

Jadłospisy za okres od dnia 2025-06-16 do dnia 2025-06-22 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- Podstawowa/Ogóln a	SIE- Podstawowa wzbogacona	SIE- Położnicza podstawowa	SIE- Położnicza łatwostrawna	SIE- Z ogr. łatwoprzyswajalnych węglowodanów	SIE- Z ogr. łatwoprzyswajalnych węgl. b/ml	SIE- Cukrzyca lekko strawna	SIE- Płynna 3x/Płynna wzb. 5x	SIE- Płynna wzbogacona b/ml	SIE- Papkowata
2025-06-16 poniedziałek	Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u>) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona,parzona,z dod.wody,białka wp 50 g (<u>SOJ. może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Arbuz 100 g	Płatki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u>) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona,parzona,z dod.wody,białka wp 50 g (<u>SOJ. może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Płatki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u>) Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona,parzona,z dod.wody,białka wp 50 g (<u>SOJ. może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Płatki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u>) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona,parzona,z dod.wody,białka wp 50 g (<u>SOJ. może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Maślanka 150 ml (<u>MLE.</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u>) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynka zielonogórska- wp. parzona 50 g (<u>SOJ.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u>) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynka zielonogórska- wp. parzona 50 g (<u>SOJ.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Maślanka 150 ml (<u>MLE.</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona,parzona,z dod.wody,białka wp 50 g (<u>SOJ. może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Płynna śniadanie mleczna-SIED 500 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Płynna śniadanie bezmleczna-SIED 500 ml (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Płatki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona,parzona,z dod.wody,białka wp 50 g (<u>SOJ. może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Dynia z wody 100 g
	II ŚN	Arbuz 100 g			Banan 150 g	Jabłko 150 g		Jabłko pieczone 150 g	Budyń o smaku śmietankowym b/c 200 ml (<u>MLE.</u>)	Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml	Banan 150 g

Jadłospisy za okres od dnia 2025-06-16 do dnia 2025-06-22 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- Podstawowa/Ogólna	SIE- Podstawowa wzbogacona	SIE- Położnicza podstawowa	SIE- Położnicza łatwostrawna	SIE- Z ogr. łatwoprzyswajalnych węglowodanów	SIE- Z ogr. łatwoprzyswajalnych węgl. b/ml	SIE- Cukrzyca lekko strawna	SIE- Płynna 3x/Płynna wzb. 5x	SIE- Płynna wzbogacona b/ml	SIE- Papkowata
2025-06-16 poniedziałek	Obiad	Kapuśniak z kapusty białej () 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL, GOR.</u>) Ryż brązowy z jabłkiem prażonym i cynamonem 300 g Sos jogurtowy naturalny 100 g (<u>MLE.</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml		Wielowarzywna z ziemniakami () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Naleśniki z serem 300 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>) Sos jogurtowy naturalny 100 g (<u>MLE.</u>) Mus z jabłek prażonych 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Wielowarzywna z ziemniakami () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ryż z jabłkiem prażonym i cynamonem 300 g Sos jogurtowy naturalny 100 g (<u>MLE.</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Kapuśniak z kapusty białej () 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL, GOR.</u>) Ryż na sypko (brązowy) 180 g Pulpet drobiowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos ziołowy* 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Surówka z marchwi z olejem b/c () 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml	Kapuśniak z kapusty białej () 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL, GOR.</u>) Ryż na sypko (brązowy) 180 g Pulpet drobiowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos ziołowy*b/ml 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Surówka z marchwi z olejem b/c () 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml	Wielowarzywna z ziemniakami () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ryż na sypko 180 g Pulpet drobiowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos ziołowy* 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Surówka z marchwi z olejem b/c () 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml	Płynna obiad*(-)-SIED 500 ml (<u>SEL.</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Wielowarzywna z ziemniakami () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ryż z jabłkiem prażonym i cynamonem 300 g Sos jogurtowy naturalny 100 g (<u>MLE.</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	
	PD	Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml (<u>MLE.</u>) Biszkopty b/ml 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>)		Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Szynka gotowana wieprzowa wędzona parzona,zawiera wodę dodaną, w siatce niejadalnej 20 g (<u>GLU PSZ, SOJ.</u>) Sałata zielona 20 g		Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT.</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 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Szynka gotowana wieprzowa wędzona parzona,zawiera wodę dodaną, w siatce niejadalnej 20 g (<u>GLU PSZ, SOJ.</u>) Sałata zielona 20 g	Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml	Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml (<u>MLE.</u>)		

Jadłospisy za okres od dnia 2025-06-16 do dnia 2025-06-22 KUCHNIA SIEDLCE

	SIE- Podstawowa/Ogólna	SIE- Podstawowa wzbogacona	SIE- Położnicza podstawowa	SIE- Położnicza łatwostrawna	SIE- Z ogr. łatwoprzyswajalnych węglowodanów	SIE- Z ogr. łatwoprzyswajalnych węgl. b/ml	SIE- Cukrzyca lekko strawna	SIE- Płynna 3x/Płynna wzb. 5x	SIE- Płynna wzbogacona b/ml	SIE- Papkowata
2025-06-16 poniedziałek	Kolacja	Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Pasta z twarogu i rzodkiewki 80 g (<u>MLE.</u>) Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 25 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Pomidorki koktajlowe 80 g Rukola 20 g Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Pasta z twarogu i rzodkiewki 80 g (<u>MLE.</u>) Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 25 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Pomidorki koktajlowe 80 g Rukola 20 g Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Twarożek z koperkiem 80 g (<u>MLE.</u>) Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 25 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Pomidor 80 g Rukola 20 g Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Pasta z twarogu i rzodkiewki 80 g (<u>MLE.</u>) Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 25 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Pomidorki koktajlowe 80 g Rukola 20 g Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 25 g Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (<u>SOJ.</u>) Pomidorki koktajlowe 80 g Rukola 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 25 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Twarożek z koperkiem 80 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 80 g Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Rukola 20 g	Płynna kolacja *(<u>SEL.</u>)-SIED 500 ml (<u>SEL.</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Twarożek 100 g (<u>MLE.</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 100 g (<u>SEL.</u>) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	
PN	Przecier owocowy jabłko-truskawka 120g 1 szt (<u>może zawierać: MLE.</u>)				Sok pomidorowy 0,3l 1 szt Pieczywo chrupkie ekstrudowane-żytnie 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)		Sok pomidorowy 0,3l 1 szt	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt		Przecier owocowy jabłko-truskawka 120g 1 szt (<u>może zawierać: MLE.</u>)

Jadłospisy za okres od dnia 2025-06-16 do dnia 2025-06-22 KUCHNIA SIEDLCE

	SIE- Podstawowa/Ogólna	SIE- Podstawowa wzbogacona	SIE- Położnicza podstawowa	SIE- Położnicza łatwostrawna	SIE- Z ogr. łatwoprzyswajalnych węglowodanów	SIE- Z ogr. łatwoprzyswajalnych węgl. b/ml	SIE- Cukrzyca lekko strawna	SIE- Płynna 3x/Płynna wzb. 5x	SIE- Płynna wzbogacona b/ml	SIE- Papkowata
2025-06-16 poniedziałek	Wartość energetyczna: 2176.28 kcal; Białko ogółem: 88.25 g; Tłuszcz: 53.88 g; Kw. tł. nasy.: 24.39 g; Węglowodany ogółem: 351.74 g; W tym cukry: 141.30 g; Błonnik pok.: 30.01 g; Sól: 5.09 g; WW: 32.29 Por; : 16.22 %; : 64.65 %; Ener. z T: 22.28 %; Ener. z Bł.: 2.76 %; K: 3291.39 mg;	Wartość energetyczna: 2494.68 kcal; Białko ogółem: 97.34 g; Tłuszcz: 60.04 g; Kw. tł. nasy.: 26.78 g; Węglowodany ogółem: 408.20 g; W tym cukry: 166.30 g; Błonnik pok.: 30.05 g; Sól: 5.32 g; WW: 37.95 Por; : 15.61 %; : 65.45 %; Ener. z T: 21.66 %; Ener. z Bł.: 2.41 %; K: 3575.33 mg;	Wartość energetyczna: 2881.42 kcal; Białko ogółem: 123.90 g; Tłuszcz: 70.95 g; Kw. tł. nasy.: 29.94 g; Węglowodany ogółem: 454.35 g; W tym cukry: 190.51 g; Błonnik pok.: 24.84 g; Sól: 5.17 g; WW: 43.15 Por; : 17.20 %; : 63.07 %; Ener. z T: 22.16 %; Ener. z Bł.: 1.72 %; K: 3643.79 mg;	Wartość energetyczna: 2559.99 kcal; Białko ogółem: 99.19 g; Tłuszcz: 54.06 g; Kw. tł. nasy.: 25.59 g; Węglowodany ogółem: 434.40 g; W tym cukry: 175.77 g; Błonnik pok.: 20.27 g; Sól: 5.02 g; WW: 41.61 Por; : 15.50 %; : 67.88 %; Ener. z T: 19.01 %; Ener. z Bł.: 1.58 %; K: 3519.55 mg;	Wartość energetyczna: 2337.81 kcal; Białko ogółem: 107.74 g; Tłuszcz: 71.52 g; Kw. tł. nasy.: 26.06 g; Węglowodany ogółem: 335.16 g; W tym cukry: 62.10 g; Błonnik pok.: 51.28 g; Sól: 9.22 g; WW: 28.47 Por; : 18.43 %; : 57.35 %; Ener. z T: 27.53 %; Ener. z Bł.: 4.39 %; K: 4356.04 mg;	Wartość energetyczna: 2100.32 kcal; Białko ogółem: 90.81 g; Tłuszcz: 61.49 g; Kw. tł. nasy.: 13.16 g; Węglowodany ogółem: 315.75 g; W tym cukry: 45.87 g; Błonnik pok.: 50.72 g; Sól: 11.20 g; WW: 26.55 Por; : 17.29 %; : 60.13 %; Ener. z T: 26.35 %; Ener. z Bł.: 4.83 %; K: 3691.13 mg;	Wartość energetyczna: 2222.35 kcal; Białko ogółem: 103.48 g; Tłuszcz: 63.31 g; Kw. tł. nasy.: 24.55 g; Węglowodany ogółem: 324.71 g; W tym cukry: 54.78 g; Błonnik pok.: 30.89 g; Sól: 9.70 g; WW: 29.43 Por; : 18.63 %; : 58.44 %; Ener. z T: 25.64 %; Ener. z Bł.: 2.78 %; K: 3497.73 mg;	Wartość energetyczna: 2177.22 kcal; Białko ogółem: 93.81 g; Tłuszcz: 81.09 g; Kw. tł. nasy.: 18.58 g; Węglowodany ogółem: 281.99 g; W tym cukry: 85.25 g; Błonnik pok.: 29.74 g; Sól: 2.17 g; WW: 25.05 Por; : 17.23 %; : 51.81 %; Ener. z T: 33.52 %; Ener. z Bł.: 2.73 %; K: 5304.05 mg;	Wartość energetyczna: 1894.56 kcal; Białko ogółem: 73.94 g; Tłuszcz: 68.81 g; Kw. tł. nasy.: 8.76 g; Węglowodany ogółem: 259.14 g; W tym cukry: 64.23 g; Błonnik pok.: 29.72 g; Sól: 1.56 g; WW: 22.72 Por; : 15.61 %; : 54.71 %; Ener. z T: 32.69 %; Ener. z Bł.: 3.14 %; K: 4455.35 mg;	Wartość energetyczna: 2386.54 kcal; Białko ogółem: 88.09 g; Tłuszcz: 52.99 g; Kw. tł. nasy.: 23.91 g; Węglowodany ogółem: 402.01 g; W tym cukry: 159.85 g; Błonnik pok.: 24.81 g; Sól: 4.90 g; WW: 37.77 Por; : 14.76 %; : 67.38 %; Ener. z T: 19.98 %; Ener. z Bł.: 2.08 %; K: 3507.41 mg;
2025-06-17 wtorek	Śniadanie Makaron na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ. MLE.</u>) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Chleb mieszany 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 25 g (<u>MLE.</u>) Ogórek świeży 80 g Mix салат 20 g	Makaron na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ. MLE.</u>) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Paprykarz szczeciński 80 g (<u>RYB. SOJ.</u>) Ser żółty 25 g (<u>MLE.</u>) Ogórek świeży 80 g Mix салат 20 g	Makaron na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ. MLE.</u>) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Twaróg półtłusty 80 g (<u>MLE.</u>) Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 25 g (<u>SOJ.</u>) Pomidor 80 g Mix салат 20 g	Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<u>MLE.</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Paprykarz szczeciński 80 g (<u>RYB. SOJ.</u>) Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 25 g (<u>SOJ.</u>) Ogórek świeży 80 g Mix салат 20 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Paprykarz szczeciński 80 g (<u>RYB. SOJ.</u>) Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 25 g (<u>SOJ.</u>) Ogórek świeży 80 g Mix салат 20 g	Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<u>MLE.</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Twaróg półtłusty 80g (<u>MLE.</u>) Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 25 g (<u>SOJ.</u>) Pomidor 80 g Mix салат 20 g	Płynna śniadanie mleczna-SIED 500 ml (<u>GLU PSZ. JAJ. MLE.</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Płynna śniadanie bezmleczna-SIED 500 ml (<u>GLU PSZ. JAJ.</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Makaron na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ. MLE.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 25 g (<u>SOJ.</u>) Twaróg półtłusty 80g (<u>MLE.</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 100 g (<u>SEL.</u>) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	
II ŚN		Jabłko 150 g	Mus- przecier owocowy jabłko 100g (tubka) 1 szt	Jabłko 150 g		Jabłko pieczone 150 g	Jogurt brzoskwinowy 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)	Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml	Mus- przecier owocowy jabłko 100g (tubka) 1 szt	

Jadłospisy za okres od dnia 2025-06-16 do dnia 2025-06-22 KUCHNIA SIEDLCE

	SIE- Podstawowa/Ogólna	SIE- Podstawowa wzbogacona	SIE- Położnicza podstawowa	SIE- Położnicza łatwostrawna	SIE- Z ogr. łatwoprzyswajalnych węglowodanów	SIE- Z ogr. łatwoprzyswajalnych węgl. b/ml	SIE- Cukrzyca lekko strawna	SIE- Płynna 3x/Płynna wzb. 5x	SIE- Płynna wzbogacona b/ml	SIE- Papkowata
2025-06-17 wtorek	Obiad	Grochowa z ziemniakami () 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kasza gryczana 180 g Klopsik wieprzowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos ziołowy () 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Surówka z rzepy, jabłka i marchewki () 100 g (<u>MLE.</u>) Szpinak gotowany z olejem* 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Solferino () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Kasza gryczana 180 g Klopsik wieprzowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos ziołowy () 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Surówka z rzepy, jabłka i marchewki () 100 g (<u>MLE.</u>) Szpinak gotowany z olejem* 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Solferino () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Bitka wieprzowa z szynki duszona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Sos własny () 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (<u>GLU JĘCZ.</u>) Szpinak gotowany z olejem* 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Grochowa z ziemniakami () 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kasza gryczana 180 g Klopsik wieprzowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos ziołowy () 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Surówka z rzepy, jabłka i marchewki () 100 g (<u>MLE.</u>) Szpinak gotowany z olejem* 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml	Grochowa z ziemniakami () 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kasza gryczana 180 g Klopsik wieprzowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos ziołowy () 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Szpinak gotowany z olejem* 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml	Solferino () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (<u>GLU JĘCZ.</u>) Klopsik wieprzowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos ziołowy () 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Szpinak gotowany z olejem* 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml	Płynna obiad*()-SIED 500 ml (<u>SEL.</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Solferino () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 180 g Klopsik wieprzowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos ziołowy () 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Szpinak gotowany z olejem* 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	
	PD	Ciasto drożdżowe 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, S02.</u>) Jogurt brzoskwiński 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)			Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalanej 20 g (<u>SOJ, SEL.</u>) Sałata zielona 20 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalanej 20 g (<u>SOJ, SEL.</u>) Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalanej 20 g (<u>SOJ, SEL.</u>) Sałata zielona 20 g	Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml	Jogurt brzoskwiński 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)	

Jadłospisy za okres od dnia 2025-06-16 do dnia 2025-06-22 KUCHNIA SIEDLCE

	SIE- Podstawowa/Ogólna	SIE- Podstawowa wzbogacona	SIE- Położnicza podstawowa	SIE- Położnicza łatwostrawna	SIE- Z ogr. łatwoprzyswajalnych węglowodanów	SIE- Z ogr. łatwoprzyswajalnych węgl. b/ml	SIE- Cukrzyca lekko strawna	SIE- Płynna 3x/Płynna wzb. 5x	SIE- Płynna wzbogacona b/ml	SIE- Papkowata	
2025-06-17 wtorek	Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt (<u>MLE, może zawierać: RYB, OZI, 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 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt (<u>MLE, może zawierać: RYB, OZI, 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 mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt (<u>MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE.</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 100 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 50 g Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt (<u>MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE.</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Połędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 25 g (<u>SOJ.</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<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 50 g Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt (<u>MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE.</u>) Pomidor 80 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Sałata zielona 20 g	Płynna kolacja *)-SIED 500 ml (<u>SEL.</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt (<u>MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE.</u>) Brokuł gotowany* 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt		
	PN	Sok przecierowy warzywno-owocowy 0,33 l 1 szt Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 30 g				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		Sok przecierowy warzywno-owocowy 0,33 l 1 szt Biszkopty b/ml 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>)
		Wartość energetyczna: 2618.34 kcal; Białko ogółem: 103.28 g; Tłuszcz: 79.30 g; Kw. tł. nasy.: 30.50 g; Węglowodany ogółem: 388.69 g; W tym cukry: 99.13 g; Błonnik pok.: 37.85 g; Sól: 8.51 g; WW: 35.19 Por; : 15.78 %; : 59.38 %; Ener. z T: 27.26 %; Ener. z Bł.: 2.89 %; K: 3794.01 mg;	Wartość energetyczna: 2960.84 kcal; Białko ogółem: 112.98 g; Tłuszcz: 90.05 g; Kw. tł. nasy.: 34.25 g; Węglowodany ogółem: 439.69 g; W tym cukry: 121.78 g; Błonnik pok.: 39.45 g; Sól: 9.12 g; WW: 40.19 Por; : 15.26 %; : 59.40 %; Ener. z T: 27.37 %; Ener. z Bł.: 2.66 %; K: 4094.01 mg;	Wartość energetyczna: 2874.54 kcal; Białko ogółem: 107.57 g; Tłuszcz: 87.04 g; Kw. tł. nasy.: 34.08 g; Węglowodany ogółem: 428.36 g; W tym cukry: 123.82 g; Błonnik pok.: 35.49 g; Sól: 9.12 g; WW: 39.46 Por; : 14.97 %; : 59.61 %; Ener. z T: 27.25 %; Ener. z Bł.: 2.47 %; K: 4097.06 mg;	Wartość energetyczna: 2763.84 kcal; Białko ogółem: 118.80 g; Tłuszcz: 72.94 g; Kw. tł. nasy.: 29.32 g; Węglowodany ogółem: 414.29 g; W tym cukry: 120.71 g; Błonnik pok.: 23.53 g; Sól: 8.08 g; WW: 39.39 Por; : 17.19 %; : 59.96 %; Ener. z T: 23.75 %; Ener. z Bł.: 1.70 %; K: 3611.65 mg;	Wartość energetyczna: 2345.27 kcal; Białko ogółem: 101.04 g; Tłuszcz: 74.93 g; Kw. tł. nasy.: 26.77 g; Węglowodany ogółem: 337.28 g; W tym cukry: 38.46 g; Błonnik pok.: 52.45 g; Sól: 9.14 g; WW: 28.61 Por; : 17.23 %; : 57.53 %; Ener. z T: 28.75 %; Ener. z Bł.: 4.47 %; K: 3981.65 mg;	Wartość energetyczna: 2255.22 kcal; Białko ogółem: 100.97 g; Tłuszcz: 69.22 g; Kw. tł. nasy.: 13.86 g; Węglowodany ogółem: 326.89 g; W tym cukry: 30.89 g; Błonnik pok.: 51.02 g; Sól: 9.62 g; WW: 27.68 Por; : 17.91 %; : 57.98 %; Ener. z T: 27.62 %; Ener. z Bł.: 4.52 %; K: 3816.30 mg;	Wartość energetyczna: 2134.93 kcal; Białko ogółem: 96.32 g; Tłuszcz: 63.18 g; Kw. tł. nasy.: 27.17 g; Węglowodany ogółem: 307.22 g; W tym cukry: 35.68 g; Błonnik pok.: 31.61 g; Sól: 8.77 g; WW: 27.78 Por; : 18.05 %; : 57.56 %; Ener. z T: 26.64 %; Ener. z Bł.: 2.96 %; K: 3040.22 mg;	Wartość energetyczna: 2125.42 kcal; Białko ogółem: 91.34 g; Tłuszcz: 80.81 g; Kw. tł. nasy.: 18.59 g; Węglowodany ogółem: 272.08 g; W tym cukry: 89.56 g; Błonnik pok.: 30.15 g; Sól: 2.09 g; WW: 24.05 Por; : 17.19 %; : 51.20 %; Ener. z T: 34.22 %; Ener. z Bł.: 2.84 %; K: 5320.25 mg;	Wartość energetyczna: 1894.56 kcal; Białko ogółem: 73.94 g; Tłuszcz: 68.81 g; Kw. tł. nasy.: 8.76 g; Węglowodany ogółem: 259.14 g; W tym cukry: 64.23 g; Błonnik pok.: 29.72 g; Sól: 1.56 g; WW: 22.72 Por; : 15.61 %; : 54.71 %; Ener. z T: 32.69 %; Ener. z Bł.: 3.14 %; K: 4455.35 mg;	Wartość energetyczna: 2558.69 kcal; Białko ogółem: 108.72 g; Tłuszcz: 62.09 g; Kw. tł. nasy.: 22.99 g; Węglowodany ogółem: 401.80 g; W tym cukry: 125.15 g; Błonnik pok.: 28.47 g; Sól: 8.19 g; WW: 37.56 Por; : 17.00 %; : 62.81 %; Ener. z T: 21.84 %; Ener. z Bł.: 2.23 %; K: 4805.18 mg;

Jadłospisy za okres od dnia 2025-06-16 do dnia 2025-06-22 KUCHNIA SIEDLCE

	SIE- Podstawowa/Ogólna	SIE- Podstawowa wzbogacona	SIE- Położnicza podstawowa	SIE- Położnicza łatwostrawna	SIE- Z ogr. łatwoprzyswajalnych węglowodanów	SIE- Z ogr. łatwoprzyswajalnych węgl. b/ml	SIE- Cukrzyca lekko strawna	SIE- Płynna 3x/Płynna wzb. 5x	SIE- Płynna wzbogacona b/ml	SIE- Papkowata
2025-06-18 środa	Śniadanie	Ryż na mleku 300 ml (MLE.) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Serek ziarnisty 150g 1 szt (MLE.) Połędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 25 g (SOJ.) Papryka świeża 80 g Roszponka 20 g Banan 150 g	Ryż na mleku 300 ml (MLE.) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Serek ziarnisty 150g 1 szt (MLE.) Połędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 25 g (SOJ.) Papryka świeża 80 g Roszponka 20 g	Ryż na mleku 300 ml (MLE.) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Serek ziarnisty 150g 1 szt (MLE.) Połędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 25 g (SOJ.) Papryka świeża 80 g Roszponka 20 g	Ryż na mleku 300 ml (MLE.) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Serek ziarnisty 150g 1 szt (MLE.) Połędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 25 g (SOJ.) Pomidor 80 g Roszponka 20 g	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.) Kawa zbożowa b/c 250 ml (GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Połędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 75 g (SOJ.) Papryka świeża 80 g Roszponka 20 g	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.) Kawa zbożowa b/c 250 ml (GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Serek ziarnisty 150g 1 szt (MLE.) Połędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 25 g (SOJ.) Pomidor 80 g Roszponka 20 g	Płynna śniadanie mleczna-SIED 500 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Płynna śniadanie bezmleczna-SIED 500 ml (GLU PSZ, JAJ.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż na mleku 300 ml (MLE.) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Serek ziarnisty 150g 1 szt (MLE.) Dżem 25 g 1 szt Szpinak gotowany z olejem* 100 g (GLU PSZ.)
	II ŚN		Banan 150 g		Jabłko 150 g		Jabłko pieczone 150 g	Budyń o smaku śmietankowym b/c 200 ml (MLE.)	Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml	Banan 150 g
	Obiad	Grysikowa () 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki gotowane () 180 g Eskalopka z kurczaka 100 g (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Sałata zielona z kefirem 60 g (MLE.) Dyńa z wody 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml		Grysikowa () 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki gotowane () 180 g Filet z kurczaka pieczony 100 g (GLU PSZ.) Sos brokułowy () 80 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Sałata zielona z kefirem 60 g (MLE.) Dyńa z wody 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml	Grysikowa () 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki gotowane () 180 g Filet z kurczaka pieczony 100 g (GLU PSZ.) Sos brokułowy () 80 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Sałata zielona z kefirem 60 g (MLE.) Dyńa z wody 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml	Grysikowa () 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki gotowane () 180 g Filet z kurczaka pieczony 100 g (GLU PSZ.) Sos brokułowy () (bez mleka) 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Dyńa z wody 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml	Grysikowa () 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki gotowane () 180 g Filet z kurczaka pieczony 100 g (GLU PSZ.) Sos brokułowy () 80 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml Sałata zielona z kefirem 60 g (MLE.) Dyńa z wody 100 g	Płynna obiad*()-SIED 500 ml (SEL.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml		Grysikowa () 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki gotowane () 180 g Pulpet drobiowy 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos brokułowy () 80 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Dyńa z wody 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml

Jadłospisy za okres od dnia 2025-06-16 do dnia 2025-06-22 KUCHNIA SIEDLCE

2025-06-18 środa

	SIE- Podstawowa/Ogólna	SIE- Podstawowa wzbogacona	SIE- Położnicza podstawowa	SIE- Położnicza łatwostrawna	SIE- Z ogr. łatwoprzyswajalnych węglowodanów	SIE- Z ogr. łatwoprzyswajalnych węgl. b/ml	SIE- Cukrzyca lekko strawna	SIE- Płynna 3x/Płynna wzb. 5x	SIE- Płynna wzbogacona b/ml	SIE- Papkowata
PD		Wafelki 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE,</u>) Maślanka truskawkowa 200 ml (<u>MLE,</u>)			Sok pomidorowy 0,3l 1 szt Pieczywo chrupkie ekstrudowane-żytnie 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u>)		Sok pomidorowy 0,3l 1 szt	Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml		Maślanka truskawkowa 200 ml (<u>MLE,</u>)
Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 50 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,</u>) Paszтет drobiowy z kurnej półki 60 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL,</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Paszтет drobiowy z kurnej półki 60 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL,</u>) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 50 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,</u>) Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 50 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,</u>) Paszтет drobiowy z kurnej półki 60 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL,</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 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, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ,</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy pszenno-żytni 100 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>) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 50 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy pszenno-żytni 100 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>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ,</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<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, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ,</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna kolacja *()-SIED 500 ml (<u>SEL,</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 50 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ,</u>) Buraczki gotowane drobno tarte () 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	

Jadłospisy za okres od dnia 2025-06-16 do dnia 2025-06-22 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- Podstawowa/Ogólna	SIE- Podstawowa wzbogacona	SIE- Położnicza podstawowa	SIE- Położnicza łatwostrawna	SIE- Z ogr. łatwoprzyswajalnych węglowodanów	SIE- Z ogr. łatwoprzyswajalnych węgl. b/ml	SIE- Cukrzyca lekko strawna	SIE- Płynna 3x/Płynna wzb. 5x	SIE- Płynna wzbogacona b/ml	SIE- Papkowata
2025-06-18 środa	PN	Mus owocowy 100g-produkt pasteryzowany 1 szt				Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 25 g (<u>SOJ.</u>) Sałata zielona 10 g	Chleb razowy pszenno-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 25 g (<u>SOJ.</u>) Sałata zielona 10 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 25 g (<u>SOJ.</u>) Sałata zielona 10 g	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt		Mus owocowy 100g-produkt pasteryzowany 1 szt
		Wartość energetyczna: 2364.48 kcal; Białko ogółem: 115.85 g; Tłuszcz: 64.64 g; Kw. tł. nasy.: 24.06 g; Węglowodany ogółem: 339.77 g; W tym cukry: 95.12 g; Błonnik pok.: 29.43 g; Sól: 8.41 g; WW: 31.18 Por; : 19.60 %; : 57.48 %; Ener. z T: 24.60 %; Ener. z Bł.: 2.49 %; K: 4223.53 mg;	Wartość energetyczna: 2674.48 kcal; Białko ogółem: 123.81 g; Tłuszcz: 76.94 g; Kw. tł. nasy.: 31.76 g; Węglowodany ogółem: 381.77 g; W tym cukry: 95.12 g; Błonnik pok.: 29.43 g; Sól: 8.75 g; WW: 35.38 Por; : 18.52 %; : 57.10 %; Ener. z T: 25.89 %; Ener. z Bł.: 2.20 %; K: 4223.53 mg;	Wartość energetyczna: 2612.45 kcal; Białko ogółem: 131.34 g; Tłuszcz: 62.80 g; Kw. tł. nasy.: 32.26 g; Węglowodany ogółem: 387.52 g; W tym cukry: 92.40 g; Błonnik pok.: 24.28 g; Sól: 9.05 g; WW: 36.41 Por; : 20.11 %; : 59.33 %; Ener. z T: 21.63 %; Ener. z Bł.: 1.86 %; K: 4395.31 mg;	Wartość energetyczna: 2180.48 kcal; Białko ogółem: 127.25 g; Tłuszcz: 52.90 g; Kw. tł. nasy.: 24.79 g; Węglowodany ogółem: 312.21 g; W tym cukry: 44.01 g; Błonnik pok.: 35.89 g; Sól: 12.16 g; WW: 27.66 Por; : 23.34 %; : 57.27 %; Ener. z T: 21.83 %; Ener. z Bł.: 3.29 %; K: 4221.21 mg;	Wartość energetyczna: 1942.65 kcal; Białko ogółem: 99.24 g; Tłuszcz: 42.81 g; Kw. tł. nasy.: 10.95 g; Węglowodany ogółem: 301.95 g; W tym cukry: 40.28 g; Błonnik pok.: 37.47 g; Sól: 11.63 g; WW: 26.48 Por; : 20.43 %; : 62.17 %; Ener. z T: 19.83 %; Ener. z Bł.: 3.86 %; K: 4102.11 mg;	Wartość energetyczna: 2076.67 kcal; Białko ogółem: 120.58 g; Tłuszcz: 51.47 g; Kw. tł. nasy.: 24.59 g; Węglowodany ogółem: 292.93 g; W tym cukry: 37.55 g; Błonnik pok.: 25.52 g; Sól: 12.51 g; WW: 26.68 Por; : 23.23 %; : 56.42 %; Ener. z T: 22.31 %; Ener. z Bł.: 2.46 %; K: 3674.86 mg;	Wartość energetyczna: 2177.22 kcal; Białko ogółem: 93.81 g; Tłuszcz: 81.09 g; Kw. tł. nasy.: 18.58 g; Węglowodany ogółem: 281.99 g; W tym cukry: 85.25 g; Błonnik pok.: 29.74 g; Sól: 2.17 g; WW: 25.05 Por; : 17.23 %; : 51.81 %; Ener. z T: 33.52 %; Ener. z Bł.: 2.73 %; K: 5304.05 mg;	Wartość energetyczna: 1894.56 kcal; Białko ogółem: 73.94 g; Tłuszcz: 68.81 g; Kw. tł. nasy.: 8.76 g; Węglowodany ogółem: 259.14 g; W tym cukry: 64.23 g; Błonnik pok.: 29.72 g; Sól: 1.56 g; WW: 22.72 Por; : 15.61 %; : 54.71 %; Ener. z T: 32.69 %; Ener. z Bł.: 3.14 %; K: 4455.35 mg;	Wartość energetyczna: 2567.92 kcal; Białko ogółem: 118.53 g; Tłuszcz: 60.93 g; Kw. tł. nasy.: 27.73 g; Węglowodany ogółem: 394.76 g; W tym cukry: 111.37 g; Błonnik pok.: 28.50 g; Sól: 8.79 g; WW: 36.60 Por; : 18.46 %; : 61.49 %; Ener. z T: 21.35 %; Ener. z Bł.: 2.22 %; K: 4608.68 mg;	

Jadłospisy za okres od dnia 2025-06-16 do dnia 2025-06-22 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- Podstawowa/Ogólna	SIE- Podstawowa wzbogacona	SIE- Położnicza podstawowa	SIE- Położnicza łatwostrawna	SIE- Z ogr. łatwoprzyswajalnych węglowodanów	SIE- Z ogr. łatwoprzyswajalnych węgl. b/ml	SIE- Cukrzyca lekko strawna	SIE- Płynna 3x/Płynna wzb. 5x	SIE- Płynna wzbogacona b/ml	SIE- Papkowata
2025-06-19 czwartek	Śniadanie	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynkowa Extra-wędzonka wieprzowa,wędzona ,z wodą dodaną. 25 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Paszтет z ciecierzycy () 80 g (GLU PSZ, JAJ.) Rzodkiew biała 80 g Sałata zielona 20 g Kiwi 1 szt 1 szt	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynkowa Extra-wędzonka wieprzowa,wędzona ,z wodą dodaną. 25 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Paszтет z ciecierzycy () 80 g (GLU PSZ, JAJ.) Rzodkiew biała 80 g Sałata zielona 20 g	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynkowa Extra-wędzonka wieprzowa,wędzona ,z wodą dodaną. 25 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Paszтет z ciecierzycy () 80 g (GLU PSZ, JAJ.) Rzodkiew biała 80 g Sałata zielona 20 g	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynkowa Extra-wędzonka wieprzowa,wędzona ,z wodą dodaną. 25 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy,grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Maślanka 150 ml (MLE.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynkowa Extra-wędzonka ,z wodą dodaną. 25 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Paszтет z ciecierzycy () 80 g (GLU PSZ, JAJ.) Rzodkiew biała 80 g Sałata zielona 20 g	Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 25 g Paszтет z ciecierzycy () 80 g (GLU PSZ, JAJ.) Rzodkiew biała 80 g Sałata zielona 20 g	Maślanka 150 ml (MLE.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynkowa Extra-wędzonka ,z wodą dodaną. 25 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy,grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Płynna śniadanie mleczna-SIED 500 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Płynna śniadanie bezmleczna-SIED 500 ml (GLU PSZ, JAJ.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynkowa Extra-wędzonka wieprzowa,wędzona ,z wodą dodaną. 25 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy,grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 100 g (SEL.)
	II ŚN		Kiwi 1 szt 1 szt		Jabłko pieczone 150 g		Jabłko 150 g		Jabłko pieczone 150 g	Kefir 2% tł 200 ml (MLE.)	Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml

Jadłospisy za okres od dnia 2025-06-16 do dnia 2025-06-22 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- Podstawowa/Ogólna	SIE- Podstawowa wzbogacona	SIE- Położnicza podstawowa	SIE- Położnicza łatwostrawna	SIE- Z ogr. łatwoprzyswajalnych węglowodanów	SIE- Z ogr. łatwoprzyswajalnych węgl. b/ml	SIE- Cukrzyca lekko strawna	SIE- Płynna 3x/Płynna wzb. 5x	SIE- Płynna wzbogacona b/ml	SIE- Pakowata
2025-06-19 czwartek	Obiad	Barszcz czerwony z botwinką i ziemniakami () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Makaron pełnoziarnisty z sosem mięsno-warzywnym, z mięsa drobiowego () 300 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Surówka wielowarzywna z olejem () 100 g (<u>SEL.</u>) Brokuł gotowany* 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml			Barszcz czerwony z ziemniakami () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Makaron z sosem mięsno-warzywnym, z mięsa drobiowego () 300 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Brokuł gotowany* 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Barszcz czerwony z botwinką i ziemniakami () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Makaron pełnoziarnisty z sosem mięsno-warzywnym, z mięsa drobiowego () 300 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Surówka wielowarzywna z olejem b/c () 100 g (<u>SEL.</u>) Brokuł gotowany* 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami (bez mleka) () 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Makaron pełnoziarnisty z sosem mięsno-warzywnym, z mięsa drobiowego () 300 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Surówka wielowarzywna z olejem b/c () 100 g (<u>SEL.</u>) Brokuł gotowany* 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Makaron z sosem mięsno-warzywnym, z mięsa drobiowego () 300 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Brokuł gotowany* 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml	Płynna obiad*()-SIED 500 ml (<u>SEL.</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 180 g Pulpet wieprzowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos pomidorowy 80 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g (<u>SEL.</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	
	PD	Kisiel o smaku cytrynowym z/c 200 ml Herbatniki 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u>)				Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt Pieczywo chrupkie ekstrudowane-żytnie 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml			

Jadłospisy za okres od dnia 2025-06-16 do dnia 2025-06-22 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- Podstawowa/Ogólna	SIE- Podstawowa wzbogacona	SIE- Położnicza podstawowa	SIE- Położnicza łatwostrawna	SIE- Z ogr. łatwoprzyswajalnych węglowodanów	SIE- Z ogr. łatwoprzyswajalnych węgl. b/ml	SIE- Cukrzyca lekko strawna	SIE- Płynna 3x/Płynna wzb. 5x	SIE- Płynna wzbogacona b/ml	SIE- Papkowata
2025-06-19 czwartek	Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Zapiekanka z ryżu i jabłka () 300 g (<u>MLE.</u>) 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 100 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</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. SEL.</u>) Połędwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkim wody wędzona parzona 25 g (<u>GLU PSZ. SOJ.</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 100 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 50 g (<u>SOJ. SEL.</u>) Połędwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkim wody wędzona parzona 25 g (<u>GLU PSZ. SOJ.</u>) Pomidor 80 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalanej 50 g (<u>SOJ. SEL.</u>) Połędwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkim wody wędzona parzona 25 g (<u>GLU PSZ. SOJ.</u>) Pomidor 80 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Sałata zielona 20 g	Płynna kolacja *()-SIED 500 ml (<u>SEL.</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Zapiekanka z ryżu i jabłka () 300 g (<u>MLE.</u>) Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<u>MLE.</u>) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	
	PN	Bułka maślana 1 szt 1 szt (<u>GLU PSZ. JAJ. MLE.</u>)				Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Szynka zielonogórska- wp. parzona 25 g (<u>SOJ.</u>) Sałata zielona 10 g	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 25 g (<u>SOJ.</u>) Sałata zielona 10 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Szynka zielonogórska- wp. parzona 25 g (<u>SOJ.</u>) Sałata zielona 10 g	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt	

Jadłospisy za okres od dnia 2025-06-16 do dnia 2025-06-22 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- Podstawowa/Ogóln a	SIE- Podstawowa wzbogacona	SIE- Położnicza podstawowa	SIE- Położnicza łatwostrawna	SIE- Z ogr. łatwoprzyswajalnych węglowodanów	SIE- Z ogr. łatwoprzyswajalnych węgl. b/ml	SIE- Cukrzyca lekko strawna	SIE- Płynna 3x/Płynna wzb. 5x	SIE- Płynna wzbogacona b/ml	SIE- Papkowata
2025-06-19 czwartek		Wartość energetyczna: 2535.25 kcal; Białko ogółem: 86.89 g; Tłuszcz: 67.29 g; Kw. tł. nasy.: 18.13 g; Węglowodany ogółem: 405.15 g; W tym cukry: 91.75 g; Błonnik pok.: 42.71 g; Sól: 6.10 g; WW: 36.35 Por; : 13.71 %; : 63.92 %; Ener. z T: 23.89 %; Ener. z Bł.: 3.37 %; K: 3850.41 mg;	Wartość energetyczna: Białko ogółem: 89.41 g; Tłuszcz: 70.59 g; Kw. tł. nasy.: 18.55 g; Węglowodany ogółem: 466.21 g; W tym cukry: 132.10 g; Błonnik pok.: 43.13 g; Sól: 6.37 g; WW: 42.44 Por; : 12.69 %; : 66.17 %; Ener. z T: 22.54 %; Ener. z Bł.: 3.06 %; K: 3889.17 mg;	Wartość energetyczna: 2635.30 kcal; Białko ogółem: 90.78 g; Tłuszcz: 52.60 g; Kw. tł. nasy.: 17.12 g; Węglowodany ogółem: 462.49 g; W tym cukry: 135.49 g; Błonnik pok.: 28.30 g; Sól: 6.68 g; WW: 43.44 Por; : 13.78 %; : 70.20 %; Ener. z T: 17.96 %; Ener. z Bł.: 2.15 %; K: 3669.22 mg;	Wartość energetyczna: 2207.81 kcal; Białko ogółem: 88.88 g; Tłuszcz: 65.97 g; Kw. tł. nasy.: 20.32 g; Węglowodany ogółem: 327.46 g; W tym cukry: 47.57 g; Błonnik pok.: 59.20 g; Sól: 8.90 g; WW: 26.95 Por; : 16.10 %; : 59.33 %; Ener. z T: 26.89 %; Ener. z Bł.: 5.36 %; K: 3989.92 mg;	Wartość energetyczna: 2153.91 kcal; Białko ogółem: 83.17 g; Tłuszcz: 62.76 g; Kw. tł. nasy.: 11.72 g; Węglowodany ogółem: 327.53 g; W tym cukry: 43.44 g; Błonnik pok.: 58.97 g; Sól: 8.22 g; WW: 26.93 Por; : 15.45 %; : 60.83 %; Ener. z T: 26.22 %; Ener. z Bł.: 5.48 %; K: 3767.15 mg;	Wartość energetyczna: 1945.80 kcal; Białko ogółem: 86.19 g; Tłuszcz: 46.43 g; Kw. tł. nasy.: 18.83 g; Węglowodany ogółem: 306.96 g; W tym cukry: 42.41 g; Błonnik pok.: 31.22 g; Sól: 10.11 g; WW: 27.58 Por; : 17.72 %; : 63.10 %; Ener. z T: 21.48 %; Ener. z Bł.: 3.21 %; K: 3210.21 mg;	Wartość energetyczna: 2102.42 kcal; Białko ogółem: 93.74 g; Tłuszcz: 81.06 g; Kw. tł. nasy.: 18.57 g; Węglowodany ogółem: 263.48 g; W tym cukry: 75.11 g; Błonnik pok.: 29.70 g; Sól: 2.13 g; WW: 23.25 Por; : 17.84 %; : 50.13 %; Ener. z T: 34.70 %; Ener. z Bł.: 2.82 %; K: 5264.25 mg;	Wartość energetyczna: 1894.56 kcal; Białko ogółem: 73.94 g; Tłuszcz: 68.81 g; Kw. tł. nasy.: 8.76 g; Węglowodany ogółem: 259.14 g; W tym cukry: 64.23 g; Błonnik pok.: 29.72 g; Sól: 1.56 g; WW: 22.72 Por; : 15.61 %; : 54.71 %; Ener. z T: 32.69 %; Ener. z Bł.: 3.14 %; K: 4455.35 mg;	Wartość energetyczna: 2456.93 kcal; Białko ogółem: 88.46 g; Tłuszcz: 59.71 g; Kw. tł. nasy.: 18.64 g; Węglowodany ogółem: 409.36 g; W tym cukry: 132.02 g; Błonnik pok.: 37.44 g; Sól: 7.15 g; WW: 37.28 Por; : 14.40 %; : 66.65 %; Ener. z T: 21.87 %; Ener. z Bł.: 3.05 %; K: 5179.80 mg;	
	Śniadanie	Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLUPSZ. MLE.</u>) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE. GLU ŻYT. GLU JĘCZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLUPSZ. GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLUPSZ. GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Miód (25g) 1 szt Serek wiejski lekki 3% tł 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) Pomidorki koktajlowe 80 g Kielki brokuła 20 g	Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLUPSZ. MLE.</u>) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE. GLU ŻYT. GLU JĘCZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLUPSZ. GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLUPSZ. GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Miód (25g) 1 szt Serek wiejski lekki 3% tł 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) Pomidorki koktajlowe 80 g Kielki brokuła 20 g	Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLUPSZ. MLE.</u>) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE. GLU ŻYT. GLU JĘCZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLUPSZ. GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (<u>GLUPSZ. GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLUPSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Miód (25g) 1 szt Serek wiejski lekki 3% tł 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<u>MLE.</u>) Kawa zbożowa b/c 250 ml (<u>GLU ŻYT. GLU JĘCZ.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (<u>GLUPSZ. GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Serek wiejski lekki 3% tł 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 25 g (<u>SOJ.</u>) Pomidorki koktajlowe 80 g Kielki brokuła 20 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (<u>GLUPSZ. GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 75 g (<u>SOJ.</u>) Pomidorki koktajlowe 80 g Kawa zbożowa b/c 250 ml (<u>GLU ŻYT. GLU JĘCZ.</u>) Kielki brokuła 20 g	Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<u>MLE.</u>) Kawa zbożowa b/c 250 ml (<u>GLU ŻYT. GLU JĘCZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLUPSZ. GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Serek wiejski lekki 3% tł 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 25 g (<u>SOJ.</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Płynna śniadanie mleczna-SIED 500 ml (<u>GLUPSZ. JAJ. MLE.</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Płynna śniadanie bezmleczna-SIED 500 ml (<u>GLUPSZ. JAJ.</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLUPSZ. MLE.</u>) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE. GLU ŻYT. GLU JĘCZ.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLUPSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLUPSZ. GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Miód (25g) 1 szt Serek wiejski lekki 3% tł 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) Dynia z wody 100 g	
II ŚN		Arbuz 100 g	Mus owocowy 100g-produkt pasteryzowany 1 szt	Jabłko 150 g	Jabłko pieczone 150 g	Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml (<u>MLE.</u>)	Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml	Mus owocowy 100g-produkt pasteryzowany 1 szt			

Jadłospisy za okres od dnia 2025-06-16 do dnia 2025-06-22 KUCHNIA SIEDLCE

2025-06-20 piątek											

Jadłospisy za okres od dnia 2025-06-16 do dnia 2025-06-22 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- Podstawowa/Ogólna	SIE- Podstawowa wzbogacona	SIE- Położnicza podstawowa	SIE- Położnicza łatwostrawna	SIE- Z ogr. łatwoprzyswajalnych węglowodanów	SIE- Z ogr. łatwoprzyswajalnych węgl. b/ml	SIE- Cukrzyca lekko strawna	SIE- Płynna 3x/Płynna wzb. 5x	SIE- Płynna wzbogacona b/ml	SIE- Papkowata
2025-06-20 piątek	PN	Biszkopty b/ml 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sok przecierowy warzywno-owocowy 0,33 l 1 szt				Pieczewo chrupkie ekstrudowane-żytnie 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt Pieczewo chrupkie ekstrudowane-żytnie 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>)	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Biszkopty b/ml 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sok przecierowy warzywno-owocowy 0,33 l 1 szt	
		Wartość energetyczna: 2487.10 kcal; Białko ogółem: 107.88 g; Tłuszcz: 64.56 g; Kw. tł. nasy.: 24.66 g; Węglowodany ogółem: 380.21 g; W tym cukry: 116.84 g; Błonnik pok.: 28.60 g; Sól: 6.91 g; WW: 35.26 Por; : 17.35 %; : 61.15 %; Ener. z T: 23.36 %; Ener. z Bł.: 2.30 %; K: 4381.02 mg;	Wartość energetyczna: 2652.90 kcal; Białko ogółem: 116.74 g; Tłuszcz: 69.00 g; Kw. tł. nasy.: 26.71 g; Węglowodany ogółem: 403.37 g; W tym cukry: 123.32 g; Błonnik pok.: 29.98 g; Sól: 7.15 g; WW: 37.40 Por; : 17.60 %; : 60.82 %; Ener. z T: 23.41 %; Ener. z Bł.: 2.26 %; K: 4756.82 mg;	Wartość energetyczna: 2650.58 kcal; Białko ogółem: 119.72 g; Tłuszcz: 59.71 g; Kw. tł. nasy.: 21.61 g; Węglowodany ogółem: 416.37 g; W tym cukry: 110.37 g; Błonnik pok.: 26.24 g; Sól: 6.54 g; WW: 39.12 Por; : 18.07 %; : 62.83 %; Ener. z T: 20.27 %; Ener. z Bł.: 1.98 %; K: 4553.95 mg;	Wartość energetyczna: 2120.46 kcal; Białko ogółem: 109.26 g; Tłuszcz: 62.20 g; Kw. tł. nasy.: 23.13 g; Węglowodany ogółem: 297.50 g; W tym cukry: 52.09 g; Błonnik pok.: 43.00 g; Sól: 7.21 g; WW: 25.49 Por; : 20.61 %; : 56.12 %; Ener. z T: 26.40 %; Ener. z Bł.: 4.06 %; K: 4522.78 mg;	Wartość energetyczna: 1955.43 kcal; Białko ogółem: 94.87 g; Tłuszcz: 53.46 g; Kw. tł. nasy.: 11.44 g; Węglowodany ogółem: 292.05 g; W tym cukry: 39.16 g; Błonnik pok.: 46.20 g; Sól: 7.97 g; WW: 24.62 Por; : 19.41 %; : 59.74 %; Ener. z T: 24.61 %; Ener. z Bł.: 4.73 %; K: 4245.94 mg;	Wartość energetyczna: 2034.24 kcal; Białko ogółem: 107.37 g; Tłuszcz: 52.03 g; Kw. tł. nasy.: 17.94 g; Węglowodany ogółem: 296.64 g; W tym cukry: 51.33 g; Błonnik pok.: 31.91 g; Sól: 7.38 g; WW: 26.53 Por; : 21.11 %; : 58.33 %; Ener. z T: 23.02 %; Ener. z Bł.: 3.14 %; K: 4188.91 mg;	Wartość energetyczna: 2203.82 kcal; Białko ogółem: 93.81 g; Tłuszcz: 81.09 g; Kw. tł. nasy.: 18.58 g; Węglowodany ogółem: 288.64 g; W tym cukry: 91.91 g; Błonnik pok.: 29.74 g; Sól: 2.17 g; WW: 25.72 Por; : 17.03 %; : 52.39 %; Ener. z T: 33.11 %; Ener. z Bł.: 2.70 %; K: 5304.18 mg;	Wartość energetyczna: 1894.56 kcal; Białko ogółem: 73.94 g; Tłuszcz: 68.81 g; Kw. tł. nasy.: 8.76 g; Węglowodany ogółem: 259.14 g; W tym cukry: 64.23 g; Błonnik pok.: 29.72 g; Sól: 1.56 g; WW: 22.72 Por; : 15.61 %; : 54.71 %; Ener. z T: 32.69 %; Ener. z Bł.: 3.14 %; K: 4455.35 mg;	Wartość energetyczna: 2591.15 kcal; Białko ogółem: 112.23 g; Tłuszcz: 55.17 g; Kw. tł. nasy.: 19.58 g; Węglowodany ogółem: 417.15 g; W tym cukry: 120.45 g; Błonnik pok.: 26.58 g; Sól: 6.95 g; WW: 39.08 Por; : 17.32 %; : 64.40 %; Ener. z T: 19.16 %; Ener. z Bł.: 2.05 %; K: 4114.33 mg;	

Jadłospisy za okres od dnia 2025-06-16 do dnia 2025-06-22 KUCHNIA SIEDLCE

	SIE- Podstawowa/Ogólna	SIE- Podstawowa wzbogacona	SIE- Położnicza podstawowa	SIE- Położnicza łatwostrawna	SIE- Z ogr. łatwoprzyswajalnych węglowodanów	SIE- Z ogr. łatwoprzyswajalnych węgl. b/ml	SIE- Cukrzyca lekko strawna	SIE- Płynna 3x/Płynna wzb. 5x	SIE- Płynna wzbogacona b/ml	SIE- Papkowata
2025-06-21 sobota Śniadanie	Płatki pszenne na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Chleb razowy żytnio-pszen 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Parówki z szynki-kielbasa wieprzowa, homoge nizowana, wędzona, parzona 60 g Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadanej 25 g (SOJ, SEL.) Ketchup 20 g (SEL.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Banan 150 g	Płatki pszenne na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Chleb razowy żytnio-pszen 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Parówki z szynki-kielbasa wieprzowa, homoge nizowana, wędzona, parzona 60 g Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadanej 25 g (SOJ, SEL.) Ketchup 20 g (SEL.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Płatki pszenne na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszen 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Parówki z szynki-kielbasa wieprzowa, homoge nizowana, wędzona, parzona 60 g Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadanej 25 g (SOJ, SEL.) Ketchup 20 g (SEL.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Płatki pszenne na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadanej 50 g (SOJ, SEL.) Szynka gotowana wieprzowa wędzona parzona, zawiera wodę dodaną, w siatce niejadanej 25 g (GLU PSZ, SOJ.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Maślanka 150 ml (MLE.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszen 100 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka gotowana wieprzowa wędzona parzona, zawiera wodę dodaną, w siatce niejadanej 25 g (GLU PSZ, SOJ.) Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadanej 50 g (SOJ, SEL.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszen 100 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynka gotowana wieprzowa wędzona parzona, zawiera wodę dodaną, w siatce niejadanej 25 g (GLU PSZ, SOJ.) Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadanej 50 g (SOJ, SEL.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Maślanka 150 ml (MLE.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka gotowana wieprzowa wędzona parzona, zawiera wodę dodaną, w siatce niejadanej 25 g (GLU PSZ, SOJ.) Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadanej 50 g (SOJ, SEL.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Płynna śniadanie mleczna-SIED 500 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Płynna śniadanie bezmleczna-SIED 500 ml (GLU PSZ, JAJ.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Płatki pszenne na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadanej 50 g (SOJ, SEL.) Szynka gotowana wieprzowa wędzona parzona, zawiera wodę dodaną, w siatce niejadanej 25 g (GLU PSZ, SOJ.) Kalafior gotowany* 100 g
II ŚN		Banan 150 g	Banan 150 g		Jabłko 150 g	Jabłko 150 g	Jabłko pieczone 150 g	Budyń o smaku waniliowym b/c 200 ml (MLE.)	Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml	Banan 150 g

Jadłospisy za okres od dnia 2025-06-16 do dnia 2025-06-22 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- Podstawowa/Ogólna	SIE- Podstawowa wzbogacona	SIE- Położnicza podstawowa	SIE- Położnicza łatwostrawna	SIE- Z ogr. łatwoprzyswajalnych węglowodanów	SIE- Z ogr. łatwoprzyswajalnych węgl. b/ml	SIE- Cukrzyca lekko strawna	SIE- Płynna 3x/Płynna wzb. 5x	SIE- Płynna wzbogacona b/ml	SIE- Papkowata
2025-06-21 sobota	Obiad	Selerowa z ziemniakami () 300 ml (<u>MLE, SEL.</u>) kasza pęczak/sypko 180 g (<u>GLU PSZ.</u>) Gulasz z udźca kurczaka 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Buraczki gotowane drobno tarte () 100 g Surówka wykwintna z olejem b/c 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml			Ziemniaczana () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (<u>GLU JĘCZ.</u>) Gulasz z udźca kurczaka 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Buraczki gotowane drobno tarte () 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami () 300 ml (<u>MLE, SEL.</u>) kasza pęczak/sypko 180 g (<u>GLU PSZ.</u>) Gulasz z udźca kurczaka 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Buraczki gotowane drobno tarte() b/c 100 g Surówka wykwintna z olejem b/c 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami (bez mleka) () 300 ml (<u>SEL.</u>) kasza pęczak/sypko 180 g (<u>GLU PSZ.</u>) Gulasz z udźca kurczaka 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Buraczki gotowane drobno tarte() b/c 100 g Surówka wykwintna z olejem b/c 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami - dieta () 300 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (<u>GLU JĘCZ.</u>) Gulasz z udźca kurczaka 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Buraczki gotowane drobno tarte() b/c 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml	Płynna obiad*(-)-SIED 500 ml (<u>SEL.</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami - dieta () 300 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 180 g Gulasz z udźca kurczaka 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Buraczki gotowane drobno tarte () 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	
	PD	Pudding z nasion chia z mango 200 g (<u>MLE.</u>)			Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Połędwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkim wody wędzona parzona 20 g (<u>GLU PSZ, SOJ.</u>) Sałata zielona 20 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Połędwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkim wody wędzona parzona 20 g (<u>GLU PSZ, SOJ.</u>) Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Połędwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkim wody wędzona parzona 20 g (<u>GLU PSZ, SOJ.</u>) Sałata zielona 20 g	Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml	Pudding z nasion chia z mango 200 g (<u>MLE.</u>)		

Jadłospisy za okres od dnia 2025-06-16 do dnia 2025-06-22 KUCHNIA SIEDLCE

	SIE- Podstawowa/Ogólna	SIE- Podstawowa wzbogacona	SIE- Położnicza podstawowa	SIE- Położnicza łatwostrawna	SIE- Z ogr. łatwoprzyswajalnych węglowodanów	SIE- Z ogr. łatwoprzyswajalnych węgl. b/ml	SIE- Cukrzyca lekko strawna	SIE- Płynna 3x/Płynna wzb. 5x	SIE- Płynna wzbogacona b/ml	SIE- Papkowata	
2025-06-21 sobota	Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 25 g (<u>SOJ.</u>) Ser żółty 50 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 80 g Roszponka 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 25 g (<u>SOJ.</u>) Ser żółty 50 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 80 g Roszponka 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 25 g (<u>SOJ.</u>) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 50 g (<u>SOJ. może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Pomidor 80 g Roszponka 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (<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 25 g (<u>SOJ.</u>) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 50 g (<u>SOJ. może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Pomidor 80 g Roszponka 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (<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 75 g (<u>SOJ.</u>) Pomidor 80 g Roszponka 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<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 25 g (<u>SOJ.</u>) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 50 g (<u>SOJ. może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Pomidor 80 g Roszponka 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna kolacja *)-SIED 500 ml (<u>SEL.</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 25 g (<u>SOJ.</u>) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 50 g (<u>SOJ. może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Brokuł gotowany* 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt		
	PN	Dżem 25 g 1 szt Ciasto drożdżowe 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, S02.</u>)				Sok pomidorowy 0,3l 1 szt Pieczywo chrupkie ekstrudowane-żytnie 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)		Sok pomidorowy 0,3l 1 szt	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt		Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt
		Wartość energetyczna: 2620.93 kcal; Białko ogółem: 92.94 g; Tłuszcz: 90.20 g; Kw. tł. nasy.: 36.14 g; Węglowodany ogółem: 368.74 g; W tym cukry: 107.95 g; Błonnik pok.: 44.43 g; Sól: 9.33 g; WW: 32.61 Por; : 14.18 %; : 56.28 %; Ener. z T: 30.97 %; Ener. z Bł.: 3.39 %; K: 4077.33 mg;	Wartość energetyczna: 2781.33 kcal; Białko ogółem: 101.82 g; Tłuszcz: 96.00 g; Kw. tł. nasy.: 38.08 g; Węglowodany ogółem: 389.47 g; W tym cukry: 121.23 g; Błonnik pok.: 45.11 g; Sól: 9.53 g; WW: 34.62 Por; : 14.64 %; : 56.01 %; Ener. z T: 31.07 %; Ener. z Bł.: 3.24 %; K: 4383.33 mg;	Wartość energetyczna: 2418.18 kcal; Białko ogółem: 95.13 g; Tłuszcz: 53.50 g; Kw. tł. nasy.: 21.11 g; Węglowodany ogółem: 405.65 g; W tym cukry: 122.47 g; Błonnik pok.: 29.31 g; Sól: 9.18 g; WW: 37.78 Por; : 15.74 %; : 67.10 %; Ener. z T: 19.91 %; Ener. z Bł.: 2.42 %; K: 4283.61 mg;	Wartość energetyczna: 2052.08 kcal; Białko ogółem: 89.45 g; Tłuszcz: 57.95 g; Kw. tł. nasy.: 20.14 g; Węglowodany ogółem: 306.62 g; W tym cukry: 50.62 g; Błonnik pok.: 53.00 g; Sól: 11.19 g; WW: 25.47 Por; : 17.44 %; : 59.77 %; Ener. z T: 25.42 %; Ener. z Bł.: 5.17 %; K: 3863.91 mg;	Wartość energetyczna: 1965.85 kcal; Białko ogółem: 83.16 g; Tłuszcz: 55.22 g; Kw. tł. nasy.: 11.20 g; Węglowodany ogółem: 298.14 g; W tym cukry: 43.31 g; Błonnik pok.: 53.00 g; Sól: 11.38 g; WW: 24.60 Por; : 16.92 %; : 60.67 %; Ener. z T: 25.28 %; Ener. z Bł.: 5.39 %; K: 3622.08 mg;	Wartość energetyczna: 1917.23 kcal; Białko ogółem: 86.69 g; Tłuszcz: 45.70 g; Kw. tł. nasy.: 19.22 g; Węglowodany ogółem: 305.33 g; W tym cukry: 51.39 g; Błonnik pok.: 31.34 g; Sól: 12.39 g; WW: 27.45 Por; : 18.09 %; : 63.70 %; Ener. z T: 21.45 %; Ener. z Bł.: 3.27 %; K: 3422.97 mg;	Wartość energetyczna: 2177.22 kcal; Białko ogółem: 93.81 g; Tłuszcz: 81.09 g; Kw. tł. nasy.: 18.58 g; Węglowodany ogółem: 281.99 g; W tym cukry: 85.25 g; Błonnik pok.: 29.74 g; Sól: 2.17 g; WW: 25.05 Por; : 17.23 %; : 51.81 %; Ener. z T: 33.52 %; Ener. z Bł.: 2.73 %; K: 5304.05 mg;	Wartość energetyczna: 1894.56 kcal; Białko ogółem: 73.94 g; Tłuszcz: 68.81 g; Kw. tł. nasy.: 8.76 g; Węglowodany ogółem: 259.14 g; W tym cukry: 64.23 g; Błonnik pok.: 29.72 g; Sól: 1.56 g; WW: 22.72 Por; : 15.61 %; : 54.71 %; Ener. z T: 32.69 %; Ener. z Bł.: 3.14 %; K: 4455.35 mg;	Wartość energetyczna: 2264.17 kcal; Białko ogółem: 98.48 g; Tłuszcz: 48.13 g; Kw. tł. nasy.: 20.12 g; Węglowodany ogółem: 379.21 g; W tym cukry: 128.89 g; Błonnik pok.: 32.94 g; Sól: 9.44 g; WW: 34.65 Por; : 17.40 %; : 66.99 %; Ener. z T: 19.13 %; Ener. z Bł.: 2.91 %; K: 5476.17 mg;	

Jadłospisy za okres od dnia 2025-06-16 do dnia 2025-06-22 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- Podstawowa/Ogólna	SIE- Podstawowa wzbogacona	SIE- Położnicza podstawowa	SIE- Położnicza łatwostrawna	SIE- Z ogr. łatwoprzyswajalnych węglowodanów	SIE- Z ogr. łatwoprzyswajalnych węgl. b/ml	SIE- Cukrzyca lekko strawna	SIE- Płynna 3x/Płynna wzb. 5x	SIE- Płynna wzbogacona b/ml	SIE- Papkowata
2025-06-22 niedziela	Śniadanie	Kasza manna na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Ser mozzarella 50 g (<u>MLE.</u>) Papryka świeża 80 g Sałata lodowa 20 g Jabłko 150 g	Kasza manna na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Ser mozzarella 50 g (<u>MLE.</u>) Papryka świeża 80 g Sałata lodowa 20 g	Kasza manna na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Ser mozzarella 50 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g	Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Ser mozzarella 50 g (<u>MLE.</u>) Papryka świeża 80 g Sałata lodowa 20 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynka zielonogórska- wp. parzona 25 g (<u>SOJ.</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Papryka świeża 80 g Sałata lodowa 20 g	Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Ser mozzarella 50 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g	Płynna śniadanie mleczna-SIED 500 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Płynna śniadanie bezmleczna-SIED 500 ml (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Kasza manna na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 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 Ser mozzarella 50 g (<u>MLE.</u>) Dynia z wody 100 g	
	II ŚN		Jabłko 150 g	Jabłko pieczone 150 g	Jabłko 150 g	Jabłko pieczone 150 g	Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml	Jabłko pieczone 150 g			
	Obiad	Pomidorowa z makaronem () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Schab duszony 100 g Sos własny () 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 180 g Mizeria 100 g (<u>MLE.</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 100 g (<u>SEL.</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 180 g Schab duszony 100 g Sos własny () 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 180 g Mizeria 100 g (<u>MLE.</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 100 g (<u>SEL.</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Schab duszony 100 g Sos własny () 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 180 g Mizeria 100 g (<u>MLE.</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 100 g (<u>SEL.</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Schab duszony 100 g Sos własny () 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 180 g Mizeria 100 g (<u>MLE.</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 100 g (<u>SEL.</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Schab duszony 100 g Sos własny () 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 180 g Mizeria 100 g (<u>MLE.</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 100 g (<u>SEL.</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Schab duszony 100 g Sos własny () 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 180 g Surówka z kapusty białej z olejem b/c () 100 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 100 g (<u>SEL.</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Schab duszony 100 g Sos własny () 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 180 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g (<u>SEL.</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml	Płynna obiad*()-SIED 500 ml (<u>SEL.</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 180 g Pulpet wieprzowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos własny () 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g (<u>SEL.</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	

Jadłospisy za okres od dnia 2025-06-16 do dnia 2025-06-22 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- Podstawowa/Ogólna	SIE- Podstawowa wzbogacona	SIE- Położnicza podstawowa	SIE- Położnicza łatwostrawna	SIE- Z ogr. łatwoprzyswajalnych węglowodanów	SIE- Z ogr. łatwoprzyswajalnych węgl. b/ml	SIE- Cukrzyca lekko strawna	SIE- Płynna 3x/Płynna wzb. 5x	SIE- Płynna wzbogacona b/ml	SIE- Papkowata
2025-06-22 niedziela	PD	Jogurt typu islandzkiego różne smaki Skyr 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) Podpłomyki b/c 20 g (<u>GLU PSZ. MLE.</u>)			Jogurt typu islandzkiego naturalny Skyr 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt Pieczywo chrupkie ekstrudowane-żytnie 30 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT. GLU JĘCZ.</u>)	Jogurt typu islandzkiego naturalny Skyr 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)	Jogurt typu islandzkiego różne smaki Skyr 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)	Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml	Jogurt typu islandzkiego różne smaki Skyr 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)	
	Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Polędwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkim wody wędzona parzona 50 g (<u>GLU PSZ. SOJ.</u>) Dżem 25 g 1 szt Pomidor 80 g Mix sałat 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Polędwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkim wody wędzona parzona 50 g (<u>GLU PSZ. SOJ.</u>) Dżem 25 g 1 szt Pomidor 80 g Mix sałat 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Polędwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkim wody wędzona parzona 50 g (<u>GLU PSZ. SOJ.</u>) Dżem 25 g 1 szt Pomidor 80 g Mix sałat 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Polędwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkim wody wędzona parzona 50 g (<u>GLU PSZ. SOJ.</u>) Twaróg półtłusty 50 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 80 g Mix sałat 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g 1 szt (<u>JAJ.</u>) Polędwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkim wody wędzona parzona 50 g (<u>GLU PSZ. SOJ.</u>) Pomidor 80 g Mix sałat 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Polędwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkim wody wędzona parzona 50 g (<u>GLU PSZ. SOJ.</u>) Twaróg półtłusty 50 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 80 g Mix sałat 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna kolacja *(-)-SIED 500 ml (<u>SEL.</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Polędwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkim wody wędzona parzona 50 g (<u>GLU PSZ. SOJ.</u>) Dżem 25 g 1 szt Kalafior gotowany* 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt		
	PN	Mus owocowy 100g-produkt pasteryzowany 1 szt				Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Szynka gotowana wieprzowa wędzonka parzona,zawiera wodę dodaną, w siatce niejadalnej 25 g (<u>GLU PSZ. SOJ.</u>) Sałata zielona 10 g	Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Szynka gotowana wieprzowa wędzonka parzona,zawiera wodę dodaną, w siatce niejadalnej 25 g (<u>GLU PSZ. SOJ.</u>) Sałata zielona 10 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Szynka gotowana wieprzowa wędzonka parzona,zawiera wodę dodaną, w siatce niejadalnej 25 g (<u>GLU PSZ. SOJ.</u>) Sałata zielona 10 g	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Mus owocowy 100g-produkt pasteryzowany 1 szt	

Jadłospisy za okres od dnia 2025-06-16 do dnia 2025-06-22 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- Podstawowa/Ogólna	SIE- Podstawowa wzbogacona	SIE- Położnicza podstawowa	SIE- Położnicza łatwostrawna	SIE- Z ogr. łatwoprzyswajalnych węglowodanów	SIE- Z ogr. łatwoprzyswajalnych węgl. b/ml	SIE- Cukrzyca lekko strawna	SIE- Płynna 3x/Płynna wzb. 5x	SIE- Płynna wzbogacona b/ml	SIE- Papkowata
2025-06-22 niedziela		Wartość energetyczna: 2167.92 kcal; Białko ogółem: 104.63 g; Tłuszcz: 58.38 g; Kw. tł. nasy.: 20.38 g; Węglowodany ogółem: 321.96 g; W tym cukry: 88.29 g; Błonnik pok.: 34.38 g; Sól: 7.53 g; WW: 28.83 Por; : 19.30 %; : 59.40 %; Ener. z T: 24.23 %; Ener. z Bł.: 3.17 %; K: 4274.03 mg;	Wartość energetyczna: 2367.72 kcal; Białko ogółem: 121.43 g; Tłuszcz: 59.32 g; Kw. tł. nasy.: 20.38 g; Węglowodany ogółem: 352.86 g; W tym cukry: 102.69 g; Błonnik pok.: 34.38 g; Sól: 7.62 g; WW: 31.97 Por; : 20.51 %; : 59.61 %; Ener. z T: 22.55 %; Ener. z Bł.: 2.90 %; K: 4274.03 mg;	Wartość energetyczna: 2456.66 kcal; Białko ogółem: 124.15 g; Tłuszcz: 62.46 g; Kw. tł. nasy.: 19.69 g; Węglowodany ogółem: 364.16 g; W tym cukry: 103.98 g; Błonnik pok.: 31.71 g; Sól: 7.80 g; WW: 33.37 Por; : 20.21 %; : 59.29 %; Ener. z T: 22.88 %; Ener. z Bł.: 2.58 %; K: 4349.47 mg;	Wartość energetyczna: 2159.28 kcal; Białko ogółem: 134.52 g; Tłuszcz: 64.40 g; Kw. tł. nasy.: 23.73 g; Węglowodany ogółem: 281.21 g; W tym cukry: 56.19 g; Błonnik pok.: 41.49 g; Sól: 8.39 g; WW: 23.99 Por; : 24.92 %; : 52.09 %; Ener. z T: 26.84 %; Ener. z Bł.: 3.84 %; K: 4688.65 mg;	Wartość energetyczna: 2035.32 kcal; Białko ogółem: 103.03 g; Tłuszcz: 55.26 g; Kw. tł. nasy.: 13.73 g; Węglowodany ogółem: 300.98 g; W tym cukry: 44.74 g; Błonnik pok.: 49.68 g; Sól: 9.08 g; WW: 25.25 Por; : 20.25 %; : 59.15 %; Ener. z T: 24.44 %; Ener. z Bł.: 4.88 %; K: 4491.40 mg;	Wartość energetyczna: 2268.72 kcal; Białko ogółem: 134.14 g; Tłuszcz: 66.75 g; Kw. tł. nasy.: 23.07 g; Węglowodany ogółem: 298.75 g; W tym cukry: 53.88 g; Błonnik pok.: 32.67 g; Sól: 9.91 g; WW: 26.59 Por; : 23.65 %; : 52.67 %; Ener. z T: 26.48 %; Ener. z Bł.: 2.88 %; K: 4233.59 mg;	Wartość energetyczna: 2125.42 kcal; Białko ogółem: 101.54 g; Tłuszcz: 77.06 g; Kw. tł. nasy.: 16.19 g; Węglowodany ogółem: 270.58 g; W tym cukry: 81.31 g; Błonnik pok.: 29.70 g; Sól: 2.03 g; WW: 23.95 Por; : 19.11 %; : 50.92 %; Ener. z T: 32.63 %; Ener. z Bł.: 2.79 %; K: 5020.25 mg;	Wartość energetyczna: 1894.56 kcal; Białko ogółem: 73.94 g; Tłuszcz: 68.81 g; Kw. tł. nasy.: 8.76 g; Węglowodany ogółem: 259.14 g; W tym cukry: 64.23 g; Błonnik pok.: 29.72 g; Sól: 1.56 g; WW: 22.72 Por; : 15.61 %; : 54.71 %; Ener. z T: 32.69 %; Ener. z Bł.: 3.14 %; K: 4455.35 mg;	Wartość energetyczna: 2435.32 kcal; Białko ogółem: 115.29 g; Tłuszcz: 65.37 g; Kw. tł. nasy.: 21.16 g; Węglowodany ogółem: 360.11 g; W tym cukry: 105.50 g; Błonnik pok.: 33.93 g; Sól: 8.34 g; WW: 32.62 Por; : 18.94 %; : 59.15 %; Ener. z T: 24.16 %; Ener. z Bł.: 2.79 %; K: 4128.93 mg;	

Jadłospisy za okres od dnia 2025-06-16 do dnia 2025-06-22 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- Papkowata b/ml	SIE- Łatwo strawna	SIE- Bezmleczna	SIE- Niskotłuszczowa	SIE- O kontr. zaw.kwasów tłuszczowych	SIE- Bogatobiałkowa	SIE- Bogatobiałkowa bezmleczna	SIE- Niskobiałkowa do 50 g białka	SIE- Niskobiałkowa do 30 g białka	SIE- Kleikowa
2025-06-16 poniedziałek	Śniadanie	Płatki owsiane na wodzie 300 g (<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 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynka zielonogórska- wp. parzona 50 g (<u>SOJ.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Dynia z wody 100 g	Płatki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Schab Ojca Grzegorza-wędłina wieprzowa wędzona,parzona,z dod.wody,białka wp 50 g (<u>SOJ. może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Banan 150 g	Płatki owsiane na wodzie 300 g (<u>GLU OW.</u>) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynka zielonogórska- wp. parzona 50 g (<u>SOJ.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Banan 150 g	Płatki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Schab Ojca Grzegorza-wędłina wieprzowa wędzona,parzona,z dod.wody,białka wp 50 g (<u>SOJ. może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Polędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 25 g (<u>SOJ.</u>) Banan 150 g Pomidor b/skórki 80 g Sałata zielona 20 g	Płatki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb razowy żytnio-pszen 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u>) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Schab Ojca Grzegorza-wędłina wieprzowa wędzona,parzona,z dod.wody,białka wp 50 g (<u>SOJ. może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Polędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 25 g (<u>SOJ.</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Płatki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Schab Ojca Grzegorza-wędłina wieprzowa wędzona,parzona,z dod.wody,białka wp 50 g (<u>SOJ. może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Płatki owsiane na wodzie 300 g (<u>GLU OW.</u>) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 100 g (<u>SEZ. może zawierać: ORZ.</u>) Masło extra 82% 15g (<u>MLE.</u>) Schab Ojca Grzegorza-wędłina wieprzowa wędzona,parzona,z dod.wody,białka wp 50 g (<u>SOJ. może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Dżem 25 g 1 szt Banan 150 g Pomidor 80 g Kisiel o smaku truskawkowym z/c 200 ml Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 100 g (<u>SEZ. może zawierać: ORZ.</u>) Masło extra 82% 15g (<u>MLE.</u>) Schab Ojca Grzegorza-wędłina wieprzowa wędzona,parzona,z dod.wody,białka wp 30 g (<u>SOJ. może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Dżem 25 g 1 szt Banan 150 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kisiel o smaku truskawkowym z/c 200 ml	Kleik ryżowy na wodzie 200 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Suchary b/c 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u>)	
	II ŚN	Banan 150 g				Arbuz 100 g	Banan 150 g	Banan 150 g Wafle ryżowe 20 g			

Jadłospisy za okres od dnia 2025-06-16 do dnia 2025-06-22 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- Papkowata b/ml	SIE- Łatwo strawna	SIE- Bezmleczna	SIE- Niskotłuszczowa	SIE- O kontr. zaw.kwasów tłuszczowych	SIE- Bogatobiałkowa	SIE- Bogatobiałkowa bezmleczna	SIE- Niskobiałkowa do 50 g białka	SIE- Niskobiałkowa do 30 g białka	SIE- Kleikowa
2025-06-16 poniedziałek	Obiad	Wielowarzywna z ziemniakami (bez mleka) () 300 ml (<u>GLU PSZ. SEL.</u>) Ryż na sypko 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 Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Wielowarzywna z ziemniakami () 300 ml (<u>GLU PSZ. MLE. SEL.</u>) Ryż z jabłkiem prażonym i cynamonem 300 g Sos jogurtowy naturalny 100 g (<u>MLE.</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Wielowarzywna z ziemniakami (bez mleka) () 300 ml (<u>GLU PSZ. SEL.</u>) Ryż na sypko 180 g Pulpet drobiowy 100 g (<u>GLU PSZ. JAJ.</u>) Sos ziołowy* b/ml 100 ml (<u>GLU PSZ. SEL.</u>) Surówka z marchwi z olejem b/c () 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Wielowarzywna z ziemniakami () 300 ml (<u>GLU PSZ. MLE. SEL.</u>) Ryż z jabłkiem prażonym i cynamonem 300 g Sos jogurtowy naturalny 100 g (<u>MLE.</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Wielowarzywna z ziemniakami () 300 ml (<u>GLU PSZ. MLE. SEL.</u>) Ryż na sypko 180 g Pulpet drobiowy 100 g (<u>GLU PSZ. JAJ.</u>) Sos ziołowy* 80 ml (<u>GLU PSZ. SEL.</u>) Surówka z marchwi z olejem b/c () 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml	Wielowarzywna z ziemniakami () 300 ml (<u>GLU PSZ. MLE. SEL.</u>) Ryż z jabłkiem prażonym i cynamonem 300 g Sos jogurtowy naturalny 100 g (<u>MLE.</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Wielowarzywna z ziemniakami (bez mleka) () 300 ml (<u>GLU PSZ. SEL.</u>) Ryż na sypko 180 g Pulpet drobiowy 100 g (<u>GLU PSZ. JAJ.</u>) Sos ziołowy*b/ml 80 ml (<u>GLU PSZ. SEL.</u>) Surówka z marchwi z olejem b/c () 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Wielowarzywna z ziemniakami (bez mleka) () 300 ml (<u>GLU PSZ. SEL.</u>) Ryż z jabłkiem prażonym i cynamonem 300 g Sos jogurtowy naturalny 100 g (<u>MLE.</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Wielowarzywna z ziemniakami (bez mleka) () 300 ml (<u>GLU PSZ. SEL.</u>) Ryż z jabłkiem prażonym i cynamonem 250 g Sos jogurtowy naturalny 50 g (<u>MLE.</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	Kisiel o smaku truskawkowym z/c 200 ml				Budyń o smaku śmietankowym b/c 200 ml (<u>MLE.</u>)	Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml (<u>MLE.</u>) Biszkopty b/ml 30 g (<u>GLU PSZ. JAJ.</u>)	Budyń o smaku śmietankowym na napoju owsianym z/c 200 ml (<u>GLU OW.</u>) Biszkopty b/ml 30 g (<u>GLU PSZ. JAJ.</u>)			

Jadłospisy za okres od dnia 2025-06-16 do dnia 2025-06-22 KUCHNIA SIEDLCE

	SIE- Papkowata b/ml	SIE- Łatwo strawna	SIE- Bezmleczna	SIE- Niskotłuszczowa	SIE- O kontr. zaw.kwasów tłuszczowych	SIE- Bogatobiałkowa	SIE- Bogatobiałkowa bezmleczna	SIE- Niskobiałkowa do 50 g białka	SIE- Niskobiałkowa do 30 g białka	SIE- Kleikowa
2025-06-16 poniedziałek	Kolacja	Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 75 g (<u>SOJ.</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 100 g (<u>SEL.</u>) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Twarożek z koperkiem 80 g (<u>MLE.</u>) Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy,grubo rozdrobniony, parzony z dod. b.sojowego i wody 50 g (<u>SOJ.</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 25 g Pomidor 80 g Rukola 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Twarożek z koperkiem 80 g (<u>MLE.</u>) Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy,grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 25 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Pomidor b/skórki 80 g Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Rukola 20 g	Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u>) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Pasta z twarogu i rzodkiewki 80 g (<u>MLE.</u>) Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy,grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 25 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Pomidorki 80 g Koktajlowe 80 g Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Rukola 20 g	Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Twarożek z koperkiem 80 g (<u>MLE.</u>) Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy,grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 25 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Pomidor 80 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Rukola 20 g	Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (<u>SOJ.</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 25 g Pomidor 80 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Rukola 20 g	Pomidor 80 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 100 g (<u>SEZ, może zawierać: ORZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Twarożek z koperkiem 80 g (<u>MLE.</u>) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Rukola 20 g Pomidor 80 g	Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 100 g (<u>SEZ, może zawierać: ORZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (<u>SOJ.</u>) Pomidor 80 g Rukola 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Kleik ryżowy na wodzie 200 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Suchary b/c 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u>)
PN	Przecier owocowy jabłko-truskawka 120g 1 szt (<u>może zawierać: MLE.</u>)						Polędwica Sopotcka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 25 g (<u>SOJ.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u>) Sałata zielona 5 g	Przecier owocowy jabłko-truskawka 120g 1 szt (<u>może zawierać: MLE.</u>)	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	

Jadłospisy za okres od dnia 2025-06-16 do dnia 2025-06-22 KUCHNIA SIEDLCE

	SIE- Papkowata b/ml	SIE- Łatwo strawna	SIE- Bezmleczna	SIE- Niskotłuszczowa	SIE- O kontr. zaw.kwasów tłuszczowych	SIE- Bogatobiałkowa	SIE- Bogatobiałkowa bezmleczna	SIE- Niskobiałkowa do 50 g białka	SIE- Niskobiałkowa do 30 g białka	SIE- Kleikowa
2025-06-16 poniedziałek	Wartość energetyczna: 2403.97 kcal; Białko ogółem: 85.97 g; Tłuszcz: 56.56 g; Kw. tł. nasy.: 11.27 g; Węglowodany ogółem: 403.95 g; W tym cukry: 130.21 g; Błonnik pok.: 35.68 g; Sól: 8.59 g; WW: 36.85 Por.; : 14.31 %; : 67.21 %; Ener. z T: 21.18 %; Ener. z Bł.: 2.97 %; K: 3680.65 mg;	Wartość energetyczna: 2241.59 kcal; Białko ogółem: 90.09 g; Tłuszcz: 47.91 g; Kw. tł. nasy.: 23.20 g; Węglowodany ogółem: 377.94 g; W tym cukry: 150.77 g; Błonnik pok.: 20.23 g; Sól: 4.79 g; WW: 35.96 Por.; : 16.08 %; : 67.44 %; Ener. z T: 19.23 %; Ener. z Bł.: 1.81 %; K: 3235.61 mg;	Wartość energetyczna: 2202.81 kcal; Białko ogółem: 84.98 g; Tłuszcz: 53.60 g; Kw. tł. nasy.: 11.22 g; Węglowodany ogółem: 359.77 g; W tym cukry: 93.55 g; Błonnik pok.: 30.46 g; Sól: 7.87 g; WW: 33.04 Por.; : 15.43 %; : 65.33 %; Ener. z T: 21.90 %; Ener. z Bł.: 2.77 %; K: 3425.67 mg;	Wartość energetyczna: 2138.42 kcal; Białko ogółem: 89.69 g; Tłuszcz: 35.56 g; Kw. tł. nasy.: 16.41 g; Węglowodany ogółem: 379.96 g; W tym cukry: 151.71 g; Błonnik pok.: 18.66 g; Sól: 4.57 g; WW: 36.38 Por.; : 16.78 %; : 71.07 %; Ener. z T: 14.97 %; Ener. z Bł.: 1.75 %; K: 3259.28 mg;	Wartość energetyczna: 2313.57 kcal; Białko ogółem: 107.42 g; Tłuszcz: 64.07 g; Kw. tł. nasy.: 20.16 g; Węglowodany ogółem: 347.99 g; W tym cukry: 111.10 g; Błonnik pok.: 43.49 g; Sól: 6.10 g; WW: 30.63 Por.; : 18.57 %; : 60.16 %; Ener. z T: 24.92 %; Ener. z Bł.: 3.76 %; K: 4579.04 mg;	Wartość energetyczna: 2559.99 kcal; Białko ogółem: 99.19 g; Tłuszcz: 54.06 g; Kw. tł. nasy.: 25.59 g; Węglowodany ogółem: 434.40 g; W tym cukry: 175.77 g; Błonnik pok.: 20.27 g; Sól: 5.02 g; WW: 41.61 Por.; : 15.50 %; : 67.88 %; Ener. z T: 19.01 %; Ener. z Bł.: 1.58 %; K: 3519.55 mg;	Wartość energetyczna: 2727.52 kcal; Białko ogółem: 97.00 g; Tłuszcz: 76.17 g; Kw. tł. nasy.: 13.43 g; Węglowodany ogółem: 450.47 g; W tym cukry: 103.80 g; Błonnik pok.: 33.80 g; Sól: 9.32 g; WW: 41.71 Por.; : 14.23 %; : 66.06 %; Ener. z T: 25.13 %; Ener. z Bł.: 2.48 %; K: 3429.26 mg;	Wartość energetyczna: 2036.85 kcal; Białko ogółem: 46.68 g; Tłuszcz: 46.00 g; Kw. tł. nasy.: 20.72 g; Węglowodany ogółem: 366.98 g; W tym cukry: 156.85 g; Błonnik pok.: 21.41 g; Sól: 0.99 g; WW: 34.72 Por.; : 9.17 %; : 72.07 %; Ener. z T: 20.33 %; Ener. z Bł.: 2.10 %; K: 2643.67 mg;	Wartość energetyczna: 1835.54 kcal; Białko ogółem: 30.68 g; Tłuszcz: 41.16 g; Kw. tł. nasy.: 17.79 g; Węglowodany ogółem: 342.72 g; W tym cukry: 144.67 g; Błonnik pok.: 19.85 g; Sól: 1.55 g; WW: 32.42 Por.; : 6.69 %; : 74.69 %; Ener. z T: 20.18 %; Ener. z Bł.: 2.16 %; K: 2167.29 mg;	Wartość energetyczna: 887.22 kcal; Białko ogółem: 19.66 g; Tłuszcz: 7.47 g; Kw. tł. nasy.: 0.18 g; Węglowodany ogółem: 184.88 g; W tym cukry: 34.15 g; Błonnik pok.: 2.73 g; Sól: 0.19 g; WW: 18.29 Por.; : 8.86 %; : 83.35 %; Ener. z T: 7.57 %; Ener. z Bł.: 0.62 %; K: 127.46 mg;
2025-06-17 wtorek	Śniadanie Kasza manna na wodzie 300 ml (GLU PSZ.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 75 g (SOJ.) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 100 g (SEL.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Makaron na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Twaróg półtłusty 80 g (MLE.) Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 25 g (SOJ.) Pomidor 80 g Mix sałat 20 g Mus- przecier owocowy jabłko 100g (tubka) 1 szt	Kasza manna na wodzie 300 ml (GLU PSZ.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 25 g (SOJ.) Pomidor b/skórki 80 g Mus- przecier owocowy jabłko 100g (tubka) 1 szt	Makaron na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Twaróg półtłusty 80 g (MLE.) Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 25 g (SOJ.) Pomidor b/skórki 80 g Mus- przecier owocowy jabłko 100g (tubka) 1 szt Mix sałat 20 g	Makaron na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Twaróg półtłusty 80 g (MLE.) Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 25 g (SOJ.) Ogórek świeży 80 g Mix sałat 20 g	Makaron na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Twaróg półtłusty 80 g (MLE.) Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 25 g (SOJ.) Pomidor 80 g Mix sałat 20 g	Kasza manna na wodzie 300 ml (GLU PSZ.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 75 g (SOJ.) Pomidor 80 g Mix sałat 20 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 100 g (SEZ, może zawierać: ORZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 25 g (SOJ.) Pomidor 80 g Mus- przecier owocowy jabłko 100g (tubka) 1 szt Biszkopty b/ml 30 g (GLU PSZ, JAJ.) Mix sałat 20 g Dżem 25 g 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 100 g (SEZ, może zawierać: ORZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Dżem 25 g 2 szt Pomidor 80 g Mix sałat 20 g Mus- przecier owocowy jabłko 100g (tubka) 1 szt	Kleik ryżowy na wodzie 200 g Suchary b/c 30 g (GLU PSZ, SOJ, MLE.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml
II ŚN	Mus- przecier owocowy jabłko 100g (tubka) 1 szt				Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.) Jabłko 150 g	Mus- przecier owocowy jabłko 100g (tubka) 1 szt	Mus- przecier owocowy jabłko 100g (tubka) 1 szt Biszkopty b/ml 30 g (GLU PSZ, JAJ.)			

Jadłospisy za okres od dnia 2025-06-16 do dnia 2025-06-22 KUCHNIA SIEDLCE

	SIE- Papkowata b/ml	SIE- Łatwo strawna	SIE- Bezmleczna	SIE- Niskotłuszczowa	SIE- O kontr. zaw.kwasów tłuszczowych	SIE- Bogatobiałkowa	SIE- Bogatobiałkowa bezmleczna	SIE- Niskobiałkowa do 50 g białka	SIE- Niskobiałkowa do 30 g białka	SIE- Kleikowa
2025-06-17 wtorek	Obiad	Solferino (bez mleka) () 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki gotowane () 180 g Klopsik wieprzowy 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos ziołowy () 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Szpinak gotowany z olejem* 200 g (GLU PSZ.) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Solferino () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (GLU JĘCZ.) Klopsik wieprzowy 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos ziołowy () 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Szpinak gotowany z olejem* 200 g (GLU PSZ.) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Solferino (bez mleka) () 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (GLU JĘCZ.) Klopsik wieprzowy 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos ziołowy () 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Szpinak gotowany z olejem* 200 g (GLU PSZ.) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Solferino () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Kasza gryczana 180 g Klopsik wieprzowy 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos ziołowy () 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Surówka z rzepy, jabłka i marchewki () 100 g (MLE.) Szpinak gotowany z olejem* 100 g (GLU PSZ.) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml	Solferino () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (GLU JĘCZ.) Klopsik wieprzowy 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos ziołowy () 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Szpinak gotowany z olejem* 200 g (GLU PSZ.) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Solferino (bez mleka) () 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (GLU JĘCZ.) Klopsik wieprzowy 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos ziołowy (b/ml 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Szpinak gotowany z olejem* 200 g (GLU PSZ.) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Solferino (bez mleka) () 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (GLU JĘCZ.) Klopsik wieprzowy 50 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos ziołowy () 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Szpinak gotowany z olejem* 200 g (GLU PSZ.) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Solferino (bez mleka) () 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (GLU JĘCZ.) Klopsik wieprzowy 30 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos ziołowy () 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Szpinak gotowany z olejem* 200 g (GLU PSZ.) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Herbata czarna ekspresowa z/c 500 ml Suchary b/c 30 g (GLU PSZ, SOJ, MLE.)
	PD	Kisiel o smaku cytrynowym z/c 200 ml				Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Szyńka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalanej 20 g (SOJ, SEL.) Sałata zielona 20 g	Ciasto drożdżowe 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, SO2.) Jogurt brzoskwiowy 150g 1 szt (MLE.)	Wafle ryżowe 30 g Kisiel o smaku cytrynowym z/c 200 ml		

Jadłospisy za okres od dnia 2025-06-16 do dnia 2025-06-22 KUCHNIA SIEDLCE

	SIE- Papkowata b/ml	SIE- Łatwo strawna	SIE- Bezmleczna	SIE- Niskotłuszczowa	SIE- O kontr. zaw.kwasów tłuszczowych	SIE- Bogatobiałkowa	SIE- Bogatobiałkowa bezmleczna	SIE- Niskobiałkowa do 50 g białka	SIE- Niskobiałkowa do 30 g białka	SIE- Kleikowa	
2025-06-17 wtorek	Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) 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 Połędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 25 g (SOJ.) Brokuł gotowany* 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz .parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt (MLE, może zawierać: RYB, OZI, 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 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Dżem 25 g 1 szt Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt (MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE.) Pomidor b/skórki 80 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) 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 Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt (MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE.) Pomidor 80 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz .parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt (MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE.) Pomidor 80 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) 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 Połędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 25 g (SOJ.) Pomidor 80 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 100 g (SEZ, może zawierać: ORZ.) Masło extra 82% 15g (MLE.) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz .parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Pomidor 80 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 100 g (SEZ, może zawierać: ORZ.) Masło extra 82% 15g (MLE.) Pomidor 80 g Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz .parzo.z dodat.wody w osł.niejad 20 g Miód (25g) 1 szt Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Kleik ryżowy na wodzie 200 g Suchary b/c 30 g (GLU PSZ, SOJ, MLE.)	
	PN	Sok przecierowy warzywno-owocowy 0,33l 1 szt Biskvity b/ml 30 g (GLU PSZ, JAJ.)	Sok przecierowy warzywno-owocowy 0,33l 1 szt Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 30 g							Sok przecierowy warzywno-owocowy 0,33l 1 szt	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
		Wartość energetyczna: 2393.41 kcal; Białko ogółem: 90.71 g; Tłuszcz: 53.47 g; Kw. tł. nasy.: 11.18 g; Węglowodany ogółem: 398.98 g; W tym cukry: 117.71 g; Błonnik pok.: 27.84 g; Sól: 9.69 g; WW: 37.25 Por.; 15.16 %; 66.68 %; Ener. z T: 20.11 %; Ener. z Bł.: 2.33 %; K: 4031.22 mg;	Wartość energetyczna: 2423.49 kcal; Białko ogółem: 101.85 g; Tłuszcz: 61.57 g; Kw. tł. nasy.: 26.09 g; Węglowodany ogółem: 372.91 g; W tym cukry: 98.75 g; Błonnik pok.: 22.71 g; Sól: 7.30 g; WW: 35.28 Por.; 16.81 %; 61.55 %; Ener. z T: 22.86 %; Ener. z Bł.: 1.87 %; K: 3182.08 mg;	Wartość energetyczna: 2120.36 kcal; Białko ogółem: 87.92 g; Tłuszcz: 48.44 g; Kw. tł. nasy.: 11.20 g; Węglowodany ogółem: 341.52 g; W tym cukry: 75.14 g; Błonnik pok.: 22.50 g; Sól: 8.90 g; WW: 32.11 Por.; 16.59 %; 64.43 %; Ener. z T: 20.56 %; Ener. z Bł.: 2.12 %; K: 2703.58 mg;	Wartość energetyczna: 2355.89 kcal; Białko ogółem: 96.71 g; Tłuszcz: 52.17 g; Kw. tł. nasy.: 20.06 g; Węglowodany ogółem: 382.74 g; W tym cukry: 109.19 g; Błonnik pok.: 21.14 g; Sól: 4.99 g; WW: 36.51 Por.; 16.42 %; 64.98 %; Ener. z T: 19.93 %; Ener. z Bł.: 1.79 %; K: 3272.24 mg;	Wartość energetyczna: 2631.57 kcal; Białko ogółem: 120.34 g; Tłuszcz: 74.98 g; Kw. tł. nasy.: 24.08 g; Węglowodany ogółem: 388.64 g; W tym cukry: 83.34 g; Błonnik pok.: 46.97 g; Sól: 8.40 g; WW: 34.32 Por.; 18.29 %; 59.07 %; Ener. z T: 25.64 %; Ener. z Bł.: 3.57 %; K: 4371.95 mg;	Wartość energetyczna: 2765.99 kcal; Białko ogółem: 111.55 g; Tłuszcz: 72.32 g; Kw. tł. nasy.: 29.84 g; Węglowodany ogółem: 423.91 g; W tym cukry: 121.40 g; Błonnik pok.: 24.31 g; Sól: 7.91 g; WW: 40.28 Por.; 16.13 %; 61.30 %; Ener. z T: 23.53 %; Ener. z Bł.: 1.76 %; K: 3482.08 mg;	Wartość energetyczna: 2536.81 kcal; Białko ogółem: 92.86 g; Tłuszcz: 51.26 g; Kw. tł. nasy.: 11.35 g; Węglowodany ogółem: 433.77 g; W tym cukry: 114.33 g; Błonnik pok.: 23.52 g; Sól: 8.97 g; WW: 41.24 Por.; 14.64 %; 68.40 %; Ener. z T: 18.19 %; Ener. z Bł.: 1.85 %; K: 2705.62 mg;	Wartość energetyczna: 2093.52 kcal; Białko ogółem: 51.29 g; Tłuszcz: 56.12 g; Kw. tł. nasy.: 20.15 g; Węglowodany ogółem: 348.58 g; W tym cukry: 91.72 g; Błonnik pok.: 24.19 g; Sól: 4.08 g; WW: 32.62 Por.; 9.80 %; 66.60 %; Ener. z T: 24.12 %; Ener. z Bł.: 2.31 %; K: 2384.32 mg;	Wartość energetyczna: 1875.67 kcal; Białko ogółem: 32.41 g; Tłuszcz: 48.97 g; Kw. tł. nasy.: 18.96 g; Węglowodany ogółem: 330.36 g; W tym cukry: 101.56 g; Błonnik pok.: 24.10 g; Sól: 2.24 g; WW: 30.86 Por.; 6.91 %; 70.45 %; Ener. z T: 23.50 %; Ener. z Bł.: 2.57 %; K: 2316.80 mg;	Wartość energetyczna: 887.22 kcal; Białko ogółem: 19.86 g; Tłuszcz: 7.47 g; Kw. tł. nasy.: 0.18 g; Węglowodany ogółem: 184.88 g; W tym cukry: 34.15 g; Błonnik pok.: 2.73 g; Sól: 0.25 g; WW: 18.29 Por.; 8.95 %; 83.35 %; Ener. z T: 7.57 %; Ener. z Bł.: 0.62 %; K: 159.20 mg;

	SIE- Pakowata b/ml	SIE- Łatwa strawna	SIE- Bezmleczna	SIE- Niskotłuszczowa	SIE- O kontr. zaw.kwasów tłuszczowych	SIE- Bogatobiałkowa	SIE- Bogatobiałkowa bezmleczna	SIE- Niskobiałkowa do 50 g białka	SIE- Niskobiałkowa do 30 g białka	SIE- Kleikowa
2025-06-18 środa	Śniadanie	Platki ryżowe na wodzie 300 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ.</u>, <u>GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Poledwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g (<u>SOJ.</u>) Dżem 25 g 1 szt Szpinak gotowany z olejem* 100 g (<u>GLU PSZ.</u>)	Ryż na mleku 300 ml (<u>MLE.</u>) Kawa zbożowa z mlekkiem z/c 250 ml (<u>MLE.</u>, <u>GLU ŻYT.</u>, <u>GLU JĘCZ.</u>) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>, <u>GLU ŻYT.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ.</u>, <u>GLU ŻYT.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ.</u>, <u>GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł. 10 g Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Serek ziarnisty 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) Poledwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 25 g (<u>SOJ.</u>) Pomidor 80 g Banan 150 g Roszkponka 20 g	Ryż na mleku 300 ml (<u>MLE.</u>) Kawa zbożowa z/c 250 ml (<u>GLU ŻYT.</u>, <u>GLU JĘCZ.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>, <u>GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Serek ziarnisty 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) Poledwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 25 g (<u>SOJ.</u>) Pomidor b/skórki 80 g Banan 150 g Roszkponka 20 g	Ryż na mleku 300 ml (<u>MLE.</u>) Kawa zbożowa z mlekkiem b/c 250 ml (<u>MLE.</u>, <u>GLU ŻYT.</u>, <u>GLU JĘCZ.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ.</u>, <u>GLU ŻYT.</u>) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Serek ziarnisty 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) Poledwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 25 g (<u>SOJ.</u>) Papryka świeża 80 g Roszkponka 20 g	Ryż na mleku 300 ml (<u>MLE.</u>) Kawa zbożowa z mlekkiem z/c 250 ml (<u>MLE.</u>, <u>GLU ŻYT.</u>, <u>GLU JĘCZ.</u>) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>, <u>GLU ŻYT.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ.</u>, <u>GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Serek ziarnisty 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) Poledwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 25 g (<u>SOJ.</u>) Pomidor 80 g Roszkponka 20 g	Kawa zbożowa z mlekkiem z/c 250 ml (<u>MLE.</u>, <u>GLU ŻYT.</u>, <u>GLU JĘCZ.</u>) Chleb bezglutenowy 100 g (<u>SEŻ. może zawierać: ORZ.</u>) Masło extra 82% 15g (<u>MLE.</u>) Dżem 25 g 2 szt Banan 150 g Pomidor 80 g Podpłomyki b/c 30 g (<u>GLU PSZ.</u>, <u>GLU ŻYT.</u>, <u>GLU JĘCZ.</u>) Roszkponka 20 g	Chleb bezglutenowy 100 g (<u>SEŻ. może zawierać: ORZ.</u>) Masło extra 82% 15g (<u>MLE.</u>) Dżem 25 g 2 szt Banan 150 g Kawa zbożowa z/c 250 ml (<u>GLU ŻYT.</u>, <u>GLU JĘCZ.</u>) Roszkponka 20 g	Kleik ryżowy na wodzie 200 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Suchary b/c 30 g (<u>GLU PSZ.</u>, <u>SOJ.</u>, <u>MLE.</u>)	
	II ŚN	Banan 150 g				Banan 150 g		Banan 150 g Wafle ryżowe 20 g		
Obiad	Grysikowa () 300 ml (<u>GLU PSZ.</u>, <u>SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 180 g Pulpet drobiowy 100 g (<u>GLU PSZ.</u>, <u>JAJ.</u>) Sos brokułowy () (bez mleka) 80 ml (<u>GLU PSZ.</u>, <u>SEL.</u>) Dynia z wody 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml	Grysikowa () 300 ml (<u>GLU PSZ.</u>, <u>SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 180 g Filet z kurczaka pieczony 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Sos brokułowy () 80 ml (<u>GLU PSZ.</u>, <u>MLE.</u>, <u>SEL.</u>) Salata zielona z kefirem 60 g (<u>MLE.</u>) Dynia z wody 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml	Grysikowa () 300 ml (<u>GLU PSZ.</u>, <u>SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 180 g Filet z kurczaka pieczony 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Sos brokułowy () 80 ml (<u>GLU PSZ.</u>, <u>MLE.</u>, <u>SEL.</u>) Salata zielona z kefirem 60 g (<u>MLE.</u>) Dynia z wody 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml	Grysikowa () 300 ml (<u>GLU PSZ.</u>, <u>SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 180 g Filet z kurczaka pieczony 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Sos brokułowy () 80 ml (<u>GLU PSZ.</u>, <u>MLE.</u>, <u>SEL.</u>) Salata zielona z kefirem 60 g (<u>MLE.</u>) Dynia z wody 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml	Grysikowa () 300 ml (<u>GLU PSZ.</u>, <u>SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 180 g Filet z kurczaka pieczony 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Sos brokułowy () 80 ml (<u>GLU PSZ.</u>, <u>MLE.</u>, <u>SEL.</u>) Salata zielona z kefirem 60 g (<u>MLE.</u>) Dynia z wody 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml	Grysikowa () 300 ml (<u>GLU PSZ.</u>, <u>SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 180 g Filet z kurczaka pieczony 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Sos brokułowy () 80 ml (<u>GLU PSZ.</u>, <u>MLE.</u>, <u>SEL.</u>) Salata zielona z kefirem 60 g (<u>MLE.</u>) Dynia z wody 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml	Grysikowa () 300 ml (<u>GLU PSZ.</u>, <u>SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 180 g Filet z kurczaka pieczony 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Sos brokułowy () 80 ml (<u>GLU PSZ.</u>, <u>MLE.</u>, <u>SEL.</u>) Dynia z wody 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml	Grysikowa () 300 ml (<u>GLU PSZ.</u>, <u>SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 180 g Filet z kurczaka pieczony 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Sos brokułowy () 80 ml (<u>GLU PSZ.</u>, <u>MLE.</u>, <u>SEL.</u>) Dynia z wody 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Herbata czarna granulowana z/c 500 ml Suchary b/c 30 g (<u>GLU PSZ.</u>, <u>SOJ.</u>, <u>MLE.</u>)	

Jadłospisy za okres od dnia 2025-06-16 do dnia 2025-06-22 KUCHNIA SIEDLCE

	SIE- Papkowata b/ml	SIE- Łatwo strawna	SIE- Bezmleczna	SIE- Niskotłuszczowa	SIE- O kontr. zaw.kwasów tłuszczowych	SIE- Bogatobiałkowa	SIE- Bogatobiałkowa bezmleczna	SIE- Niskobiałkowa do 50 g białka	SIE- Niskobiałkowa do 30 g białka	SIE- Kleikowa
2025-06-18 środa	Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml				Maślanka truskawkowa 200 ml (<u>MLE.</u>)	Maślanka truskawkowa 200 ml (<u>MLE.</u>) Wafelki 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT.</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 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynka zielonogórska- wp. parzona 50 g (<u>SOJ.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Buraczki gotowane drobno tarte () 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 50 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 25 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 25 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Pomidor b/skórki 80 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 50 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Pomidor 80 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 50 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Pomidor 80 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 25 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Pomidor 80 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 100 g (<u>SEZ, może zawierać: ORZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 25 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Pomidor 80 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 100 g (<u>SEZ, może zawierać: ORZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Miód (25g) 2 szt Pomidor 80 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Sałata zielona 20 g	Kleik ryżowy na wodzie 200 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Suchary b/c 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u>)

Jadłospisy za okres od dnia 2025-06-16 do dnia 2025-06-22 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- Papkowata b/ml	SIE- Łatwo strawna	SIE- Bezmleczna	SIE- Niskotłuszczowa	SIE- O kontr. zaw.kwasów tłuszczowych	SIE- Bogatobiałkowa	SIE- Bogatobiałkowa bezmleczna	SIE- Niskobiałkowa do 50 g białka	SIE- Niskobiałkowa do 30 g białka	SIE- Kleikowa
2025-06-18 środa	PN	Mus owocowy 100g-produkt pasteryzowany 1 szt									Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
		Wartość energetyczna: 2192.31 kcal; Białko ogółem: 78.69 g; Tłuszcz: 43.59 g; Kw. tł. nasy.: 10.68 g; Węglowodany ogółem: 379.30 g; W tym cukry: 110.99 g; Błonnik pok.: 28.56 g; Sól: 7.68 g; WW: 35.04 Por.: 14.36 %; : 69.21 %; Ener. z T: 17.89 %; Ener. z Bł.: 2.61 %; K: 4042.38 mg;	Wartość energetyczna: 2302.45 kcal; Białko ogółem: 123.38 g; Tłuszcz: 50.50 g; Kw. tł. nasy.: 24.56 g; Węglowodany ogółem: 345.52 g; W tym cukry: 92.40 g; Błonnik pok.: 24.28 g; Sól: 8.71 g; WW: 32.21 Por.: : 21.44 %; : 60.03 %; Ener. z T: 19.74 %; Ener. z Bł.: 2.11 %; K: 4395.31 mg;	Wartość energetyczna: 2001.36 kcal; Białko ogółem: 90.03 g; Tłuszcz: 35.75 g; Kw. tł. nasy.: 9.36 g; Węglowodany ogółem: 334.87 g; W tym cukry: 78.15 g; Błonnik pok.: 25.90 g; Sól: 7.95 g; WW: 30.88 Por.; : 17.99 %; : 66.93 %; Ener. z T: 16.08 %; Ener. z Bł.: 2.59 %; K: 4025.71 mg;	Wartość energetyczna: 2140.20 kcal; Białko ogółem: 116.05 g; Tłuszcz: 38.56 g; Kw. tł. nasy.: 17.06 g; Węglowodany ogółem: 338.77 g; W tym cukry: 85.98 g; Błonnik pok.: 22.71 g; Sól: 7.21 g; WW: 31.69 Por.; : 21.69 %; : 63.32 %; Ener. z T: 16.22 %; Ener. z Bł.: 2.12 %; K: 4273.97 mg;	Wartość energetyczna: 2306.52 kcal; Białko ogółem: 130.70 g; Tłuszcz: 52.79 g; Kw. tł. nasy.: 20.27 g; Węglowodany ogółem: 338.57 g; W tym cukry: 70.18 g; Błonnik pok.: 30.90 g; Sól: 8.95 g; WW: 30.91 Por.; : 22.67 %; : 58.71 %; Ener. z T: 20.60 %; Ener. z Bł.: 2.68 %; K: 4740.62 mg;	Wartość energetyczna: 2612.45 kcal; Białko ogółem: 131.34 g; Tłuszcz: 62.80 g; Kw. tł. nasy.: 32.26 g; Węglowodany ogółem: 387.52 g; W tym cukry: 92.40 g; Błonnik pok.: 24.28 g; Sól: 9.05 g; WW: 36.41 Por.; : 20.11 %; : 59.33 %; Ener. z T: 21.63 %; Ener. z Bł.: 1.86 %; K: 4395.31 mg;	Wartość energetyczna: 2263.12 kcal; Białko ogółem: 98.14 g; Tłuszcz: 41.53 g; Kw. tł. nasy.: 11.00 g; Węglowodany ogółem: 379.59 g; W tym cukry: 78.56 g; Błonnik pok.: 28.40 g; Sól: 9.27 g; WW: 35.10 Por.; : 17.35 %; : 67.09 %; Ener. z T: 16.52 %; Ener. z Bł.: 2.51 %; K: 4043.80 mg;	Wartość energetyczna: 1930.52 kcal; Białko ogółem: 48.55 g; Tłuszcz: 45.76 g; Kw. tł. nasy.: 19.51 g; Węglowodany ogółem: 333.14 g; W tym cukry: 101.66 g; Błonnik pok.: 27.34 g; Sól: 2.66 g; WW: 30.64 Por.; : 10.06 %; : 69.03 %; Ener. z T: 21.33 %; Ener. z Bł.: 2.83 %; K: 3812.38 mg;	Wartość energetyczna: 1947.71 kcal; Białko ogółem: 32.35 g; Tłuszcz: 41.04 g; Kw. tł. nasy.: 17.39 g; Węglowodany ogółem: 364.29 g; W tym cukry: 95.31 g; Błonnik pok.: 27.31 g; Sól: 1.78 g; WW: 33.76 Por.; : 6.64 %; : 74.81 %; Ener. z T: 18.96 %; Ener. z Bł.: 2.80 %; K: 3511.44 mg;	Wartość energetyczna: 887.22 kcal; Białko ogółem: 19.66 g; Tłuszcz: 7.47 g; Kw. tł. nasy.: 0.18 g; Węglowodany ogółem: 184.88 g; W tym cukry: 34.15 g; Błonnik pok.: 2.73 g; Sól: 0.19 g; WW: 18.29 Por.; : 8.86 %; : 83.35 %; Ener. z T: 7.57 %; Ener. z Bł.: 0.62 %; K: 127.46 mg;

Jadłospisy za okres od dnia 2025-06-16 do dnia 2025-06-22 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- Papkowata b/ml	SIE- Łatwo strawna	SIE- Bezmleczna	SIE- Niskotłuszczowa	SIE- O kontr. zaw.kwasów tłuszczowych	SIE- Bogatobiałkowa	SIE- Bogatobiałkowa bezmleczna	SIE- Niskobiałkowa do 50 g białka	SIE- Niskobiałkowa do 30 g białka	SIE- Kleikowa
2025-06-19 czwartek	Śniadanie	Kasza kukurydziana na wodzie 300 ml Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ,) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT,) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 75 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 100 g (SEL,)	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE,) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ,) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Szynkowa Extra-wędzonka wieprzowa,wędzona ,z wodą dodaną. 25 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,) Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy,grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Jabłko pieczone 150 g	Kasza kukurydziana na wodzie 300 ml Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ,) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT,) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 75 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Jabłko pieczone 150 g	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE,) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 5 g (MLE,) Szynkowa Extra-wędzonka wieprzowa,wędzona ,z wodą dodaną. 25 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,) Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy,grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,) Pomidor b/skórki 80 g Jabłko pieczone 150 g Sałata zielona 20 g	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE,) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU PSZ, GLU ZYT,) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynkowa Extra-wędzonka wieprzowa,wędzona ,z wodą dodaną. 25 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,) Rzodkiew biała 80 g Paszтет z ciecierzycy () 80 g (GLU PSZ, JAJ,) Sałata zielona 20 g	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE,) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ,) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Szynkowa Extra-wędzonka wieprzowa,wędzona ,z wodą dodaną. 25 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,) Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy,grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Kasza kukurydziana na wodzie 300 ml Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 100 g (SEZ, może zawierać: ORZ,) Masło extra 82% 15 g (MLE,) Szynkowa Extra-wędzonka wieprzowa,wędzona ,z wodą dodaną. 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,) Pomidor 80 g Jabłko pieczone 150 g Kisiel o smaku wiśniowym b/c 150 ml Sałata zielona 20 g	Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 100 g (SEZ, może zawierać: ORZ,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Dżem 25 g 2 szt Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Jabłko pieczone 150 g Kisiel o smaku wiśniowym b/c 150 ml	Kleik ryżowy na wodzie 200 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Suchary b/c 30 g (GLU PSZ, SOJ, MLE,)	
	II ŚN	Jabłko pieczone 150 g				Kiwi 1 szt 1 szt	Jabłko pieczone 150 g Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE,)	Jabłko pieczone 150 g Galaretka o smaku brzoskwiniowym 200 g			

Jadłospisy za okres od dnia 2025-06-16 do dnia 2025-06-22 KUCHNIA SIEDLCE

	SIE- Papkowata b/ml	SIE- Łatwo strawna	SIE- Bezmleczna	SIE- Niskotłuszczowa	SIE- O kontr. zaw.kwasów tłuszczowych	SIE- Bogatobiałkowa	SIE- Bogatobiałkowa bezmleczna	SIE- Niskobiałkowa do 50 g białka	SIE- Niskobiałkowa do 30 g białka	SIE- Kleikowa
2025-06-19 czwartek	Obiad	Barszcz czerwony z ziemniakami (bez mleka) () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Ziemniaki gotowane () 180 g Pulpet wieprzowy 100 g (GLU PSZ, JAJ,) Sos pomidorowy 80 ml (GLU PSZ,) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g (SEL,) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami (bez mleka) () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Makaron z sosem mięsno-warzywnym, z mięsa drobiowego () 300 g (GLU PSZ, SEL,) Brokuł gotowany* 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami (bez mleka) () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Makaron z sosem mięsno-warzywnym, z mięsa drobiowego () 300 g (GLU PSZ, SEL,) Brokuł gotowany* 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Barszcz czerwony z botwinką i ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Makaron pełnoziarnisty z sosem mięsno-warzywnym, z mięsa drobiowego () 300 g (GLU PSZ, SEL,) Surówka wielowarzywna z olejem () 100 g (SEL,) Brokuł gotowany* 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Makaron z sosem mięsno-warzywnym, z mięsa drobiowego () 350 g (GLU PSZ, SEL,) Brokuł gotowany* 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami (bez mleka) () 300 ml (GLU PSZ, SEL,) Makaron z sosem mięsno-warzywnym, z mięsa drobiowego () 300 g (GLU PSZ, SEL,) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml Brokuł gotowany* 200 g	Barszcz czerwony z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Makaron niskobiałkowy PKU z sosem mięsno-warzywnym, z mięsa drobiowego () 200 g (GLU PSZ, SEL,) Brokuł gotowany* 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Ziemniaki gotowane () 180 g Pulpet wieprzowy 40 g (GLU PSZ, JAJ,) Sos pomidorowy 80 ml (GLU PSZ,) Brokuł gotowany* 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Herbata czarna granulowana z/c 500 ml Suchary b/c 30 g (GLU PSZ, SOJ, MLE,)
	PD	Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml			Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml Herbatniki 30 g (GLU PSZ, SOJ, MLE,)	Kisiel o smaku cytrynowym z/c 200 ml Herbatniki 30 g (GLU PSZ, SOJ, MLE,)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT,) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Schab bednarza-wędzonka wp.wędzona,parzona z wodą dodaną 20 g (SOJ,) Sałata zielona 20 g			

Jadłospisy za okres od dnia 2025-06-16 do dnia 2025-06-22 KUCHNIA SIEDLCE

	SIE- Papkowata b/ml	SIE- Łatwo strawna	SIE- Bezmleczna	SIE- Niskotłuszczowa	SIE- O kontr. zaw.kwasów tłuszczowych	SIE- Bogatobiałkowa	SIE- Bogatobiałkowa bezmleczna	SIE- Niskobiałkowa do 50 g białka	SIE- Niskobiałkowa do 30 g białka	SIE- Kleikowa
2025-06-19 czwartek	Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Poledwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkim wody wędzona parzona 25 g (GLU PSZ, SOJ.) Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona,w osłonce niejadanej 50 g (SOJ, SEL.) Kalafior gotowany* 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Zapiekanka z ryżu i jabłka () 300 g (MLE.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Zapiekanka z ryżu i jabłka () 300 g (MLE.) Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Zapiekanka z ryżu i jabłka () 300 g (MLE.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Zapiekanka z ryżu i jabłka () 300 g (MLE.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Poledwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkim wody wędzona parzona 25 g (GLU PSZ, SOJ.) Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona,w osłonce niejadanej 50 g (SOJ, SEL.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona,w osłonce niejadanej 50 g (SOJ, SEL.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 100 g (SEZ, może zawierać: ORZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Poledwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkim wody wędzona parzona 50 g (GLU PSZ, SOJ.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Masło extra 82% 15 g (MLE.) Chleb bezglutenowy 100 g (SEZ, może zawierać: ORZ.) Miód (25g) 2 szt Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Kleik ryżowy na wodzie 200 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Suchary b/c 30 g (GLU PSZ, SOJ, MLE.)
PN	Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt	Bułka maślana 1 szt 1 szt (GLU PSZ, JAJ, MLE.)	Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 30 g	Bułka maślana 1 szt 1 szt (GLU PSZ, JAJ, MLE.)			Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 30 g	Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt		Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt

Jadłospisy za okres od dnia 2025-06-16 do dnia 2025-06-22 KUCHNIA SIEDLCE

	SIE- Papkowata b/ml	SIE- Łatwo strawna	SIE- Bezmleczna	SIE- Niskotłuszczowa	SIE- O kontr. zaw.kwasów tłuszczowych	SIE- Bogatobiałkowa	SIE- Bogatobiałkowa bezmleczna	SIE- Niskobiałkowa do 50 g białka	SIE- Niskobiałkowa do 30 g białka	SIE- Kleikowa
2025-06-19 czwartek	Wartość energetyczna: 2265.96 kcal; Białko ogółem: 85.96 g; Tłuszcz: 55.20 g; Kw. tł. nasy.: 12.39 g; Węglowodany ogółem: 375.43 g; W tym cukry: 109.30 g; Błonnik pok.: 37.81 g; Sól: 9.57 g; WW: 33.73 Por; : 15.17 %; : 66.27 %; Ener. z T: 21.93 %; Ener. z Bł.: 3.34 %; K: 4608.41 mg;	Wartość energetyczna: 2352.37 kcal; Białko ogółem: 88.27 g; Tłuszcz: 49.30 g; Kw. tł. nasy.: 16.70 g; Węglowodany ogółem: 401.42 g; W tym cukry: 95.15 g; Błonnik pok.: 27.88 g; Sól: 6.41 g; WW: 37.35 Por; : 15.01 %; : 68.26 %; Ener. z T: 18.86 %; Ener. z Bł.: 2.37 %; K: 3630.46 mg;	Wartość energetyczna: 2008.52 kcal; Białko ogółem: 78.24 g; Tłuszcz: 39.47 g; Kw. tł. nasy.: 9.03 g; Węglowodany ogółem: 346.95 g; W tym cukry: 81.37 g; Błonnik pok.: 25.51 g; Sól: 7.90 g; WW: 32.07 Por; : 15.58 %; : 69.10 %; Ener. z T: 17.69 %; Ener. z Bł.: 2.54 %; K: 3021.21 mg;	Wartość energetyczna: 2324.32 kcal; Białko ogółem: 89.61 g; Tłuszcz: 45.27 g; Kw. tł. nasy.: 13.95 g; Węglowodany ogółem: 401.94 g; W tym cukry: 95.61 g; Błonnik pok.: 27.10 g; Sól: 6.07 g; WW: 37.49 Por; : 15.42 %; : 69.17 %; Ener. z T: 17.53 %; Ener. z Bł.: 2.33 %; K: 3675.54 mg;	Wartość energetyczna: 2634.97 kcal; Białko ogółem: 89.44 g; Tłuszcz: 70.54 g; Kw. tł. nasy.: 15.38 g; Węglowodany ogółem: 421.85 g; W tym cukry: 91.09 g; Błonnik pok.: 45.68 g; Sól: 6.18 g; WW: 37.76 Por; : 13.58 %; : 64.04 %; Ener. z T: 24.10 %; Ener. z Bł.: 3.47 %; K: 4025.34 mg;	Wartość energetyczna: 2800.76 kcal; Białko ogółem: 100.52 g; Tłuszcz: 57.85 g; Kw. tł. nasy.: 19.20 g; Węglowodany ogółem: 482.47 g; W tym cukry: 142.25 g; Błonnik pok.: 28.95 g; Sól: 6.97 g; WW: 45.34 Por; : 14.36 %; : 68.91 %; Ener. z T: 18.59 %; Ener. z Bł.: 2.07 %; K: 4048.60 mg;	Wartość energetyczna: 2326.33 kcal; Białko ogółem: 89.18 g; Tłuszcz: 44.80 g; Kw. tł. nasy.: 10.34 g; Węglowodany ogółem: 403.61 g; W tym cukry: 109.74 g; Błonnik pok.: 27.54 g; Sól: 8.74 g; WW: 37.57 Por; : 15.33 %; : 69.40 %; Ener. z T: 17.33 %; Ener. z Bł.: 2.37 %; K: 3057.39 mg;	Wartość energetyczna: 1836.60 kcal; Białko ogółem: 49.33 g; Tłuszcz: 52.05 g; Kw. tł. nasy.: 20.00 g; Węglowodany ogółem: 297.83 g; W tym cukry: 92.11 g; Błonnik pok.: 25.16 g; Sól: 6.02 g; WW: 27.18 Por; : 10.74 %; : 64.87 %; Ener. z T: 25.51 %; Ener. z Bł.: 2.74 %; K: 2743.27 mg;	Wartość energetyczna: 1925.15 kcal; Białko ogółem: 32.38 g; Tłuszcz: 39.93 g; Kw. tł. nasy.: 16.00 g; Węglowodany ogółem: 368.06 g; W tym cukry: 111.93 g; Błonnik pok.: 27.94 g; Sól: 2.24 g; WW: 34.03 Por; : 6.73 %; : 76.47 %; Ener. z T: 18.67 %; Ener. z Bł.: 2.90 %; K: 4051.19 mg;	Wartość energetyczna: 887.22 kcal; Białko ogółem: 19.66 g; Tłuszcz: 7.47 g; Kw. tł. nasy.: 0.18 g; Węglowodany ogółem: 184.88 g; W tym cukry: 34.15 g; Błonnik pok.: 2.73 g; Sól: 0.19 g; WW: 18.29 Por; : 8.86 %; : 83.35 %; Ener. z T: 7.57 %; Ener. z Bł.: 0.62 %; K: 127.46 mg;
2025-06-20 piątek	Śniadanie	Płatki pszenne na wodzie 300 g (GLU PSZ.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (SOJ.) Miód (25g) 1 szt Dyńia z wody 100 g	Zacierka na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE.) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Miód (25g) 1 szt Serek wiejski lekki 3% tł 150g 1 szt (MLE.) Pomidor b/skórki 80 g Sałata zielona 20 g Mus owocowy 100g-produkt pasteryzowany 1 szt	Płatki pszenne na wodzie 300 g (GLU PSZ, MLE.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Miód (25g) 1 szt Serek wiejski lekki 3% tł 150g 1 szt (MLE.) Pomidor b/skórki 80 g Sałata zielona 20 g Mus owocowy 100g-produkt pasteryzowany 1 szt	Zacierka na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE.) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Serek wiejski lekki 3% tł 150g 1 szt (MLE.) Pomidorki koktajlowe 80 g Miód (25g) 1 szt Kiełki brokuła 20 g	Zacierka na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE.) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Miód (25g) 1 szt Serek wiejski lekki 3% tł 150g 1 szt (MLE.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Płatki pszenne na wodzie 300 g (GLU PSZ.) Kawa zbożowa z/c 250 ml (GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (SOJ.) Miód (25g) 1 szt Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 100 g (SEZ, może zawierać: ORZ.) Masło extra 82% 15g (MLE.) Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (SOJ.) Miód (25g) 1 szt Mus owocowy 100g-produkt pasteryzowany 1 szt Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml	Kawa zbożowa z/c 250 ml (GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Chleb bezglutenowy 100 g (SEZ, może zawierać: ORZ.) Masło extra 82% 15g (MLE.) Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 20 g (SOJ.) Miód (25g) 1 szt Mus owocowy 100g-produkt pasteryzowany 1 szt Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml	Kleik ryżowy na wodzie 200 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Suchary b/c 30 g (GLU PSZ, SOJ, MLE.)
II ŚN	Mus owocowy 100g-produkt pasteryzowany 1 szt				Arbuz 100 g		Mus owocowy 100g-produkt pasteryzowany 1 szt			

Jadłospisy za okres od dnia 2025-06-16 do dnia 2025-06-22 KUCHNIA SIEDLCE

	SIE- Papkowata b/ml	SIE- Łatwo strawna	SIE- Bezmleczna	SIE- Niskotłuszczowa	SIE- O kontr. zaw.kwasów tłuszczowych	SIE- Bogatobiałkowa	SIE- Bogatobiałkowa bezmleczna	SIE- Niskobiałkowa do 50 g białka	SIE- Niskobiałkowa do 30 g białka	SIE- Kleikowa
2025-06-20 piątek	Obiad	Ryżowa (bez mleka) () 300 ml (SEL.) Ziemniaki gotowane () 180 g Łosoś pieczony 120 g (RYB.) Sos koperkowy *(bez mleka) 80 ml (GLU PSZ.) Warzywa po grecku () 200 g (GLU PSZ. SEL.) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Ryżowa () 300 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane () 180 g Łosoś pieczony 120 g (RYB.) Sos koperkowy *(bez mleka) 80 ml (GLU PSZ. MLE.) Warzywa po grecku () 200 g (GLU PSZ. SEL.) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Ryżowa (bez mleka) () 300 ml (SEL.) Ziemniaki gotowane () 180 g Łosoś pieczony 120 g (RYB.) Sos koperkowy *(bez mleka) 80 ml (GLU PSZ.) Warzywa po grecku () 200 g (GLU PSZ. SEL.) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Ryżowa () 300 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane () 180 g Łosoś pieczony 120 g (RYB.) Sos koperkowy * 80 ml (GLU PSZ. MLE.) Surówka z kapusty młodej z olejem () 100 g Warzywa po grecku () 100 g (GLU PSZ. SEL.) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml	Ryżowa () 300 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane () 180 g Łosoś pieczony 120 g (RYB.) Sos koperkowy * 80 ml (GLU PSZ. MLE.) Warzywa po grecku () 200 g (GLU PSZ. SEL.) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Ryżowa (bez mleka) () 300 ml (SEL.) Ziemniaki gotowane () 180 g Łosoś pieczony 120 g (RYB.) Sos koperkowy *(bez mleka) 80 ml (GLU PSZ.) Warzywa po grecku () 200 g (GLU PSZ. SEL.) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Ryżowa (bez mleka) () 300 ml (SEL.) Ziemniaki gotowane () 180 g Łosoś pieczony 40 g (RYB.) Sos koperkowy * 80 ml (GLU PSZ. MLE.) Warzywa po grecku () 200 g (GLU PSZ. SEL.) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Ryżowa (bez mleka) () 300 ml (SEL.) Ziemniaki gotowane () 180 g Łosoś pieczony 40 g (RYB.) Sos koperkowy * 80 ml (GLU PSZ. MLE.) Warzywa po grecku () 200 g (GLU PSZ. SEL.) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Herbata czarna ekspresowa z/c 500 ml Suchary b/c 30 g (GLU PSZ. SOJ. MLE.)
	PD	Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml			Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.) Płatki owsiane 20 g (GLU OW.)		Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ. GLU ZYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Polędwica Sopotka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 20 g (SOJ.) Sałata zielona 20 g			
	Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ. GLU ZYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Jajko gotowane kl M 2 szt (JAJ.) Brokuł gotowany* 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ. GLU ZYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Jajko gotowane kl M 2 szt (JAJ.) Serek homo. naturalny 50 g (MLE.) Pomidor 80 g Rukola 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ. GLU ZYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Serek homo. naturalny 80 g (MLE.) Miód (25g) 1 szt Pomidor b/skórki 80 g Rukola 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Serek homo. naturalny 80 g (MLE.) Miód (25g) 1 szt Pomidor b/skórki 80 g Rukola 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU PSZ. GLU ZYT.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Serek homo. naturalny 50 g (MLE.) 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 (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ. GLU ZYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Serek homo. naturalny 50 g (MLE.) Pomidor 80 g Rukola 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 100 g (SEZ. może zawierać: ORZ.) Masło extra 82% 15g (MLE.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Pomidor 80 g Rukola 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 100 g (SEZ. może zawierać: ORZ.) Masło extra 82% 15g (MLE.) Dżem 25 g 2 szt Pomidor 80 g Rukola 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Kleik ryżowy na wodzie 200 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Suchary b/c 30 g (GLU PSZ. SOJ. MLE.)

Jadłospisy za okres od dnia 2025-06-16 do dnia 2025-06-22 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- Papkowata b/ml	SIE- Łatwo strawna	SIE- Bezmleczna	SIE- Niskotłuszczowa	SIE- O kontr. zaw.kwasów tłuszczowych	SIE- Bogatobiałkowa	SIE- Bogatobiałkowa bezmleczna	SIE- Niskobiałkowa do 50 g białka	SIE- Niskobiałkowa do 30 g białka	SIE- Kleikowa
2025-06-20 piątek	PN	Biskupki b/ml 30 g (GLUSZ, JAJ.) Sok przecierowy warzywno-owocowy 0,33 l 1 szt								Sok przecierowy warzywno-owocowy 0,33 l 1 szt	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
		Wartość energetyczna: 2339.10 kcal; Białko ogółem: 90.69 g; Tłuszcz: 46.60 g; Kw. tł. nasy.: 10.08 g; Węglowodany ogółem: 398.91 g; W tym cukry: 98.63 g; Błonnik pok.: 30.62 g; Sól: 7.65 g; WW: 36.77 Por; : 15.51 %; : 68.22 %; Ener. z T: 17.93 %; Ener. z Bł.: 2.62 %; K: 3739.75 mg;	Wartość energetyczna: 2484.78 kcal; Białko ogółem: 110.86 g; Tłuszcz: 55.27 g; Kw. tł. nasy.: 19.56 g; Węglowodany ogółem: 393.21 g; W tym cukry: 103.89 g; Błonnik pok.: 24.86 g; Sól: 6.30 g; WW: 36.98 Por; : 17.85 %; : 63.30 %; Ener. z T: 20.02 %; Ener. z Bł.: 2.00 %; K: 4178.15 mg;	Wartość energetyczna: 2247.13 kcal; Białko ogółem: 89.51 g; Tłuszcz: 46.70 g; Kw. tł. nasy.: 10.06 g; Węglowodany ogółem: 378.13 g; W tym cukry: 82.06 g; Błonnik pok.: 28.90 g; Sól: 7.00 g; WW: 34.99 Por; : 15.93 %; : 67.31 %; Ener. z T: 18.70 %; Ener. z Bł.: 2.57 %; K: 3803.43 mg;	Wartość energetyczna: 2374.82 kcal; Białko ogółem: 106.43 g; Tłuszcz: 40.12 g; Kw. tł. nasy.: 10.77 g; Węglowodany ogółem: 404.21 g; W tym cukry: 97.97 g; Błonnik pok.: 23.30 g; Sól: 5.29 g; WW: 38.28 Por; : 17.93 %; : 68.08 %; Ener. z T: 15.20 %; Ener. z Bł.: 1.96 %; K: 4001.94 mg;	Wartość energetyczna: 2464.01 kcal; Białko ogółem: 117.22 g; Tłuszcz: 62.72 g; Kw. tł. nasy.: 16.42 g; Węglowodany ogółem: 371.89 g; W tym cukry: 97.86 g; Błonnik pok.: 35.08 g; Sól: 6.21 g; WW: 33.77 Por; : 19.03 %; : 60.37 %; Ener. z T: 22.91 %; Ener. z Bł.: 2.85 %; K: 5030.28 mg;	Wartość energetyczna: 2650.58 kcal; Białko ogółem: 119.72 g; Tłuszcz: 59.71 g; Kw. tł. nasy.: 21.61 g; Węglowodany ogółem: 416.37 g; W tym cukry: 110.37 g; Błonnik pok.: 26.24 g; Sól: 6.54 g; WW: 39.12 Por; : 18.07 %; : 62.83 %; Ener. z T: 20.27 %; Ener. z Bł.: 1.98 %; K: 4553.95 mg;	Wartość energetyczna: 2433.79 kcal; Białko ogółem: 95.47 g; Tłuszcz: 51.84 g; Kw. tł. nasy.: 11.54 g; Węglowodany ogółem: 408.09 g; W tym cukry: 82.33 g; Błonnik pok.: 30.93 g; Sól: 8.32 g; WW: 37.79 Por; : 15.69 %; : 67.07 %; Ener. z T: 19.17 %; Ener. z Bł.: 2.54 %; K: 3839.61 mg;	Wartość energetyczna: 2064.36 kcal; Białko ogółem: 46.40 g; Tłuszcz: 51.76 g; Kw. tł. nasy.: 18.95 g; Węglowodany ogółem: 357.37 g; W tym cukry: 101.68 g; Błonnik pok.: 27.18 g; Sól: 3.41 g; WW: 33.06 Por; : 8.99 %; : 69.25 %; Ener. z T: 22.57 %; Ener. z Bł.: 2.63 %; K: 3075.14 mg;	Wartość energetyczna: 1945.78 kcal; Białko ogółem: 32.50 g; Tłuszcz: 44.25 g; Kw. tł. nasy.: 17.45 g; Węglowodany ogółem: 359.14 g; W tym cukry: 120.53 g; Błonnik pok.: 27.18 g; Sól: 2.41 g; WW: 33.36 Por; : 6.68 %; : 73.83 %; Ener. z T: 20.47 %; Ener. z Bł.: 2.79 %; K: 3008.51 mg;	Wartość energetyczna: 887.22 kcal; Białko ogółem: 19.86 g; Tłuszcz: 7.47 g; Kw. tł. nasy.: 0.18 g; Węglowodany ogółem: 184.88 g; W tym cukry: 34.15 g; Błonnik pok.: 2.73 g; Sól: 0.25 g; WW: 18.29 Por; : 8.95 %; : 83.35 %; Ener. z T: 7.57 %; Ener. z Bł.: 0.62 %; K: 159.20 mg;

Jadłospisy za okres od dnia 2025-06-16 do dnia 2025-06-22 KUCHNIA SIEDLCE

	SIE- Papkowata b/ml	SIE- Łatwo strawna	SIE- Bezmleczna	SIE- Niskotłuszczowa	SIE- O kontr. zaw.kwasów tłuszczowych	SIE- Bogatobiałkowa	SIE- Bogatobiałkowa bezmleczna	SIE- Niskobiałkowa do 50 g białka	SIE- Niskobiałkowa do 30 g białka	SIE- Kleikowa
2025-06-21 sobota Śniadanie	Płatki ryżowe na wodzie 300 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona,w osłonce niejadanej 50 g (SOJ, SEL.) Szynka gotowana wieprzowa wędzona parzona,zawiera wodę dodaną, w siatce niejadanej 25 g (GLU PSZ, SOJ.) Kalańior gotowany* 100 g	Płatki pszenne na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona,w osłonce niejadanej 50 g (SOJ, SEL.) Szynka gotowana wieprzowa wędzona parzona,zawiera wodę dodaną, w siatce niejadanej 25 g (GLU PSZ, SOJ.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Banan 150 g	Płatki ryżowe na wodzie 300 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynka gotowana wieprzowa wędzona parzona,zawiera wodę dodaną, w siatce niejadanej 25 g (GLU PSZ, SOJ.) Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona,w osłonce niejadanej 50 g (SOJ, SEL.) Pomidor b/skórki 80 g Banan 150 g Sałata zielona 20 g	Płatki pszenne na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Szynka gotowana wieprzowa wędzona parzona,zawiera wodę dodaną, w siatce niejadanej 25 g (GLU PSZ, SOJ.) Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona,w osłonce niejadanej 50 g (SOJ, SEL.) Pomidor 80 g Banan 150 g Sałata zielona 20 g	Płatki pszenne na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Szynka gotowana wieprzowa wędzona parzona,zawiera wodę dodaną, w siatce niejadanej 25 g (GLU PSZ, SOJ.) Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona,w osłonce niejadanej 50 g (SOJ, SEL.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Płatki pszenne na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka gotowana wieprzowa wędzona parzona,zawiera wodę dodaną, w siatce niejadanej 25 g (GLU PSZ, SOJ.) Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona,w osłonce niejadanej 50 g (SOJ, SEL.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Płatki ryżowe na wodzie 300 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynka gotowana wieprzowa wędzona parzona,zawiera wodę dodaną, w siatce niejadanej 25 g (GLU PSZ, SOJ.) Dżem 25 g 1 szt Pomidor 80 g Banan 150 g Biszkopty b/ml 30 g (GLU PSZ, JAJ.) Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 100 g (SEZ, może zawierać: ORZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynka gotowana wieprzowa wędzona parzona,zawiera wodę dodaną, w siatce niejadanej 25 g (GLU PSZ, SOJ.) Dżem 25 g 1 szt Pomidor 80 g Banan 150 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Masło extra 82% 15 g (MLE.) Chleb bezglutenowy 100 g (SEZ, może zawierać: ORZ.) Szynka gotowana wieprzowa wędzona parzona,zawiera wodę dodaną, w siatce niejadanej 25 g (GLU PSZ, SOJ.) Dżem 25 g 1 szt Pomidor 80 g Banan 150 g Sałata zielona 20 g	Kleik ryżowy na wodzie 200 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Suchary b/c 30 g (GLU PSZ, SOJ, MLE.)
II ŚN	Banan 150 g				Banan 150 g		Banan 150 g Biszkopty b/ml 30 g (GLU PSZ, JAJ.)			

Jadłospisy za okres od dnia 2025-06-16 do dnia 2025-06-22 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- Papkowata b/ml	SIE- Łatwo strawna	SIE- Bezmleczna	SIE- Niskotłuszczowa	SIE- O kontr. zaw.kwasów tłuszczowych	SIE- Bogatobiałkowa	SIE- Bogatobiałkowa bezmleczna	SIE- Niskobiałkowa do 50 g białka	SIE- Niskobiałkowa do 30 g białka	SIE- Kleikowa
2025-06-21 sobota	Obiad	Selerowa z ziemniakami (bez mleka) () 300 ml (<u>SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 180 g Gulasz z udźca kurczaka 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Buraczki gotowane drobno tarte () 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami - dieta () 300 ml (<u>MLE. SEL.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (<u>GLU JĘCZ.</u>) Gulasz z udźca kurczaka 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Buraczki gotowane drobno tarte () 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami (bez mleka) () 300 ml (<u>SEL.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (<u>GLU JĘCZ.</u>) Gulasz z udźca kurczaka 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Buraczki gotowane drobno tarte () 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami - dieta () 300 ml (<u>MLE. SEL.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (<u>GLU JĘCZ.</u>) Gulasz z udźca kurczaka 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Buraczki gotowane drobno tarte () 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami () 300 ml (<u>MLE. SEL.</u>) kasza pęczak/sypko 180 g (<u>GLU PSZ.</u>) Gulasz z udźca kurczaka 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Buraczki gotowane drobno tarte() b/c 100 g Surówka wykwinna z olejem b/c 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami - dieta () 300 ml (<u>MLE. SEL.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (<u>GLU JĘCZ.</u>) Gulasz z udźca kurczaka 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Buraczki gotowane drobno tarte () 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami (bez mleka) () 300 ml (<u>SEL.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (<u>GLU JĘCZ.</u>) Gulasz z udźca kurczaka 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Buraczki gotowane drobno tarte () 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami - dieta () 300 ml (<u>MLE. SEL.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (<u>GLU JĘCZ.</u>) Gulasz z udźca kurczaka 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Buraczki gotowane drobno tarte () 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami (bez mleka) () 300 ml (<u>SEL.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (<u>GLU JĘCZ.</u>) Gulasz z udźca kurczaka 60 g (<u>GLU PSZ.</u>) Buraczki gotowane drobno tarte () 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Herbata czarna ekspresowa z/c 500 ml Suchary b/c 30 g (<u>GLU PSZ. SOJ. MLE.</u>)
	PD	Kisiel o smaku truskawkowym z/c 200 ml				Pudding z nasion chia z mango 200 g (<u>MLE.</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ. GLU ZYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Połudwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkim wody wędzona parzona 20 g (<u>GLU PSZ. SOJ.</u>) Sałata zielona 20 g				

Jadłospisy za okres od dnia 2025-06-16 do dnia 2025-06-22 KUCHNIA SIEDLCE

	SIE- Papkowata b/ml	SIE- Łatwo strawna	SIE- Bezmleczna	SIE- Niskotłuszczowa	SIE- O kontr. zaw.kwasów tłuszczowych	SIE- Bogatobiałkowa	SIE- Bogatobiałkowa bezmleczna	SIE- Niskobiałkowa do 50 g białka	SIE- Niskobiałkowa do 30 g białka	SIE- Kleikowa
2025-06-21 sobota	Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT,</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynka 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 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 25 g (<u>SOJ,</u>) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 50 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,</u>) Pomidor 80 g Roszponka 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE,</u>) Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 25 g (<u>SOJ,</u>) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 50 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,</u>) Pomidor b/skórki 80 g Roszponka 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT,</u>) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 25 g (<u>SOJ,</u>) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 50 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,</u>) Pomidor 80 g Roszponka 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 25 g (<u>SOJ,</u>) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 50 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,</u>) Pomidor 80 g Roszponka 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT,</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 75 g (<u>SOJ,</u>) Roszponka 20 g Pomidor 80 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 100 g (<u>SEZ, może zawierać: ORZ,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 25 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,</u>) Miód (25g) 1 szt Pomidor 80 g Roszponka 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 100 g (<u>SEZ, może zawierać: ORZ,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 20 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,</u>) Miód (25g) 1 szt Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Roszponka 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>)
	PN	Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt	Dżem 25 g 1 szt Ciasto drożdżowe 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, S02,</u>)	Dżem 25 g 1 szt Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 30 g	Dżem 25 g 1 szt Ciasto drożdżowe 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, S02,</u>)		Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 30 g Dżem 25 g 1 szt	Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	
		Wartość energetyczna: 2149.81 kcal; Białko ogółem: 81.16 g; Tłuszcz: 35.18 g; Kw. tł. nasy.: 8.25 g; Węglowodany ogółem: 393.83 g; W tym cukry: 134.92 g; Błonnik pok.: 30.60 g; Sól: 8.75 g; WW: 36.33 Por.; 15.10 %; 73.28 %; Ener. z T: 14.73 %; Ener. z Bł.: 2.85 %; K: 4761.16 mg;	Wartość energetyczna: 2292.97 kcal; Białko ogółem: 92.22 g; Tłuszcz: 50.87 g; Kw. tł. nasy.: 19.76 g; Węglowodany ogółem: 381.71 g; W tym cukry: 110.49 g; Błonnik pok.: 30.83 g; Sól: 9.19 g; WW: 35.23 Por.; 16.09 %; 66.59 %; Ener. z T: 19.97 %; Ener. z Bł.: 2.69 %; K: 4099.90 mg;	Wartość energetyczna: 2074.47 kcal; Białko ogółem: 80.61 g; Tłuszcz: 37.10 g; Kw. tł. nasy.: 8.52 g; Węglowodany ogółem: 368.80 g; W tym cukry: 99.51 g; Błonnik pok.: 28.00 g; Sól: 8.28 g; WW: 34.19 Por.; 15.54 %; 71.11 %; Ener. z T: 16.10 %; Ener. z Bł.: 2.70 %; K: 3689.02 mg;	Wartość energetyczna: 2202.95 kcal; Białko ogółem: 94.91 g; Tłuszcz: 42.82 g; Kw. tł. nasy.: 14.26 g; Węglowodany ogółem: 374.27 g; W tym cukry: 102.95 g; Błonnik pok.: 29.26 g; Sól: 8.52 g; WW: 34.67 Por.; 17.23 %; 67.96 %; Ener. z T: 17.49 %; Ener. z Bł.: 2.66 %; K: 4189.89 mg;	Wartość energetyczna: 2355.49 kcal; Białko ogółem: 98.39 g; Tłuszcz: 67.54 g; Kw. tł. nasy.: 17.18 g; Węglowodany ogółem: 354.47 g; W tym cukry: 92.73 g; Błonnik pok.: 49.57 g; Sól: 8.76 g; WW: 30.68 Por.; 16.71 %; 60.20 %; Ener. z T: 25.81 %; Ener. z Bł.: 4.21 %; K: 4589.78 mg;	Wartość energetyczna: 2453.37 kcal; Białko ogółem: 101.10 g; Tłuszcz: 56.67 g; Kw. tł. nasy.: 21.69 g; Węglowodany ogółem: 402.45 g; W tym cukry: 123.77 g; Błonnik pok.: 31.51 g; Sól: 9.39 g; WW: 37.25 Por.; 16.48 %; 65.61 %; Ener. z T: 20.79 %; Ener. z Bł.: 2.57 %; K: 4405.90 mg;	Wartość energetyczna: 2380.43 kcal; Białko ogółem: 89.91 g; Tłuszcz: 44.56 g; Kw. tł. nasy.: 10.19 g; Węglowodany ogółem: 419.96 g; W tym cukry: 99.78 g; Błonnik pok.: 30.03 g; Sól: 9.62 g; WW: 39.13 Por.; 15.11 %; 70.57 %; Ener. z T: 16.85 %; Ener. z Bł.: 2.52 %; K: 3725.20 mg;	Wartość energetyczna: 2068.22 kcal; Białko ogółem: 49.82 g; Tłuszcz: 52.89 g; Kw. tł. nasy.: 19.50 g; Węglowodany ogółem: 358.49 g; W tym cukry: 111.16 g; Błonnik pok.: 30.16 g; Sól: 3.19 g; WW: 32.93 Por.; 9.64 %; 69.33 %; Ener. z T: 23.01 %; Ener. z Bł.: 2.92 %; K: 3566.60 mg;	Wartość energetyczna: 1827.99 kcal; Białko ogółem: 35.01 g; Tłuszcz: 44.16 g; Kw. tł. nasy.: 18.35 g; Węglowodany ogółem: 332.92 g; W tym cukry: 110.79 g; Błonnik pok.: 30.07 g; Sól: 2.87 g; WW: 30.38 Por.; 7.66 %; 72.85 %; Ener. z T: 21.74 %; Ener. z Bł.: 3.29 %; K: 3355.68 mg;

Jadłospisy za okres od dnia 2025-06-16 do dnia 2025-06-22 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- Papkowata b/ml	SIE- Łatwo strawna	SIE- Bezmleczna	SIE- Niskotłuszczowa	SIE- O kontr. zaw.kwasów tłuszczowych	SIE- Bogatobiałkowa	SIE- Bogatobiałkowa bezmleczna	SIE- Niskobiałkowa do 50 g białka	SIE- Niskobiałkowa do 30 g białka	SIE- Kleikowa
2025-06-22 niedziela	Śniadanie	Kasza manna na wodzie 300 ml <u>(GLU PSZ.)</u> Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g <u>(GLU PSZ.)</u> Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g <u>(GLU PSZ, GLU ZYT.)</u> Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynka zielonogórska- wp. parzona 25 g <u>(SOJ.)</u> Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Dyńa z wody 100 g	Kasza manna na mleku 300 ml <u>(GLU PSZ, MLE.)</u> Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g <u>(GLU PSZ.)</u> Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g <u>(GLU PSZ, GLU ZYT.)</u> Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt <u>(MLE.)</u> Ser mozzarella 50 g <u>(MLE.)</u> Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Jabłko pieczone 150 g	Kasza manna na wodzie 300 ml <u>(GLU PSZ.)</u> Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g <u>(GLU PSZ.)</u> Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g <u>(GLU PSZ, GLU ZYT.)</u> Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynka zielonogórska- wp. parzona 25 g <u>(SOJ.)</u> Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Jabłko pieczone 150 g	Kasza manna na mleku 300 ml <u>(GLU PSZ, MLE.)</u> Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g <u>(GLUPSZ.)</u> Masło extra 82% 5 g <u>(MLE.)</u> Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Ser mozzarella 50 g <u>(MLE.)</u> Pomidor b/skórki 80 g Jabłko pieczone 150 g Sałata lodowa 20 g	Kasza manna na mleku 300 ml <u>(GLU PSZ, MLE.)</u> Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g <u>(GLU PSZ, GLU ZYT.)</u> Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Ser mozzarella 50 g <u>(MLE.)</u> Papryka świeża 80 g Sałata lodowa 20 g	Kasza manna na mleku 300 ml <u>(GLU PSZ, MLE.)</u> Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g <u>(GLU PSZ.)</u> Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g <u>(GLU PSZ, GLU ZYT.)</u> Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt <u>(MLE.)</u> Ser mozzarella 50 g <u>(MLE.)</u> Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g	Kasza manna na wodzie 300 ml <u>(GLU PSZ.)</u> Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 100 g (<u>SEZ, może zawierać: ORZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Twarożek 50 g (<u>MLE.</u>) Miód (25g) 1 szt Pomidor 80 g Jabłko pieczone 150 g Podplomyki b/c 30 g (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Sałata lodowa 20 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 100 g (<u>SEZ, może zawierać: ORZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Twarożek 25 g (<u>MLE.</u>) Miód (25g) 1 szt Pomidor 80 g Jabłko pieczone 150 g Podplomyki b/c 30 g (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Sałata lodowa 20 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Kleik ryżowy na wodzie 200 g Suchary b/c 30 g <u>(GLU PSZ, SOJ, MLE.)</u>	
	II ŚN	Jabłko pieczone 150 g			Jabłko 150 g	Jabłko pieczone 150 g					
	Obiad	Pomidorowa z makaronem (bez mleka) () 300 ml <u>(GLU PSZ, SEL.)</u> Ziemniaki gotowane () 180 g Pulpet wieprzowy 100 g <u>(GLU PSZ, JAJ.)</u> Sos własny () 80 ml <u>(GLU PSZ, SEL.)</u> Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g <u>(SEL.)</u> Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem () 300 ml <u>(GLU PSZ, MLE, SEL.)</u> Ziemniaki gotowane () 180 g Schab duszony 100 g Sos własny () 80 ml <u>(GLU PSZ, SEL.)</u> Ziemniaki gotowane () 180 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g <u>(SEL.)</u> Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem (bez mleka) () 300 ml <u>(GLU PSZ, SEL.)</u> Schab duszony 100 g Sos własny () 80 ml <u>(GLU PSZ, SEL.)</u> Ziemniaki gotowane () 180 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g <u>(SEL.)</u> Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem () 300 ml <u>(GLU PSZ, MLE, SEL.)</u> Schab duszony 100 g Sos własny () 80 ml <u>(GLU PSZ, SEL.)</u> Ziemniaki gotowane () 180 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g <u>(SEL.)</u> Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem () 300 ml <u>(GLU PSZ, MLE, SEL.)</u> Schab duszony 100 g Sos własny () 80 ml <u>(GLU PSZ, SEL.)</u> Ziemniaki gotowane () 180 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g <u>(SEL.)</u> Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem () 300 ml <u>(GLU PSZ, MLE, SEL.)</u> Schab duszony 100 g Sos własny () 80 ml <u>(GLU PSZ, SEL.)</u> Ziemniaki gotowane () 180 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g <u>(SEL.)</u> Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem (bez mleka) () 300 ml <u>(GLU PSZ, SEL.)</u> Schab duszony 100 g Sos własny () 80 ml <u>(GLU PSZ, SEL.)</u> Ziemniaki gotowane () 180 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g <u>(SEL.)</u> Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem () 300 ml <u>(GLU PSZ, MLE, SEL.)</u> Ziemniaki gotowane () 180 g Schab duszony 50 g Sos własny () 80 ml <u>(GLU PSZ, SEL.)</u> Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g <u>(SEL.)</u> Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem () 300 ml <u>(GLU PSZ, MLE, SEL.)</u> Ziemniaki gotowane () 180 g Jajko sadzone kl M 1 szt (<u>JAJ, MLE.</u>) 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>

Jadłospisy za okres od dnia 2025-06-16 do dnia 2025-06-22 KUCHNIA SIEDLCE

	SIE- Papkowata b/ml	SIE- Łatwo strawna	SIE- Bezmleczna	SIE- Niskotłuszczowa	SIE- O kontr. zaw.kwasów tłuszczowych	SIE- Bogatobiałkowa	SIE- Bogatobiałkowa bezmleczna	SIE- Niskobiałkowa do 50 g białka	SIE- Niskobiałkowa do 30 g białka	SIE- Kleikowa
2025-06-22 niedziela	PD	Kisiel o smaku wiśniowym z/c 200 ml			Jogurt typu islandzkiego naturalny Skyr 150g 1 szt (<u>MLE,</u>) Podpłomyki b/c 20 g (<u>GLU PSZ, MLE,</u>)	Jogurt typu islandzkiego różne smaki Skyr 150g 1 szt (<u>MLE,</u>) Podpłomyki b/c 20 g (<u>GLUPSZ, MLE,</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU</u> <u>ZYT,</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 20 g (<u>SOJ,</u>) Sałata zielona 20 g			
	Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU</u> <u>ZYT,</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Połudwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkiw wody wędzona parzona 50 g (<u>GLU PSZ,</u> <u>SOJ,</u>) Dżem 25 g 1 szt Kalafor 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 50 g (<u>GLU PSZ, GLU</u> <u>ZYT,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Połudwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkiw wody wędzona parzona 50 g (<u>GLU PSZ,</u> <u>SOJ,</u>) Dżem 25 g 1 szt Pomidor 80 g Mix sałat 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU</u> <u>ZYT,</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Połudwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkiw wody wędzona parzona 50 g (<u>GLU PSZ,</u> <u>SOJ,</u>) Dżem 25 g 1 szt Pomidor 80 g Mix sałat 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE,</u>) Połudwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkiw wody wędzona parzona 50 g (<u>GLU PSZ,</u> <u>SOJ,</u>) Dżem 25 g 1 szt Pomidor b/skórki 80 g Mix sałat 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (<u>GLU PSZ,</u> <u>GLU ZYT,</u>) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Połudwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkiw wody wędzona parzona 50 g (<u>GLU PSZ,</u> <u>SOJ,</u>) Twaróg półtłusty 50 g (<u>MLE,</u>) Pomidor 80 g Mix sałat 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU</u> <u>ZYT,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Połudwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkiw wody wędzona parzona 50 g (<u>GLU PSZ,</u> <u>SOJ,</u>) Dżem 25 g 1 szt Pomidor 80 g Mix sałat 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU</u> <u>ZYT,</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Połudwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkiw wody wędzona parzona 25 g (<u>GLU PSZ,</u> <u>SOJ,</u>) Dżem 25 g 1 szt Pomidor 80 g Mix sałat 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 100 g (<u>SEZ, może</u> <u>zawierać: ORZ,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Połudwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkiw wody wędzona parzona 20 g (<u>GLU PSZ,</u> <u>SOJ,</u>) Dżem 25 g 1 szt Pomidor 80 g Mix sałat 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Kleik ryżowy na wodzie 200 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Suchary b/c 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ,</u> <u>MLE,</u>)
	PN	Mus owocowy 100g-produkt pasteryzowany 1 szt								Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt

Jadłospisy za okres od dnia 2025-06-16 do dnia 2025-06-22 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- Papkowata b/ml	SIE- Łatwo strawna	SIE- Bezmleczna	SIE- Niskotłuszczowa	SIE- O kontr. zaw.kwasów tłuszczowych	SIE- Bogatobiałkowa	SIE- Bogatobiałkowa bezmleczna	SIE- Niskobiałkowa do 50 g białka	SIE- Niskobiałkowa do 30 g białka	SIE- Kleikowa
2025-06-22 niedziela		Wartość energetyczna: 2167.44 kcal; Białko ogółem: 82.00 g; Tłuszcz: 49.64 g; Kw. tł. nasy.: 12.05 g; Węglowodany ogółem: 361.73 g; W tym cukry: 108.67 g; Błonnik pok.: 33.78 g; Sól: 8.60 g; WW: 32.78 Por; : 15.13 %; : 66.76 %; Ener. z T: 20.61 %; Ener. z Bł.: 3.12 %; K: 3754.08 mg;	Wartość energetyczna: 2256.86 kcal; Białko ogółem: 107.35 g; Tłuszcz: 61.52 g; Kw. tł. nasy.: 19.69 g; Węglowodany ogółem: 333.26 g; W tym cukry: 89.58 g; Błonnik pok.: 31.71 g; Sól: 7.71 g; WW: 30.23 Por; : 19.03 %; : 59.07 %; Ener. z T: 24.53 %; Ener. z Bł.: 2.81 %; K: 4349.47 mg;	Wartość energetyczna: 1959.85 kcal; Białko ogółem: 88.40 g; Tłuszcz: 45.79 g; Kw. tł. nasy.: 10.58 g; Węglowodany ogółem: 313.35 g; W tym cukry: 76.86 g; Błonnik pok.: 31.53 g; Sól: 8.00 g; WW: 28.28 Por; : 18.04 %; : 63.95 %; Ener. z T: 21.03 %; Ener. z Bł.: 3.22 %; K: 3972.75 mg;	Wartość energetyczna: 2200.76 kcal; Białko ogółem: 110.03 g; Tłuszcz: 53.47 g; Kw. tł. nasy.: 14.19 g; Węglowodany ogółem: 334.29 g; W tym cukry: 90.51 g; Błonnik pok.: 30.14 g; Sól: 7.04 g; WW: 30.52 Por; : 20.00 %; : 60.76 %; Ener. z T: 21.87 %; Ener. z Bł.: 2.74 %; K: 4439.64 mg;	Wartość energetyczna: 2223.88 kcal; Białko ogółem: 134.13 g; Tłuszcz: 61.34 g; Kw. tł. nasy.: 16.44 g; Węglowodany ogółem: 301.70 g; W tym cukry: 61.08 g; Błonnik pok.: 39.48 g; Sól: 7.26 g; WW: 26.27 Por; : 24.13 %; : 54.27 %; Ener. z T: 24.82 %; Ener. z Bł.: 3.55 %; K: 4603.99 mg;	Wartość energetyczna: 2456.66 kcal; Białko ogółem: 124.15 g; Tłuszcz: 62.46 g; Kw. tł. nasy.: 19.69 g; Węglowodany ogółem: 364.16 g; W tym cukry: 103.98 g; Błonnik pok.: 31.71 g; Sól: 7.80 g; WW: 33.37 Por; : 20.21 %; : 59.29 %; Ener. z T: 22.88 %; Ener. z Bł.: 2.58 %; K: 4349.47 mg;	Wartość energetyczna: 2164.44 kcal; Białko ogółem: 93.94 g; Tłuszcz: 53.44 g; Kw. tł. nasy.: 12.86 g; Węglowodany ogółem: 342.62 g; W tym cukry: 77.13 g; Błonnik pok.: 33.56 g; Sól: 9.30 g; WW: 31.02 Por; : 17.36 %; : 63.32 %; Ener. z T: 22.22 %; Ener. z Bł.: 3.10 %; K: 4008.93 mg;	Wartość energetyczna: 2016.33 kcal; Białko ogółem: 52.59 g; Tłuszcz: 57.69 g; Kw. tł. nasy.: 20.70 g; Węglowodany ogółem: 330.51 g; W tym cukry: 77.96 g; Błonnik pok.: 33.43 g; Sól: 2.86 g; WW: 29.77 Por; : 10.43 %; : 65.57 %; Ener. z T: 25.75 %; Ener. z Bł.: 3.32 %; K: 3652.17 mg;	Wartość energetyczna: 1934.23 kcal; Białko ogółem: 34.56 g; Tłuszcz: 60.06 g; Kw. tł. nasy.: 22.78 g; Węglowodany ogółem: 322.27 g; W tym cukry: 76.98 g; Błonnik pok.: 32.84 g; Sól: 2.77 g; WW: 28.97 Por; : 7.15 %; : 66.65 %; Ener. z T: 27.95 %; Ener. z Bł.: 3.40 %; K: 3369.25 mg;	Wartość energetyczna: 887.22 kcal; Białko ogółem: 19.66 g; Tłuszcz: 7.47 g; Kw. tł. nasy.: 0.18 g; Węglowodany ogółem: 184.88 g; W tym cukry: 34.15 g; Błonnik pok.: 2.73 g; Sól: 0.19 g; WW: 18.29 Por; : 8.86 %; : 83.35 %; Ener. z T: 7.57 %; Ener. z Bł.: 0.62 %; K: 127.46 mg;

Jadłospisy za okres od dnia 2025-06-16 do dnia 2025-06-22 KUCHNIA SIEDLCE

	SIE- Kleikowa rozszerzona	SIE- Dzieci 1-3 lat Podstawowa	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż podstawa	SIE- Bogatoreszkowa	SIE- Bezglutenowa	SIE- Wegetariańska	SIE- Pooperacyjna	SIE- Dzieci 1-3 lat Łatwo strawna	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż łatwostrawna	SIE- Z ogr.subst.pobudz.w ydz.soków żołądkowych
2025-06-16 poniedziałek	Śniadanie	Kleik ryżowy na wodzie 200 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Suchary b/c 30 g (GLU PSZ, SOJ, MLE.)	Płatki owsiane na mleku 250 ml (MLE, GLU OW.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona,parzona,z dod.wody,białka wp 25g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona,parzona,z dod.wody,białka wp 50g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Płatki kukurydziane na mleku 300 ml (MLE.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 100 g (SEZ, może zawierać: ORZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka zielonogórska- wp. parzona 50 g (SOJ.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Arbuz 100 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Ser żółty 50 g (MLE.) Arbuz 100 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona,parzona,z dod.wody,białka wp 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Poledwica Sopotcka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 25 g (SOJ.)	Płatki owsiane na mleku 250 ml (MLE, GLU OW.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona,parzona,z dod.wody,białka wp 25g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ZYT.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona,parzona,z dod.wody,białka wp 50g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ZYT.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona,parzona,z dod.wody,białka wp 50g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Banan 150 g Pomidor b/skórki 80 g Sałata zielona 20 g
	II ŚN	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Suchary b/c 15 g (GLU PSZ, SOJ, MLE.) Kleik ryżowy na wodzie 200 g	Arbuz 100 g					Banan 150 g		

Jadłospisy za okres od dnia 2025-06-16 do dnia 2025-06-22 KUCHNIA SIEDLCE

	SIE- Kleikowa rozszerzona	SIE- Dzieci 1-3 lat Podstawowa	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż. podstawa	SIE- Bogatoreszkowa	SIE- Bezglutenowa	SIE- Wegetariańska	SIE- Pooperacyjna	SIE- Dzieci 1-3 lat Łatwo strawna	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż. łatwostrawna	SIE- Z ogr.subst.pobudz.w ydz.soków żołądkowych
2025-06-16 poniedziałek	Obiad	Ziemniaczana (bez mleka) () 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Wielowarzywna z ziemniakami () 250 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Naleśniki z serem 200 g (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Sos jogurtowy naturalny 100 g (MLE.) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Kapuśniak z kapusty białej () 300 ml (GLU PSZ, SEL, GOR.) Ryż brązowy z jabłkiem prażonym i cynamonem 300 g Sos jogurtowy naturalny 100 g (MLE.) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Kapuśniak z kapusty białej (bez glutenu) () 300 ml (SEL.) Ryż brązowy z jabłkiem prażonym i cynamonem 300 g Sos jogurtowy naturalny 100 g (MLE.) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Kapuśniak z kapusty białej () 300 ml (GLU PSZ, SEL, GOR.) Ryż brązowy z jabłkiem prażonym i cynamonem 300 g Sos jogurtowy naturalny 100 g (MLE.) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Ziemniaczana (bez mleka) () 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Ryż na sypko 180 g Pulpet drobiowy 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos ziołowy* 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Cukinia pieczona z olejem () 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Wielowarzywna z ziemniakami () 250 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryż z jabłkiem prażonym i cynamonem 200 g Sos jogurtowy naturalny 100 g (MLE.) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Wielowarzywna z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryż z jabłkiem prażonym i cynamonem 300 g Sos jogurtowy naturalny 100 g (MLE.) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	
	PD	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Suchary b/c 15 g (GLU PSZ, SOJ, MLE.) Kleik ryżowy na wodzie 200 g	Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml (MLE.) Biszkopty b/ml 30 g (GLU PSZ, JAJ.)	Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml (MLE.) Podplomyki b/c 20 g (GLU PSZ, MLE.)			Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml (MLE.)	Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml (MLE.) Biszkopty b/ml 30 g (GLU PSZ, JAJ.)		

Jadłospisy za okres od dnia 2025-06-16 do dnia 2025-06-22 KUCHNIA SIEDLCE

	SIE- Kleikowa rozszerzona	SIE- Dzieci 1-3 lat Podstawowa	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż podstawa	SIE- Bogatoreszkowa	SIE- Bezglutenowa	SIE- Wegetariańska	SIE- Pooperacyjna	SIE- Dzieci 1-3 lat Łatwo strawna	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż łatwostrawna	SIE- Z ogr.subst.pobudz.w ydz.soków żołądkowych
2025-06-16 poniedziałek	Kolacja	Kleik ryżowy na wodzie 200 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Suchary b/c 30 g (GLU PSZ, SOJ, 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.) Twarożek z koperkiem 40 g (MLE.) Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadanej. 25 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,) Pomidor 80 g Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (MLE,) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Rukola 20 g	Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ,) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Pasta z twarogu i rzodkiewki 80 g (MLE,) Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadanej. 25 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,) Pomidorki 80 g Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (MLE,) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Rukola 20 g	Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 100 g (SEZ, może zawierać: ORZ,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Pasta z twarogu i rzodkiewki 80 g (MLE,) Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 25 g (SOJ,) Pomidorki 80 g Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (MLE,) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Rukola 20 g	Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT,) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Pasta z twarogu i rzodkiewki 100 g (MLE,) Pomidorki 80 g Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (MLE,) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Rukola 20 g	Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Twarożek z koperkiem 80 g (MLE,) Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadanej. 25 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Twarożek z koperkiem 40 g (MLE,) Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadanej. 25 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,) Pomidor 80 g Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (MLE,) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Rukola 20 g	Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ,) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Twarożek z koperkiem 80 g (MLE,) Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadanej. 25 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,) Pomidor 80 g Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (MLE,) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Rukola 20 g	Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ,) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Twarożek z koperkiem 80 g (MLE,) Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadanej. 25 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,) Pomidor b/skórki 80 g Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (MLE,) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Sałata zielona 20 g
PN	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Przecier owocowy jabłko-truskawka 120g 1 szt (może zawierać: MLE,)					Biszkopty b/ml 30 g (GLU PSZ, JAJ,)	Przecier owocowy jabłko-truskawka 120g 1 szt (może zawierać: MLE,)		

Jadłospisy za okres od dnia 2025-06-16 do dnia 2025-06-22 KUCHNIA SIEDLCE

	SIE- Kleikowa rozszerzona	SIE- Dzieci 1-3 lat Podstawowa	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż podstawa	SIE- Bogatoreszkowa	SIE- Bezglutenowa	SIE- Wegetariańska	SIE- Pooperacyjna	SIE- Dzieci 1-3 lat Łatwo strawna	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż łatwostrawna	SIE- Z ogr.subst.pobudz.w ydz.soków żołądkowych
2025-06-16 poniedziałek	Wartość energetyczna: 1139.04 kcal; Białko ogółem: 24.68 g; Tłuszcz: 7.87 g; Kw. tł. nasy.: 0.24 g; Węglowodany ogółem: 244.19 g; W tym cukry: 44.54 g; Błonnik pok.: 7.01 g; Sól: 0.67 g; WW: 23.82 Por; : 8.67 %; : 85.75 %; Ener. z T: 6.22 %; Ener. z Bł.: 1.23 %; K: 1040.31 mg;	Wartość energetyczna: 2188.05 kcal; Białko ogółem: 92.97 g; Tłuszcz: 59.37 g; Kw. tł. nasy.: 26.40 g; Węglowodany ogółem: 330.68 g; W tym cukry: 150.49 g; Błonnik pok.: 15.27 g; Sól: 3.10 g; WW: 31.70 Por; : 17.00 %; : 60.45 %; Ener. z T: 24.42 %; Ener. z Bł.: 1.40 %; K: 3092.27 mg;	Wartość energetyczna: 2883.30 kcal; Białko ogółem: 124.27 g; Tłuszcz: 76.97 g; Kw. tł. nasy.: 31.32 g; Węglowodany ogółem: 436.43 g; W tym cukry: 166.92 g; Błonnik pok.: 21.70 g; Sól: 5.26 g; WW: 41.71 Por; : 17.24 %; : 60.55 %; Ener. z T: 24.03 %; Ener. z Bł.: 1.51 %; K: 3538.88 mg;	Wartość energetyczna: 2393.56 kcal; Białko ogółem: 97.51 g; Tłuszcz: 59.25 g; Kw. tł. nasy.: 26.78 g; Węglowodany ogółem: 387.12 g; W tym cukry: 159.42 g; Błonnik pok.: 35.15 g; Sól: 4.86 g; WW: 35.35 Por; : 16.30 %; : 64.69 %; Ener. z T: 22.28 %; Ener. z Bł.: 2.94 %; K: 3854.16 mg;	Wartość energetyczna: 2127.13 kcal; Białko ogółem: 69.69 g; Tłuszcz: 55.94 g; Kw. tł. nasy.: 22.44 g; Węglowodany ogółem: 344.07 g; W tym cukry: 140.24 g; Błonnik pok.: 26.55 g; Sól: 3.37 g; WW: 31.76 Por; : 13.11 %; : 64.70 %; Ener. z T: 23.67 %; Ener. z Bł.: 2.50 %; K: 2972.42 mg;	Wartość energetyczna: 2300.83 kcal; Białko ogółem: 88.81 g; Tłuszcz: 67.24 g; Kw. tł. nasy.: 34.19 g; Węglowodany ogółem: 353.34 g; W tym cukry: 141.38 g; Błonnik pok.: 30.15 g; Sól: 5.70 g; WW: 32.43 Por; : 15.44 %; : 61.43 %; Ener. z T: 26.30 %; Ener. z Bł.: 2.62 %; K: 3324.81 mg;	Wartość energetyczna: 2488.35 kcal; Białko ogółem: 104.47 g; Tłuszcz: 61.70 g; Kw. tł. nasy.: 23.06 g; Węglowodany ogółem: 387.16 g; W tym cukry: 109.93 g; Błonnik pok.: 17.05 g; Sól: 5.13 g; WW: 37.13 Por; : 16.79 %; : 62.24 %; Ener. z T: 22.32 %; Ener. z Bł.: 1.37 %; K: 3611.62 mg;	Wartość energetyczna: 2041.00 kcal; Białko ogółem: 76.00 g; Tłuszcz: 48.16 g; Kw. tł. nasy.: 23.39 g; Węglowodany ogółem: 337.77 g; W tym cukry: 161.95 g; Błonnik pok.: 15.15 g; Sól: 3.18 g; WW: 32.43 Por; : 14.89 %; : 66.20 %; Ener. z T: 21.24 %; Ener. z Bł.: 1.48 %; K: 3210.27 mg;	Wartość energetyczna: 2559.99 kcal; Białko ogółem: 99.19 g; Tłuszcz: 54.06 g; Kw. tł. nasy.: 25.59 g; Węglowodany ogółem: 434.40 g; W tym cukry: 175.77 g; Błonnik pok.: 20.27 g; Sól: 5.02 g; WW: 41.61 Por; : 15.50 %; : 67.88 %; Ener. z T: 19.01 %; Ener. z Bł.: 1.58 %; K: 3519.55 mg;	Wartość energetyczna: 2241.41 kcal; Białko ogółem: 90.15 g; Tłuszcz: 47.92 g; Kw. tł. nasy.: 23.21 g; Węglowodany ogółem: 377.84 g; W tym cukry: 150.64 g; Błonnik pok.: 20.26 g; Sól: 4.77 g; WW: 35.95 Por; : 16.09 %; : 67.43 %; Ener. z T: 19.24 %; Ener. z Bł.: 1.81 %; K: 3225.66 mg;
2025-06-17 wtorek	Kleik ryżowy na wodzie 200 g Suchary b/c 30 g (GLU PSZ. SOJ. MLE.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Makaron na mleku 250 ml (GLU PSZ. MLE.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Ser żółty 25 g (MLE.) Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 25 g (SOJ.) Ogórek świeży 80 g Mix sałat 20 g	Makaron na mleku 300 ml (GLU PSZ. MLE.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ. GLU ZYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Paprykarz szczeciński 80 g (RYB. SOJ.) Ser żółty 25 g (MLE.) Ogórek świeży 80 g Mix sałat 20 g	Makaron na mleku 300 ml (GLU PSZ. MLE.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU PSZ. GLU ZYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Paprykarz szczeciński 80 g (RYB. SOJ.) Ser żółty 25 g (MLE.) Ogórek świeży 80 g Mix sałat 20 g	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 100 g (SEZ. może zawierać: ORZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Paprykarz szczeciński 80 g (RYB. SOJ.) Ser żółty 25 g (MLE.) Ogórek świeży 80 g Jabłko 150 g Mix sałat 20 g	Makaron na mleku 300 ml (GLU PSZ. MLE.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ. GLU ZYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ. GLU ZYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Paprykarz szczeciński 80 g (RYB. SOJ.) Ser żółty 25 g (MLE.) Ogórek świeży 80 g Jabłko 150 g Mix sałat 20 g	Kasza manna na mleku 300 ml (GLU PSZ. MLE.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Twaróg półtłusty 80 g (MLE.) Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 25 g (SOJ.)	Makaron na mleku 250 ml (GLU PSZ. MLE.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Twaróg półtłusty 40 g (MLE.) Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 25 g (SOJ.) Pomidor 80 g Mix sałat 20 g	Makaron na mleku 300 ml (GLU PSZ. MLE.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ. GLU ZYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Twaróg półtłusty 80 g (MLE.) Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 25 g (SOJ.) Pomidor 80 g Mix sałat 20 g	Makaron na mleku 300 ml (GLU PSZ. MLE.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ. GLU ZYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Twaróg półtłusty 80 g (MLE.) Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 25 g (SOJ.) Pomidor b/skórki 80 g Mus- przecier owocowy jabłko 100g (tubka) 1 szt Mix sałat 20 g
II ŚN	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Suchary b/c 15 g (GLU PSZ. SOJ. MLE.) Kleik ryżowy na wodzie 200 g	Jabłko 150 g					Jabłko pieczone 150 g	Mus- przecier owocowy jabłko 100g (tubka) 1 szt		

Jadłospisy za okres od dnia 2025-06-16 do dnia 2025-06-22 KUCHNIA SIEDLCE

	SIE- Kleikowa rozszerzona	SIE- Dzieci 1-3 lat Podstawowa	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż podstawa	SIE- Bogatoresztkowa	SIE- Bezglutenowa	SIE- Wegetariańska	SIE- Pooperacyjna	SIE- Dzieci 1-3 lat Łatwo strawna	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż łatwostrawna	SIE- Z ogr.subst.pobudz.w ydz.soków żołądkowych	
2025-06-17 wtorek	Obiad	Ryżowa (bez mleka) () 300 ml (<u>SEL.</u>) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Solferino () 250 ml (<u>GLU PSZ.</u> , <u>MLE.</u> , <u>SEL.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 90 g (<u>GLU JĘCZ.</u>) Klopsik wieprzowy 50 g (<u>GLU PSZ.</u> , <u>JAJ.</u>) Sos ziołowy () 80 ml (<u>GLU PSZ.</u> , <u>SEL.</u>) Surówka z rzepy, jabłka i marchewki () 50 g (<u>MLE.</u>) Szpinak gotowany z olejem* 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Solferino () 300 ml (<u>GLU PSZ.</u> , <u>MLE.</u> , <u>SEL.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (<u>GLU JĘCZ.</u>) Klopsik wieprzowy 100 g (<u>GLU PSZ.</u> , <u>JAJ.</u>) Sos ziołowy () 80 ml (<u>GLU PSZ.</u> , <u>SEL.</u>) Surówka z rzepy, jabłka i marchewki () 100 g (<u>MLE.</u>) Szpinak gotowany z olejem* 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Grochowa z ziemniakami () 300 ml (<u>GLU PSZ.</u> , <u>SEL.</u>) Kasza gryczana 180 g Klopsik wieprzowy 100 g (<u>GLU PSZ.</u> , <u>JAJ.</u>) Sos ziołowy () 80 ml (<u>GLU PSZ.</u> , <u>SEL.</u>) Surówka z rzepy, jabłka i marchewki () 100 g (<u>MLE.</u>) Szpinak gotowany z olejem* 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Grochowa z ziemniakami (bez glutenu) * 300 ml (<u>SEL.</u>) Ryż na sypko 180 g Klopsik wieprzowy (bez glutenu) 100 g (<u>JAJ.</u>) Sos ziołowy (bez glutenu) () 80 ml (<u>SEL.</u>) Surówka z rzepy, jabłka i marchewki () 100 g (<u>MLE.</u>) Szpinak gotowany z olejem* 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Grochowa z ziemniakami () 300 ml (<u>GLU PSZ.</u> , <u>SEL.</u>) Pierogi ukraińskie () 300 g (<u>GLU PSZ.</u> , <u>JAJ.</u> , <u>MLE.</u>) Surówka z rzepy, jabłka i marchewki () 100 g (<u>MLE.</u>) Szpinak gotowany z olejem* 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Ryżowa (bez mleka) () 300 ml (<u>SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 180 g Klopsik wieprzowy 100 g (<u>GLU PSZ.</u> , <u>JAJ.</u>) Sos ziołowy () 80 ml (<u>GLU PSZ.</u> , <u>SEL.</u>) Szpinak gotowany z olejem* 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Solferino () 250 ml (<u>GLU PSZ.</u> , <u>MLE.</u> , <u>SEL.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 90 g (<u>GLU JĘCZ.</u>) Klopsik wieprzowy 100 g (<u>GLU PSZ.</u> , <u>JAJ.</u>) Sos ziołowy () 80 ml (<u>GLU PSZ.</u> , <u>SEL.</u>) Szpinak gotowany z olejem* 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Solferino () 300 ml (<u>GLU PSZ.</u> , <u>MLE.</u> , <u>SEL.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (<u>GLU JĘCZ.</u>) Klopsik wieprzowy 50 g (<u>GLU PSZ.</u> , <u>JAJ.</u>) Sos ziołowy () 80 ml (<u>GLU PSZ.</u> , <u>SEL.</u>) Szpinak gotowany z olejem* 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Solferino () 300 ml (<u>GLU PSZ.</u> , <u>MLE.</u> , <u>SEL.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (<u>GLU JĘCZ.</u>) Klopsik wieprzowy 100 g (<u>GLU PSZ.</u> , <u>JAJ.</u>) Sos ziołowy () 80 ml (<u>GLU PSZ.</u> , <u>SEL.</u>) Szpinak gotowany z olejem* 200 g (<u>GLU PSZ.</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.</u> , <u>SOJ.</u> , <u>MLE.</u>) Kleik ryżowy na wodzie 200 g	Ciasto drożdżowe 50 g (<u>GLU PSZ.</u> , <u>JAJ.</u> , <u>MLE.</u> , <u>S02.</u>) Jogurt brzoskwinowy 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)					Jogurt brzoskwinowy 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)	Ciasto drożdżowe 50 g (<u>GLU PSZ.</u> , <u>JAJ.</u> , <u>MLE.</u> , <u>S02.</u>) Jogurt brzoskwinowy 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)		

Jadłospisy za okres od dnia 2025-06-16 do dnia 2025-06-22 KUCHNIA SIEDLCE

	SIE- Kleikowa rozszerzona	SIE- Dzieci 1-3 lat Podstawowa	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż podstawa	SIE- Bogatoresztkowa	SIE- Bezglutenowa	SIE- Wegetariańska	SIE- Pooperacyjna	SIE- Dzieci 1-3 lat Łatwo strawna	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż łatwostrawna	SIE- Z ogr.subst.pobudz.w ydz.soków żołądkowych
2025-06-17 wtorek	Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Kleik ryżowy na wodzie 200 g Suchary b/c 30 g <u>(GLU PSZ. SOJ. MLE.)</u>	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g <u>(GLU PSZ.)</u> Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt <u>(MLE.)</u> Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz .parzo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt <u>(MLE. może zawierać: RYB. OZI, MLE.)</u> 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 100 g <u>(GLU PSZ. GLU ZYT.)</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 Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt <u>(MLE. może zawierać: RYB. OZI, MLE.)</u> Pomidor 80 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 100 g <u>(SEZ. może zawierać: ORZ.)</u> Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt <u>(MLE.)</u> Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt <u>(MLE. może zawierać: RYB. OZI, MLE.)</u> Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz .parzo.z dodat.wody w osł.niejad 30 g Pomidor 80 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g <u>(GLU PSZ. GLU ZYT.)</u> Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g <u>(GLU PSZ. GLU ZYT.)</u> Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt <u>(MLE.)</u> Pasztet sojowy z pomidorami 50 g <u>(SOJ. GOR.)</u> Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt <u>(MLE. może zawierać: RYB. OZI, MLE.)</u> Pomidor 80 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g <u>(GLU PSZ.)</u> Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt <u>(MLE.)</u> Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz .parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt <u>(MLE. może zawierać: RYB. OZI, 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> Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g <u>(GLU PSZ. GLU ZYT.)</u> Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt <u>(MLE.)</u> Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz .parzo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt <u>(MLE. może zawierać: RYB. OZI, 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 50 g <u>(GLU PSZ. GLU ZYT.)</u> Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt <u>(MLE.)</u> Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz .parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt <u>(MLE. może zawierać: RYB. OZI, MLE.)</u> Pomidor b/skórki 80 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Sałata zielona 20 g	
	PN	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Sok przecierowy warzywno-owocowy 0,33 l 1 szt Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 30 g					Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 30 g	Sok przecierowy warzywno-owocowy 0,33 l 1 szt Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 30 g	
		Wartość energetyczna: 1065.96 kcal; Białko ogółem: 22.96 g; Tłuszcz: 7.83 g; Kw. tł. nasy.: 0.25 g; Węglowodany ogółem: 226.66 g; W tym cukry: 44.09 g; Błonnik pok.: 4.91 g; Sól: 0.67 g; WW: 22.27 Por; : 8.61 %; : 85.05 %; Ener. z T: 6.61 %; Ener. z Bł.: 0.92 %; K: 286.12 mg;	Wartość energetyczna: 2096.92 kcal; Białko ogółem: 72.81 g; Tłuszcz: 61.05 g; Kw. tł. nasy.: 29.29 g; Węglowodany ogółem: 319.91 g; W tym cukry: 117.30 g; Błonnik pok.: 18.87 g; Sól: 5.27 g; WW: 30.28 Por; : 13.89 %; : 61.02 %; Ener. z T: 26.20 %; Ener. z Bł.: 1.80 %; K: 2771.39 mg;	Wartość energetyczna: 2787.28 kcal; Białko ogółem: 106.98 g; Tłuszcz: 76.08 g; Kw. tł. nasy.: 33.10 g; Węglowodany ogółem: 429.02 g; W tym cukry: 123.12 g; Błonnik pok.: 28.27 g; Sól: 9.10 g; WW: 40.30 Por; : 15.35 %; : 61.57 %; Ener. z T: 24.57 %; Ener. z Bł.: 2.03 %; K: 3527.01 mg;	Wartość energetyczna: 2933.84 kcal; Białko ogółem: 113.18 g; Tłuszcz: 90.45 g; Kw. tł. nasy.: 34.25 g; Węglowodany ogółem: 434.59 g; W tym cukry: 123.38 g; Błonnik pok.: 44.55 g; Sól: 8.66 g; WW: 39.19 Por; : 15.43 %; : 59.25 %; Ener. z T: 27.75 %; Ener. z Bł.: 3.04 %; K: 4373.01 mg;	Wartość energetyczna: 2510.86 kcal; Białko ogółem: 87.50 g; Tłuszcz: 82.39 g; Kw. tł. nasy.: 30.24 g; Węglowodany ogółem: 359.92 g; W tym cukry: 96.16 g; Błonnik pok.: 29.24 g; Sól: 4.68 g; WW: 33.14 Por; : 13.94 %; : 57.34 %; Ener. z T: 29.53 %; Ener. z Bł.: 2.33 %; K: 3151.89 mg;	Wartość energetyczna: 2867.98 kcal; Białko ogółem: 90.19 g; Tłuszcz: 92.84 g; Kw. tł. nasy.: 29.51 g; Węglowodany ogółem: 433.07 g; W tym cukry: 101.97 g; Błonnik pok.: 39.26 g; Sól: 7.03 g; WW: 39.56 Por; : 12.58 %; : 60.40 %; Ener. z T: 29.13 %; Ener. z Bł.: 2.74 %; K: 4036.33 mg;	Wartość energetyczna: 2301.08 kcal; Białko ogółem: 102.29 g; Tłuszcz: 61.88 g; Kw. tł. nasy.: 27.76 g; Węglowodany ogółem: 342.33 g; W tym cukry: 87.59 g; Błonnik pok.: 19.94 g; Sól: 6.60 g; WW: 32.46 Por; : 17.78 %; : 59.51 %; Ener. z T: 24.20 %; Ener. z Bł.: 1.73 %; K: 3530.25 mg;	Wartość energetyczna: 2197.69 kcal; Białko ogółem: 85.90 g; Tłuszcz: 63.63 g; Kw. tł. nasy.: 27.26 g; Węglowodany ogółem: 323.47 g; W tym cukry: 116.17 g; Błonnik pok.: 15.84 g; Sól: 4.97 g; WW: 31.03 Por; : 15.63 %; : 58.87 %; Ener. z T: 26.06 %; Ener. z Bł.: 1.44 %; K: 2896.66 mg;	Wartość energetyczna: 2618.37 kcal; Białko ogółem: 99.60 g; Tłuszcz: 64.26 g; Kw. tł. nasy.: 27.78 g; Węglowodany ogółem: 417.00 g; W tym cukry: 121.32 g; Błonnik pok.: 24.09 g; Sól: 7.70 g; WW: 39.61 Por; : 15.22 %; : 63.70 %; Ener. z T: 22.09 %; Ener. z Bł.: 1.84 %; K: 3284.54 mg;

Jadłospisy za okres od dnia 2025-06-16 do dnia 2025-06-22 KUCHNIA SIEDLCE

	SIE- Kleikowa rozszerzona	SIE- Dzieci 1-3 lat Podstawowa	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż podstawa	SIE- Bogatoreszkowa	SIE- Bezglutenowa	SIE- Wegetariańska	SIE- Pooperacyjna	SIE- Dzieci 1-3 lat Łatwo strawna	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż łatwostrawna	SIE- Z ogr.subst.pobudz.w ydz.soków żołądkowych
2025-06-18 środa	Sniadanie	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.) Kakao z mlekiem z/c 250 ml (MLE.) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (GLU PSZ. GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Serek ziarnisty 150g 1 szt (MLE.) Dżem 25 g 1 szt Papryka świeża 80 g Roszponka 20 g	Ryż na mleku 300 ml (MLE.) Kakao z mlekiem z/c 250 ml (MLE.) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ. GLU ŻYT.) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Serek ziarnisty 150g 1 szt (MLE.) Dżem 25 g 1 szt Papryka świeża 80 g Roszponka 20 g	Ryż na mleku 300 ml (MLE.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 100 g (SEŻ. może zawierać: ORZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Serek ziarnisty 150g 1 szt (MLE.) Połędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 25 g (SOJ.) Banan 150 g Papryka świeża 80 g Roszponka 20 g	Ryż na mleku 300 ml (MLE.) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE. GLU ŻYT. GLU JĘCZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ. GLU ŻYT.) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Serek ziarnisty 150g 1 szt (MLE.) Dżem 25 g 1 szt Banan 150 g Papryka świeża 80 g Roszponka 20 g	Ryż na mleku 300 ml (MLE.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (GLU PSZ. GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Serek ziarnisty 150g 1 szt (MLE.) Połędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 25 g (SOJ.) Banan 150 g Papryka świeża 80 g Roszponka 20 g	Ryż na mleku 250 ml (MLE.) Kakao z mlekiem z/c 250 ml (MLE.) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (GLU PSZ. GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Serek ziarnisty 150g 1 szt (MLE.) Dżem 25 g 1 szt Pomidor 80 g Roszponka 20 g	Ryż na mleku 300 ml (MLE.) Kakao z mlekiem z/c 250 ml (MLE.) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (GLU PSZ. GLU ŻYT.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ. GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Serek ziarnisty 150g 1 szt (MLE.) Dżem 25 g 1 szt Pomidor 80 g Roszponka 20 g	Ryż na mleku 300 ml (MLE.) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE. GLU ŻYT. GLU JĘCZ.) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (GLU PSZ. GLU ŻYT.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ. GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Serek ziarnisty 150g 1 szt (MLE.) Dżem 25 g 1 szt Pomidor b/skórki 80 g Banan 150 g Roszponka 20 g
	II ŚN	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Suchary b/c 15 g (GLU PSZ. SOJ. MLE.) Kleik ryżowy na wodzie 200 g	Banan 150 g			Banan 150 g			Banan 150 g	
	Obiad	Grysikowa () 300 ml (GLU PSZ. SEL.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Grysikowa () 300 ml (GLU PSZ. SEL.) Ziemniaki gotowane () 90 g Eskalopka z kurczaka 50 g (GLU PSZ. JAJ. MLE.) Sałata zielona z kefirem 30 g (MLE.) Dynia z wody 50 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Grysikowa () 300 ml (GLU PSZ. SEL.) Ziemniaki gotowane () 180 g Eskalopka z kurczaka 100 g (GLU PSZ. JAJ. MLE.) Sałata zielona z kefirem 60 g (MLE.) Dynia z wody 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Jarzynowa z makaronem (bez glutenu) () 300 ml (MLE. SEL.) Ziemniaki gotowane () 180 g Filet z kurczaka gotowany 100 g Sos brokułowy () (bez glutenu) 80 ml (MLE. SEL.) Sałata zielona z kefirem 60 g (MLE.) Dynia z wody 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Grysikowa () 300 ml (GLU PSZ. SEL.) Kotlety z buraka i kaszy jęczmiennej 300 g (GLU PSZ. JAJ. GLU JĘCZ.) Sałata zielona z kefirem 60 g (MLE.) Dynia z wody 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Grysikowa () 300 ml (GLU PSZ. SEL.) Ziemniaki gotowane () 180 g Filet z kurczaka pieczony 100 g (GLU PSZ.) Sos brokułowy () 80 ml (GLU PSZ. MLE. SEL.) Dynia z wody 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Grysikowa () 300 ml (GLU PSZ. SEL.) Ziemniaki gotowane () 90 g Filet z kurczaka pieczony 50 g (GLU PSZ.) Sos brokułowy () 80 ml (GLU PSZ. MLE. SEL.) Sałata zielona z kefirem 30 g (MLE.) Dynia z wody 50 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Grysikowa () 300 ml (GLU PSZ. SEL.) Ziemniaki gotowane () 180 g Filet z kurczaka pieczony 100 g (GLU PSZ.) Sos brokułowy () 80 ml (GLU PSZ. MLE. SEL.) Sałata zielona z kefirem 60 g (MLE.) Dynia z wody 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Grysikowa () 300 ml (GLU PSZ. SEL.) Ziemniaki gotowane () 180 g Filet z kurczaka pieczony 100 g (GLU PSZ.) Sos brokułowy () 80 ml (GLU PSZ. MLE. SEL.) Dynia z wody 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml

Jadłospisy za okres od dnia 2025-06-16 do dnia 2025-06-22 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- Kleikowa rozszerzona	SIE- Dzieci 1-3 lat Podstawowa	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż podstawa	SIE- Bogatoreszkowa	SIE- Bezglutenowa	SIE- Wegetariańska	SIE- Pooperacyjna	SIE- Dzieci 1-3 lat Łatwo strawna	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż łatwostrawna	SIE- Z ogr.subst.pobudz.w ydz.soków żołądkowych
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	Herbatniki 30 g (<u>GLUPSZ, SOJ, MLE,</u>) Maślanka truskawkowa 200 ml (<u>MLE,</u>)	Pieczywo chrupkie ekstrudowane-żytnie 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u>) Maślanka truskawkowa 200 ml (<u>MLE,</u>)				Maślanka truskawkowa 200 ml (<u>MLE,</u>)	Maślanka truskawkowa 200 ml (<u>MLE,</u>) Herbatniki 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE,</u>)	Maślanka truskawkowa 150 ml (<u>MLE,</u>) Herbatniki 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE,</u>)	
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>)	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, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,</u>) Paszтет drobiowy z kurnej półki 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL,</u>) Pomidor 80 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ,</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, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,</u>) Paszтет drobiowy z kurnej półki 60 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL,</u>) Pomidor 80 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 100 g (<u>SEŻ, może zawierać: ORŻ,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Szynka zielonogórska-wp. parzona 50 g (<u>SOJ,</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ,</u>) Pomidor 80 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ,</u>) Ser żółty 25 g (<u>MLE,</u>) Pomidor 80 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 50 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,</u>) Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona,w osłonce niejadalanej 25 g (<u>SOJ, 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>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 25 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ,</u>) Pomidor 80 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 50 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ,</u>) Pomidor 80 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 50 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ,</u>) Pomidor 80 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Sałata zielona 20 g	

Jadłospisy za okres od dnia 2025-06-16 do dnia 2025-06-22 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- Kleikowa rozszerzona	SIE- Dzieci 1-3 lat Podstawowa	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż podstawa	SIE- Bogatoresztkowa	SIE- Bezglutenowa	SIE- Wegetariańska	SIE- Pooperacyjna	SIE- Dzieci 1-3 lat Łatwo strawna	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż łatwostrawna	SIE- Z ogr.subst.pobudz.w ydz.soków żołądkowych
2025-06-18 środa	PN	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Mus owocowy 100g-produkt pasteryzowany 1 szt					Wafle ryżowe 30 g	Mus owocowy 100g-produkt pasteryzowany 1 szt		
		Wartość energetyczna: 1067.54 kcal; Białko ogółem: 23.42 g; Tłuszcz: 7.96 g; Kw. tł. nasy.: 0.25 g; Węglowodany ogółem: 226.17 g; W tym cukry: 44.06 g; Błonnik pok.: 4.93 g; Sól: 0.64 g; WW: 22.20 Por; : 8.77 %; : 84.74 %; Ener. z T: 6.71 %; Ener. z Bł.: 0.92 %; K: 271.37 mg;	Wartość energetyczna: 2074.91 kcal; Białko ogółem: 91.80 g; Tłuszcz: 56.23 g; Kw. tł. nasy.: 25.15 g; Węglowodany ogółem: 305.24 g; W tym cukry: 111.32 g; Błonnik pok.: 17.16 g; Sól: 5.36 g; WW: 28.99 Por; : 17.70 %; : 58.84 %; Ener. z T: 24.39 %; Ener. z Bł.: 1.65 %; K: 3093.85 mg;	Wartość energetyczna: 2698.22 kcal; Białko ogółem: 125.23 g; Tłuszcz: 71.95 g; Kw. tł. nasy.: 27.22 g; Węglowodany ogółem: 397.84 g; W tym cukry: 119.22 g; Błonnik pok.: 29.17 g; Sól: 7.94 g; WW: 37.08 Por; : 18.56 %; : 58.98 %; Ener. z T: 24.00 %; Ener. z Bł.: 2.16 %; K: 4444.77 mg;	Wartość energetyczna: 2622.38 kcal; Białko ogółem: 126.41 g; Tłuszcz: 68.12 g; Kw. tł. nasy.: 26.18 g; Węglowodany ogółem: 385.02 g; W tym cukry: 96.33 g; Błonnik pok.: 31.98 g; Sól: 8.94 g; WW: 35.46 Por; : 19.28 %; : 58.73 %; Ener. z T: 23.38 %; Ener. z Bł.: 2.44 %; K: 4359.53 mg;	Wartość energetyczna: 2118.17 kcal; Białko ogółem: 100.42 g; Tłuszcz: 52.12 g; Kw. tł. nasy.: 22.30 g; Węglowodany ogółem: 314.96 g; W tym cukry: 87.56 g; Błonnik pok.: 27.59 g; Sól: 5.54 g; WW: 28.72 Por; : 18.96 %; : 59.48 %; Ener. z T: 22.14 %; Ener. z Bł.: 2.61 %; K: 4164.42 mg;	Wartość energetyczna: 2383.45 kcal; Białko ogółem: 90.17 g; Tłuszcz: 75.55 g; Kw. tł. nasy.: 30.33 g; Węglowodany ogółem: 347.72 g; W tym cukry: 115.38 g; Błonnik pok.: 32.92 g; Sól: 7.09 g; WW: 31.58 Por; : 15.13 %; : 58.36 %; Ener. z T: 28.53 %; Ener. z Bł.: 2.76 %; K: 3407.48 mg;	Wartość energetyczna: 2343.81 kcal; Białko ogółem: 123.46 g; Tłuszcz: 45.67 g; Kw. tł. nasy.: 23.34 g; Węglowodany ogółem: 365.19 g; W tym cukry: 85.04 g; Błonnik pok.: 20.66 g; Sól: 8.41 g; WW: 34.44 Por; : 21.07 %; : 62.32 %; Ener. z T: 17.54 %; Ener. z Bł.: 1.76 %; K: 3931.02 mg;	Wartość energetyczna: 2076.64 kcal; Białko ogółem: 98.80 g; Tłuszcz: 52.13 g; Kw. tł. nasy.: 26.24 g; Węglowodany ogółem: 308.29 g; W tym cukry: 110.53 g; Błonnik pok.: 17.66 g; Sól: 5.62 g; WW: 29.18 Por; : 19.03 %; : 59.38 %; Ener. z T: 22.59 %; Ener. z Bł.: 1.70 %; K: 3377.99 mg;	Wartość energetyczna: 2589.19 kcal; Białko ogółem: 129.76 g; Tłuszcz: 56.95 g; Kw. tł. nasy.: 27.24 g; Węglowodany ogółem: 396.89 g; W tym cukry: 115.90 g; Błonnik pok.: 24.77 g; Sól: 8.50 g; WW: 37.35 Por; : 20.05 %; : 61.32 %; Ener. z T: 19.80 %; Ener. z Bł.: 1.91 %; K: 4560.55 mg;	Wartość energetyczna: 2312.21 kcal; Białko ogółem: 123.30 g; Tłuszcz: 50.09 g; Kw. tł. nasy.: 24.41 g; Węglowodany ogółem: 347.59 g; W tym cukry: 95.30 g; Błonnik pok.: 25.79 g; Sól: 8.89 g; WW: 32.19 Por; : 21.33 %; : 60.13 %; Ener. z T: 19.50 %; Ener. z Bł.: 2.23 %; K: 4574.40 mg;

Jadłospisy za okres od dnia 2025-06-16 do dnia 2025-06-22 KUCHNIA SIEDLCE

	SIE- Kleikowa rozszerzona	SIE- Dzieci 1-3 lat Podstawowa	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż podstawa	SIE- Bogatoreszkowa	SIE- Bezglutenowa	SIE- Wegetariańska	SIE- Pooperacyjna	SIE- Dzieci 1-3 lat Łatwo strawna	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż łatwostrawna	SIE- Z ogr.subst.pobudz.w ydz.soków żołądkowych
2025-06-19 czwartek	Śniadanie	Kleik ryżowy na wodzie 200 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Suchary b/c 30 g (GLU PSZ, SOJ, MLE,)	Kasza kukurydziana 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,) Szynkowa Extra-wędzonka wieprzowa,wędzona ,z wodą dodaną. 25 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,) Paszтет z ciecierzycy () 40 g (GLU PSZ, JAJ,) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE,) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Szynkowa Extra-wędzonka wieprzowa,wędzona ,z wodą dodaną. 25 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,) Rzodkiew biała 80 g Paszтет z ciecierzycy () 80 g (GLU PSZ, JAJ,) Sałata zielona 20 g	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE,) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 100 g (SEZ, może zawierać: ORZ,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 75 g Rzodkiew biała 80 g Kiwi 1 szt 1 szt Sałata zielona 20 g	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE,) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Paszтет z ciecierzycy () 100 g (GLU PSZ, JAJ,) Rzodkiew biała 80 g Kiwi 1 szt 1 szt Sałata zielona 20 g	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE,) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Serek homo. naturalny 100 g (MLE,)	Kasza kukurydziana 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,) Szynkowa Extra-wędzonka wieprzowa,wędzona ,z wodą dodaną. 25 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,) Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy,grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 25 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE,) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ,) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Szynkowa Extra-wędzonka wieprzowa,wędzona ,z wodą dodaną. 25 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,) Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy,grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE,) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ,) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Szynkowa Extra-wędzonka wieprzowa,wędzona ,z wodą dodaną. 25 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,) Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy,grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,) Pomidor b/skórki 80 g Jabłko pieczone 150 g Sałata zielona 20 g
II ŚN	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Suchary b/c 15 g (GLU PSZ, SOJ, MLE,) Kleik ryżowy na wodzie 200 g	Kiwi 1 szt 1 szt					Jabłko pieczone 150 g			

Jadłospisy za okres od dnia 2025-06-16 do dnia 2025-06-22 KUCHNIA SIEDLCE

	SIE- Kleikowa rozszerzona	SIE- Dzieci 1-3 lat Podstawowa	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż. podstawa	SIE- Bogatoreszkowa	SIE- Bezglutenowa	SIE- Wegetariańska	SIE- Pooperacyjna	SIE- Dzieci 1-3 lat Łatwo strawna	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż. łatwostrawna	SIE- Z ogr.subst.pobudz.w ydz.soków żołądkowych
2025-06-19 czwartek	Obiad	Marchewkowa z ziemniakami (bez mleka) 300 g (GLU PSZ, SEL.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Barszcz czerwony z botwinką i ziemniakami () 250 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Makaron z sosem mięsno-warzywnym, z mięsa drobiowego () 150 g (GLU PSZ, SEL.) Surówka wielowarzywna z olejem () 50 g (SEL.) Brokuł gotowany* 50 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Barszcz czerwony z botwinką i ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Makaron pełnoziarnisty z sosem mięsno-warzywnym, z mięsa drobiowego () 300 g (GLU PSZ, SEL.) Surówka wielowarzywna z olejem () 100 g (SEL.) Brokuł gotowany* 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Barszcz czerwony z botwinką i ziemniakami (bez glutenu) () 300 ml (MLE, SEL.) Makaron bg z sosem mięsno-warzywnym, z mięsa drobiowego () 300 g (SEL.) Surówka wielowarzywna z olejem () 100 g (SEL.) Brokuł gotowany* 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Barszcz czerwony z botwinką i ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Makaron pełnoziarnisty z warzywami* 300 g (GLU PSZ, MLE.) Surówka wielowarzywna z olejem () 100 g (SEL.) Brokuł gotowany* 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Ziemniaczana () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane () 180 g Pulpet wieprzowy 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos pomidorowy 80 ml (GLU PSZ.) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g (SEL.) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami () 250 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Makaron z sosem mięsno-warzywnym, z mięsa drobiowego () 150 g (GLU PSZ, SEL.) Brokuł gotowany* 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Makaron z sosem mięsno-warzywnym, z mięsa drobiowego () 300 g (GLU PSZ, SEL.) Brokuł gotowany* 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Makaron z sosem mięsno-warzywnym, z mięsa drobiowego () 300 g (GLU PSZ, SEL.) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g (SEL.) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml
	PD	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Suchary b/c 15 g (GLU PSZ, SOJ, MLE.) Kleik ryżowy na wodzie 200 g	Herbatniki 30 g (GLU PSZ, SOJ, MLE.) Kisiel o smaku cytrynowym z/c 200 ml	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt Pieczywo chrupkie ekstrudowane-żytnie 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)			Herbatniki 30 g (GLU PSZ, SOJ, MLE.) Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml	Herbatniki 30 g (GLU PSZ, SOJ, MLE.) Kisiel o smaku cytrynowym z/c 200 ml		

Jadłospisy za okres od dnia 2025-06-16 do dnia 2025-06-22 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- Kleikowa rozszerzona	SIE- Dzieci 1-3 lat Podstawowa	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż podstawa	SIE- Bogatoresztkowa	SIE- Bezglutenowa	SIE- Wegetariańska	SIE- Pooperacyjna	SIE- Dzieci 1-3 lat Łatwo strawna	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż łatwostrawna	SIE- Z ogr.subst.pobudz.w ydz.soków żołądkowych
2025-06-19 czwartek	Kolacja	Kleik ryżowy na wodzie 200 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Suchary b/c 30 g (<u>GLUPSZ, SOJ, MLE.</u>)	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Zapiekanka z ryżu i jabłka () 300 g (<u>MLE.</u>) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<u>MLE.</u>)					Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLUPSZ.</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, SEL.</u>) Poledwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkiwm wody wędzona parzona 25 g (<u>GLUPSZ, SOJ.</u>) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Zapiekanka z ryżu i jabłka () 300 g (<u>MLE.</u>) 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	Bułka maślana 1 szt 1 szt (<u>GLUPSZ, JAJ, MLE.</u>)			Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 30 g	Bułka maślana 1 szt 1 szt (<u>GLUPSZ, JAJ, MLE.</u>)				

Jadłospisy za okres od dnia 2025-06-16 do dnia 2025-06-22 KUCHNIA SIEDLCE

	SIE- Kleikowa rozszerzona	SIE- Dzieci 1-3 lat Podstawowa	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż. podstawa	SIE- Bogatoresztkowa	SIE- Bezglutenowa	SIE- Wegetariańska	SIE- Pooperacyjna	SIE- Dzieci 1-3 lat Łatwo strawna	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż. łatwostrawna	SIE- Z ogr.subst.pobudz.w ydz.soków żołądkowych
2025-06-19 czwartek	Wartość energetyczna: 1061.16 kcal; Białko ogółem: 22.98 g; Tłuszcz: 7.81 g; Kw. tł. nasy.: 0.25 g; Węglowodany ogółem: 226.10 g; W tym cukry: 45.55 g; Błonnik pok.: 6.20 g; Sól: 0.70 g; WW: 22.07 Por; : 8.66 %; : 85.23 %; Ener. z T: 6.63 %; Ener. z Bł.: 1.17 %; K: 603.40 mg;	Wartość energetyczna: 2242.38 kcal; Białko ogółem: 66.56 g; Tłuszcz: 52.03 g; Kw. tł. nasy.: 16.12 g; Węglowodany ogółem: 385.23 g; W tym cukry: 121.75 g; Błonnik pok.: 23.99 g; Sól: 4.51 g; WW: 36.25 Por; : 11.87 %; : 68.72 %; Ener. z T: 20.88 %; Ener. z Bł.: 2.14 %; K: 2859.40 mg;	Wartość energetyczna: 2820.56 kcal; Białko ogółem: 88.42 g; Tłuszcz: 70.17 g; Kw. tł. nasy.: 18.47 g; Węglowodany ogółem: 470.87 g; W tym cukry: 130.79 g; Błonnik pok.: 37.81 g; Sól: 6.26 g; WW: 43.41 Por; : 12.54 %; : 66.78 %; Ener. z T: 22.39 %; Ener. z Bł.: 2.68 %; K: 3753.17 mg;	Wartość energetyczna: 2650.15 kcal; Białko ogółem: 92.09 g; Tłuszcz: 67.97 g; Kw. tł. nasy.: 18.25 g; Węglowodany ogółem: 425.86 g; W tym cukry: 82.78 g; Błonnik pok.: 50.78 g; Sól: 6.20 g; WW: 37.63 Por; : 13.90 %; : 64.28 %; Ener. z T: 23.08 %; Ener. z Bł.: 3.83 %; K: 3989.71 mg;	Wartość energetyczna: 2119.98 kcal; Białko ogółem: 69.00 g; Tłuszcz: 49.74 g; Kw. tł. nasy.: 15.29 g; Węglowodany ogółem: 359.72 g; W tym cukry: 96.86 g; Błonnik pok.: 29.35 g; Sól: 4.49 g; WW: 33.03 Por; : 13.02 %; : 67.87 %; Ener. z T: 21.12 %; Ener. z Bł.: 2.77 %; K: 3285.51 mg;	Wartość energetyczna: 2461.16 kcal; Białko ogółem: 75.26 g; Tłuszcz: 60.67 g; Kw. tł. nasy.: 17.45 g; Węglowodany ogółem: 412.60 g; W tym cukry: 92.55 g; Błonnik pok.: 45.21 g; Sól: 5.26 g; WW: 36.84 Por; : 12.23 %; : 67.06 %; Ener. z T: 22.19 %; Ener. z Bł.: 3.67 %; K: 3750.84 mg;	Wartość energetyczna: 2706.84 kcal; Białko ogółem: 103.87 g; Tłuszcz: 65.78 g; Kw. tł. nasy.: 22.73 g; Węglowodany ogółem: 439.51 g; W tym cukry: 111.32 g; Błonnik pok.: 29.80 g; Sól: 7.78 g; WW: 41.06 Por; : 15.35 %; : 64.95 %; Ener. z T: 21.87 %; Ener. z Bł.: 2.20 %; K: 4567.48 mg;	Wartość energetyczna: 2161.81 kcal; Białko ogółem: 67.15 g; Tłuszcz: 43.34 g; Kw. tł. nasy.: 15.42 g; Węglowodany ogółem: 385.44 g; W tym cukry: 128.60 g; Błonnik pok.: 21.38 g; Sól: 4.77 g; WW: 36.47 Por; : 12.43 %; : 71.32 %; Ener. z T: 18.04 %; Ener. z Bł.: 1.98 %; K: 2861.21 mg;	Wartość energetyczna: 2635.30 kcal; Białko ogółem: 90.78 g; Tłuszcz: 52.60 g; Kw. tł. nasy.: 17.12 g; Węglowodany ogółem: 462.49 g; W tym cukry: 135.49 g; Błonnik pok.: 28.30 g; Sól: 6.68 g; WW: 43.44 Por; : 13.78 %; : 70.20 %; Ener. z T: 17.96 %; Ener. z Bł.: 2.15 %; K: 3669.22 mg;	Wartość energetyczna: 2479.86 kcal; Białko ogółem: 86.56 g; Tłuszcz: 59.24 g; Kw. tł. nasy.: 17.35 g; Węglowodany ogółem: 416.01 g; W tym cukry: 103.44 g; Błonnik pok.: 34.13 g; Sól: 6.82 g; WW: 38.27 Por; : 13.96 %; : 67.10 %; Ener. z T: 21.50 %; Ener. z Bł.: 2.75 %; K: 3835.71 mg;
2025-06-20 piątek	Kleik ryżowy na wodzie 200 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Suchary b/c 30 g (GLU PSZ. SOJ. MLE.)	Zacierka na mleku 250 ml (GLU PSZ. MLE.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Miód (25g) 1 szt Serek wiejski lekki 3% tł 150g 1 szt (MLE.) Pomidorki koktajlowe 80 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE. GLU ŻYT. GLU JĘCZ.) Kielki brokuła 20 g	Zacierka na mleku 300 ml (GLU PSZ. MLE.) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE. GLU ŻYT. GLU JĘCZ.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ. GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Miód (25g) 1 szt Serek wiejski lekki 3% tł 150g 1 szt (MLE.) Pomidorki koktajlowe 80 g Kielki brokuła 20 g	Zacierka na mleku 300 ml (GLU PSZ. MLE.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 100 g (SEZ. może zawierać: ORZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Miód (25g) 1 szt Serek wiejski lekki 3% tł 150g 1 szt (MLE.) Pomidorki koktajlowe 80 g Arbuz 100 g Kielki brokuła 20 g	Kasza jaglana na mleku 300 ml (MLE.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 100 g (SEZ. może zawierać: ORZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Miód (25g) 1 szt Serek wiejski lekki 3% tł 150g 1 szt (MLE.) Pomidorki koktajlowe 80 g Arbuz 100 g Kielki brokuła 20 g	Zacierka na mleku 300 ml (GLU PSZ. MLE.) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE. GLU ŻYT. GLU JĘCZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ. GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ. GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Miód (25g) 1 szt Serek wiejski lekki 3% tł 150g 1 szt (MLE.) Pomidorki koktajlowe 80 g Arbuz 100 g Kielki brokuła 20 g	Zacierka na mleku 300 ml (GLU PSZ. MLE.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Miód (25g) 1 szt Serek wiejski lekki 3% tł 150g 1 szt (MLE.)	Zacierka na mleku 250 ml (GLU PSZ. MLE.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Miód (25g) 1 szt Serek wiejski lekki 3% tł 150g 1 szt (MLE.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE. GLU ŻYT. GLU JĘCZ.)	Zacierka na mleku 300 ml (GLU PSZ. MLE.) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE. GLU ŻYT. GLU JĘCZ.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ. GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Miód (25g) 1 szt Serek wiejski lekki 3% tł 150g 1 szt (MLE.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Mus owocowy 100g-produkt pasteryzowany 1 szt	Zacierka na mleku 300 ml (GLU PSZ. MLE.) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE. GLU ŻYT. GLU JĘCZ.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ. GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Miód (25g) 1 szt Serek wiejski lekki 3% tł 150g 1 szt (MLE.) Pomidor b/skórki 80 g Mus owocowy 100g-produkt pasteryzowany 1 szt Sałata zielona 20 g
II ŚN	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Suchary b/c 15 g (GLU PSZ. SOJ. MLE.) Kleik ryżowy na wodzie 200 g	Arbuz 100 g					Jabłko pieczone 150 g	Mus owocowy 100g-produkt pasteryzowany 1 szt		

Jadłospisy za okres od dnia 2025-06-16 do dnia 2025-06-22 KUCHNIA SIEDLCE

	SIE- Kleikowa rozszerzona	SIE- Dzieci 1-3 lat Podstawowa	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż podstawa	SIE- Bogatoreszkowa	SIE- Bezglutenowa	SIE- Wegetariańska	SIE- Pooperacyjna	SIE- Dzieci 1-3 lat Łatwo strawna	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż łatwostrawna	SIE- Z ogr.subst.pobudz.w ydz.soków żołądkowych
2025-06-20 piątek	Obiad	Ryżowa (bez mleka) () 300 ml (SEL.) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Kalafiorowa z ryżem () 250 ml (MLE. SEL.) Ziemniaki gotowane () 90 g Łosoś pieczony 60 g (RYB.) Sos koperkowy * 80 ml (GLU PSZ. MLE.) Warzywa po grecku () 50 g (GLU PSZ. SEL.) Surówka z kapusty młodej z olejem () 50 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Kalafiorowa z ryżem () 300 ml (MLE. SEL.) Ziemniaki gotowane () 180 g Łosoś pieczony 120 g (RYB.) Sos koperkowy * 80 ml (GLU PSZ. MLE.) Surówka z kapusty młodej z olejem () 100 g Warzywa po grecku () 100 g (GLU PSZ. SEL.) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Kalafiorowa z ryżem () 300 ml (MLE. SEL.) Ziemniaki gotowane () 180 g Łosoś pieczony 120 g (RYB.) Sos koperkowy * 80 ml (GLU PSZ. MLE.) Surówka z kapusty młodej z olejem () 100 g Warzywa po grecku (bez glutenu) () 100 g (SEL.) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Kalafiorowa z ryżem () 300 ml (MLE. SEL.) Ziemniaki gotowane () 180 g Łosoś pieczony 120 g (RYB.) Sos koperkowy * 80 ml (GLU PSZ. MLE.) Surówka z kapusty młodej z olejem () 100 g Warzywa po grecku () 100 g (GLU PSZ. SEL.) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Ryżowa (bez mleka) () 300 ml (SEL.) Ziemniaki gotowane () 180 g Łosoś pieczony 120 g (RYB.) Sos koperkowy * 80 ml (GLU PSZ. MLE.) Warzywa po grecku () 200 g (GLU PSZ. SEL.) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Ryżowa () 250 ml (MLE. SEL.) Ziemniaki gotowane () 90 g Łosoś pieczony 60 g (RYB.) Sos koperkowy * 80 ml (GLU PSZ. MLE.) Warzywa po grecku () 100 g (GLU PSZ. SEL.) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Ryżowa () 300 ml (MLE. SEL.) Ziemniaki gotowane () 180 g Łosoś pieczony 120 g (RYB.) Sos koperkowy * 80 ml (GLU PSZ. MLE.) Warzywa po grecku () 200 g (GLU PSZ. SEL.) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	
	PD	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Suchary b/c 15 g (GLU PSZ. SOJ. MLE.) Kleik ryżowy na wodzie 200 g	Serek homogenizowany o smaku waniliowym 140g 1 szt (MLE.)	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.) Płatki owsiane 20 g (GLU OW.)			Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml (MLE.)	Serek homogenizowany o smaku waniliowym 140g 1 szt (MLE.)		
	Kolacja	Kleik ryżowy na wodzie 200 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Suchary b/c 30 g (GLU PSZ. SOJ. MLE.)	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Ser żółty 25 g (MLE.) 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 (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ. GLU ZYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Ser żółty 25 g (MLE.) Ogórek świeży 80 g Rukola 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 100 g (SEZ. może zawierać: ORZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Ser żółty 25 g (MLE.) Ogórek świeży 80 g Rukola 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ. GLU ZYT.) Chleb razowy żytnio-pszen 50 g (GLU PSZ. GLU ZYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Ser żółty 25 g (MLE.) 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 100 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynekowa Extra-wędzonka wieprzowa, wędzona z wodą dodaną 50 g (SOJ. może zawierać: GLU PSZ. JAJ. MLE. SEL. GOR.) Serek homo. naturalny 50 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Serek homo. naturalny 50 g Pomidor 80 g Rukola 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ. GLU ZYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Serek homo. naturalny 50 g Pomidor 80 g Rukola 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ. GLU ZYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Serek homo. naturalny 80 g Miód (25g) 1 szt Pomidor b/skórki 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt

Jadłospisy za okres od dnia 2025-06-16 do dnia 2025-06-22 KUCHNIA SIEDLCE

	SIE- Kleikowa rozszerzona	SIE- Dzieci 1-3 lat Podstawowa	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż. podstawa	SIE- Bogatoreszkowa	SIE- Bezglutenowa	SIE- Wegetariańska	SIE- Pooperacyjna	SIE- Dzieci 1-3 lat Łatwo strawna	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż. łatwostrawna	SIE- Z ogr.subst.pobudz.w ydz.soków żołądkowych
PN	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Biszkopty b/ml 30 g (GLU PSZ, JAJ.) Sok przecierowy warzywno-owocowy 0,33l 1 szt		Pieczywo chrupkie ekstrudowane-żytnie 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Sok przecierowy warzywno-owocowy 0,33l 1 szt	Wafle ryżowe 30 g Sok przecierowy warzywno-owocowy 0,33l 1 szt	Biszkopty b/ml 30 g (GLU PSZ, JAJ.) Sok przecierowy warzywno-owocowy 0,33l 1 szt	Biszkopty b/ml 30 g (GLU PSZ, JAJ.)	Biszkopty b/ml 30 g (GLU PSZ, JAJ.) Sok przecierowy warzywno-owocowy 0,33l 1 szt		
2025-06-20 piątek	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 %; : 85.05 %; Ener. z T: 6.61 %; Ener. z Bł.: 0.92 %; K: 286.12 mg;	Wartość energetyczna: 2074.71 kcal; Białko ogółem: 89.39 g; Tłuszcz: 58.39 g; Kw. tł. nasy.: 25.73 g; Węglowodany ogółem: 302.07 g; W tym cukry: 124.52 g; Błonnik pok.: 12.65 g; Sól: 4.50 g; WW: 29.04 Por; : 17.23 %; : 58.24 %; Ener. z T: 25.33 %; Ener. z Bł.: 1.22 %; K: 2838.02 mg;	Wartość energetyczna: 2672.70 kcal; Białko ogółem: 117.34 g; Tłuszcz: 68.42 g; Kw. tł. nasy.: 27.29 g; Węglowodany ogółem: 405.47 g; W tym cukry: 133.38 g; Błonnik pok.: 22.08 g; Sól: 6.83 g; WW: 38.46 Por; : 17.56 %; : 60.68 %; Ener. z T: 23.04 %; Ener. z Bł.: 1.65 %; K: 4214.02 mg;	Wartość energetyczna: 2617.80 kcal; Białko ogółem: 116.97 g; Tłuszcz: 67.75 g; Kw. tł. nasy.: 26.83 g; Węglowodany ogółem: 398.72 g; W tym cukry: 125.13 g; Błonnik pok.: 37.63 g; Sól: 7.02 g; WW: 36.19 Por; : 17.87 %; : 60.92 %; Ener. z T: 23.29 %; Ener. z Bł.: 2.87 %; K: 5035.82 mg;	Wartość energetyczna: 2372.15 kcal; Białko ogółem: 90.61 g; Tłuszcz: 67.09 g; Kw. tł. nasy.: 22.50 g; Węglowodany ogółem: 355.79 g; W tym cukry: 107.50 g; Błonnik pok.: 25.86 g; Sól: 4.01 g; WW: 32.98 Por; : 15.28 %; : 59.99 %; Ener. z T: 25.45 %; Ener. z Bł.: 2.18 %; K: 3940.03 mg;	Wartość energetyczna: 2487.10 kcal; Białko ogółem: 107.88 g; Tłuszcz: 64.56 g; Kw. tł. nasy.: 24.66 g; Węglowodany ogółem: 380.21 g; W tym cukry: 116.84 g; Błonnik pok.: 28.60 g; Sól: 6.91 g; WW: 35.26 Por; : 17.35 %; : 61.15 %; Ener. z T: 23.36 %; Ener. z Bł.: 2.30 %; K: 4381.02 mg;	Wartość energetyczna: 2434.50 kcal; Białko ogółem: 114.36 g; Tłuszcz: 53.27 g; Kw. tł. nasy.: 18.85 g; Węglowodany ogółem: 383.41 g; W tym cukry: 101.59 g; Błonnik pok.: 21.49 g; Sól: 7.23 g; WW: 36.30 Por; : 18.79 %; : 63.00 %; Ener. z T: 19.69 %; Ener. z Bł.: 1.77 %; K: 3790.85 mg;	Wartość energetyczna: 2024.56 kcal; Białko ogółem: 89.64 g; Tłuszcz: 50.71 g; Kw. tł. nasy.: 20.74 g; Węglowodany ogółem: 305.07 g; W tym cukry: 111.03 g; Błonnik pok.: 15.00 g; Sól: 4.03 g; WW: 29.17 Por; : 17.71 %; : 60.28 %; Ener. z T: 22.54 %; Ener. z Bł.: 1.48 %; K: 2752.49 mg;	Wartość energetyczna: 2623.38 kcal; Białko ogółem: 117.72 g; Tłuszcz: 59.33 g; Kw. tł. nasy.: 22.22 g; Węglowodany ogółem: 411.97 g; W tym cukry: 120.83 g; Błonnik pok.: 24.94 g; Sól: 6.41 g; WW: 38.88 Por; : 17.95 %; : 62.82 %; Ener. z T: 20.35 %; Ener. z Bł.: 1.90 %; K: 4178.15 mg;	Wartość energetyczna: 2521.64 kcal; Białko ogółem: 108.94 g; Tłuszcz: 51.18 g; Kw. tł. nasy.: 18.07 g; Węglowodany ogółem: 413.59 g; W tym cukry: 104.25 g; Błonnik pok.: 24.90 g; Sól: 6.11 g; WW: 39.05 Por; : 17.28 %; : 65.61 %; Ener. z T: 18.27 %; Ener. z Bł.: 1.97 %; K: 4113.19 mg;

Jadłospisy za okres od dnia 2025-06-16 do dnia 2025-06-22 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- Kleikowa rozszerzona	SIE- Dzieci 1-3 lat Podstawowa	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż podstawa	SIE- Bogatoresztkowa	SIE- Bezglutenowa	SIE- Wegetariańska	SIE- Pooperacyjna	SIE- Dzieci 1-3 lat Łatwo strawna	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż łatwostrawna	SIE- Z ogr.subst.pobudz.w ydz.soków żołądkowych
2025-06-21 sobota	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 pszenne na mleku 250 ml <u>(GLU PSZ, MLE.)</u> Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g <u>(GLU PSZ.)</u> Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt <u>(MLE.)</u> Parówki z szynki-kielbasa wieprzowa, homoge nizowana, wędzona, parzona 60 g Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalanej 25 g <u>(SOJ, SEL.)</u> Ketchup 20 g <u>(SEL.)</u> Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Płatki pszenne na mleku 300 ml <u>(GLU PSZ, MLE.)</u> Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g <u>(GLU PSZ.)</u> Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g <u>(GLU PSZ, GLU ZYT.)</u> Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt <u>(MLE.)</u> Parówki z szynki-kielbasa wieprzowa, homoge nizowana, wędzona, parzona 60 g Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalanej 25 g <u>(SOJ, SEL.)</u> Ketchup 20 g <u>(SEL.)</u> Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Płatki pszenne na mleku 300 ml <u>(GLU PSZ, MLE.)</u> Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g <u>(GLU PSZ, GLU ZYT.)</u> Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt <u>(MLE.)</u> Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalanej 50 g <u>(SOJ, SEL.)</u> Miód (25g) 1 szt Pomidor 80 g Banan 150 g Sałata zielona 20 g	Płatki ryżowe błyskawiczne na mleku 300 g <u>(MLE.)</u> Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 100 g <u>(SEZ, może zawierać: ORZ.)</u> Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt <u>(MLE.)</u> Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalanej 50 g <u>(SOJ, SEL.)</u> Miód (25g) 1 szt Pomidor 80 g Banan 150 g Sałata zielona 20 g	Płatki pszenne na mleku 300 ml <u>(GLU PSZ, MLE.)</u> Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g <u>(GLU PSZ, GLU ZYT.)</u> Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g <u>(GLU PSZ, GLU ZYT.)</u> Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt <u>(MLE.)</u> Miód (25g) 1 szt Hummus 80 g <u>(SEZ.)</u> Pomidor 80 g Banan 150 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Sałata zielona 20 g	Płatki pszenne na mleku 300 ml <u>(GLU PSZ, MLE.)</u> Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g <u>(GLU PSZ.)</u> Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt <u>(MLE.)</u> Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalanej 50 g <u>(SOJ, SEL.)</u> Szynka gotowana wieprzowa wędzona parzona, zawiera wodę dodaną, w siatce niejadalnej 25 g <u>(GLU PSZ, SOJ.)</u>	Płatki pszenne na mleku 300 ml <u>(GLU PSZ, MLE.)</u> Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g <u>(GLU PSZ.)</u> Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt <u>(MLE.)</u> Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalanej 25 g <u>(SOJ, SEL.)</u> Szynka gotowana wieprzowa wędzona parzona, zawiera wodę dodaną, w siatce niejadalnej 25 g <u>(GLU PSZ, SOJ.)</u> Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Płatki pszenne na mleku 300 ml <u>(GLU PSZ, MLE.)</u> Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g <u>(GLU PSZ.)</u> Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g <u>(GLU PSZ, GLU ZYT.)</u> Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt <u>(MLE.)</u> Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalanej 25 g <u>(SOJ, SEL.)</u> Szynka gotowana wieprzowa wędzona parzona, zawiera wodę dodaną, w siatce niejadalnej 25 g <u>(GLU PSZ, SOJ.)</u> Pomidor b/skórki 80 g Banan 150 g Sałata zielona 20 g	
	II ŚN	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Suchary b/c 15 g <u>(GLU PSZ, SOJ, MLE.)</u> Kleik ryżowy na wodzie 200 g	Banan 150 g						Banan 150 g		

Jadłospisy za okres od dnia 2025-06-16 do dnia 2025-06-22 KUCHNIA SIEDLCE

	SIE- Kleikowa rozszerzona	SIE- Dzieci 1-3 lat Podstawowa	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż podstawa	SIE- Bogatoresztkowa	SIE- Bezglutenowa	SIE- Wegetariańska	SIE- Pooperacyjna	SIE- Dzieci 1-3 lat Łatwo strawna	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż łatwostrawna	SIE- Z ogr.subst.pobudz.w ydz.soków żołądkowych
2025-06-21 sobota	Obiad	Selerowa z ziemniakami (bez mleka) () 300 ml (MLE, SEL.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami () 300 ml (MLE, SEL.) Ryż na sypko 90 g Pieczone nuggetsy z kurczaka 100 g (JAJ.) Buraczki gotowane drobno tarte () 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami () 300 ml (MLE, SEL.) kasza pęczak/sypko 180 g (GLU PSZ.) Gulasz z udźca kurczaka 150 g (GLU PSZ.) Buraczki gotowane drobno tarte () 100 g Surówka wykwintna z olejem b/c 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami () 300 ml (MLE, SEL.) Ryż na sypko 180 g Gulasz z udźca kurczaka (bez glutenu) 150 g Buraczki gotowane drobno tarte () 100 g Surówka wykwintna z olejem b/c 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami () 300 ml (MLE, SEL.) kasza pęczak/sypko 180 g (GLU PSZ.) Gulasz warzywny z ciecierzycą* 150 g (GLU PSZ, SEL.) Buraczki gotowane drobno tarte () 100 g Surówka wykwintna z olejem b/c 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami (bez mleka) () 300 ml (SEL.) Ryż na sypko 180 g Zrazik wieprzowy gotowany mielony 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Dynia z wody 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami - dieta () 250 ml (MLE, SEL.) Ryż na sypko 90 g Pieczone nuggetsy z kurczaka 100 g (JAJ.) Buraczki gotowane drobno tarte () 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami - dieta () 300 ml (MLE, SEL.) Ryż na sypko 180 g Pieczone nuggetsy z kurczaka 100 g (JAJ.) Buraczki gotowane drobno tarte () 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami - dieta () 300 ml (MLE, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (GLU JĘCZ.) Gulasz z udźca kurczaka 150 g (GLU PSZ.) Buraczki gotowane drobno tarte () 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml
	PD	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Suchary b/c 15 g (GLU PSZ, SOJ, MLE.) Kleik ryżowy na wodzie 200 g	Pudding z nasion chia z mango 200 g (MLE.)				Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE.)	Pudding z nasion chia z mango 200 g (MLE.)		

Jadłospisy za okres od dnia 2025-06-16 do dnia 2025-06-22 KUCHNIA SIEDLCE

2025-06-21 sobota											
	SIE- Kleikowa rozszerzona	SIE- Dzieci 1-3 lat Podstawowa	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż podstawa	SIE- Bogatoresztkowa	SIE- Bezglutenowa	SIE- Wegetariańska	SIE- Pooperacyjna	SIE- Dzieci 1-3 lat Łatwo strawna	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż łatwostrawna	SIE- Z ogr.subst.pobudz.w ydz.soków żołądkowych	
Kolacja	Kleik ryżowy na wodzie 200 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Suchary b/c 30 g (GLU PSZ, SOJ, MLE,)	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Ser żółty 25 g (MLE,) Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 25 g (SOJ,) Pomidor 80 g Roszponka 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ,) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 25 g (SOJ,) Ser żółty 50 g (MLE,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 25 g (SOJ,) Ser żółty 50 g (MLE,) Pomidor 80 g Roszponka 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 25 g (SOJ,) Ser żółty 50 g (MLE,) Pomidor 80 g Roszponka 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 100 g (SEŻ, może zawierać: ORŻ,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 25 g (SOJ,) Ser żółty 50 g (MLE,) Pomidor 80 g Roszponka 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Dżem 25 g 1 szt Pomidor 80 g Roszponka 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 25 g (SOJ,) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 25 g (SOJ,) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 25 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,) Pomidor 80 g Roszponka 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ,) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 25 g (SOJ,) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,) Pomidor 80 g Roszponka 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ,) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 25 g (SOJ,) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,) Pomidor b/skórki 80 g Roszponka 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	
PN	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ciasto drożdżowe 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, S02,) Dżem 25 g 1 szt	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt Pieczywo chrupkie ekstrudowane-żytnie 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JECZ,)	Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 30 g Dżem 25 g 1 szt	Dżem 25 g 1 szt Ciasto drożdżowe 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, S02,)		Ciasto drożdżowe 30 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, S02,) Dżem 25 g 1 szt	Ciasto drożdżowe 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, S02,) Dżem 25 g 1 szt			
	Wartość energetyczna: 1116.14 kcal; Białko ogółem: 24.60 g; Tłuszcz: 7.97 g; Kw. tł. nasy.: 0.25 g; Węglowodany ogółem: 239.38 g; W tym cukry: 45.83 g; Błonnik pok.: 9.17 g; Sól: 0.78 g; WW: 23.13 Por; : 8.82 %; : 85.79 %; Ener. z T: 6.43 %; Ener. z Bł.: 1.64 %; K: 1051.30 mg;	Wartość energetyczna: 2333.12 kcal; Białko ogółem: 94.65 g; Tłuszcz: 82.63 g; Kw. tł. nasy.: 31.26 g; Węglowodany ogółem: 312.89 g; W tym cukry: 114.59 g; Błonnik pok.: 22.28 g; Sól: 6.82 g; WW: 29.25 Por; : 16.23 %; : 53.64 %; Ener. z T: 31.87 %; Ener. z Bł.: 1.91 %; K: 3789.65 mg;	Wartość energetyczna: 2992.20 kcal; Białko ogółem: 114.35 g; Tłuszcz: 104.56 g; Kw. tł. nasy.: 37.92 g; Węglowodany ogółem: 414.47 g; W tym cukry: 122.84 g; Błonnik pok.: 33.06 g; Sól: 9.06 g; WW: 38.36 Por; : 15.29 %; : 55.41 %; Ener. z T: 31.45 %; Ener. z Bł.: 2.21 %; K: 4450.84 mg;	Wartość energetyczna: 2622.31 kcal; Białko ogółem: 101.25 g; Tłuszcz: 91.25 g; Kw. tł. nasy.: 37.15 g; Węglowodany ogółem: 362.84 g; W tym cukry: 105.06 g; Błonnik pok.: 51.61 g; Sól: 11.04 g; WW: 31.25 Por; : 15.44 %; : 55.35 %; Ener. z T: 31.32 %; Ener. z Bł.: 3.94 %; K: 4662.16 mg;	Wartość energetyczna: 2488.98 kcal; Białko ogółem: 74.98 g; Tłuszcz: 74.08 g; Kw. tł. nasy.: 27.72 g; Węglowodany ogółem: 389.01 g; W tym cukry: 106.12 g; Błonnik pok.: 27.36 g; Sól: 4.31 g; WW: 36.28 Por; : 12.05 %; : 62.52 %; Ener. z T: 26.79 %; Ener. z Bł.: 2.20 %; K: 3643.97 mg;	Wartość energetyczna: 2745.75 kcal; Białko ogółem: 72.69 g; Tłuszcz: 90.91 g; Kw. tł. nasy.: 30.09 g; Węglowodany ogółem: 419.09 g; W tym cukry: 120.15 g; Błonnik pok.: 48.43 g; Sól: 7.91 g; WW: 37.29 Por; : 10.59 %; : 61.05 %; Ener. z T: 29.80 %; Ener. z Bł.: 3.53 %; K: 4057.11 mg;	Wartość energetyczna: 2363.85 kcal; Białko ogółem: 98.56 g; Tłuszcz: 56.83 g; Kw. tł. nasy.: 23.08 g; Węglowodany ogółem: 371.87 g; W tym cukry: 99.01 g; Błonnik pok.: 22.91 g; Sól: 8.59 g; WW: 35.05 Por; : 16.68 %; : 62.93 %; Ener. z T: 21.64 %; Ener. z Bł.: 1.94 %; K: 3362.52 mg;	Wartość energetyczna: 2002.91 kcal; Białko ogółem: 87.56 g; Tłuszcz: 57.29 g; Kw. tł. nasy.: 19.63 g; Węglowodany ogółem: 296.43 g; W tym cukry: 112.05 g; Błonnik pok.: 21.18 g; Sól: 5.87 g; WW: 27.68 Por; : 17.49 %; : 59.20 %; Ener. z T: 25.74 %; Ener. z Bł.: 2.11 %; K: 3722.65 mg;	Wartość energetyczna: 2656.44 kcal; Białko ogółem: 111.29 g; Tłuszcz: 65.90 g; Kw. tł. nasy.: 21.67 g; Węglowodany ogółem: 420.43 g; W tym cukry: 124.96 g; Błonnik pok.: 30.22 g; Sól: 9.34 g; WW: 39.18 Por; : 16.76 %; : 63.31 %; Ener. z T: 22.33 %; Ener. z Bł.: 2.28 %; K: 4466.35 mg;	Wartość energetyczna: 2291.67 kcal; Białko ogółem: 92.18 g; Tłuszcz: 50.87 g; Kw. tł. nasy.: 19.76 g; Węglowodany ogółem: 381.42 g; W tym cukry: 110.29 g; Błonnik pok.: 30.76 g; Sól: 9.17 g; WW: 35.21 Por; : 16.09 %; : 66.57 %; Ener. z T: 19.98 %; Ener. z Bł.: 2.68 %; K: 4080.56 mg;	

Jadłospisy za okres od dnia 2025-06-16 do dnia 2025-06-22 KUCHNIA SIEDLCE

	SIE- Kleikowa rozszerzona	SIE- Dzieci 1-3 lat Podstawowa	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż podstawa	SIE- Bogatoresztkowa	SIE- Bezglutenowa	SIE- Wegetariańska	SIE- Pooperacyjna	SIE- Dzieci 1-3 lat Łatwo strawna	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż łatwostrawna	SIE- Z ogr.subst.pobudz.w ydz.soków żołądkowych
2025-06-22 niedziela	Śniadanie	Kleik ryżowy na wodzie 200 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Suchary b/c 30 g (GLU PSZ, SOJ, MLE.)	Kasza manna na mleku 250 ml (GLU PSZ, MLE.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Ser mozzarella 50 g (MLE.) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Papryka świeża 80 g Sałata lodowa 20 g Mus z malin* 20 g	Kasza manna na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Ser mozzarella 50 g (MLE.) Papryka świeża 80 g Sałata lodowa 20 g	Płatki kukurydziane na mleku 300 ml (MLE.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 100 g (SEZ, może zawierać: ORZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Ser mozzarella 50 g (MLE.) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Papryka świeża 80 g Jabłko 150 g Sałata lodowa 20 g	Kasza manna na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 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 100 g (MLE.) Papryka świeża 80 g Jabłko 150 g Sałata lodowa 20 g	Kasza manna na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka zielonogórska- wp. parzona 25 g (SOJ.) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g	Kasza manna na mleku 250 ml (GLU PSZ, MLE.) Mus z malin* 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Ser mozzarella 50 g (MLE.) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g	Kasza manna na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE.) Mus z malin* 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Ser mozzarella 50 g (MLE.) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g	Kasza manna na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Ser mozzarella 50 g (MLE.) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor b/skórki 80 g Sałata lodowa 20 g Jabłko pieczone 150 g
	II ŚN	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Suchary b/c 15 g (GLU PSZ, SOJ, MLE.) Kleik ryżowy na wodzie 200 g	Jabłko 150 g				Jabłko pieczone 150 g			
	Obiad	Marchewkowa z ziemniakami (bez mleka) 300 g (GLU PSZ, SEL.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem () 250 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Schab duszony 50 g Sos własny () 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki gotowane () 90 g Mizeria 50 g (MLE.) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 50 g (SEL.) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Schab duszony 100 g Sos własny () 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki gotowane () 180 g Mizeria 100 g (MLE.) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 100 g (SEL.) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Schab duszony 100 g Sos własny (bez glutenu) 80 ml Ziemniaki gotowane () 180 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 100 g (SEL.) Mizeria 100 g (MLE.) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Pierogi ukraińskie () 300 g (GLU PSZ, SEL.) JAJ, (MLE.) Mizeria 100 g (JAJ, MLE.) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 100 g (SEL.) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Marchewkowa z ryżem () 300 g (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane () 180 g Pulpet wieprzowy 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos własny () 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g (SEL.) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem () 250 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Schab duszony 60 g Sos własny () 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki gotowane () 90 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 100 g (SEL.) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Schab duszony 100 g Sos własny () 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki gotowane () 180 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g (SEL.) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane () 180 g Schab duszony 100 g Sos własny () 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g (SEL.) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml

Jadłospisy za okres od dnia 2025-06-16 do dnia 2025-06-22 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- Kleikowa rozszerzona	SIE- Dzieci 1-3 lat Podstawowa	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż podstawa	SIE- Bogatoresztkowa	SIE- Bezglutenowa	SIE- Wegetariańska	SIE- Pooperacyjna	SIE- Dzieci 1-3 lat Łatwo strawna	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż łatwostrawna	SIE- Z ogr.subst.pobudz.w ydz.soków żołądkowych
2025-06-22 niedziela	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 typu islandzkiego różne smaki Skyr 150g 1 szt (<u>MLE,</u>) Podpłomyki b/c 20 g (<u>GLU PSZ, MLE,</u>)					Kisiel o smaku wiśniowym z/c 200 ml	Jogurt typu islandzkiego różne smaki Skyr 150g 1 szt (<u>MLE,</u>) Podpłomyki b/c 20 g (<u>GLU PSZ, MLE,</u>)		
	Kolacja	Kleik ryżowy na wodzie 200 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Suchary b/c 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE,</u>)	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>) Połędwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkim wody wędzona parzona 25 g (<u>GLU PSZ, SOJ,</u>) Dżem 25 g 1 szt Pomidor 80 g Mix sałat 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Połędwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkim wody wędzona parzona 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ,</u>) Dżem 25 g 1 szt Pomidor 80 g Mix sałat 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT,</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>) Dżem 25 g 1 szt Pomidor 80 g Mix sałat 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 100 g (<u>SEZ, może zawierać: ORZ,</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>) Dżem 25 g 1 szt Pomidor 80 g Mix sałat 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT,</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Hummus 80 g (<u>SEZ,</u>) Pomidor 80 g Dżem 25 g 1 szt Mix sałat 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Połędwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkim wody wędzona parzona 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ,</u>) 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>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Połędwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkim wody wędzona parzona 25 g (<u>GLU PSZ, SOJ,</u>) Dżem 25 g 1 szt Pomidor 80 g Mix sałat 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Połędwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkim wody wędzona parzona 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ,</u>) Dżem 25 g 1 szt Pomidor 80 g Mix sałat 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	
	PN	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Mus owocowy 100g-produkt pasteryzowany 1 szt						Podpłomyki b/c 20 g (<u>GLU PSZ, MLE,</u>)	Mus owocowy 100g-produkt pasteryzowany 1 szt	

Jadłospisy za okres od dnia 2025-06-16 do dnia 2025-06-22 KUCHNIA SIEDLCE

	SIE- Kleikowa rozszerzona	SIE- Dzieci 1-3 lat Podstawowa	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż podstawa	SIE- Bogatoresztkowa	SIE- Bezglutenowa	SIE- Wegetariańska	SIE- Pooperacyjna	SIE- Dzieci 1-3 lat Łatwo strawna	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż łatwostrawna	SIE- Z ogr.subst.pobudz.w ydz.soków żołądkowych
2025-06-22 niedziela	Wartość energetyczna: 1061.16 kcal; Białko ogółem: 22.98 g; Tłuszcz: 7.81 g; Kw. tł. nasy.: 0.25 g; Węglowodany ogółem: 226.10 g; W tym cukry: 45.55 g; Błonnik pok.: 6.20 g; Sól: 0.70 g; WW: 22.07 Por; : 8.66 %; : 85.23 %; Ener. z T: 6.63 %; Ener. z Bł.: 1.17 %; K: 603.40 mg;	Wartość energetyczna: 1798.64 kcal; Białko ogółem: 90.90 g; Tłuszcz: 47.19 g; Kw. tł. nasy.: 17.01 g; Węglowodany ogółem: 261.56 g; W tym cukry: 96.64 g; Błonnik pok.: 20.11 g; Sól: 4.33 g; WW: 24.25 Por; : 20.21 %; : 58.17 %; Ener. z T: 23.61 %; Ener. z Bł.: 2.24 %; K: 2795.94 mg;	Wartość energetyczna: 2427.31 kcal; Białko ogółem: 124.29 g; Tłuszcz: 59.18 g; Kw. tł. nasy.: 20.35 g; Węglowodany ogółem: 362.76 g; W tym cukry: 104.26 g; Błonnik pok.: 29.12 g; Sól: 7.42 g; WW: 33.47 Por; : 20.48 %; : 59.78 %; Ener. z T: 21.94 %; Ener. z Bł.: 2.40 %; K: 4147.65 mg;	Wartość energetyczna: 2306.80 kcal; Białko ogółem: 121.63 g; Tłuszcz: 59.72 g; Kw. tł. nasy.: 20.38 g; Węglowodany ogółem: 339.28 g; W tym cukry: 95.81 g; Błonnik pok.: 39.48 g; Sól: 7.16 g; WW: 30.12 Por; : 21.09 %; : 58.83 %; Ener. z T: 23.30 %; Ener. z Bł.: 3.42 %; K: 4552.86 mg;	Wartość energetyczna: 2241.20 kcal; Białko ogółem: 92.34 g; Tłuszcz: 72.15 g; Kw. tł. nasy.: 19.45 g; Węglowodany ogółem: 313.23 g; W tym cukry: 88.49 g; Błonnik pok.: 31.11 g; Sól: 5.22 g; WW: 28.18 Por; : 16.48 %; : 55.90 %; Ener. z T: 28.97 %; Ener. z Bł.: 2.78 %; K: 3947.22 mg;	Wartość energetyczna: 2774.71 kcal; Białko ogółem: 94.93 g; Tłuszcz: 101.49 g; Kw. tł. nasy.: 21.96 g; Węglowodany ogółem: 383.33 g; W tym cukry: 91.13 g; Błonnik pok.: 35.41 g; Sól: 5.85 g; WW: 34.88 Por; : 13.68 %; : 55.26 %; Ener. z T: 32.92 %; Ener. z Bł.: 2.55 %; K: 3432.48 mg;	Wartość energetyczna: 2311.73 kcal; Białko ogółem: 90.68 g; Tłuszcz: 56.57 g; Kw. tł. nasy.: 21.25 g; Węglowodany ogółem: 374.47 g; W tym cukry: 116.96 g; Błonnik pok.: 28.00 g; Sól: 7.58 g; WW: 34.74 Por; : 15.69 %; : 64.79 %; Ener. z T: 22.02 %; Ener. z Bł.: 2.42 %; K: 3755.77 mg;	Wartość energetyczna: 1833.43 kcal; Białko ogółem: 93.92 g; Tłuszcz: 49.70 g; Kw. tł. nasy.: 16.92 g; Węglowodany ogółem: 262.35 g; W tym cukry: 96.33 g; Błonnik pok.: 21.57 g; Sól: 4.55 g; WW: 24.18 Por; : 20.49 %; : 57.24 %; Ener. z T: 24.40 %; Ener. z Bł.: 2.35 %; K: 2964.16 mg;	Wartość energetyczna: 2469.25 kcal; Białko ogółem: 124.41 g; Tłuszcz: 62.52 g; Kw. tł. nasy.: 19.69 g; Węglowodany ogółem: 367.56 g; W tym cukry: 105.96 g; Błonnik pok.: 33.05 g; Sól: 7.80 g; WW: 33.57 Por; : 20.15 %; : 59.54 %; Ener. z T: 22.79 %; Ener. z Bł.: 2.68 %; K: 4390.09 mg;	Wartość energetyczna: 2255.56 kcal; Białko ogółem: 107.30 g; Tłuszcz: 61.52 g; Kw. tł. nasy.: 19.69 g; Węglowodany ogółem: 332.96 g; W tym cukry: 89.37 g; Błonnik pok.: 31.64 g; Sól: 7.69 g; WW: 30.21 Por; : 19.03 %; : 59.05 %; Ener. z T: 24.55 %; Ener. z Bł.: 2.81 %; K: 4330.14 mg;

Oznaczenia wskaźników odż.:

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