Bł.: 0.92 %; K: 270.25 mg;	Wartość energetyczna: 1964.24 kcal; Białko ogółem: 76.61 g; Tłuszcz: 62.11 g; Kw. tł. nasy.: 25.79 g; Węglowodany ogółem: 292.98 g; W tym cukry: 104.92 g; Błonnik pok.: 21.25 g; Sól: 5.18 g; WW: 27.16 Por.; 15.60 %; 919.10 %; Ener. z T: 28.46 %; Ener. z Bł.: 2.16 %; K: 3580.92 mg;	Wartość energetyczna: 2714.63 kcal; Białko ogółem: 103.94 g; Tłuszcz: 80.68 g; Kw. tł. nasy.: 28.68 g; Węglowodany ogółem: 414.82 g; W tym cukry: 101.04 g; Błonnik pok.: 29.22 g; Sól: 9.38 g; WW: 38.57 Por.; 15.32 %; 1048.95 %; Ener. z T: 26.75 %; Ener. z Bł.: 2.15 %; K: 4366.63 mg;	Wartość energetyczna: 2636.86 kcal; Białko ogółem: 106.62 g; Tłuszcz: 77.33 g; Kw. tł. nasy.: 28.55 g; Węglowodany ogółem: 404.22 g; W tym cukry: 94.75 g; Błonnik pok.: 37.40 g; Sól: 9.99 g; WW: 36.72 Por.; 16.17 %; 1161.31 %; Ener. z T: 26.39 %; Ener. z Bł.: 2.84 %; K: 5014.06 mg;	Wartość energetyczna: 2398.14 kcal; Białko ogółem: 82.40 g; Tłuszcz: 73.13 g; Kw. tł. nasy.: 26.25 g; Węglowodany ogółem: 358.25 g; W tym cukry: 65.97 g; Błonnik pok.: 19.31 g; Sól: 5.73 g; WW: 33.86 Por.; 13.74 %; 856.04 %; Ener. z T: 27.44 %; Ener. z Bł.: 1.61 %; K: 4058.73 mg;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-05-27 do dnia 2024-06-02 KUCHNIA SIEDLCE

	SIE- Kleikowa rozszerzona	SIE- Dzieci 1-3 lat Podstawowa	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż. podstawa	SIE- Bogatoresztkowa	SIE- Bezglutenowa	
2024-05-30 czwartek	Śniadanie	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Kleik ryżowy na wodzie 200 g Suchary b/c 30 g (<u>GLU PSZ. SOJ. MLE.</u>)	Zacierka na mleku 250 ml (<u>GLU PSZ. JAJ. MLE.</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ. SOJ. MLE.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 25 g Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt (<u>MLE.</u>) Papryka świeża 80 g Roszponka 20 g	Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ. JAJ. MLE.</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ. SOJ. MLE.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt (<u>MLE.</u>) Papryka świeża 80 g Roszponka 20 g	Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ. JAJ. MLE.</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Bułka graham-pszenna 60g 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 60 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt (<u>MLE.</u>) Papryka świeża 80 g Roszponka 20 g	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (<u>MLE.</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 120 g Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt (<u>MLE.</u>) Papryka świeża 80 g Roszponka 20 g Melon 100 g
	II ŚN	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Suchary b/c 15 g (<u>GLU PSZ. SOJ. MLE.</u>) Kleik ryżowy na wodzie 200 g	Melon 100 g			
	Obiad	Ziemniaczana (bez mleka) () 300 ml (<u>GLU PSZ. SEL.</u>) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Barszcz biały z ziemniakami () 250 ml (<u>GLU PSZ. MLE. SEL. GLU ŻYT.</u>) Risotto z mięsem wieprzowym i warzywami () 200 g (<u>SEL.</u>) Surówka z selera i marchwi () 50 g (<u>MLE. SEL.</u>) Cukinia pieczona z olejem * 50 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Barszcz biały z ziemniakami () 300 ml (<u>GLU PSZ. MLE. SEL. GLU ŻYT.</u>) Risotto z mięsem wieprzowym i warzywami () 300 g (<u>SEL.</u>) Surówka z selera i marchwi () 100 g (<u>MLE. SEL.</u>) Cukinia pieczona z olejem * 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Barszcz biały z ziemniakami () 300 ml (<u>GLU PSZ. MLE. SEL. GLU ŻYT.</u>) Risotto (ryż brązowy) z mięsem wieprzowym i warzywami () 300 g (<u>SEL.</u>) Surówka z selera i marchwi () 100 g (<u>MLE. SEL.</u>) Cukinia pieczona z olejem * 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Ziemniaczana (bez glutenu) () 300 ml (<u>MLE. SEL.</u>) Risotto (ryż brązowy) z mięsem wieprzowym i warzywami () 300 g (<u>SEL.</u>) Cukinia pieczona z olejem * 100 g Surówka z selera i marchwi () 100 g (<u>MLE. SEL.</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml
	PD	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Suchary b/c 15 g (<u>GLU PSZ. SOJ. MLE.</u>) Kleik ryżowy na wodzie 200 g	Maślanka truskawkowa 100 ml (<u>MLE.</u>) Herbatniki 30 g (<u>GLU PSZ. SOJ. MLE.</u>)	Maślanka truskawkowa 150 ml (<u>MLE.</u>) Herbatniki 30 g (<u>GLU PSZ. SOJ. MLE.</u>)		
	Kolacja	Kleik ryżowy na wodzie 200 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Suchary b/c 30 g (<u>GLU PSZ. SOJ. MLE.</u>) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Makaron z serem 200 g (<u>GLU PSZ. MLE.</u>) Sos jogurtowy naturalny 80 g (<u>MLE.</u>) Mus z jabłek () z/c 100 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Makaron z serem 300 g (<u>GLU PSZ. MLE.</u>) Sos jogurtowy naturalny 80 g (<u>MLE.</u>) Mus z jabłek () z/c 100 g		Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Makaron bezglutenowy z serem 300 g (<u>MLE.</u>) Sos jogurtowy naturalny 80 g (<u>MLE.</u>) Mus z jabłek () z/c 100 g
	PN	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Bułka maślana 1 szt 1 szt (<u>GLU PSZ. JAJ. MLE.</u>)			Mus- przecier owocowy jabłko 100g (tubka) 1 szt
		Wartość energetyczna: 1139.04 kcal; Białko ogółem: 24.68 g; Tłuszcz: 7.87 g; Kw. tł. nasy.: 0.24 g; Węglowodany ogółem: 244.19 g; W tym cukry: 44.54 g; Błonnik pok.: 7.01 g; Sól: 0.67 g; WW: 23.82 Por.; 8.67 %; 317.23 %; Ener. z T: 6.22 %; Ener. z Bł.: 1.23 %; K: 1040.31 mg;	Wartość energetyczna: 2285.34 kcal; Białko ogółem: 83.54 g; Tłuszcz: 57.36 g; Kw. tł. nasy.: 23.21 g; Węglowodany ogółem: 368.55 g; W tym cukry: 102.69 g; Błonnik pok.: 23.02 g; Sól: 4.52 g; WW: 34.54 Por.; 14.62 %; 822.29 %; Ener. z T: 22.59 %; Ener. z Bł.: 2.01 %; K: 3488.75 mg;	Wartość energetyczna: 2992.02 kcal; Białko ogółem: 116.08 g; Tłuszcz: 73.19 g; Kw. tł. nasy.: 27.52 g; Węglowodany ogółem: 481.22 g; W tym cukry: 115.58 g; Błonnik pok.: 32.04 g; Sól: 6.87 g; WW: 44.91 Por.; 15.52 %; 1003.53 %; Ener. z T: 22.02 %; Ener. z Bł.: 2.14 %; K: 4401.67 mg;	Wartość energetyczna: 2928.80 kcal; Białko ogółem: 116.92 g; Tłuszcz: 75.20 g; Kw. tł. nasy.: 27.73 g; Węglowodany ogółem: 458.82 g; W tym cukry: 109.33 g; Błonnik pok.: 41.31 g; Sól: 6.27 g; WW: 41.72 Por.; 15.97 %; 1079.09 %; Ener. z T: 23.11 %; Ener. z Bł.: 2.82 %; K: 4812.95 mg;	Wartość energetyczna: 2412.18 kcal; Białko ogółem: 86.41 g; Tłuszcz: 66.01 g; Kw. tł. nasy.: 23.01 g; Węglowodany ogółem: 378.41 g; W tym cukry: 112.76 g; Błonnik pok.: 31.09 g; Sól: 3.49 g; WW: 34.66 Por.; 14.33 %; 895.34 %; Ener. z T: 24.63 %; Ener. z Bł.: 2.58 %; K: 4186.55 mg;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-05-27 do dnia 2024-06-02 KUCHNIA SIEDLCE

	SIE- Kleikowa rozszerzona	SIE- Dzieci 1-3 lat Podstawowa	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż podstawa	SIE- Bogatoresztkowa	SIE- Bezglutenowa	
2024-05-31 piątek	Śniadanie	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Kleik ryżowy na wodzie 200 g Suchary b/c 30 g (<u>GLU PSZ. SOJ. MLE.</u>) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Płatki kukurydziane na mleku 250 ml (<u>MLE.</u>) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE. GLU ŻYT. GLU JĘCZ.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Serek wiejski lekki 3% tł 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) Dżem 25 g 1 szt Salata zielona 20 g Pomidor 80 g	Płatki kukurydziane na mleku 300 ml (<u>MLE.</u>) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE. GLU ŻYT. GLU JĘCZ.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Dżem 25 g 1 szt Serek wiejski lekki 3% tł 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) Kielki rzodkiewki 20 g Pomidor 80 g	Płatki pszenne na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ. MLE.</u>) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE. GLU ŻYT. GLU JĘCZ.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Serek wiejski lekki 3% tł 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) Dżem 25 g 1 szt Pomidor 80 g Kielki rzodkiewki 20 g	Płatki kukurydziane na mleku 300 ml (<u>MLE.</u>) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Wafle ryżowe 60 g Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Serek wiejski lekki 3% tł 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) Dżem 25 g 1 szt Kielki rzodkiewki 20 g Pomidor 80 g Banan 150 g
	II ŚN	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Suchary b/c 15 g (<u>GLU PSZ. SOJ. MLE.</u>) Kleik ryżowy na wodzie 200 g	Banan 150 g			
	Obiad	Grysikowa () 300 ml (<u>GLU PSZ. SEL.</u>) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Dyniowa z makaronem () 250 ml (<u>GLU PSZ. MLE. SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 90 g Łosoś pieczony 60 g (<u>RYB.</u>) Sos cytrynowy 80 ml (<u>GLU PSZ. MLE.</u>) Surówka z kapusty czerwonej z olejem 50 g Szpinak gotowany z olejem* 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml	Dyniowa z makaronem () 300 ml (<u>GLU PSZ. MLE. SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 180 g Łosoś pieczony 120 g (<u>RYB.</u>) Sos cytrynowy 80 ml (<u>GLU PSZ. MLE.</u>) Surówka z kapusty czerwonej z olejem 100 g Szpinak gotowany z olejem* 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml	Dyniowa z makaronem (bez glutenu) () 300 ml (<u>MLE. SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 180 g Łosoś pieczony 120 g (<u>RYB.</u>) Sos cytrynowy (bez glutenu) 80 ml (<u>MLE.</u>) Surówka z kapusty czerwonej z olejem 100 g Szpinak gotowany z olejem (bez glutenu)* 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml	
	PD	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Suchary b/c 15 g (<u>GLU PSZ. SOJ. MLE.</u>) Kleik ryżowy na wodzie 200 g	Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)			
	Kolacja	Kleik ryżowy na wodzie 200 g Suchary b/c 30 g (<u>GLU PSZ. SOJ. MLE.</u>) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Miód (25g) 1 szt Pomidor 80 g Salata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Miód (25g) 1 szt Salata zielona 20 g Pomidor 80 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Hummus 50 g (<u>SEZ.</u>) Ogórek świeży 80 g Salata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Chleb bezglutenowy 120 g Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Hummus 50 g (<u>SEZ.</u>) Ogórek świeży 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			
	Wartość energetyczna: 1067.54 kcal; Białko ogółem: 23.52 g; Tłuszcz: 7.96 g; Kw. tł. nasy.: 0.25 g; Węglowodany ogółem: 226.17 g; W tym cukry: 44.06 g; Błonnik pok.: 4.93 g; Sól: 0.67 g; WW: 22.20 Por; : 8.81 %; : 193.96 %; Ener. z T: 6.71 %; Ener. z Bł.: 0.92 %; K: 287.24 mg;	Wartość energetyczna: 2022.75 kcal; Białko ogółem: 82.35 g; Tłuszcz: 49.84 g; Kw. tł. nasy.: 19.99 g; Węglowodany ogółem: 317.95 g; W tym cukry: 128.42 g; Błonnik pok.: 16.98 g; Sól: 4.26 g; WW: 30.27 Por; : 16.28 %; : 860.25 %; Ener. z T: 22.18 %; Ener. z Bł.: 1.68 %; K: 3611.94 mg;	Wartość energetyczna: 2732.31 kcal; Białko ogółem: 114.58 g; Tłuszcz: 59.52 g; Kw. tł. nasy.: 21.64 g; Węglowodany ogółem: 445.67 g; W tym cukry: 135.44 g; Błonnik pok.: 27.14 g; Sól: 7.21 g; WW: 42.02 Por; : 16.77 %; : 1050.17 %; Ener. z T: 19.61 %; Ener. z Bł.: 1.99 %; K: 4939.31 mg;	Wartość energetyczna: 2722.62 kcal; Białko ogółem: 116.91 g; Tłuszcz: 74.11 g; Kw. tł. nasy.: 23.01 g; Węglowodany ogółem: 414.70 g; W tym cukry: 136.42 g; Błonnik pok.: 41.08 g; Sól: 7.59 g; WW: 37.52 Por; : 17.18 %; : 1147.17 %; Ener. z T: 24.50 %; Ener. z Bł.: 3.02 %; K: 5441.13 mg;	Wartość energetyczna: 2509.51 kcal; Białko ogółem: 94.25 g; Tłuszcz: 71.40 g; Kw. tł. nasy.: 19.39 g; Węglowodany ogółem: 376.11 g; W tym cukry: 118.14 g; Błonnik pok.: 21.72 g; Sól: 4.50 g; WW: 35.49 Por; : 15.02 %; : 829.32 %; Ener. z T: 25.61 %; Ener. z Bł.: 1.73 %; K: 4188.23 mg;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-05-27 do dnia 2024-06-02 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- Kleikowa rozszerzona	SIE- Dzieci 1-3 lat Podstawowa	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż podstawa	SIE- Bogatoresztkowa	SIE- Bezglutenowa	
2024-06-01 sobota	Śniadanie	Kleik ryżowy na wodzie 200 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Suchary b/c 30 g (GLU PSZ, SOJ, MLE.)	Ryż na mleku 250 ml (MLE.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Parówki z szynki-kielbasa wieprzowa, homogenizowana, wędzona, parzona 60 g Ser żółty 25 g (MLE.) Pomidorki koktajlowe 80 g Mix sałat 20 g	Ryż na mleku 300 ml (MLE.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Ser żółty 25 g (MLE.) Parówki z szynki-kielbasa wieprzowa, homogenizowana, wędzona, parzona 60 g Pomidorki koktajlowe 80 g Mix sałat 20 g	Ryż na mleku 300 ml (MLE.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Ser żółty 25 g (MLE.) Parówki z szynki-kielbasa wieprzowa, homogenizowana, wędzona, parzona 60 g Ketchup 20 g (SEL.) Pomidorki koktajlowe 80 g Mix sałat 20 g	Ryż na mleku 300 ml (MLE.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 120 g Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka z piersią kurczaka-wędł.z drob.gr.rozd.parzo.w osł.niejadalnej 50 g (SOJ.) Ser żółty 25 g (MLE.) Pomidorki koktajlowe 80 g Mix sałat 20 g Jabłko 1 szt 1 szt	
	II ŚN	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Suchary b/c 15 g (GLU PSZ, SOJ, MLE.) Kleik ryżowy na wodzie 200 g	Jabłko 1 szt 1 szt				
	Obiad	Ziemniaczana (bez mleka) () 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Jarzynowa z ziemniakami () 250 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) kasza pęczak/sypko 90 g (GLU PSZ.) Gulasz wołowy 80 g (GLU PSZ.) Buraczki gotowane () 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Jarzynowa z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) kasza pęczak/sypko 180 g (GLU PSZ.) Gulasz wołowy 150 g (GLU PSZ.) Buraczki gotowane () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Grochowa z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, SEL.) kasza pęczak/sypko 180 g (GLU PSZ.) Gulasz wołowy 150 g (GLU PSZ.) Ogórek kiszony z cebulką z olejem 100 g Buraczki gotowane () 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Selerowa z ziemniakami - dieta () 300 ml (MLE, SEL.) Ryż na sypko 180 g Gulasz wołowy (bez glutenu) 150 g Ogórek kiszony z cebulką z olejem 100 g Buraczki gotowane () 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	
	PD	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Suchary b/c 15 g (GLU PSZ, SOJ, MLE.) Kleik ryżowy na wodzie 200 g	Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE.)				
	Kolacja	Kleik ryżowy na wodzie 200 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Suchary b/c 30 g (GLU PSZ, SOJ, MLE.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g Twarożek 80 g (MLE.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g Twarożek 80 g (MLE.) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g Twarożek 80 g (MLE.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 120 g Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g Twarożek 80 g (MLE.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	
	PN	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ciasto drożdżowe 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, S02.)				
						Sok pomarańczowy 0,2L-kartonik 1 szt	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-05-27 do dnia 2024-06-02 KUCHNIA SIEDLCE

	SIE- Kleikowa rozszerzona	SIE- Dzieci 1-3 lat Podstawowa	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż podstawa	SIE- Bogatoresztkowa	SIE- Bezglutenowa
2024-06-01 sobota	Wartość energetyczna: 1139.04 kcal; Białko ogółem: 24.78 g; Tłuszcz: 7.87 g; Kw. tł. nasy.: 0.24 g; Węglowodany ogółem: 244.19 g; W tym cukry: 44.54 g; Błonnik pok.: 7.01 g; Sól: 0.70 g; WW: 23.82 Por; : 8.70 %; : 317.23 %; Ener. z T: 6.22 %; Ener. z Bł.: 1.23 %; K: 1056.18 mg;	Wartość energetyczna: 1896.70 kcal; Białko ogółem: 82.59 g; Tłuszcz: 68.41 g; Kw. tł. nasy.: 31.97 g; Węglowodany ogółem: 241.71 g; W tym cukry: 69.10 g; Błonnik pok.: 21.01 g; Sól: 5.38 g; WW: 22.16 Por; : 17.42 %; : 739.76 %; Ener. z T: 32.46 %; Ener. z Bł.: 2.22 %; K: 2851.19 mg;	Wartość energetyczna: 2608.95 kcal; Białko ogółem: 110.90 g; Tłuszcz: 77.38 g; Kw. tł. nasy.: 34.30 g; Węglowodany ogółem: 372.21 g; W tym cukry: 81.80 g; Błonnik pok.: 34.98 g; Sól: 8.35 g; WW: 33.78 Por; : 17.00 %; : 911.40 %; Ener. z T: 26.69 %; Ener. z Bł.: 2.68 %; K: 3809.30 mg;	Wartość energetyczna: 2596.58 kcal; Białko ogółem: 113.40 g; Tłuszcz: 85.43 g; Kw. tł. nasy.: 34.88 g; Węglowodany ogółem: 354.06 g; W tym cukry: 68.56 g; Błonnik pok.: 51.12 g; Sól: 9.68 g; WW: 30.41 Por; : 17.47 %; : 972.81 %; Ener. z T: 29.61 %; Ener. z Bł.: 3.94 %; K: 4207.61 mg;	Wartość energetyczna: 2258.39 kcal; Białko ogółem: 84.38 g; Tłuszcz: 69.32 g; Kw. tł. nasy.: 25.46 g; Węglowodany ogółem: 339.58 g; W tym cukry: 88.98 g; Błonnik pok.: 18.17 g; Sól: 5.62 g; WW: 32.23 Por; : 14.95 %; : 680.51 %; Ener. z T: 27.63 %; Ener. z Bł.: 1.61 %; K: 3265.85 mg;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-05-27 do dnia 2024-06-02 KUCHNIA SIEDLCE

	SIE- Kleikowa rozszerzona	SIE- Dzieci 1-3 lat Podstawowa	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż podstawa	SIE- Bogatoresztkowa	SIE- Bezglutenowa	
2024-06-02 niedziela	Śniadanie	Kleik ryżowy na wodzie 200 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Suchary b/c 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u>) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Płatki owsiane na mleku 250 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Ser mozzarella 40 g (<u>MLE.</u>) Baton szynkowy z kurcząt 25 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.</u>) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Płatki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Ser mozzarella 80 g (<u>MLE.</u>) Baton szynkowy z kurcząt 25 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.</u>) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Płatki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Ser mozzarella 80 g (<u>MLE.</u>) Baton szynkowy z kurcząt 25 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.</u>) Rzodkiew biała 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Kasza jaglana na mleku 300 ml (<u>MLE.</u>) Chleb bezglutenowy 120 g Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Ser mozzarella 80 g (<u>MLE.</u>) Szynka z pierśią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalanej 25 g (<u>SOJ, SEL.</u>) Rzodkiew biała 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Banan 150 g
	II ŚN	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Suchary b/c 15 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u>) Kleik ryżowy na wodzie 200 g	Banan 150 g			
	Obiad	Ryżowa (bez mleka) () 300 ml (<u>SEL.</u>) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Rosół z makaronem () 250 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 90 g udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 100 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 100 g (<u>SEL.</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Rosół z makaronem () 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 180 g udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 130 g Surówka z kapusty białej z koperkiem i z olejem 100 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 100 g (<u>SEL.</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Rosół z makaronem (bez glutenu) () 300 ml (<u>SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 180 g udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 130 g Surówka z kapusty białej z koperkiem i z olejem 100 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 100 g (<u>SEL.</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	
	PD	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Suchary b/c 15 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u>) Kleik ryżowy na wodzie 200 g	Kisiel o smaku wiśniowym z jabłkiem z/c 200 ml			
	Kolacja	Kleik ryżowy na wodzie 200 g Suchary b/c 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u>) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Dżem 25 g 1 szt Szynka zielonogórska- wp. parzona 30 g (<u>SOJ.</u>) Ogórek świeży 80 g Rukola 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Dżem 25 g 1 szt Szynka zielonogórska- wp. parzona 50 g (<u>SOJ.</u>) Ogórek świeży 80 g Rukola 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Dżem 25 g 1 szt Szynka zielonogórska- wp. parzona 50 g (<u>SOJ.</u>) Ogórek świeży 80 g Rukola 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 120 g Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Szynka zielonogórska- wp. parzona 50 g (<u>SOJ.</u>) Dżem 25 g 1 szt Ogórek świeży 80 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Rukola 20 g
	PN	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Mus tymbark ryż + owoce tropikalne 100 g 1 szt			
		Wartość energetyczna: 1065.96 kcal; Białko ogółem: 22.86 g; Tłuszcz: 7.83 g; Kw. tł. nasy.: 0.25 g; Węglowodany ogółem: 226.66 g; W tym cukry: 44.09 g; Błonnik pok.: 4.91 g; Sól: 0.64 g; WW: 22.27 Por; : 8.58 %; : 194.79 %; Ener. z T: 6.61 %; Ener. z Bł.: 0.92 %; K: 270.25 mg;	Wartość energetyczna: 1927.74 kcal; Białko ogółem: 78.80 g; Tłuszcz: 60.89 g; Kw. tł. nasy.: 20.31 g; Węglowodany ogółem: 275.80 g; W tym cukry: 127.89 g; Błonnik pok.: 18.80 g; Sól: 4.01 g; WW: 25.79 Por; : 16.35 %; : 742.80 %; Ener. z T: 28.43 %; Ener. z Bł.: 1.95 %; K: 3253.87 mg;	Wartość energetyczna: 2758.04 kcal; Białko ogółem: 115.97 g; Tłuszcz: 83.05 g; Kw. tł. nasy.: 23.40 g; Węglowodany ogółem: 400.93 g; W tym cukry: 137.02 g; Błonnik pok.: 28.89 g; Sól: 7.31 g; WW: 37.32 Por; : 16.82 %; : 947.46 %; Ener. z T: 27.10 %; Ener. z Bł.: 2.10 %; K: 4393.27 mg;	Wartość energetyczna: 2645.86 kcal; Białko ogółem: 114.15 g; Tłuszcz: 83.89 g; Kw. tł. nasy.: 23.45 g; Węglowodany ogółem: 380.87 g; W tym cukry: 131.05 g; Błonnik pok.: 44.79 g; Sól: 6.87 g; WW: 33.76 Por; : 17.26 %; : 1040.45 %; Ener. z T: 28.54 %; Ener. z Bł.: 3.39 %; K: 5007.84 mg;	Wartość energetyczna: 2557.11 kcal; Białko ogółem: 98.60 g; Tłuszcz: 88.07 g; Kw. tł. nasy.: 22.73 g; Węglowodany ogółem: 350.94 g; W tym cukry: 109.59 g; Błonnik pok.: 23.12 g; Sól: 4.10 g; WW: 32.87 Por; : 15.42 %; : 838.85 %; Ener. z T: 31.00 %; Ener. z Bł.: 1.81 %; K: 4272.80 mg;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-05-27 do dnia 2024-06-02 KUCHNIA SIEDLCE

	SIE- Wegetariańska	SIE- Pooperacyjna	SIE- Dzieci 1-3 lat Łatwo strawna	SIE- Dzieci powyżej 3 r. z łatwostrawna	SIE- Z ogr.subst.pobudz.wydz.soków zoławkowych	
2024-05-27 poniedziałek	Śniadanie	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU JECZ.</u>) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka graham-pszenna 60g 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Hummus 80 g (<u>SEZ.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Pomidor 80 g Mix салат 20 g Kiwi 1 szt 1 szt	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU JECZ.</u>) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osl.niejad 50 g Dżem 25 g 1 szt	Płatki jęczmienne na mleku 250 ml (<u>MLE, GLU JECZ.</u>) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osl.niejad 30 g Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Pomidor 80 g Mix салат 20 g	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU JECZ.</u>) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osl.niejad 50 g Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Pomidor 80 g Mix салат 20 g	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU JECZ.</u>) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 70 g (<u>GLU PSZ.</u>) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osl.niejad 50 g Pomidor b/skórki 80 g Mix салат 20 g Jabłko pieczone 1szt. 1 szt
	II ŚN		Jabłko pieczone 1szt. 1 szt			
	Obiad	Brokułowa z ryżem () 300 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Gulasz warzywny z ciecierzycą* 150 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 180 g Surówka z marchwi z olejem () 100 g Salatka z buraczków i jabłka z olejem () 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ryżowa (bez mleka) () 300 ml (<u>SEL.</u>) Pulpet drobiowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos ziołowy () 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 180 g Marchew gotowana z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Brokułowa z ryżem () 250 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Gulasz warzywny z tofu dieta* 80 g (<u>GLU PSZ, SOJ, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 90 g Marchew gotowana z olejem () 50 g Salatka z buraczków i jabłka z olejem () 50 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Brokułowa z ryżem () 300 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Gulasz warzywny z tofu dieta* 150 g (<u>GLU PSZ, SOJ, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 180 g Surówka z marchwi z olejem () 100 g Salatka z buraczków i jabłka z olejem () 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Brokułowa z ryżem () 300 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Pulpet drobiowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos ziołowy () 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 180 g Marchew gotowana z olejem () 100 g Salatka z buraczków i jabłka z olejem () 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD		Podplomyki b/c 20 g (<u>GLU PSZ, MLE.</u>)	Podplomyki b/c 20 g (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)		
	Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Twaróg półtłusty 50 g (<u>MLE.</u>) Ser żółty 50 g (<u>MLE.</u>) Ogórek świeży 80 g Salata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<u>MLE.</u>)	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Twaróg półtłusty 50 g (<u>MLE.</u>) Schab Benedykta wp parzony z dodatkiem wody 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, SEL, może zawierać: JAJ, OZI, MLE, GOR, SEZ.</u>) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Twaróg półtłusty 50 g (<u>MLE.</u>) Schab Benedykta wp parzony z dodatkiem wody 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, SEL, może zawierać: JAJ, OZI, MLE, GOR, SEZ.</u>) Salata zielona 20 g Pomidor 80 g Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<u>MLE.</u>)	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Twaróg półtłusty 50 g (<u>MLE.</u>) Schab Benedykta wp parzony z dodatkiem wody 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, SEL, może zawierać: JAJ, OZI, MLE, GOR, SEZ.</u>) Salata zielona 20 g Pomidor 80 g Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<u>MLE.</u>)	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Twaróg półtłusty 50 g (<u>MLE.</u>) Schab Benedykta wp parzony z dodatkiem wody 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, SEL, może zawierać: JAJ, OZI, MLE, GOR, SEZ.</u>) Pomidor b/skórki 80 g Salata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<u>MLE.</u>)
PN	Wafle ryżowe 30 g Dżem 25 g 1 szt					

Jadłospisy za okres od dnia 2024-05-27 do dnia 2024-06-02 KUCHNIA SIEDLCE

2024-05-27, poniedziałek

SIE- Wegetariańska	SIE- Pooperacyjna	SIE- Dzieci 1-3 lat Łatwo strawna	SIE- Dzieci powyżej 3 r. z łatwostrawna	SIE- Z ogr.subst.pobudz.wydz.soków żołądkowych
Wartość energetyczna: 2570.58 kcal; Białko ogółem: 88.63 g; Tłuszcz: 90.83 g; Kw. tł. nasy.: 32.71 g; Węglowodany ogółem: 362.99 g; W tym cukry: 85.56 g; Błonnik pok.: 39.55 g; Sól: 8.50 g; WW: 32.47 Por; : 13.79 %; : 1022.76 %; Ener. z T: 31.80 %; Ener. z Bł.: 3.08 %; K: 4431.72 mg;	Wartość energetyczna: 2288.43 kcal; Białko ogółem: 93.77 g; Tłuszcz: 49.77 g; Kw. tł. nasy.: 20.36 g; Węglowodany ogółem: 379.82 g; W tym cukry: 84.84 g; Błonnik pok.: 27.41 g; Sól: 7.83 g; WW: 35.36 Por; : 16.39 %; : 915.43 %; Ener. z T: 19.58 %; Ener. z Bł.: 2.40 %; K: 3574.72 mg;	Wartość energetyczna: 1733.70 kcal; Białko ogółem: 72.53 g; Tłuszcz: 48.77 g; Kw. tł. nasy.: 21.85 g; Węglowodany ogółem: 259.26 g; W tym cukry: 83.47 g; Błonnik pok.: 20.45 g; Sól: 5.73 g; WW: 23.97 Por; : 16.73 %; : 788.72 %; Ener. z T: 25.32 %; Ener. z Bł.: 2.36 %; K: 3087.39 mg;	Wartość energetyczna: 2449.09 kcal; Białko ogółem: 93.94 g; Tłuszcz: 60.83 g; Kw. tł. nasy.: 23.78 g; Węglowodany ogółem: 395.34 g; W tym cukry: 97.15 g; Błonnik pok.: 33.14 g; Sól: 9.61 g; WW: 36.31 Por; : 15.34 %; : 1040.73 %; Ener. z T: 22.35 %; Ener. z Bł.: 2.71 %; K: 4375.80 mg;	Wartość energetyczna: 2228.75 kcal; Białko ogółem: 97.65 g; Tłuszcz: 47.13 g; Kw. tł. nasy.: 16.73 g; Węglowodany ogółem: 366.17 g; W tym cukry: 84.80 g; Błonnik pok.: 28.46 g; Sól: 8.23 g; WW: 33.89 Por; : 17.52 %; : 1021.62 %; Ener. z T: 19.03 %; Ener. z Bł.: 2.55 %; K: 4215.09 mg;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-05-27 do dnia 2024-06-02 KUCHNIA SIEDLCE

	SIE- Wegetariańska	SIE- Pooperacyjna	SIE- Dzieci 1-3 lat Łatwo strawna	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż. łatwostrawna	SIE- Z ogr.subst.pobudz.wydz.soków ziołkowych	
2024-05-28 wtorek	Śniadanie	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (<u>MLE</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Serek a'la homogenizowany z ziołami 80 g (<u>MLE</u>) Hummus 60 g (<u>SEZ</u>) Rukola 20 g Papryka świeża 80 g Banan 150 g	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (<u>MLE</u>) Bułka pszenna długa krojona 120 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Serek a'la homogenizowany z ziołami 80 g (<u>MLE</u>) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 25 g (<u>może zawierać: MLE, GOR</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Kasza kukurydziana na mleku 250 ml (<u>MLE</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Serek a'la homogenizowany z ziołami 50 g (<u>MLE</u>) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 25 g (<u>może zawierać: MLE, GOR</u>) Pomidor 80 g Rukola 20 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (<u>MLE</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Serek a'la homogenizowany z ziołami 80 g (<u>MLE</u>) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 25 g (<u>może zawierać: MLE, GOR</u>) Pomidor 80 g Rukola 20 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (<u>MLE</u>) Bułka pszenna długa krojona 120 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Serek a'la homogenizowany z ziołami 80 g (<u>MLE</u>) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 25 g (<u>może zawierać: MLE, GOR</u>) Rukola 20 g Pomidor b/skórki 80 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Banan 150 g
	II ŚN			Banan 150 g		
	Obiad	Pieczeniarka z ziemniakami () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Makaron ze szpinakiem i serem żółtym * 300 g (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g Dynia duszona z olejem* 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Solferino () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Makaron 180 g (<u>GLU PSZ</u>) Szynka wieprzowa gotowana 100 g Sos szpinakowy* 80 ml (<u>GLU PSZ</u>) Dynia duszona z olejem* 200 g (<u>GLU PSZ</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Solferino () 250 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Makaron 90 g (<u>GLU PSZ</u>) Szynka wieprzowa gotowana 50 g Sos szpinakowy* 80 ml (<u>GLU PSZ</u>) Dynia duszona z olejem* 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Solferino () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Makaron 180 g (<u>GLU PSZ</u>) Szynka wieprzowa gotowana 100 g Sos szpinakowy* 80 ml (<u>GLU PSZ</u>) Dynia duszona z olejem* 200 g (<u>GLU PSZ</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	
	PD		Jogurt brzoskwinowy 150g 1 szt (<u>MLE</u>)	Jogurt brzoskwinowy 150g 1 szt (<u>MLE</u>) Ciasto drożdżowe 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SO2</u>)		
	Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Pasztecik sojowy z pomidorami 100 g (<u>SOJ, GOR</u>) Ser mozzarella kulki 35 g (<u>MLE</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 50 g (<u>SOJ</u>) Miód (25g) 1 szt Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 25 g (<u>SOJ</u>) Ser mozzarella kulki 35 g (<u>MLE</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 50 g (<u>SOJ</u>) Ser mozzarella kulki 35 g (<u>MLE</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 50 g (<u>SOJ</u>) Pomidor b/skórki 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PN	Mus tymbark ryż + owoce tropikalne 100 g 1 szt				
		Wartość energetyczna: 2812.98 kcal; Białko ogółem: 89.12 g; Tłuszcz: 106.19 g; Kw. tł. nasy.: 32.85 g; Węglowodany ogółem: 385.31 g; W tym cukry: 103.49 g; Błonnik pok.: 35.09 g; Sól: 8.11 g; WW: 35.17 Por; : 12.67 %; : 823.22 %; Ener. z T: 33.98 %; Ener. z Bł.: 2.49 %; K: 3442.02 mg;	Wartość energetyczna: 2524.99 kcal; Białko ogółem: 114.57 g; Tłuszcz: 52.31 g; Kw. tł. nasy.: 22.65 g; Węglowodany ogółem: 403.15 g; W tym cukry: 110.82 g; Błonnik pok.: 19.23 g; Sól: 5.67 g; WW: 38.49 Por; : 18.15 %; : 864.50 %; Ener. z T: 18.64 %; Ener. z Bł.: 1.52 %; K: 3921.09 mg;	Wartość energetyczna: 1961.40 kcal; Białko ogółem: 81.35 g; Tłuszcz: 52.93 g; Kw. tł. nasy.: 24.72 g; Węglowodany ogółem: 293.63 g; W tym cukry: 105.94 g; Błonnik pok.: 16.47 g; Sól: 4.26 g; WW: 27.88 Por; : 16.59 %; : 782.54 %; Ener. z T: 24.29 %; Ener. z Bł.: 1.68 %; K: 3392.18 mg;	Wartość energetyczna: 2761.30 kcal; Białko ogółem: 124.36 g; Tłuszcz: 65.81 g; Kw. tł. nasy.: 28.60 g; Węglowodany ogółem: 423.32 g; W tym cukry: 114.50 g; Błonnik pok.: 25.22 g; Sól: 7.58 g; WW: 39.95 Por; : 18.01 %; : 931.05 %; Ener. z T: 21.45 %; Ener. z Bł.: 1.83 %; K: 4289.77 mg;	Wartość energetyczna: 2321.66 kcal; Białko ogółem: 113.39 g; Tłuszcz: 42.29 g; Kw. tł. nasy.: 15.96 g; Węglowodany ogółem: 377.40 g; W tym cukry: 106.39 g; Błonnik pok.: 21.45 g; Sól: 5.57 g; WW: 35.69 Por; : 19.54 %; : 959.76 %; Ener. z T: 16.39 %; Ener. z Bł.: 1.85 %; K: 4124.73 mg;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-05-27 do dnia 2024-06-02 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- Wegetariańska	SIE- Pooperacyjna	SIE- Dzieci 1-3 lat Łatwo strawna	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż. łatwostrawna	SIE- Z ogr.subst.pobudz.wydz.soków żołądkowych
2024-05-29 środa	Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Ser żółty 25 g (MLE) Paprykarz szczeciński 80 g (RYB, SOJ) Salatka wiosenna 100 g Jabłko 1 szt 1 szt	Ryż na mleku 300 ml (MLE) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Szynka zielonogórska- wp. parzona 25 g (SOJ) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (SOJ)	Płatki owsiane na mleku 250 ml (MLE, GLU OW) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Szynka zielonogórska- wp. parzona 30 g (SOJ) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (SOJ) Salatka wiosenna - diety 100 g	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Szynka zielonogórska- wp. parzona 30 g (SOJ) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (SOJ) Salatka wiosenna - diety 100 g	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 5 g (MLE) Szynka zielonogórska- wp. parzona 25 g (SOJ) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 25 g (SOJ) Pomidor b/skórki 80 g Mix sałat 20 g Jabłko pieczone 1szt. 1 szt
	II ŚN			Jabłko pieczone 1szt. 1 szt		
	Obiad	Grysikowa () 300 ml (GLU PSZ, SEL) Kotlety gryczane z ciecierz. () 300 g (GLU PSZ) Buraczki gotowane () 100 g Sos jarzynowy () 80 ml (GLU PSZ, SEL) Salatka szwedzka b/c () 100 g (GOR) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Grysikowa () 300 ml (GLU PSZ, SEL) Ziemniaki gotowane () 180 g Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 100 g (GLU PSZ, JAJ) Sos jarzynowy () 80 ml (GLU PSZ, SEL) Dynia z wody 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Grysikowa () 250 ml (GLU PSZ, SEL) Ziemniaki gotowane () 90 g Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 50 g (GLU PSZ, JAJ) Sos jarzynowy () 80 ml (GLU PSZ, SEL) Buraczki gotowane () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Grysikowa () 300 ml (GLU PSZ, SEL) Ziemniaki gotowane () 180 g Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 100 g (GLU PSZ, JAJ) Sos jarzynowy () 80 ml (GLU PSZ, SEL) Buraczki gotowane () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	
	PD			Budyń o smaku waniliowym z/c 200 ml (MLE)		
	Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Paszet z soczewicy () 60 g (GLU PSZ, JAJ) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ) Salata zielona 20 g Pomidorki koktajlowe 80 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ) Baton szynkowy z kurcząt 25 g (może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR)	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Baton szynkowy z kurcząt 25 g (może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ) Pomidorki koktajlowe 80 g Salata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ) Baton szynkowy z kurcząt 25 g (może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR) Pomidorki koktajlowe 80 g Salata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 5 g (MLE) Miód (25g) 1 szt Baton szynkowy z kurcząt 25 g (może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR) Pomidor b/skórki 80 g Salata zielona 20 g
	PN	Mleko Smakowe UHT 1,5% tł 0,2l 1 szt (MLE) Biszkopty 30 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JECZ)	Biszkopty 30 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JECZ)		Mleko Smakowe UHT 1,5% tł 0,2l 1 szt (MLE) Biszkopty 30 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JECZ)	
	Wartość energetyczna: 3013.65 kcal; Białko ogółem: 96.63 g; Tłuszcz: 117.52 g; Kw. tł. nasy.: 29.45 g; Węglowodany ogółem: 415.35 g; W tym cukry: 79.56 g; Błonnik pok.: 40.73 g; Sól: 9.11 g; WW: 37.37 Por; : 12.83 %; : 845.66 %; Ener. z T: 35.10 %; Ener. z Bł.: 2.70 %; K: 3524.29 mg;	Wartość energetyczna: 2221.73 kcal; Białko ogółem: 95.57 g; Tłuszcz: 49.67 g; Kw. tł. nasy.: 21.22 g; Węglowodany ogółem: 361.56 g; W tym cukry: 92.81 g; Błonnik pok.: 19.66 g; Sól: 7.75 g; WW: 34.17 Por; : 17.21 %; : 976.14 %; Ener. z T: 20.12 %; Ener. z Bł.: 1.77 %; K: 3625.82 mg;	Wartość energetyczna: 1874.44 kcal; Białko ogółem: 76.57 g; Tłuszcz: 55.58 g; Kw. tł. nasy.: 22.17 g; Węglowodany ogółem: 283.68 g; W tym cukry: 107.23 g; Błonnik pok.: 19.24 g; Sól: 5.49 g; WW: 26.41 Por; : 16.34 %; : 890.49 %; Ener. z T: 26.69 %; Ener. z Bł.: 2.05 %; K: 3463.73 mg;	Wartość energetyczna: 2488.36 kcal; Białko ogółem: 100.09 g; Tłuszcz: 62.31 g; Kw. tł. nasy.: 24.06 g; Węglowodany ogółem: 401.87 g; W tym cukry: 110.01 g; Błonnik pok.: 26.66 g; Sól: 8.34 g; WW: 37.50 Por; : 16.09 %; : 1034.68 %; Ener. z T: 22.54 %; Ener. z Bł.: 2.14 %; K: 4380.79 mg;	Wartość energetyczna: 2152.93 kcal; Białko ogółem: 89.38 g; Tłuszcz: 36.85 g; Kw. tł. nasy.: 14.05 g; Węglowodany ogółem: 385.60 g; W tym cukry: 84.08 g; Błonnik pok.: 24.53 g; Sól: 6.66 g; WW: 36.14 Por; : 16.61 %; : 1071.07 %; Ener. z T: 15.41 %; Ener. z Bł.: 2.28 %; K: 4223.88 mg;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-05-27 do dnia 2024-06-02 KUCHNIA SIEDLCE

	SIE- Wegetariańska	SIE- Pooperacyjna	SIE- Dzieci 1-3 lat Łatwo strawna	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż łatwostrawna	SIE- Z ogr.subst.pobudz.wydz.soków zolakowych	
2024-05-30 czwartek	Śniadanie	Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Bułka graham-pszenna 60g 1 szt (<u>GLU PSZ</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Hummus 50 g (<u>SEZ</u>) Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt (<u>MLE</u>) Papryka świeża 80 g Roszponka 20 g Melon 100 g	Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt (<u>MLE</u>)	Zacierka na mleku 250 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 25 g Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt (<u>MLE</u>) Roszponka 20 g Pomidor 80 g	Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt (<u>MLE</u>) Pomidor 80 g Roszponka 20 g	Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u>) Bułka pszenna długa krojona 70 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt (<u>MLE</u>) Pomidor b/skórki 80 g Roszponka 20 g Melon 100 g
	II ŚN		Jabłko pieczone 1szt. 1 szt		Melon 100 g	
	Obiad	Barszcz biały z ziemniakami () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT</u>) Risotto (ryż brązowy) wegetariańskie* 300 g (<u>SEL</u>) Cukinia pieczona z olejem * 100 g Surówka z selera i marchwi () 100 g (<u>MLE, SEL</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Ziemniaczana () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Ryż na sypko 180 g Sos własny () 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Pulpet wieprzowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Ziemniaczana () 250 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Risotto z mięsem wieprzowym i warzywami () 150 g (<u>SEL</u>) Surówka z selera i marchwi () 100 g (<u>MLE, SEL</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Ziemniaczana () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Risotto z mięsem wieprzowym i warzywami () 300 g (<u>SEL</u>) Surówka z selera i marchwi () 100 g (<u>MLE, SEL</u>) Cukinia pieczona z olejem * 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Ziemniaczana () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Risotto z mięsem wieprzowym i warzywami () 300 g (<u>SEL</u>) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml
	PD		Maślanka truskawkowa 150 ml (<u>MLE</u>)	Maślanka truskawkowa 100 ml (<u>MLE</u>) Herbatniki 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u>)	Maślanka truskawkowa 150 ml (<u>MLE</u>) Herbatniki 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u>)	
	Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Makaron z serem 300 g (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Sos jogurtowy naturalny 80 g (<u>MLE</u>) Mus z jabłek () z/c 100 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Bułka pszenna długa krojona 120 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Szynka Delikatesowa z kurczaka produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 25 g Twarożek 80 g (<u>MLE</u>)	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Makaron z serem 150 g (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Sos jogurtowy naturalny 50 g (<u>MLE</u>) Mus z jabłek () z/c 50 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Makaron z serem 300 g (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Sos jogurtowy naturalny 80 g (<u>MLE</u>) Mus z jabłek () z/c 100 g	
PN	Bułka maślana 1 szt 1 szt (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>)					
	Wartość energetyczna: 2703.19 kcal; Białko ogółem: 87.93 g; Tłuszcz: 71.23 g; Kw. tł. nasy.: 23.71 g; Węglowodany ogółem: 437.31 g; W tym cukry: 108.30 g; Błonnik pok.: 38.79 g; Sól: 6.00 g; WW: 39.80 Por; : 13.01 %; : 1043.74 %; Ener. z T: 23.72 %; Ener. z Bł.: 2.87 %; K: 4352.11 mg;	Wartość energetyczna: 2790.06 kcal; Białko ogółem: 115.53 g; Tłuszcz: 74.43 g; Kw. tł. nasy.: 30.17 g; Węglowodany ogółem: 423.76 g; W tym cukry: 80.40 g; Błonnik pok.: 19.11 g; Sól: 7.25 g; WW: 40.45 Por; : 16.56 %; : 941.24 %; Ener. z T: 24.01 %; Ener. z Bł.: 1.37 %; K: 3177.83 mg;	Wartość energetyczna: 2046.24 kcal; Białko ogółem: 73.26 g; Tłuszcz: 49.70 g; Kw. tł. nasy.: 21.08 g; Węglowodany ogółem: 336.33 g; W tym cukry: 96.07 g; Błonnik pok.: 21.67 g; Sól: 4.42 g; WW: 31.44 Por; : 14.32 %; : 766.35 %; Ener. z T: 21.86 %; Ener. z Bł.: 2.12 %; K: 3322.00 mg;	Wartość energetyczna: 2985.93 kcal; Białko ogółem: 115.72 g; Tłuszcz: 72.87 g; Kw. tł. nasy.: 26.92 g; Węglowodany ogółem: 480.66 g; W tym cukry: 113.23 g; Błonnik pok.: 30.81 g; Sól: 6.88 g; WW: 44.94 Por; : 15.50 %; : 994.85 %; Ener. z T: 21.96 %; Ener. z Bł.: 2.06 %; K: 4401.55 mg;	Wartość energetyczna: 2719.08 kcal; Białko ogółem: 109.40 g; Tłuszcz: 67.01 g; Kw. tł. nasy.: 21.91 g; Węglowodany ogółem: 430.18 g; W tym cukry: 99.04 g; Błonnik pok.: 24.50 g; Sól: 6.00 g; WW: 40.48 Por; : 16.09 %; : 1027.92 %; Ener. z T: 22.18 %; Ener. z Bł.: 1.80 %; K: 4263.97 mg;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-05-27 do dnia 2024-06-02 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- Wegetariańska	SIE- Pooperacyjna	SIE- Dzieci 1-3 lat Łatwo strawna	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż łatwostrawna	SIE- Z ogr.subst.pobudz.wydz.soków ziołkowych
2024-05-31 piątek	Śniadanie	Płatki pszenne na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ.</u> <u>MLE.</u>) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE.</u> <u>GLU ŻYT.</u> <u>GLU JĘCZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ.</u> <u>GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ.</u> <u>GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Serek wiejski lekki 3% tł 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) Dżem 25 g 1 szt Pomidor 80 g Kielki rzodkiewki 20 g Banan 150 g	Płatki pszenne na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ.</u> <u>MLE.</u>) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Serek wiejski lekki 3% tł 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) Dżem 25 g 1 szt	Płatki kukurydziane na mleku 250 ml (<u>MLE.</u>) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE.</u> <u>GLU ŻYT.</u> <u>GLU JĘCZ.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Serek wiejski lekki 3% tł 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) Dżem 25 g 1 szt Salata zielona 20 g Pomidor 80 g	Płatki kukurydziane na mleku 300 ml (<u>MLE.</u>) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE.</u> <u>GLU ŻYT.</u> <u>GLU JĘCZ.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ.</u> <u>GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Serek wiejski lekki 3% tł 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) Dżem 25 g 1 szt Salata zielona 20 g Pomidor 80 g	Płatki pszenne na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ.</u> <u>MLE.</u>) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE.</u> <u>GLU ŻYT.</u> <u>GLU JĘCZ.</u>) Bułka pszenna długa krojona 120 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Serek wiejski lekki 3% tł 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) Dżem 25 g 1 szt Pomidor b/skórki 80 g Salata zielona 20 g Banan 150 g
	II ŚN	Banan 150 g				
	Obiad	Dyniowa z makaronem () 300 ml (<u>GLU PSZ.</u> <u>MLE.</u> <u>SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 180 g Łosoś pieczony 120 g (<u>RYB.</u>) Sos cytrynowy 80 ml (<u>GLU PSZ.</u> <u>MLE.</u>) Surówka z kapusty czerwonej z olejem 100 g Szpinak gotowany z olejem* 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Dyniowa z makaronem () 300 ml (<u>GLU PSZ.</u> <u>MLE.</u> <u>SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 180 g Łosoś pieczony 120 g (<u>RYB.</u>) Sos cytrynowy 80 ml (<u>GLU PSZ.</u> <u>MLE.</u>) Szpinak gotowany z olejem* 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Koperkowa z makaronem () 250 ml (<u>GLU PSZ.</u> <u>MLE.</u> <u>SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 90 g Łosoś pieczony 60 g (<u>RYB.</u>) Sos cytrynowy 40 ml (<u>GLU PSZ.</u> <u>MLE.</u>) Szpinak gotowany z olejem* 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Koperkowa z makaronem () 300 ml (<u>GLU PSZ.</u> <u>MLE.</u> <u>SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 180 g Łosoś pieczony 120 g (<u>RYB.</u>) Sos cytrynowy 80 ml (<u>GLU PSZ.</u> <u>MLE.</u>) Szpinak gotowany z olejem* 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Dyniowa z makaronem () 300 ml (<u>GLU PSZ.</u> <u>MLE.</u> <u>SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 180 g Łosoś pieczony 120 g (<u>RYB.</u>) Sos cytrynowy 80 ml (<u>GLU PSZ.</u> <u>MLE.</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 200 g (<u>SEL.</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml
	PD	Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)				
	Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ.</u> <u>GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ.</u> <u>GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Hummus 50 g (<u>SEZ.</u>) Ogórek świeży 80 g Salata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Bułka pszenna długa krojona 120 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Twaróg półtłusty 100 g (<u>MLE.</u>) Miód (25g) 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Miód (25g) 1 szt Pomidor 80 g Salata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ.</u> <u>GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Miód (25g) 1 szt Pomidor 80 g Salata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Bułka pszenna długa krojona 120 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalanej 50 g (<u>SOJ.</u> <u>SEL.</u>) Miód (25g) 1 szt Pomidor b/skórki 80 g Salata zielona 20 g
PN	Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 30 g					
	Wartość energetyczna: 2684.42 kcal; Białko ogółem: 111.98 g; Tłuszcz: 71.10 g; Kw. tł. nasy.: 21.69 g; Węglowodany ogółem: 411.54 g; W tym cukry: 125.63 g; Błonnik pok.: 30.94 g; Sól: 8.28 g; WW: 38.17 Por; : 16.69 %; : 964.71 %; Ener. z T: 23.84 %; Ener. z Bł.: 2.31 %; K: 4710.53 mg;	Wartość energetyczna: 2630.92 kcal; Białko ogółem: 122.16 g; Tłuszcz: 55.37 g; Kw. tł. nasy.: 20.92 g; Węglowodany ogółem: 420.71 g; W tym cukry: 121.14 g; Błonnik pok.: 21.14 g; Sól: 6.00 g; WW: 40.20 Por; : 18.57 %; : 936.68 %; Ener. z T: 18.94 %; Ener. z Bł.: 1.61 %; K: 4248.55 mg;	Wartość energetyczna: 1971.82 kcal; Białko ogółem: 81.55 g; Tłuszcz: 47.70 g; Kw. tł. nasy.: 19.81 g; Węglowodany ogółem: 310.40 g; W tym cukry: 123.32 g; Błonnik pok.: 15.06 g; Sól: 4.21 g; WW: 29.74 Por; : 16.54 %; : 804.25 %; Ener. z T: 21.77 %; Ener. z Bł.: 1.53 %; K: 3416.14 mg;	Wartość energetyczna: 2669.21 kcal; Białko ogółem: 112.65 g; Tłuszcz: 58.48 g; Kw. tł. nasy.: 21.48 g; Węglowodany ogółem: 433.29 g; W tym cukry: 127.15 g; Błonnik pok.: 24.14 g; Sól: 7.21 g; WW: 41.16 Por; : 16.88 %; : 966.31 %; Ener. z T: 19.72 %; Ener. z Bł.: 1.81 %; K: 4627.90 mg;	Wartość energetyczna: 2646.32 kcal; Białko ogółem: 109.85 g; Tłuszcz: 59.37 g; Kw. tł. nasy.: 19.62 g; Węglowodany ogółem: 431.34 g; W tym cukry: 129.48 g; Błonnik pok.: 27.64 g; Sól: 7.32 g; WW: 40.52 Por; : 16.60 %; : 1106.85 %; Ener. z T: 20.19 %; Ener. z Bł.: 2.09 %; K: 4861.06 mg;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-05-27 do dnia 2024-06-02 KUCHNIA SIEDLCE

	SIE- Wegetariańska	SIE- Pooperacyjna	SIE- Dzieci 1-3 lat Łatwo strawna	SIE- Dzieci powyżej 3 r. z łatwostrawna	SIE- Z ogr.subst.pobudz.wydz.soków zoiądkowych	
2024-06-01 sobota	Śniadanie	Ryż na mleku 300 ml (<u>MLE</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Paszтет sojowy z pomidorami 80 g (<u>SOJ, GOR</u>) Ser żółty 25 g (<u>MLE</u>) Pomidorki koktajlowe 80 g Mix sałat 20 g Jabłko 1 szt 1 szt	Ryż na mleku 300 ml (<u>MLE</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Szynka z piersią kurczaka-wędł.z drob.gr.rozd.parzo.w osł.niejadalnej 50 g (<u>SOJ</u>) Miód (25g) 1 szt	Ryż na mleku 250 ml (<u>MLE</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Szynka z piersią kurczaka-wędł.z drob.gr.rozd.parzo.w osł.niejadalnej 25 g (<u>SOJ</u>) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 25 g (<u>SOJ</u>) Pomidorki koktajlowe 80 g Mix sałat 20 g	Ryż na mleku 300 ml (<u>MLE</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Szynka z piersią kurczaka-wędł.z drob.gr.rozd.parzo.w osł.niejadalnej 50 g (<u>SOJ</u>) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 25 g (<u>SOJ</u>) Pomidorki koktajlowe 80 g Mix sałat 20 g	Ryż na mleku 300 ml (<u>MLE</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Szynka z piersią kurczaka-wędł.z drob.gr.rozd.parzo.w osł.niejadalnej 50 g (<u>SOJ</u>) Miód (25g) 1 szt
	II ŚN	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt				
	Obiad	Grochowa z ziemniakami () 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) kasza pęczak/sypko 180 g (<u>GLU PSZ</u>) Gulasz sojowy z warzywami * 150 g (<u>GLU PSZ, SOJ, SEL</u>) Ogórek kiszony z cebulką z olejem 100 g Buraczki gotowane () 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Selerowa z ziemniakami - dieta () 300 ml (<u>MLE, SEL</u>) Ryż na sypko 180 g Klopsik wieprzowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Marchew gotowana z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Selerowa z ziemniakami - dieta () 250 ml (<u>MLE, SEL</u>) Kasza jęczmienna/sypko 90 g (<u>GLU JECZ</u>) Gulasz wołowy 80 g (<u>GLU PSZ</u>) Buraczki gotowane () 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Selerowa z ziemniakami - dieta () 300 ml (<u>MLE, SEL</u>) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (<u>GLU JECZ</u>) Gulasz wołowy 150 g (<u>GLU PSZ</u>) Buraczki gotowane () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Selerowa z ziemniakami - dieta () 300 ml (<u>MLE, SEL</u>) Ryż na sypko 180 g Gulasz wołowy 150 g (<u>GLU PSZ</u>) Buraczki gotowane () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD	Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<u>MLE</u>)				
	Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Twarożek 80 g (<u>MLE</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g Twarożek 80 g (<u>MLE</u>) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g Twarożek 80 g (<u>MLE</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g Twarożek 80 g (<u>MLE</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g Twarożek 80 g (<u>MLE</u>) Pomidor b/skórki 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
PN	Ciasto drożdżowe 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, S02</u>)					

Jadłospisy za okres od dnia 2024-05-27 do dnia 2024-06-02 KUCHNIA SIEDLCE

	SIE- Wegetariańska	SIE- Pooperacyjna	SIE- Dzieci 1-3 lat Łatwo strawna	SIE- Dzieci powyżej 3 r. z łatwostrawna	SIE- Z ogr.subst.pobudz.wydz.soków żołądkowych
2024-06-01 sobota	Wartość energetyczna: 2547.68 kcal; Białko ogółem: 98.67 g; Tłuszcz: 74.80 g; Kw. tł. nasy.: 25.57 g; Węglowodany ogółem: 374.36 g; W tym cukry: 69.74 g; Błonnik pok.: 53.18 g; Sól: 8.57 g; WW: 32.14 Por; : 15.49 %; : 821.00 %; Ener. z T: 26.42 %; Ener. z Bł.: 4.17 %; K: 3199.76 mg;	Wartość energetyczna: 2536.06 kcal; Białko ogółem: 100.54 g; Tłuszcz: 70.13 g; Kw. tł. nasy.: 25.36 g; Węglowodany ogółem: 398.82 g; W tym cukry: 73.33 g; Błonnik pok.: 27.25 g; Sól: 7.05 g; WW: 37.31 Por; : 15.86 %; : 937.11 %; Ener. z T: 24.89 %; Ener. z Bł.: 2.15 %; K: 3254.50 mg;	Wartość energetyczna: 1648.72 kcal; Białko ogółem: 76.57 g; Tłuszcz: 47.24 g; Kw. tł. nasy.: 20.80 g; Węglowodany ogółem: 243.19 g; W tym cukry: 70.01 g; Błonnik pok.: 19.48 g; Sól: 5.06 g; WW: 22.50 Por; : 18.58 %; : 750.74 %; Ener. z T: 25.79 %; Ener. z Bł.: 2.36 %; K: 2970.26 mg;	Wartość energetyczna: 2366.74 kcal; Białko ogółem: 107.93 g; Tłuszcz: 58.58 g; Kw. tł. nasy.: 23.51 g; Węglowodany ogółem: 376.15 g; W tym cukry: 82.88 g; Błonnik pok.: 30.45 g; Sól: 8.66 g; WW: 34.68 Por; : 18.24 %; : 926.18 %; Ener. z T: 22.28 %; Ener. z Bł.: 2.57 %; K: 3966.00 mg;	Wartość energetyczna: 2377.81 kcal; Białko ogółem: 108.43 g; Tłuszcz: 57.64 g; Kw. tł. nasy.: 22.24 g; Węglowodany ogółem: 378.73 g; W tym cukry: 79.64 g; Błonnik pok.: 25.68 g; Sól: 7.29 g; WW: 35.42 Por; : 18.24 %; : 1007.70 %; Ener. z T: 21.82 %; Ener. z Bł.: 2.16 %; K: 3879.14 mg;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-05-27 do dnia 2024-06-02 KUCHNIA SIEDLCE

	SIE- Wegetariańska	SIE- Pooperacyjna	SIE- Dzieci 1-3 lat Łatwo strawna	SIE- Dzieci powyżej 3 r. z łatwostrawna	SIE- Z ogr.subst.pobudz.wydz.soków ziółkowych	
2024-06-02 niedziela	Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Ser mozzarella 80 g (<u>MLE.</u>) Hummus 80 g (<u>SEZ.</u>) Salata zielona 20 g Rzodkiew biała 80 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Banan 150 g	Płatki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Twarożek 80 g (<u>MLE.</u>) Baton szynkowy z kurcząt 25 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.</u>)	Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Płatki owsiane na mleku 250 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Ser mozzarella 40 g (<u>MLE.</u>) Baton szynkowy z kurcząt 25 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.</u>) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Płatki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Ser mozzarella 80 g (<u>MLE.</u>) Baton szynkowy z kurcząt 25 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.</u>) Salata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Płatki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Bułka pszenna długa krojona 120 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Twarożek z koperkiem 80 g (<u>MLE.</u>) Baton szynkowy z kurcząt 25 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.</u>) Pomidor b/skórki 80 g Salata zielona 20 g Banan 150 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml
	II ŚN		Banan 150 g			
	Obiad	Ryżowa () 300 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 180 g Kotlety sojowe 100 g (<u>SOJ.</u>) Surówka z kapusty białej z koperkiem i z olejem 100 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 100 g (<u>SEL.</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Rosół z makaronem () 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 180 g Udziec z kurczaka gotowany z/k z/s 130 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g (<u>SEL.</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Rosół z makaronem () 250 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 90 g Udziec z kurczaka gotowany z/k z/s 100 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 100 g (<u>SEL.</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Rosół z makaronem () 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 180 g Udziec z kurczaka gotowany z/k z/s 130 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g (<u>SEL.</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	
	PD		Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml	Kisiel o smaku wiśniowym z jabłkiem z/c 200 ml		
	Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Dżem 25 g 1 szt Ogórek świeży 80 g Rukola 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Szynka zielonogórska- wp. parzona 50 g (<u>SOJ.</u>) Dżem 25 g 1 szt Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Szynka zielonogórska- wp. parzona 30 g (<u>SOJ.</u>) Dżem 25 g 1 szt Pomidor 80 g Rukola 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Szynka zielonogórska- wp. parzona 50 g (<u>SOJ.</u>) Dżem 25 g 1 szt Pomidor 80 g Rukola 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Dżem 25 g 1 szt Szynka zielonogórska- wp. parzona 50 g (<u>SOJ.</u>) Pomidor b/skórki 80 g Salata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
PN	Mus tymbark ryż + owoce tropikalne 100 g 1 szt					
	Wartość energetyczna: 2599.69 kcal; Białko ogółem: 98.08 g; Tłuszcz: 83.28 g; Kw. tł. nasy.: 19.71 g; Węglowodany ogółem: 376.15 g; W tym cukry: 111.35 g; Błonnik pok.: 43.80 g; Sól: 6.91 g; WW: 33.33 Por; : 15.09 %; : 913.08 %; Ener. z T: 28.83 %; Ener. z Bt.: 3.37 %; K: 4019.35 mg;	Wartość energetyczna: 2564.27 kcal; Białko ogółem: 109.99 g; Tłuszcz: 70.30 g; Kw. tł. nasy.: 25.17 g; Węglowodany ogółem: 386.18 g; W tym cukry: 127.81 g; Błonnik pok.: 26.56 g; Sól: 6.77 g; WW: 36.13 Por; : 17.16 %; : 930.33 %; Ener. z T: 24.67 %; Ener. z Bt.: 2.07 %; K: 4380.04 mg;	Wartość energetyczna: 1928.24 kcal; Białko ogółem: 78.78 g; Tłuszcz: 60.95 g; Kw. tł. nasy.: 20.32 g; Węglowodany ogółem: 276.05 g; W tym cukry: 128.61 g; Błonnik pok.: 19.27 g; Sól: 4.00 g; WW: 25.82 Por; : 16.34 %; : 718.00 %; Ener. z T: 28.45 %; Ener. z Bt.: 2.00 %; K: 3355.95 mg;	Wartość energetyczna: 2764.37 kcal; Białko ogółem: 116.09 g; Tłuszcz: 83.26 g; Kw. tł. nasy.: 23.40 g; Węglowodany ogółem: 403.52 g; W tym cukry: 137.80 g; Błonnik pok.: 32.20 g; Sól: 7.67 g; WW: 37.27 Por; : 16.80 %; : 932.89 %; Ener. z T: 27.11 %; Ener. z Bt.: 2.33 %; K: 4682.76 mg;	Wartość energetyczna: 2492.34 kcal; Białko ogółem: 110.30 g; Tłuszcz: 70.61 g; Kw. tł. nasy.: 25.30 g; Węglowodany ogółem: 368.99 g; W tym cukry: 115.20 g; Błonnik pok.: 30.43 g; Sól: 7.29 g; WW: 34.05 Por; : 17.70 %; : 968.05 %; Ener. z T: 25.50 %; Ener. z Bt.: 2.44 %; K: 4850.86 mg;	

Oznaczenia wskaźników odż.:

Wartość energetyczna - Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal],

Białko ogółem - Białko ogółemwg rozp. 1169/2011,

Tłuszcz - Tłuszcz,

Węglowodany ogółem - Węglowodany ogółem,

Sól - Sól,

K - Potas,

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

Błonnik pok. - Błonnik pokarmowy,

- % energii z białka,

Ener. z T - % energii z tłuszczu,

- % energii z węglowodanów,

Ener. z Bł. - % energii z błonnika,

W tym cukry - w tym cukry,

WW - WW,