

Jadłospisy za okres od dnia 2026-04-06 do dnia 2026-04-15 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- D01 Podstawowa	SIE- C01 Podstawowa	SIE- C02 Łatwostrawna	SIE- C03 Z ogr.łatwo przyswajalnych wegl.	SIE- D03 Z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów	
2026-04-06 poniedziałek	Śniadanie	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (<u>MLE.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 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>) Połudwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g (<u>SOJ.</u>) Ser mozzarella 50 g (<u>MLE.</u>) Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g Mandarynka 150 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (<u>MLE.</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Połudwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g (<u>SOJ.</u>) Ser mozzarella 50 g (<u>MLE.</u>) Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (<u>MLE.</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 40 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Połudwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g (<u>SOJ.</u>) Ser mozzarella 50 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Maślanka 150 ml (<u>MLE.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 90 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Połudwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g (<u>SOJ.</u>) Ser mozzarella 50 g (<u>MLE.</u>) Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml		
	II ŚN		Mandarynka 150 g	Jabłko pieczone 150 g		Jabłko 150 g	
	Obiad	Rosół z makaronem () 300 ml (<u>GLU PSZ. SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 160 g Ćwiartka z kurczaka pieczona 130 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 75 g Brokuł gotowany* 75 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml		Rosół z makaronem () 300 ml (<u>GLU PSZ. SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 160 g Ćwiartka z kurczaka gotowana 130 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 75 g Brokuł gotowany* 75 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml		Rosół z makaronem () 300 ml (<u>GLU PSZ. SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 160 g Ćwiartka z kurczaka pieczona 130 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 75 g Brokuł gotowany* 75 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml	
	PD			Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml (<u>MLE.</u>)		Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 20 g Sałata zielona 10 g	
	Kolacja	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Ser żółty 25 g (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Ćwikła z jabłkiem b/c () 80 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 40 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>) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g Sałata zielona 20 g Ćwikła z jabłkiem b/c () 80 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 90 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Ser żółty 25 g (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Ćwikła z jabłkiem b/c () 80 g Sałata zielona 20 g			
	PN		Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt			Pieczywo chrupkie ekstrudowane-żytnie 30 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT. GLU JECZ.</u>) Sok pomidorowy 0,3l 1 szt	
		Wartość energetyczna: 2282.94 kcal; Białko ogółem: 124.82 g; Tłuszcz: 83.74 g; Kw. tł. nasy.: 30.48 g; Węglowodany ogółem: 281.08 g; W tym cukry: 68.17 g; Błonnik pok.: 27.28 g; Sól: 9.81 g; WW: 25.20 Por; Ener z B.: 21.87 %; Ener z W.: 49.25 %; Ener. z T.: 33.01 %; Potas: 4002.35 mg; Sód: 3933.46 mg;	Wartość energetyczna: 2484.34 kcal; Białko ogółem: 131.48 g; Tłuszcz: 87.76 g; Kw. tł. nasy.: 32.87 g; Węglowodany ogółem: 315.64 g; W tym cukry: 93.17 g; Błonnik pok.: 27.32 g; Sól: 10.04 g; WW: 28.67 Por; Ener z B.: 21.17 %; Ener z W.: 50.82 %; Ener. z T.: 31.79 %; Potas: 4286.28 mg; Sód: 4022.13 mg;	Wartość energetyczna: 2489.15 kcal; Białko ogółem: 135.87 g; Tłuszcz: 80.59 g; Kw. tł. nasy.: 29.57 g; Węglowodany ogółem: 320.48 g; W tym cukry: 98.78 g; Błonnik pok.: 22.89 g; Sól: 7.31 g; WW: 29.73 Por; Ener z B.: 21.83 %; Ener z W.: 51.50 %; Ener. z T.: 29.14 %; Potas: 4337.04 mg; Sód: 2927.57 mg;	Wartość energetyczna: 2331.92 kcal; Białko ogółem: 130.61 g; Tłuszcz: 87.24 g; Kw. tł. nasy.: 31.25 g; Węglowodany ogółem: 295.09 g; W tym cukry: 39.87 g; Błonnik pok.: 38.88 g; Sól: 12.76 g; WW: 25.49 Por; Ener z B.: 22.40 %; Ener z W.: 50.62 %; Ener. z T.: 33.67 %; Potas: 4203.31 mg; Sód: 5106.79 mg;	Wartość energetyczna: 2157.48 kcal; Białko ogółem: 123.49 g; Tłuszcz: 81.74 g; Kw. tł. nasy.: 28.21 g; Węglowodany ogółem: 264.57 g; W tym cukry: 38.73 g; Błonnik pok.: 34.49 g; Sól: 11.69 g; WW: 22.89 Por; Ener z B.: 22.89 %; Ener z W.: 49.05 %; Ener. z T.: 34.10 %; Potas: 4044.47 mg; Sód: 4678.17 mg;	

Jadłospisy za okres od dnia 2026-04-06 do dnia 2026-04-15 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- D01 Podstawowa	SIE- C01 Podstawowa	SIE- C02 Łatwostrawna	SIE- C03 Z ogr.łatwoprzyswajalnych wegl.	SIE- D03 Z ogr. łatwoprzyswajalnych węglowodanów	
2026-04-07 wtorek	Śniadanie	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU JECZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLUPSZ.</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 80 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Jabłko 150 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU JECZ.</u>) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 40 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 80 g (<u>MLE.</u>) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU JECZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<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 80 g (<u>MLE.</u>) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 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 80 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml		
	II ŚN		Jabłko 150 g	Jabłko pieczone 150 g		Jabłko 150 g	
	Obiad	Barszcz ukraiński 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	Barszcz ukraiński 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>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Barszcz czerwony 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		Barszcz ukraiński z ziemniakami () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ryż na sypko (brązowy) 160 g Pulpet wieprzowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos ziołowy* 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Surówka z selera i marchwi z olejem () b/c 150 g (<u>SEL.</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml	
	PD		Drożdżówka mini 50g 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>)		Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt Pieczywo chrupkie ekstrudowane-żytnie 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>)		
	Kolacja	Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 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>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Rzepa biała 80 g Sałata zielona 20 g	Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 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>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Rzepa biała 80 g Sałata zielona 20 g	Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 40 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g		Kawa zbożowa b/c 250 ml (<u>GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 90 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 Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Rzepa biała 80 g Sałata zielona 20 g	
	PN		Przecier owocowy jabłko-truskawka 100g 1 szt Wafle ryżowe 20 g			Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy parzony w osłonce niejadalnej 20 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.</u>) Sałata zielona 10 g	
			Wartość energetyczna: 2111.49 kcal; Białko ogółem: 85.01 g; Tłuszcz: 45.85 g; Kw. tł. nasy.: 22.64 g; Węglowodany ogółem: 357.29 g; W tym cukry: 93.79 g; Błonnik pok.: 28.32 g; Sól: 6.47 g; WW: 32.99 Por; Ener z B.: 16.10 %; Ener z W.: 67.68 %; Ener. z T.: 19.54 %; Potas: 3028.05 mg; Sód: 2581.47 mg;	Wartość energetyczna: 2597.32 kcal; Białko ogółem: 115.47 g; Tłuszcz: 67.62 g; Kw. tł. nasy.: 27.47 g; Węglowodany ogółem: 392.59 g; W tym cukry: 111.28 g; Błonnik pok.: 28.87 g; Sól: 6.72 g; WW: 36.49 Por; Ener z B.: 17.78 %; Ener z W.: 60.46 %; Ener. z T.: 23.43 %; Potas: 3273.30 mg; Sód: 2680.89 mg;	Wartość energetyczna: 2299.94 kcal; Białko ogółem: 87.24 g; Tłuszcz: 49.93 g; Kw. tł. nasy.: 22.58 g; Węglowodany ogółem: 379.37 g; W tym cukry: 90.28 g; Błonnik pok.: 20.41 g; Sól: 6.64 g; WW: 35.98 Por; Ener z B.: 15.17 %; Ener z W.: 65.98 %; Ener. z T.: 19.54 %; Potas: 2961.46 mg; Sód: 2648.77 mg;	Wartość energetyczna: 2262.00 kcal; Białko ogółem: 107.17 g; Tłuszcz: 69.94 g; Kw. tł. nasy.: 26.97 g; Węglowodany ogółem: 339.55 g; W tym cukry: 52.05 g; Błonnik pok.: 54.02 g; Sól: 7.74 g; WW: 28.58 Por; Ener z B.: 18.95 %; Ener z W.: 60.04 %; Ener. z T.: 27.83 %; Potas: 4071.09 mg; Sód: 3097.48 mg;	Wartość energetyczna: 2093.70 kcal; Białko ogółem: 102.07 g; Tłuszcz: 69.46 g; Kw. tł. nasy.: 26.85 g; Węglowodany ogółem: 300.79 g; W tym cukry: 51.84 g; Błonnik pok.: 48.50 g; Sól: 7.41 g; WW: 25.23 Por; Ener z B.: 19.50 %; Ener z W.: 57.47 %; Ener. z T.: 29.86 %; Potas: 4071.09 mg; Sód: 2965.48 mg;

Jadłospisy za okres od dnia 2026-04-06 do dnia 2026-04-15 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- D01 Podstawowa	SIE- C01 Podstawowa	SIE- C02 Łatwostrawna	SIE- C03 Z ogr.łatwo przyswajalnych wegl.	SIE- D03 Z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów
2026-04-08 środa	Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Serek a'la homogenizowany 80 g (<u>MLE.</u>) Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 25 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Banan 150 g	Płatki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 40 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>) Serek a'la homogenizowany 80 g (<u>MLE.</u>) Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 25 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Płatki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 40 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Serek a'la homogenizowany 80 g (<u>MLE.</u>) Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 25 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g	Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 90 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Serek a'la homogenizowany 80 g (<u>MLE.</u>) Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 25 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	
	II SN		Banan 150 g		Jabłko 150 g	
	Obiad	Kapuśniak z kapusty kiszzonej () 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL, GOR.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 160 g (<u>GLU JĘCZ.</u>) Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos chrzanowy 80 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SOJ.</u>) Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c () 75 g Cukinia pieczona z olejem * 75 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml	Ziemniaczana () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 160 g (<u>GLU JĘCZ.</u>) Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos pomidorowy 80 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Cukinia pieczona z olejem * 75 g Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c () 75 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml	Kapuśniak z kapusty kiszzonej () 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL, GOR.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 160 g (<u>GLU JĘCZ.</u>) Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos chrzanowy 80 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SOJ.</u>) Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c () 75 g Cukinia pieczona z olejem * 75 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml		
	PD		Budyń o smaku śmietankowym b/c 200 ml (<u>MLE.</u>)	Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 20 g Sałata zielona 10 g		
	Kolacja	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Paprykarz szczeciński 80 g (<u>RYB, SOJ.</u>) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 25 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 25 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Paprykarz szczeciński 80 g (<u>RYB, SOJ.</u>) Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 40 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 25 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Paprykarz rybno (morszczuk)-warzywny () 80 g (<u>RYB.</u>) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 90 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Paprykarz szczeciński 80 g (<u>RYB, SOJ.</u>) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 25 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g	
	PN		Ciasto drożdżowe 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>)	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt Pieczywo chrupkie ekstrudowane-żytnie 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)		
		Wartość energetyczna: 2378.16 kcal; Białko ogółem: 99.06 g; Tłuszcz: 67.12 g; Kw. tł. nasy.: 24.62 g; Węglowodany ogółem: 343.00 g; W tym cukry: 74.99 g; Błonnik pok.: 31.39 g; Sól: 9.33 g; WW: 31.18 Por; Ener z B.: 16.66 %; Ener z W.: 57.69 %; Ener. z T.: 25.40 %; Potas: 3861.21 mg; Sód: 3730.38 mg;	Wartość energetyczna: 2552.96 kcal; Białko ogółem: 105.73 g; Tłuszcz: 71.14 g; Kw. tł. nasy.: 27.01 g; Węglowodany ogółem: 370.91 g; W tym cukry: 93.33 g; Błonnik pok.: 31.43 g; Sól: 9.56 g; WW: 33.98 Por; Ener z B.: 16.57 %; Ener z W.: 58.11 %; Ener. z T.: 25.08 %; Potas: 4145.01 mg; Sód: 3818.98 mg;	Wartość energetyczna: 2541.61 kcal; Białko ogółem: 108.50 g; Tłuszcz: 55.87 g; Kw. tł. nasy.: 25.23 g; Węglowodany ogółem: 393.51 g; W tym cukry: 99.26 g; Błonnik pok.: 28.54 g; Sól: 6.48 g; WW: 36.62 Por; Ener z B.: 17.08 %; Ener z W.: 61.93 %; Ener. z T.: 19.78 %; Potas: 4486.48 mg; Sód: 2596.18 mg;	Wartość energetyczna: 2194.94 kcal; Białko ogółem: 100.90 g; Tłuszcz: 69.74 g; Kw. tł. nasy.: 25.88 g; Węglowodany ogółem: 331.35 g; W tym cukry: 42.04 g; Błonnik pok.: 41.59 g; Sól: 11.98 g; WW: 28.90 Por; Ener z B.: 18.39 %; Ener z W.: 60.38 %; Ener. z T.: 28.59 %; Potas: 3767.68 mg; Sód: 4789.75 mg;	Wartość energetyczna: 2020.49 kcal; Białko ogółem: 93.78 g; Tłuszcz: 64.24 g; Kw. tł. nasy.: 22.85 g; Węglowodany ogółem: 300.83 g; W tym cukry: 40.91 g; Błonnik pok.: 37.20 g; Sól: 10.91 g; WW: 26.30 Por; Ener z B.: 18.57 %; Ener z W.: 59.56 %; Ener. z T.: 28.61 %; Potas: 3608.84 mg; Sód: 4361.13 mg;

Jadłospisy za okres od dnia 2026-04-06 do dnia 2026-04-15 KUCHNIA SIEDLCE

	SIE- D01 Podstawowa	SIE- C01 Podstawowa	SIE- C02 Łatwostrawna	SIE- C03 Z ogr.łatwoprzyswajalnych wegl.	SIE- D03 Z ogr.łatwoprzyswajalnych węglowodanów	
2026-04-09 czwartek	Śniadanie	Kasza manna na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Pasta z fasoli 80 g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 25 g Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Banan 150 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Kasza manna na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Pasta z fasoli 80 g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 25 g Pomidor 80 g Salata zielona 20 g	Kasza manna na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 25 g Twarożek 80 g (<u>MLE</u>) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g	Maślanka 150 ml (<u>MLE</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Pasta z fasoli 80 g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 25 g Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	
	II ŚN		Banan 150 g		Jabłko 150 g	
	Obiad	Szpinakowa z ziemniakami () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Makaron pełnoziarnisty z sosem bolognese, z łop wp () 300 g (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 75 g Surówka z rzodkwi i jabłka () 75 g (<u>MLE</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Szpinakowa z ziemniakami () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Makaron pełnoziarnisty z sosem bolognese, z łop wp () 300 g (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Surówka z rzodkwi i jabłka () 75 g (<u>MLE</u>) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 75 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Koperkowa z ziemniakami () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Makaron z sosem bolognese, z łop wp - dieta () 300 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 150 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Szpinakowa z ziemniakami () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Makaron pełnoziarnisty z sosem bolognese, z łop wp () 300 g (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 75 g Surówka z rzodkwi i jabłka () 75 g (<u>MLE</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml	
	PD	Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>) Musli 30 g (<u>GLU PSZ, GLU OW, GLU JECZ</u> , może zawierać: <u>OZI, SOJ, MLE, ORZ</u>)	Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>) Biszkopty b/c 20 g (<u>GLU PSZ, JA, J</u>)	Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>) Płatki owsiane 20 g (<u>GLU OW</u>)		
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Leczo z drobiem-dieta * 300 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Jabłko 1 szt 1 szt	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Leczo z drobiem-dieta * 300 g Jabłko 1 szt 1 szt	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Leczo z drobiem-dieta * 300 g Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Chleb razowy żytnio-pszenny 90 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Leczo z drobiem-dieta * 300 g Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	
	PN	Przecier owocowy jabłko-truskawka 100g 1 szt			Pieczywo chrupkie ekstrudowane-żytnie 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>) Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	
	Wartość energetyczna: 2345.70 kcal; Białko ogółem: 99.33 g; Tłuszcz: 54.31 g; Kw. tł. nasy.: 17.44 g; Węglowodany ogółem: 388.48 g; W tym cukry: 100.50 g; Błonnik pok.: 39.88 g; Sól: 5.74 g; WW: 35.00 Por; Ener z B.: 16.94 %; Ener z W.: 66.24 %; Ener. z T.: 20.84 %; Potas: 4757.01 mg; Sód: 2338.01 mg;	Wartość energetyczna: 2548.80 kcal; Białko ogółem: 108.63 g; Tłuszcz: 59.47 g; Kw. tł. nasy.: 19.56 g; Węglowodany ogółem: 419.47 g; W tym cukry: 110.10 g; Błonnik pok.: 42.37 g; Sól: 6.25 g; WW: 37.82 Por; Ener z B.: 17.05 %; Ener z W.: 65.83 %; Ener. z T.: 21.00 %; Potas: 5057.01 mg; Sód: 2536.91 mg;	Wartość energetyczna: 2421.21 kcal; Białko ogółem: 110.69 g; Tłuszcz: 52.69 g; Kw. tł. nasy.: 18.07 g; Węglowodany ogółem: 387.97 g; W tym cukry: 104.90 g; Błonnik pok.: 24.51 g; Sól: 5.20 g; WW: 36.47 Por; Ener z B.: 18.29 %; Ener z W.: 64.10 %; Ener. z T.: 19.59 %; Potas: 4054.60 mg; Sód: 2082.64 mg;	Wartość energetyczna: 2318.14 kcal; Białko ogółem: 106.48 g; Tłuszcz: 54.89 g; Kw. tł. nasy.: 16.79 g; Węglowodany ogółem: 384.48 g; W tym cukry: 67.18 g; Błonnik pok.: 51.24 g; Sól: 5.85 g; WW: 33.44 Por; Ener z B.: 18.37 %; Ener z W.: 66.34 %; Ener. z T.: 21.31 %; Potas: 4838.03 mg; Sód: 2376.62 mg;	Wartość energetyczna: 2152.34 kcal; Białko ogółem: 97.62 g; Tłuszcz: 50.45 g; Kw. tł. nasy.: 14.74 g; Węglowodany ogółem: 361.32 g; W tym cukry: 60.70 g; Błonnik pok.: 49.86 g; Sól: 5.61 g; WW: 31.30 Por; Ener z B.: 18.14 %; Ener z W.: 67.15 %; Ener. z T.: 21.10 %; Potas: 4462.23 mg; Sód: 2281.12 mg;	

Jadłospisy za okres od dnia 2026-04-06 do dnia 2026-04-15 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- D01 Podstawowa	SIE- C01 Podstawowa	SIE- C02 Łatwostrawna	SIE- C03 Z ogr.łatwo przyswajalnych wegl.	SIE- D03 Z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów	
2026-04-10 piątek	Śniadanie	Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Serek wiejski lekki 3% tł 150g 1 szt (<u>MLE,</u>) Powidła śliwkowe 25 g Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Mandarynka 150 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 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>) Serek wiejski lekki 3% tł 150g 1 szt (<u>MLE,</u>) Powidła śliwkowe 25 g Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenna długa krojona 40 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Serek wiejski lekki 3% tł 150g 1 szt (<u>MLE,</u>) Miód (25g) 1 szt Salata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE,</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 90 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Serek wiejski lekki 3% tł 150g 1 szt (<u>MLE,</u>) Hummus 25 g (<u>SEZ,</u>) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g		
	II ŚN		Mandarynka 150 g	Jabłko pieczone 150 g		Jabłko 150 g	
	Obiad	Krupnik jęczmienny () 300 ml (<u>MLE, SEL, GLU JĘCZ,</u>) Ziemniaki gotowane () 160 g Ryba pieczona (Morszczuk) 120 g (<u>RYB,</u>) Sos koperkowy * 80 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Surówka z kapusty kiszzonej z olejem () 75 g Warzywa po grecku () 75 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Krupnik jęczmienny () 300 ml (<u>MLE, SEL, GLU JĘCZ,</u>) Ziemniaki gotowane () 160 g Pulpet rybny (Morszczuk) 120 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB,</u>) Sos koperkowy * 80 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Warzywa po grecku () 150 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Krupnik jęczmienny () 300 ml (<u>MLE, SEL, GLU JĘCZ,</u>) Ziemniaki gotowane () 160 g Pulpet rybny (Morszczuk) 120 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB,</u>) Sos koperkowy * 80 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Warzywa po grecku () 150 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml			
	PD		Kisiel o smaku truskawkowym z/c 200 ml		Sok pomidorowy 0,3l 1 szt Wafle ryżowe 30 g		
	Kolacja	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Pasta z jaj z cebulą i koperkiem 80 g (<u>JAJ, GOR,</u>) Ser żółty 50 g (<u>MLE,</u>) Ogórek kiszony 80 g Salata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Pasta z jaj z cebulą i koperkiem 80 g (<u>JAJ, GOR,</u>) Ser żółty 50 g (<u>MLE,</u>) Ogórek kiszony 80 g Salata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 40 g (<u>GLU PSZ,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 80 g (<u>JAJ, MLE,</u>) Dżem 25 g 1 szt Pomidor 80 g Salata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 90 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 80 g (<u>JAJ, MLE,</u>) Ser żółty 50 g (<u>MLE,</u>) Ogórek kiszony 80 g Salata zielona 20 g		
	PN		Mleko Smakowe UHT 1,5% tł 0,2l 1 szt (<u>MLE,</u>) Podplomyki b/c 20 g (<u>GLU PSZ, MLE,</u>)			Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE,</u>) Twarożek z ziołami 40 g (<u>MLE,</u>) Salata zielona 10 g	
			Wartość energetyczna: 2399.62 kcal; Białko ogółem: 125.12 g; Tłuszcz: 80.25 g; Kw. tł. nasy.: 31.71 g; Węglowodany ogółem: 317.41 g; W tym cukry: 66.30 g; Błonnik pok.: 27.82 g; Sól: 9.43 g; WW: 28.89 Por; Ener z B.: 20.86 %; Ener z W.: 52.91 %; Ener. z T.: 30.10 %; Potas: 3904.88 mg; Sód: 3756.44 mg;	Wartość energetyczna: 2551.76 kcal; Białko ogółem: 125.18 g; Tłuszcz: 80.25 g; Kw. tł. nasy.: 31.71 g; Węglowodany ogółem: 355.44 g; W tym cukry: 96.60 g; Błonnik pok.: 27.85 g; Sól: 9.49 g; WW: 32.71 Por; Ener z B.: 19.62 %; Ener z W.: 55.72 %; Ener. z T.: 28.31 %; Potas: 3906.75 mg; Sód: 3777.91 mg;	Wartość energetyczna: 2491.20 kcal; Białko ogółem: 110.25 g; Tłuszcz: 58.08 g; Kw. tł. nasy.: 21.64 g; Węglowodany ogółem: 398.40 g; W tym cukry: 121.74 g; Błonnik pok.: 24.66 g; Sól: 6.72 g; WW: 37.49 Por; Ener z B.: 17.70 %; Ener z W.: 63.97 %; Ener. z T.: 20.98 %; Potas: 3841.57 mg; Sód: 2687.65 mg;	Wartość energetyczna: 2388.93 kcal; Białko ogółem: 123.62 g; Tłuszcz: 84.72 g; Kw. tł. nasy.: 33.39 g; Węglowodany ogółem: 321.82 g; W tym cukry: 43.72 g; Błonnik pok.: 38.33 g; Sól: 11.99 g; WW: 28.26 Por; Ener z B.: 20.70 %; Ener z W.: 53.89 %; Ener. z T.: 31.92 %; Potas: 4102.63 mg; Sód: 4790.66 mg;	Wartość energetyczna: 2221.53 kcal; Białko ogółem: 118.76 g; Tłuszcz: 82.53 g; Kw. tł. nasy.: 32.94 g; Węglowodany ogółem: 288.88 g; W tym cukry: 43.30 g; Błonnik pok.: 37.34 g; Sól: 9.88 g; WW: 25.06 Por; Ener z B.: 21.38 %; Ener z W.: 52.02 %; Ener. z T.: 33.44 %; Potas: 4102.63 mg; Sód: 3948.26 mg;

Jadłospisy za okres od dnia 2026-04-06 do dnia 2026-04-15 KUCHNIA SIEDLCE

	SIE- D01 Podstawowa	SIE- C01 Podstawowa	SIE- C02 Łatwostrawna	SIE- C03 Z ogr.łatwo przyswajalnych wegl.	SIE- D03 Z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów
2026-04-11 sobota	Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW,</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 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. 50 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,</u>) Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt (<u>MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE,</u>) Rzodkiew biała 80 g Salata zielona 20 g Jabłko 150 g	Płatki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW,</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 40 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 z piersi kurczaka-produkt drobiowy.grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,</u>) Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt (<u>MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE,</u>) Rzodkiew biała 80 g Salata zielona 20 g	Płatki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW,</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenna długa krojona 40 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy.grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,</u>) Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt (<u>MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE,</u>) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g	Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<u>MLE,</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 90 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. 50 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,</u>) Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt (<u>MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE,</u>) Rzodkiew biała 80 g Salata zielona 20 g
		II ŚN	Jabłko 150 g	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Jabłko 150 g
	Obiad	Koperkowa z ziemniakami () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Ryż na sypko (brązowy) 160 g Kociółek meksykański z kurczakiem i fasolą 150 g (<u>SEL,</u>) Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c () 75 g Buraczki gotowane () 75 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Koperkowa z ziemniakami () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Ryż na sypko (brązowy) 160 g Kociółek meksykański z kurczakiem i fasolą 150 g (<u>SEL,</u>) Buraczki gotowane () 75 g Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c () 75 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Solferino () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Ryż na sypko 160 g Potrawka drobiowa () 150 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Buraczki gotowane () 75 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c () 75 g	Koperkowa z ziemniakami () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Ryż na sypko (brązowy) 160 g Kociółek meksykański z kurczakiem i fasolą 150 g (<u>SEL,</u>) Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c () 75 g Buraczki gotowane () 75 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml
	PD	Maślanka truskawkowa 200 ml (<u>MLE,</u>)		Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt Pieczywo chrupkie ekstrudowane-żytnie 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u>)	
Kolejacja	Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Salatka z makaronu z wędliną drobiowo wieprzową -dieta () 150 g (<u>GLU PSZ, SEL, może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR,</u>) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa,wędzona,z wodą dodaną. 25 g (<u>SOJ,</u>) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g	Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa,wędzona,z wodą dodaną. 25 g (<u>SOJ,</u>) Salatka z makaronu z wędliną drobiowo wieprzową -dieta () 150 g (<u>GLU PSZ, SEL, może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR,</u>) Salata zielona 20 g Pomidor 80 g	Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenna długa krojona 40 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa,wędzona,z wodą dodaną. 25 g (<u>SOJ,</u>) Salatka z makaronu z wędliną drobiowo wieprzową -dieta () 150 g (<u>GLU PSZ, SEL, może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR,</u>) Salata zielona 20 g Pomidor 80 g	Kawa zbożowa b/c 250 ml (<u>GLU ŻYT, GLU JECZ,</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 90 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Salatka z makaronu z wędliną drobiowo wieprzową -dieta () 150 g (<u>GLU PSZ, SEL, może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR,</u>) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa,wędzona,z wodą dodaną. 25 g (<u>SOJ,</u>) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g	
	PN	Mus- przecier owocowy jabłko 100g (tubka) 1 szt		Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE,</u>) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g Salata zielona 10 g	

Jadłospisy za okres od dnia 2026-04-06 do dnia 2026-04-15 KUCHNIA SIEDLCE

	SIE- D01 Podstawowa	SIE- C01 Podstawowa	SIE- C02 Łatwostrawna	SIE- C03 Z ogr.łatwoprzyswajalnych wegl.	SIE- D03 Z ogr. łatwoprzyswajalnych węglowodanów
2026-04-11 sobota	Wartość energetyczna: 2128.33 kcal; Białko ogółem: 75.70 g; Tłuszcz: 61.34 g; Kw. tł. nasy.: 24.60 g; Węglowodany ogółem: 344.64 g; W tym cukry: 85.09 g; Błonnik pok.: 40.28 g; Sól: 7.49 g; WW: 30.45 Por; Ener z B.: 14.23 %; Ener z W.: 64.77 %; Ener. z T.: 25.94 %; Potas: 3806.14 mg; Sód: 2999.00 mg;	Wartość energetyczna: 2276.33 kcal; Białko ogółem: 82.10 g; Tłuszcz: 64.34 g; Kw. tł. nasy.: 26.60 g; Węglowodany ogółem: 368.64 g; W tym cukry: 85.09 g; Błonnik pok.: 40.28 g; Sól: 7.69 g; WW: 32.85 Por; Ener z B.: 14.43 %; Ener z W.: 64.78 %; Ener. z T.: 25.44 %; Potas: 3806.14 mg; Sód: 3079.00 mg;	Wartość energetyczna: 2370.21 kcal; Białko ogółem: 95.12 g; Tłuszcz: 64.48 g; Kw. tł. nasy.: 27.13 g; Węglowodany ogółem: 371.51 g; W tym cukry: 86.49 g; Błonnik pok.: 29.02 g; Sól: 7.46 g; WW: 34.34 Por; Ener z B.: 16.05 %; Ener z W.: 62.70 %; Ener. z T.: 24.48 %; Potas: 3863.88 mg; Sód: 2987.56 mg;	Wartość energetyczna: 2097.12 kcal; Białko ogółem: 75.31 g; Tłuszcz: 60.20 g; Kw. tł. nasy.: 23.91 g; Węglowodany ogółem: 356.65 g; W tym cukry: 49.17 g; Błonnik pok.: 53.70 g; Sól: 8.40 g; WW: 30.33 Por; Ener z B.: 14.37 %; Ener z W.: 68.03 %; Ener. z T.: 25.84 %; Potas: 3714.61 mg; Sód: 3363.29 mg;	Wartość energetyczna: 1928.82 kcal; Białko ogółem: 70.21 g; Tłuszcz: 59.72 g; Kw. tł. nasy.: 23.79 g; Węglowodany ogółem: 317.89 g; W tym cukry: 48.96 g; Błonnik pok.: 48.18 g; Sól: 8.07 g; WW: 26.98 Por; Ener z B.: 14.56 %; Ener z W.: 65.92 %; Ener. z T.: 27.87 %; Potas: 3714.61 mg; Sód: 3231.29 mg;

Jadłospisy za okres od dnia 2026-04-06 do dnia 2026-04-15 KUCHNIA SIEDLCE

	SIE- D01 Podstawowa	SIE- C01 Podstawowa	SIE- C02 Łatwostrawna	SIE- C03 Z ogr.łatwo przyswajalnych wegl.	SIE- D03 Z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów	
2026-04-12 niedziela	Śniadanie	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (<u>MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Szynka zielonogórska- wieprzowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 50 g (<u>SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR</u>) Dżem 25 g 1 szt Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g Banan 150 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (<u>MLE</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 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 zielonogórska- wieprzowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 50 g (<u>SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR</u>) Dżem 25 g 1 szt Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (<u>MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Bułka pszenna długa krojona 40 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Szynka zielonogórska- wieprzowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 50 g (<u>SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR</u>) Dżem 25 g 1 szt Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Maślanka 150 ml (<u>MLE</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 90 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Szynka zielonogórska- wieprzowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 50 g (<u>SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR</u>) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 25 g (<u>SOJ</u>) Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g	
	III ŚN		Banan 150 g		Jabłko 150 g	
	Obiad	Pomidorowa z zacierką () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Ziemniaki gotowane () 160 g Schab duszony 100 g Sos własny () 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 75 g (<u>SEL</u>) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 75 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Pomidorowa z zacierką () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Ziemniaki gotowane () 160 g Schab duszony 100 g Sos własny () 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 75 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 75 g (<u>SEL</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Ryżowa () 300 ml (<u>MLE, SEL</u>) Ziemniaki gotowane () 160 g Pulpet wieprzowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Sos ziołowy 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 150 g (<u>SEL</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Pomidorowa z zacierką () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Ziemniaki gotowane () 160 g Schab duszony 100 g Sos własny () 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 75 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 75 g (<u>SEL</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml	
	PD		Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml (<u>MLE</u>) Mieszanka studencka 30 g (<u>OZI, ORZ</u>)	Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml (<u>MLE</u>) Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 30 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 20 g Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Sałata zielona 20 g	
	Kolacja	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Ser mozzarella 50 g (<u>MLE</u>) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Ser mozzarella 50 g (<u>MLE</u>) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 40 g (<u>GLU PSZ</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Ser mozzarella 50 g (<u>MLE</u>) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 90 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Ser mozzarella 50 g (<u>MLE</u>) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	
	PN	Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt Biszkopty b/c 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>)			Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt Pieczywo chrupkie ekstrudowane-żytnie 20 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ</u>)	
	Wartość energetyczna: 2137.12 kcal; Białko ogółem: 98.51 g; Tłuszcz: 56.07 g; Kw. tł. nasy.: 19.79 g; Węglowodany ogółem: 333.31 g; W tym cukry: 95.14 g; Błonnik pok.: 28.36 g; Sól: 7.85 g; WW: 30.51 Por; Ener z B.: 18.44 %; Ener z W.: 62.39 %; Ener z T.: 23.61 %; Potas: 4110.99 mg; Sód: 3136.88 mg;	Wartość energetyczna: 2477.12 kcal; Białko ogółem: 109.38 g; Tłuszcz: 68.79 g; Kw. tł. nasy.: 22.18 g; Węglowodany ogółem: 381.37 g; W tym cukry: 120.14 g; Błonnik pok.: 28.40 g; Sól: 8.24 g; WW: 35.32 Por; Ener z B.: 17.66 %; Ener z W.: 61.58 %; Ener z T.: 24.99 %; Potas: 4394.93 mg; Sód: 3294.24 mg;	Wartość energetyczna: 2530.05 kcal; Białko ogółem: 100.29 g; Tłuszcz: 64.15 g; Kw. tł. nasy.: 23.55 g; Węglowodany ogółem: 405.37 g; W tym cukry: 122.60 g; Błonnik pok.: 26.51 g; Sól: 7.08 g; WW: 38.02 Por; Ener z B.: 15.86 %; Ener z W.: 64.09 %; Ener z T.: 22.82 %; Potas: 4309.80 mg; Sód: 2823.00 mg;	Wartość energetyczna: 1949.22 kcal; Białko ogółem: 104.61 g; Tłuszcz: 56.96 g; Kw. tł. nasy.: 19.52 g; Węglowodany ogółem: 294.21 g; W tym cukry: 42.53 g; Błonnik pok.: 42.01 g; Sól: 9.22 g; WW: 25.20 Por; Ener z B.: 21.47 %; Ener z W.: 60.38 %; Ener z T.: 26.30 %; Potas: 4021.04 mg; Sód: 3685.35 mg;	Wartość energetyczna: 1772.61 kcal; Białko ogółem: 97.30 g; Tłuszcz: 51.43 g; Kw. tł. nasy.: 16.48 g; Węglowodany ogółem: 263.30 g; W tym cukry: 41.26 g; Błonnik pok.: 37.43 g; Sól: 8.15 g; WW: 22.57 Por; Ener z B.: 21.96 %; Ener z W.: 59.42 %; Ener z T.: 26.11 %; Potas: 3844.11 mg; Sód: 3256.19 mg;	

Jadłospisy za okres od dnia 2026-04-06 do dnia 2026-04-15 KUCHNIA SIEDLCE

	SIE- D01 Podstawowa	SIE- C01 Podstawowa	SIE- C02 Łatwostrawna	SIE- C03 Z ogr.łatwoprzyswajalnych wegl.	SIE- D03 Z ogr. łatwoprzyswajalnych węglowodanów	
2026-04-13 poniedziałek	Śniadanie	Płatki pszenne na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLUPSZ</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa, wędzona, z wodą dodaną. 25 g (<u>SOJ</u>) Serek homo. naturalny 80 g (<u>MLE</u>) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Mandarynka 150 g	Płatki pszenne na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLUPSZ</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa, wędzona, z wodą dodaną. 25 g (<u>SOJ</u>) Serek homo. naturalny 80 g (<u>MLE</u>) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g	Płatki pszenne na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa, wędzona, z wodą dodaną. 25 g (<u>SOJ</u>) Serek homo. naturalny 80 g (<u>MLE</u>) Pomidor 80 g Salata 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 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa, wędzona, z wodą dodaną. 25 g (<u>SOJ</u>) Serek homo. naturalny 80 g (<u>MLE</u>) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g	
	II ŚN		Mandarynka 150 g	Jabłko pieczone 150 g	Jabłko 150 g	
	Obiad	Fasolowa z ziemniakami () 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Makaron z serem 300 g (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Mus z jabłek () z/c 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml	Dyniowa z ziemniakami () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Makaron z serem 300 g (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Mus z jabłek () z/c 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml	Dyniowa z ziemniakami () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Kopytka ziemniaczane () 300 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Sos szpinakowy* 80 ml (<u>GLU PSZ</u>) Surówka z selera i marchwi z olejem () b/c 150 g (<u>SEL</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml	Fasolowa z ziemniakami () 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Makaron pełnoziarnisty 160 g (<u>GLU PSZ</u>) Pulpet drobiowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Sos szpinakowy* 80 ml (<u>GLU PSZ</u>) Surówka z selera i marchwi z olejem () b/c 150 g (<u>SEL</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml	
	PD		Budyń o smaku waniliowym z/c 200 ml (<u>MLE</u>) Mieszanka studencka 30 g (<u>OZI, ORZ</u>)	Budyń o smaku waniliowym z/c 200 ml (<u>MLE</u>) Biszkopy 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JECZ</u>)	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 20 g Salata zielona 10 g	
	Kolacja	Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Szynka z pierśią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalanej 50 g (<u>SOJ, SEL, może zawierać: MLE, GOR</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>) Salata zielona 20 g Ćwikła z jabłkiem () 80 g	Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 40 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 z pierśią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalanej 50 g (<u>SOJ, SEL, może zawierać: MLE, GOR</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>) Ćwikła z jabłkiem () 80 g Salata zielona 20 g	Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 40 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 z pierśią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalanej 50 g (<u>SOJ, SEL, może zawierać: MLE, GOR</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>) Salata zielona 20 g Ćwikła z jabłkiem () 80 g	Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Chleb razowy pszenno-żytni 90 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Szynka z pierśią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalanej 50 g (<u>SOJ, SEL, może zawierać: MLE, GOR</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>) Salata zielona 20 g Ćwikła z jabłkiem b/c () 80 g	
	PN	Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 30 g			Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt Pieczywo chrupkie ekstrudowane-żytnie 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>)	
		Wartość energetyczna: 2225.50 kcal; Białko ogółem: 96.79 g; Tłuszcz: 48.31 g; Kw. tł. nasy.: 21.36 g; Węglowodany ogółem: 374.81 g; W tym cukry: 87.42 g; Błonnik pok.: 32.22 g; Sól: 6.39 g; WW: 34.21 Por; Ener z B.: 17.40 %; Ener z W.: 67.37 %; Ener. z T.: 19.54 %; Potas: 2917.38 mg; Sód: 2554.00 mg;	Wartość energetyczna: 2467.31 kcal; Białko ogółem: 102.28 g; Tłuszcz: 57.71 g; Kw. tł. nasy.: 23.56 g; Węglowodany ogółem: 408.48 g; W tym cukry: 113.13 g; Błonnik pok.: 28.40 g; Sól: 6.80 g; WW: 37.96 Por; Ener z B.: 16.58 %; Ener z W.: 66.22 %; Ener. z T.: 21.05 %; Potas: 3004.09 mg; Sód: 2713.72 mg;	Wartość energetyczna: 2616.26 kcal; Białko ogółem: 91.05 g; Tłuszcz: 60.25 g; Kw. tł. nasy.: 21.79 g; Węglowodany ogółem: 454.54 g; W tym cukry: 113.07 g; Błonnik pok.: 35.00 g; Sól: 8.59 g; WW: 41.99 Por; Ener z B.: 13.92 %; Ener z W.: 69.49 %; Ener. z T.: 20.73 %; Potas: 4755.25 mg; Sód: 3432.59 mg;	Wartość energetyczna: 2248.56 kcal; Białko ogółem: 105.73 g; Tłuszcz: 64.05 g; Kw. tł. nasy.: 21.06 g; Węglowodany ogółem: 347.94 g; W tym cukry: 49.11 g; Błonnik pok.: 49.79 g; Sól: 8.41 g; WW: 29.88 Por; Ener z B.: 18.81 %; Ener z W.: 61.90 %; Ener. z T.: 25.64 %; Potas: 3891.67 mg; Sód: 3365.02 mg;	Wartość energetyczna: 2074.11 kcal; Białko ogółem: 98.61 g; Tłuszcz: 58.55 g; Kw. tł. nasy.: 18.02 g; Węglowodany ogółem: 317.42 g; W tym cukry: 47.98 g; Błonnik pok.: 45.40 g; Sól: 7.34 g; WW: 27.28 Por; Ener z B.: 19.02 %; Ener z W.: 61.22 %; Ener. z T.: 25.40 %; Potas: 3732.83 mg; Sód: 2936.40 mg;

Jadłospisy za okres od dnia 2026-04-06 do dnia 2026-04-15 KUCHNIA SIEDLCE

	SIE- D01 Podstawowa	SIE- C01 Podstawowa	SIE- C02 Łatwostrawna	SIE- C03 Z ogr.łatwoprzyswajalnych wegl.	SIE- D03 Z ogr. łatwoprzyswajalnych węglowodanów	
2026-04-14 wtorek	Śniadanie	Zacierka na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE,) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 25 g Twarożek z koperkiem 80 g (MLE,) Rzodkiew biała 80 g Salata zielona 20 g Jabłko 150 g	Zacierka na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE,) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 25 g Twarożek z koperkiem 80 g (MLE,) Rzodkiew biała 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Zacierka na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE,) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Bułka pszenna długa krojona 40 g (GLU PSZ,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 25 g Twarożek z koperkiem 80 g (MLE,) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE,) Chleb razowy żytnio-pszenny 90 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 25 g Twarożek z koperkiem 80 g (MLE,) Rzodkiew biała 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	
	II ŚN	Jabłko 150 g	Jabłko pieczone 150 g	Jabłko 150 g	Jabłko 150 g	
	Obiad	Ogórkowa z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Ryż na sypko (brązowy) 160 g Karczek pieczony 100 g (GLU PSZ,) Sos meksykański 80 g (GLU PSZ,) Surówka z kapusty białej z olejem () 75 g Buraczki gotowane () 75 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Ogórkowa z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Karczek pieczony 100 g (GLU PSZ,) Sos meksykański 80 g (GLU PSZ,) Ryż na sypko (brązowy) 160 g Surówka z kapusty białej z olejem () 75 g Buraczki gotowane () 75 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Brokułowa z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Szynka wieprzowa gotowana 100 g Sos własny () 80 ml (GLU PSZ, SEL,) Ryż na sypko 160 g Buraczki gotowane () 150 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Ogórkowa z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Szynka wieprzowa gotowana 100 g Sos własny () 80 ml (GLU PSZ, SEL,) Ryż na sypko (brązowy) 160 g Surówka z kapusty białej z olejem b/c () 75 g Buraczki gotowane () 75 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml	
	PD		Drożdżówka mini 50g 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE,)	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt Pieczywo chrupkie ekstrudowane-żytnie 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JECZ,)		
	Kolacja	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Galaretk drobiowa z udźcem z kurczaka () 200 g (SEL,) Szynka zielonogórska- wieprzowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 25 g (SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR,) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Galaretk drobiowa z udźcem z kurczaka () 200 g (SEL,) Szynka zielonogórska- wieprzowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 25 g (SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR,) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 40 g (GLU PSZ,) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Galaretk drobiowa z udźcem z kurczaka () 200 g (SEL,) Szynka zielonogórska- wieprzowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 25 g (SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR,) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 90 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Galaretk drobiowa z udźcem z kurczaka () 200 g (SEL,) Szynka zielonogórska- wieprzowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 25 g (SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR,) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g	
	PN		Przecier owocowy jabłko-truskawka 120g 1 szt		Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło extra 82% 5 g (MLE,) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osl.niejad 25 g Salata zielona 5 g	
		Wartość energetyczna: 2171.70 kcal; Białko ogółem: 103.79 g; Tłuszcz: 68.24 g; Kw. tł. nasy.: 28.24 g; Węglowodany ogółem: 309.73 g; W tym cukry: 80.40 g; Błonnik pok.: 35.77 g; Sól: 7.27 g; WW: 27.35 Por; Ener z B.: 19.12 %; Ener z W.: 57.05 %; Ener. z T.: 28.28 %; Potas: 4001.25 mg; Sód: 2893.85 mg;	Wartość energetyczna: 2314.70 kcal; Białko ogółem: 106.24 g; Tłuszcz: 71.97 g; Kw. tł. nasy.: 28.24 g; Węglowodany ogółem: 327.23 g; W tym cukry: 80.40 g; Błonnik pok.: 35.77 g; Sól: 7.42 g; WW: 29.10 Por; Ener z B.: 18.36 %; Ener z W.: 56.55 %; Ener. z T.: 27.98 %; Potas: 4001.25 mg; Sód: 2953.85 mg;	Wartość energetyczna: 2183.43 kcal; Białko ogółem: 111.61 g; Tłuszcz: 50.63 g; Kw. tł. nasy.: 21.97 g; Węglowodany ogółem: 329.38 g; W tym cukry: 81.14 g; Błonnik pok.: 23.90 g; Sól: 6.74 g; WW: 30.55 Por; Ener z B.: 20.45 %; Ener z W.: 60.34 %; Ener. z T.: 20.87 %; Potas: 3966.68 mg; Sód: 2684.60 mg;	Wartość energetyczna: 2031.71 kcal; Białko ogółem: 110.30 g; Tłuszcz: 54.56 g; Kw. tł. nasy.: 23.96 g; Węglowodany ogółem: 313.88 g; W tym cukry: 49.27 g; Błonnik pok.: 46.84 g; Sól: 10.17 g; WW: 26.70 Por; Ener z B.: 21.72 %; Ener z W.: 61.80 %; Ener. z T.: 24.17 %; Potas: 4183.08 mg; Sód: 4056.02 mg;	Wartość energetyczna: 1868.81 kcal; Białko ogółem: 105.44 g; Tłuszcz: 52.58 g; Kw. tł. nasy.: 23.54 g; Węglowodany ogółem: 280.88 g; W tym cukry: 49.06 g; Błonnik pok.: 44.29 g; Sól: 7.74 g; WW: 23.65 Por; Ener z B.: 22.57 %; Ener z W.: 60.12 %; Ener. z T.: 25.32 %; Potas: 4183.08 mg; Sód: 3084.02 mg;

Jadłospisy za okres od dnia 2026-04-06 do dnia 2026-04-15 KUCHNIA SIEDLCE

	SIE- D01 Podstawowa	SIE- C01 Podstawowa	SIE- C02 Łatwostrawna	SIE- C03 Z ogr.łatwo przyswajalnych wegl.	SIE- D03 Z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów	
2026-04-15 środa	Śniadanie	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (<u>MLE.</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Paszтет rybno- warzywny (Morszczuk) 80 g (<u>GLU PSZ. JAJ. RYB.</u>) Połędwica Sopotcka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g (<u>SOJ.</u>) Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g Banan 150 g	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (<u>MLE.</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Paszтет rybno- warzywny (Morszczuk) 80 g (<u>GLU PSZ. JAJ. RYB.</u>) Połędwica Sopotcka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g (<u>SOJ.</u>) Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (<u>MLE.</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 40 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Połędwica Sopotcka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g (<u>SOJ.</u>) Paszтет rybno- warzywny (Morszczuk) 80 g (<u>GLU PSZ. JAJ. RYB.</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Maślanka 150 ml (<u>MLE.</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 90 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Paszтет rybno- warzywny (Morszczuk) 80 g (<u>GLU PSZ. JAJ. RYB.</u>) Połędwica Sopotcka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g (<u>SOJ.</u>) Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g	
	II ŚN		Banan 150 g		Jabłko 150 g	
	Obiad	Pieczarkowa z makaronem () 300 ml (<u>GLU PSZ. MLE. SEL. S02.</u>) Ziemniaki gotowane () 160 g Zrazik drobiowy z udźca pieczony mielony 100 g (<u>GLU PSZ. JAJ.</u>) Sos pietruszkowy 80 ml (<u>GLU PSZ. MLE. SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 160 g Fasolka szparagowa z wody* 75 g Surówka z marchwi z olejem b/c () 75 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Pieczarkowa z makaronem () 300 ml (<u>GLU PSZ. MLE. SEL. S02.</u>) Zrazik drobiowy z udźca pieczony mielony 100 g (<u>GLU PSZ. JAJ.</u>) Sos pietruszkowy 80 ml (<u>GLU PSZ. MLE. SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 160 g Fasolka szparagowa z wody* 75 g Surówka z marchwi z olejem b/c () 75 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Jarzynowa z makaronem dieta () 300 ml (<u>GLU PSZ. MLE. SEL.</u>) Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 100 g (<u>GLU PSZ. JAJ.</u>) Ziemniaki gotowane () 160 g Sos pietruszkowy 80 ml (<u>GLU PSZ. MLE. SEL.</u>) Surówka z marchwi z olejem b/c () 75 g Fasolka szparagowa z wody* 75 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Pieczarkowa z makaronem () 300 ml (<u>GLU PSZ. MLE. SEL. S02.</u>) Zrazik drobiowy z udźca pieczony mielony 100 g (<u>GLU PSZ. JAJ.</u>) Ziemniaki gotowane () 160 g Sos pietruszkowy 80 ml (<u>GLU PSZ. MLE. SEL.</u>) Fasolka szparagowa z wody* 75 g Surówka z marchwi z olejem b/c () 75 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml	
	PD		Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) Podpiomyki b/c 20 g (<u>GLU PSZ. MLE.</u>)	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Szynka z piersią kurczaka-wędł.z drob.gr.rozd.parzo.w osł.niejadalnej 20 g (<u>SOJ.</u>) Sałata zielona 20 g		
	Kolacja	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</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>) Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt (<u>MLE. może zawierać: RYB. OZI. MLE.</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 40 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>) 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>) Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt (<u>MLE. może zawierać: RYB. OZI. MLE.</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 40 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt (<u>MLE. może zawierać: RYB. OZI. 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>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 90 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</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>) Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt (<u>MLE. może zawierać: RYB. OZI. MLE.</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	
	PN		Ciasto drożdżowe 50 g (<u>GLU PSZ. JAJ. MLE.</u>)		Sok pomidorowy 0,3l 1 szt Pieczywo chrupkie ekstrudowane-żytnie 30 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT. GLU JECZ.</u>)	
		Wartość energetyczna: 2291.32 kcal; Białko ogółem: 98.43 g; Tłuszcz: 63.22 g; Kw. tł. nasy.: 23.57 g; Węglowodany ogółem: 329.46 g; W tym cukry: 73.50 g; Błonnik pok.: 29.56 g; Sól: 8.45 g; WW: 30.09 Por; Ener z B.: 17.18 %; Ener z W.: 57.51 %; Ener. z T.: 24.83 %; Potas: 4067.47 mg; Sód: 3385.44 mg;	Wartość energetyczna: 2458.12 kcal; Białko ogółem: 107.13 g; Tłuszcz: 67.16 g; Kw. tł. nasy.: 25.36 g; Węglowodany ogółem: 353.16 g; W tym cukry: 79.80 g; Błonnik pok.: 29.56 g; Sól: 8.69 g; WW: 32.43 Por; Ener z B.: 17.43 %; Ener z W.: 57.47 %; Ener. z T.: 24.59 %; Potas: 4367.47 mg; Sód: 3479.94 mg;	Wartość energetyczna: 2381.21 kcal; Białko ogółem: 109.00 g; Tłuszcz: 54.59 g; Kw. tł. nasy.: 24.48 g; Węglowodany ogółem: 353.46 g; W tym cukry: 81.97 g; Błonnik pok.: 25.35 g; Sól: 7.46 g; WW: 32.96 Por; Ener z B.: 18.31 %; Ener z W.: 59.37 %; Ener. z T.: 20.63 %; Potas: 4450.24 mg; Sód: 2984.89 mg;	Wartość energetyczna: 2076.41 kcal; Białko ogółem: 98.69 g; Tłuszcz: 66.70 g; Kw. tł. nasy.: 24.01 g; Węglowodany ogółem: 314.71 g; W tym cukry: 41.46 g; Błonnik pok.: 40.96 g; Sól: 11.09 g; WW: 27.46 Por; Ener z B.: 19.01 %; Ener z W.: 60.63 %; Ener. z T.: 28.91 %; Potas: 3977.52 mg; Sód: 4439.43 mg;	Wartość energetyczna: 1905.36 kcal; Białko ogółem: 92.55 g; Tłuszcz: 59.52 g; Kw. tł. nasy.: 20.77 g; Węglowodany ogółem: 283.50 g; W tym cukry: 40.36 g; Błonnik pok.: 36.38 g; Sól: 10.03 g; WW: 24.79 Por; Ener z B.: 19.43 %; Ener z W.: 59.52 %; Ener. z T.: 28.12 %; Potas: 3800.59 mg; Sód: 4012.15 mg;

Jadłospisy za okres od dnia 2026-04-06 do dnia 2026-04-15 KUCHNIA SIEDLCE

	SIE- D03/ML Z ogr. łatwoprzyswajalnych węgl. b/ml	SIE- D03/D02 Z ogr. łatwoprzy. węgl. lekkostrawna	SIE- D12 Płynna wzmocniona	SIE- D12/ML Płynna wzmocniona b/ml	SIE- D10 Przetarta		
2026-04-06 poniedziałek	Śniadanie	Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 90 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Połędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 75 g (SOJ.) Ogórek kiszony 80 g Salata zielona 20 g	Maślanka 150 ml (MLE.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Połędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 75 g (SOJ.) Pomidor 80 g Salata 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.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 40 g (GLU PSZ.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Połędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona mielona 50 g (SOJ.) Ser mozzarella 50 g (MLE.) Marchew gotowana z olejem () 100 g	
	II SN	Jabłko 150 g	Jabłko pieczone 150 g	Budyń o smaku śmietankowym b/c 200 ml (MLE.)	Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml	Jabłko pieczone 150 g	
	Obiad	Rosół z makaronem () 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki gotowane () 160 g Ćwiartka z kurczaka pieczona 130 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 75 g Brokuł gotowany* 75 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml	Rosół z makaronem () 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki gotowane () 160 g Ćwiartka z kurczaka gotowana 130 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 75 g Brokuł gotowany* 75 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml	Płynna obiad*()-SIED 500 ml (SEL.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Rosół z makaronem () 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki gotowane puree () 160 g (MLE.) Pulpet drobiowy rozdrobniony 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos pietruszkowy* 80 ml (GLU PSZ, MLE.) Brokuł gotowany* 150 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml		
	PD						
	Kolacja	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 90 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osi.niejad 75 g Ćwikła z jabłkiem b/c () 80 g Salata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osi.niejad 25 g Twarożek z koperkiem 80 g (MLE.) Ćwikła z jabłkiem b/c () 80 g Salata zielona 20 g	Płynna kolacja*()-SIED 500 ml (SEL.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 40 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osi.niejad mielona 25 g Twarożek z koperkiem 80 g (MLE.) Ćwikła z jabłkiem b/c () 100 g		
	PN	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt Pieczywo chrupkie ekstrudowane-żytnie 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt Wafle ryżowe 20 g	Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml	Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt		
		Wartość energetyczna: 1904.76 kcal; Białko ogółem: 105.94 g; Tłuszcz: 64.36 g; Kw. tł. nasy.: 16.89 g; Węglowodany ogółem: 257.61 g; W tym cukry: 31.56 g; Błonnik pok.: 34.49 g; Sól: 12.45 g; WW: 22.20 Por; Ener z B.: 22.25 %; Ener z W.: 54.10 %; Ener. z T.: 30.41 %; Potas: 3814.47 mg; Sód: 4983.26 mg;	Wartość energetyczna: 2008.42 kcal; Białko ogółem: 115.07 g; Tłuszcz: 64.24 g; Kw. tł. nasy.: 25.11 g; Węglowodany ogółem: 259.89 g; W tym cukry: 41.10 g; Błonnik pok.: 24.13 g; Sól: 10.23 g; WW: 23.53 Por; Ener z B.: 22.92 %; Ener z W.: 51.76 %; Ener. z T.: 28.79 %; Potas: 3809.12 mg; Sód: 4093.60 mg;	Wartość energetyczna: 2177.22 kcal; Białko ogółem: 93.81 g; Tłuszcz: 81.09 g; Kw. tł. nasy.: 18.58 g; Węglowodany ogółem: 282.47 g; W tym cukry: 85.25 g; Błonnik pok.: 29.74 g; Sól: 2.17 g; WW: 25.10 Por; Ener z B.: 17.23 %; Ener z W.: 51.89 %; Ener. z T.: 33.52 %; Potas: 5304.05 mg; Sód: 847.58 mg;	Wartość energetyczna: 1894.56 kcal; Białko ogółem: 73.94 g; Tłuszcz: 68.81 g; Kw. tł. nasy.: 8.76 g; Węglowodany ogółem: 259.14 g; W tym cukry: 64.23 g; Błonnik pok.: 29.72 g; Sól: 1.56 g; WW: 22.72 Por; Ener z B.: 15.61 %; Ener z W.: 54.71 %; Ener. z T.: 32.69 %; Potas: 4455.35 mg; Sód: 607.52 mg;	Wartość energetyczna: 2106.45 kcal; Białko ogółem: 103.01 g; Tłuszcz: 59.04 g; Kw. tł. nasy.: 20.91 g; Węglowodany ogółem: 308.48 g; W tym cukry: 80.03 g; Błonnik pok.: 26.90 g; Sól: 7.51 g; WW: 28.05 Por; Ener z B.: 19.56 %; Ener z W.: 58.58 %; Ener. z T.: 25.22 %; Potas: 3821.90 mg; Sód: 3004.26 mg;	

Jadłospisy za okres od dnia 2026-04-06 do dnia 2026-04-15 KUCHNIA SIEDLCE

	SIE- D03/ML Z ogr. łatwoprzyswajalnych węgl. b/ml	SIE- D03/D02 Z ogr. łatwoprzy. węgl. lekkostrawna	SIE- D12 Płynna wzmocniona	SIE- D12/ML Płynna wzmocniona b/ml	SIE- D10 Przetarta	
2026-04-07 wtorek	Śniadanie	Bulka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 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>) Salata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 90 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 80 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	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>) Bulka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 40 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 mielona 25 g (<u>SOJ.</u>) Twaróg półtłusty 80 g (<u>MLE.</u>) Kalafior gotowany* 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	II SN	Jabłko 150 g	Jabłko pieczone 150 g	Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml	Jabłko pieczone 150 g	
	Obiad	Barszcz ukraiński z ziemniakami (bez mleka) () 300 ml (<u>GLU PSZ. SEL.</u>) Ryż na sytko (brązowy) 160 g Pulpet wieprzowy 100 g (<u>GLU PSZ. JAJ.</u>) Sos ziołowy* 80 ml (<u>GLU PSZ. SEL.</u>) Surówka z selera i marchwi z olejem () b/c 150 g (<u>SEL.</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami () 300 ml (<u>GLU PSZ. MLE. SEL.</u>) Ryż na sytko 160 g Pulpet wieprzowy 100 g (<u>GLU PSZ. JAJ.</u>) Sos ziołowy* 80 ml (<u>GLU PSZ. SEL.</u>) Surówka z selera i marchwi z olejem () b/c 150 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	Barszcz czerwony 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					
	Kolacja	Kawa zbożowa b/c 250 ml (<u>GLU ŻYT. GLU JECZ.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 90 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Rzepa biała 80 g Salata zielona 20 g	Kawa zbożowa b/c 250 ml (<u>GLU ŻYT. GLU JECZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 90 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 Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g	Płynna kolacja *()-SIED 500 ml (<u>SEL.</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE. GLU ŻYT. GLU JECZ.</u>) Bulka pszenna długa krojona 40 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona mielona 50 g Pasta z jaj 80 g (<u>JAJ. MLE.</u>) Marchew gotowana z olejem () 100 g	
	PN	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Szynka z piersią kurczaka-wędl.z drob.gr.rozd.parzo.w osł.niejadalnej 20 g (<u>SOJ.</u>) Salata zielona 10 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy parzony w osłonce niejadalnej 20 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.</u>) Salata zielona 10 g	Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml	Przecier owocowy jabłko-truskawka 100g 1 szt Biszkopty 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JECZ.</u>)	
		Wartość energetyczna: 1900.30 kcal; Białko ogółem: 90.18 g; Tłuszcz: 61.83 g; Kw. tł. nasy.: 14.18 g; Węglowodany ogółem: 287.09 g; W tym cukry: 42.91 g; Błonnik pok.: 48.64 g; Sól: 8.40 g; WW: 23.90 Por; Ener z B.: 18.98 %; Ener z W.: 60.43 %; Ener. z T.: 29.28 %; Potas: 3603.35 mg; Sód: 3357.79 mg;	Wartość energetyczna: 2137.39 kcal; Białko ogółem: 98.67 g; Tłuszcz: 67.36 g; Kw. tł. nasy.: 26.53 g; Węglowodany ogółem: 306.50 g; W tym cukry: 45.23 g; Błonnik pok.: 30.62 g; Sól: 8.42 g; WW: 27.56 Por; Ener z B.: 18.47 %; Ener z W.: 57.36 %; Ener. z T.: 28.36 %; Potas: 3473.73 mg; Sód: 3370.22 mg;	Wartość energetyczna: 2101.36 kcal; Białko ogółem: 87.20 g; Tłuszcz: 77.06 g; Kw. tł. nasy.: 16.19 g; Węglowodany ogółem: 279.28 g; W tym cukry: 83.89 g; Błonnik pok.: 29.72 g; Sól: 2.00 g; WW: 24.78 Por; Ener z B.: 16.60 %; Ener z W.: 53.16 %; Ener. z T.: 33.00 %; Potas: 5021.85 mg; Sód: 780.32 mg;	Wartość energetyczna: 1894.56 kcal; Białko ogółem: 73.94 g; Tłuszcz: 68.81 g; Kw. tł. nasy.: 8.76 g; Węglowodany ogółem: 259.14 g; W tym cukry: 64.23 g; Błonnik pok.: 29.72 g; Sól: 1.56 g; WW: 22.72 Por; Ener z B.: 15.61 %; Ener z W.: 54.71 %; Ener. z T.: 32.69 %; Potas: 4455.35 mg; Sód: 607.52 mg;	Wartość energetyczna: 2186.19 kcal; Białko ogółem: 92.30 g; Tłuszcz: 44.82 g; Kw. tł. nasy.: 18.60 g; Węglowodany ogółem: 373.84 g; W tym cukry: 103.25 g; Błonnik pok.: 22.48 g; Sól: 6.68 g; WW: 35.09 Por; Ener z B.: 16.89 %; Ener z W.: 68.40 %; Ener. z T.: 18.45 %; Potas: 3045.57 mg; Sód: 2667.24 mg;

Jadłospisy za okres od dnia 2026-04-06 do dnia 2026-04-15 KUCHNIA SIEDLCE

	SIE- D03/ML Z ogr. łatwoprzyswajalnych węgl. b/ml	SIE- D03/D02 Z ogr. łatwoprzy. węgl. lekkostrawna	SIE- D12 Płynna wzmocniona	SIE- D12/ML Płynna wzmocniona b/ml	SIE- D10 Przetarta	
2026-04-08 środa	Śniadanie	Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 90 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 75 g (SOJ.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Serek a'la homogenizowany 80 g (MLE.) Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy.grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 25 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	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 owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 40 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Serek a'la homogenizowany 80 g (MLE.) Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy.grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. mielona 25 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Brokuł gotowany* 100 g
	II SN	Jabłko 150 g	Jabłko pieczone 150 g	Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml	Banan 150 g	
	Obiad	Kapuśniak z kapusty kiszzonej () 300 ml (GLU PSZ, SEL, GOR.) Kasza jęczmienna/sypko 160 g (GLU JEJCZ.) Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos pomidorowy 80 ml (GLU PSZ.) Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c () 75 g Cukinia pieczona z olejem * 75 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml	Ziemniaczana () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 160 g (GLU JEJCZ.) Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos pomidorowy 80 ml (GLU PSZ.) Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c () 75 g Cukinia pieczona z olejem * 75 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml	Płynna obiad*()-SIED 500 ml (SEL.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ziemniaczana () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryz na sypko 180 g Pieczeń rzymska wieprzowa rozdrobniona 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos pomidorowy 80 ml (GLU PSZ.) Cukinia pieczona z olejem * 150 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	
	PD					
	Kolacja	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 90 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Paprykarz szczeciński 80 g (RYB, SOJ.) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osl.niejad 25 g Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Paprykarz rybno (morszczuk)-warzywny () 80 g (RYB.) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 25 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Płynna kolacja*()-SIED 500 ml (SEL.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 40 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona mielona 25 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Paprykarz rybno (morszczuk)-warzywny () 80 g (RYB.) Dynia z wody 100 g	
	PN	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt Pieczywo chrupkie ekstrudowane-żytnie 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JEJCZ.)	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt Podplomyki b/c 20 g (GLU PSZ, MLE.)	Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt	
		Wartość energetyczna: 1874.99 kcal; Białko ogółem: 83.21 g; Tłuszcz: 58.17 g; Kw. tł. nasy.: 12.67 g; Węglowodany ogółem: 289.89 g; W tym cukry: 33.05 g; Błonnik pok.: 37.43 g; Sól: 12.42 g; WW: 25.23 Por; Ener z B.: 17.75 %; Ener z W.: 61.84 %; Ener. z T.: 27.92 %; Potas: 3295.91 mg; Sód: 4962.43 mg;	Wartość energetyczna: 1988.04 kcal; Białko ogółem: 94.05 g; Tłuszcz: 48.86 g; Kw. tł. nasy.: 20.97 g; Węglowodany ogółem: 313.01 g; W tym cukry: 44.06 g; Błonnik pok.: 27.86 g; Sól: 8.49 g; WW: 28.47 Por; Ener z B.: 18.92 %; Ener z W.: 62.98 %; Ener. z T.: 22.12 %; Potas: 3581.71 mg; Sód: 3395.13 mg;	Wartość energetyczna: 2101.36 kcal; Białko ogółem: 87.20 g; Tłuszcz: 77.06 g; Kw. tł. nasy.: 16.19 g; Węglowodany ogółem: 279.28 g; W tym cukry: 83.89 g; Błonnik pok.: 29.72 g; Sól: 2.00 g; WW: 24.78 Por; Ener z B.: 16.60 %; Ener z W.: 53.16 %; Ener. z T.: 33.00 %; Potas: 5021.85 mg; Sód: 780.32 mg;	Wartość energetyczna: 1894.56 kcal; Białko ogółem: 73.94 g; Tłuszcz: 68.81 g; Kw. tł. nasy.: 8.76 g; Węglowodany ogółem: 259.14 g; W tym cukry: 64.23 g; Błonnik pok.: 29.72 g; Sól: 1.56 g; WW: 22.72 Por; Ener z B.: 15.61 %; Ener z W.: 54.71 %; Ener. z T.: 32.69 %; Potas: 4455.35 mg; Sód: 607.52 mg;	Wartość energetyczna: 2231.59 kcal; Białko ogółem: 102.51 g; Tłuszcz: 53.38 g; Kw. tł. nasy.: 22.53 g; Węglowodany ogółem: 350.00 g; W tym cukry: 74.69 g; Błonnik pok.: 25.40 g; Sól: 8.28 g; WW: 32.44 Por; Ener z B.: 18.37 %; Ener z W.: 62.73 %; Ener. z T.: 21.53 %; Potas: 4203.44 mg; Sód: 3320.55 mg;

Jadłospisy za okres od dnia 2026-04-06 do dnia 2026-04-15 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- D03/ML Z ogr. łatwoprzyswajalnych węgl. b/ml	SIE- D03/D02 Z ogr. łatwoprzy. węgl. lekkostrawna	SIE- D12 Płynna wzmocniona	SIE- D12/ML Płynna wzmocniona b/ml	SIE- D10 Przetarta
2026-04-09 czwartek	Śniadanie	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLUPSZ.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 25 g Pasta z fasoli 80 g Pomidor 80 g Salata zielona 20 g	Maślanka 150 ml (<u>MLE.</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 25 g Twarożek 80 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 80 g Salata 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	Kasza manna na mleku 300 ml (<u>GLUPSZ, MLE.</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona mielona 25 g Twarożek 80 g (<u>MLE.</u>) Buraczki gotowane () 100 g
	II SN	Jabłko 150 g	Jabłko pieczone 150 g	Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml		Jabłko pieczone 1szt. 1 szt
	Obiad	Szpinakowa z ziemniakami (bez mleka) () 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Makaron pełnoziarnisty z sosem bolognese, z łop wp - dieta () 300 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 150 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml	Szpinakowa z ziemniakami () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Makaron z sosem bolognese, z łop wp - dieta () 300 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 150 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		Szpinakowa z ziemniakami () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Klopsik wieprzowy rozdrobniony 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos bazylkowy* 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane puree () 160 g (<u>MLE.</u>) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 150 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml
	PD					
	Kolacja	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 90 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Leczo z drobiem-dieta * 300 g Jabłko 1 szt 1 szt	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Leczo z drobiem-dieta * 300 g Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Płynna kolacja *()-SIED 500 ml (<u>SEL.</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml		Herbata czarna granulowana b/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>) Leczo z drobiem-dieta * rozdrobnione 300 g Jabłko pieczone 1szt. 1 szt
	PN	Pieczewo chrupkie ekstrudowane-żytnie 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Połędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 25 g (<u>SOJ.</u>) Salata zielona 10 g	Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml		Przecier owocowy jabłko-truskawka 100g 1 szt
			Wartość energetyczna: 2026.99 kcal; Białko ogółem: 93.53 g; Tłuszcz: 44.37 g; Kw. tł. nasy.: 7.78 g; Węglowodany ogółem: 347.59 g; W tym cukry: 53.40 g; Błonnik pok.: 52.04 g; Sól: 5.23 g; WW: 29.69 Por; Ener z B.: 18.46 %; Ener z W.: 68.59 %; Ener. z T.: 19.70 %; Potas: 4050.66 mg; Sód: 2088.48 mg;	Wartość energetyczna: 2031.68 kcal; Białko ogółem: 98.04 g; Tłuszcz: 48.42 g; Kw. tł. nasy.: 16.11 g; Węglowodany ogółem: 318.09 g; W tym cukry: 56.81 g; Błonnik pok.: 26.87 g; Sól: 6.59 g; WW: 29.17 Por; Ener z B.: 19.30 %; Ener z W.: 62.62 %; Ener. z T.: 21.45 %; Potas: 3110.50 mg; Sód: 2636.58 mg;	Wartość energetyczna: 2101.36 kcal; Białko ogółem: 87.20 g; Tłuszcz: 77.06 g; Kw. tł. nasy.: 16.19 g; Węglowodany ogółem: 279.28 g; W tym cukry: 83.89 g; Błonnik pok.: 29.72 g; Sól: 2.00 g; WW: 24.78 Por; Ener z B.: 16.60 %; Ener z W.: 53.16 %; Ener. z T.: 33.00 %; Potas: 5021.85 mg; Sód: 780.32 mg;	Wartość energetyczna: 1894.56 kcal; Białko ogółem: 73.94 g; Tłuszcz: 68.81 g; Kw. tł. nasy.: 8.76 g; Węglowodany ogółem: 259.14 g; W tym cukry: 64.23 g; Błonnik pok.: 29.72 g; Sól: 1.56 g; WW: 22.72 Por; Ener z B.: 15.61 %; Ener z W.: 54.71 %; Ener. z T.: 32.69 %; Potas: 4455.35 mg; Sód: 607.52 mg;

Jadłospisy za okres od dnia 2026-04-06 do dnia 2026-04-15 KUCHNIA SIEDLCE

	SIE- D03/ML Z ogr. łatwoprzyswajalnych węgl. b/ml	SIE- D03/D02 Z ogr. łatwoprzy. węgl. lekkostrawna	SIE- D12 Płynna wzmocniona	SIE- D12/ML Płynna wzmocniona b/ml	SIE- D10 Przetarta		
2026-04-10 piątek	Śniadanie	Chleb razowy żytnio-pszenny 90 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynka z piersią kurczaka-wędl.z drob.gr.rozd.parzo.w osł.niejadalnej 50 g (<u>SOJ.</u>) Hummus 25 g (<u>SEZ.</u>) Salata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Szynka z piersią kurczaka-wędl.z drob.gr.rozd.parzo.w osł.niejadalnej 25 g (<u>SOJ.</u>) Serek wiejski lekki 3% tł 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) Pomidor 80 g Salata 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	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (<u>MLE.</u>) Bułka pszenna długa krojona 40 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 80 g (<u>MLE.</u>) Miód (25g) 1 szt Cukinia pieczona z olejem * 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	
	II ŚN	Jabłko 150 g	Jabłko pieczone 150 g	Budyń o smaku śmietankowym b/c 200 ml (<u>MLE.</u>)	Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml	Jabłko pieczone 150 g	
	Obiad	Krupnik jęczmienny (bez mleka) () 300 ml (<u>SEL, GLU JECZ.</u>) Ziemniaki gotowane () 160 g Pulpet rybny (Morszczuk) 120 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u>) Sos koperkowy *(bez mleka) 80 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Surówka z kapusty kiszzonej z olejem b/c () 75 g Warzywa po grecku () 75 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml	Krupnik jęczmienny () 300 ml (<u>MLE, SEL, GLU JECZ.</u>) Ziemniaki gotowane () 160 g Pulpet rybny (Morszczuk) 120 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u>) Sos koperkowy * 80 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Warzywa po grecku () 150 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml	Płynna obiad*()-SIED 500 ml (<u>SEL.</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryżowa () 300 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane puree () 160 g (<u>MLE.</u>) Pulpet rybny (Morszczuk) rozdrobniony 120 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u>) Sos koperkowy * 80 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Warzywa po grecku () 150 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml		
	PD						
	Kolacja	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 90 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ.</u>) Ogórek kiszony 80 g Salata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 80 g (<u>JAJ, MLE.</u>) Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 25 g (<u>SOJ.</u>) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g	Płynna kolacja*()-SIED 500 ml (<u>SEL.</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 40 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 80 g (<u>JAJ, MLE.</u>) Dżem 25 g 1 szt Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 100 g (<u>SEL.</u>)		
	PN	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g Salata zielona 10 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Twarożek z ziołami 40 g (<u>MLE.</u>) Salata zielona 10 g	Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml	Mleko Smakowe UHT 1,5% tł 0,2l 1 szt (<u>MLE.</u>) Biszkoptowy b/ml 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>)		
	Wartość energetyczna: 1828.00 kcal; Białko ogółem: 87.60 g; Tłuszcz: 64.20 g; Kw. tł. nasy.: 13.66 g; Węglowodany ogółem: 272.87 g; W tym cukry: 31.04 g; Błonnik pok.: 37.32 g; Sól: 9.49 g; WW: 23.47 Por; Ener z B.: 19.17 %; Ener z W.: 59.71 %; Ener. z T.: 31.61 %; Potas: 3717.06 mg; Sód: 3786.78 mg;	Wartość energetyczna: 2073.21 kcal; Białko ogółem: 111.64 g; Tłuszcz: 61.32 g; Kw. tł. nasy.: 22.72 g; Węglowodany ogółem: 295.24 g; W tym cukry: 46.42 g; Błonnik pok.: 27.67 g; Sól: 9.14 g; WW: 26.71 Por; Ener z B.: 21.54 %; Ener z W.: 56.96 %; Ener. z T.: 26.62 %; Potas: 3752.31 mg; Sód: 3648.99 mg;	Wartość energetyczna: 2177.22 kcal; Białko ogółem: 93.81 g; Tłuszcz: 81.09 g; Kw. tł. nasy.: 18.58 g; Węglowodany ogółem: 282.47 g; W tym cukry: 85.25 g; Błonnik pok.: 29.74 g; Sól: 2.17 g; WW: 25.10 Por; Ener z B.: 17.23 %; Ener z W.: 51.89 %; Ener. z T.: 33.52 %; Potas: 5304.05 mg; Sód: 847.58 mg;	Wartość energetyczna: 1894.56 kcal; Białko ogółem: 73.94 g; Tłuszcz: 68.81 g; Kw. tł. nasy.: 8.76 g; Węglowodany ogółem: 259.14 g; W tym cukry: 64.23 g; Błonnik pok.: 29.72 g; Sól: 1.56 g; WW: 22.72 Por; Ener z B.: 15.61 %; Ener z W.: 54.71 %; Ener. z T.: 32.69 %; Potas: 4455.35 mg; Sód: 607.52 mg;	Wartość energetyczna: 2415.82 kcal; Białko ogółem: 107.10 g; Tłuszcz: 63.88 g; Kw. tł. nasy.: 24.00 g; Węglowodany ogółem: 371.04 g; W tym cukry: 94.28 g; Błonnik pok.: 28.42 g; Sól: 6.40 g; WW: 34.29 Por; Ener z B.: 17.73 %; Ener z W.: 61.44 %; Ener. z T.: 23.80 %; Potas: 4134.86 mg; Sód: 2552.88 mg;		

Jadłospisy za okres od dnia 2026-04-06 do dnia 2026-04-15 KUCHNIA SIEDLCE

	SIE- D03/ML Z ogr. łatwoprzyswajalnych węgl. b/ml	SIE- D03/D02 Z ogr. łatwoprzy. węgl. lekkostrawna	SIE- D12 Płynna wzmocniona	SIE- D12/ML Płynna wzmocniona b/ml	SIE- D10 Przetarta	
2026-04-11 sobota	Śniadanie	Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 90 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 75 g (SOJ.) Rzodkiew biała 80 g Salata zielona 20 g	Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt (MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE.) Pomidor 80 g Salata 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 owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 40 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej, mielona 50 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt (MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE.) Kalafiór gotowany* 100 g
	II ŚN	Jabłko 150 g	Jabłko pieczone 150 g	Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	
	Obiad	Koperkowa z ziemniakami (bez mleka) () 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Ryż na sypko (brązowy) 160 g Kociółek meksykański z kurczakiem i fasolą 150 g (SEL.) Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c () 75 g Buraczki gotowane () 75 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml	Koperkowa z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryż na sypko 160 g Potrawka drobiowa () 150 g (GLU PSZ, SEL.) Buraczki gotowane () 75 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c () 75 g	Płynna obiad*()-SIED 500 ml (SEL.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Koperkowa z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryż na sypko 160 g Potrawka drobiowa () rozdrobniona 150 g (GLU PSZ, SEL.) Buraczki gotowane () 150 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	
	PD					
Kolacja	Kawa zbożowa b/c 250 ml (GLU ŻYT, GLU JECZ.) Chleb razowy żytnio-pszenny 90 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynka z piersią kurczaka-wędł.z drob.gr.rozd.parzo.w osł.niejadalnej 75 g (SOJ.) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g	Kawa zbożowa b/c 250 ml (GLU ŻYT, GLU JECZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Salatka z makaronu z wędliną drobiowo wieprzową -dieta () 150 g (GLU PSZ, SEL, może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa, wędzona, z wodą dodaną. 25 g (SOJ.) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g	Płynna kolacja *()-SIED 500 ml (SEL.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 40 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa, wędzona, z wodą dodaną, mielona 25 g (SOJ.) Twarożek 80 g (MLE.) Brokuł gotowany* 100 g		
	PN	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g Salata zielona 10 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g Salata zielona 10 g	Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml	Mus- przecier owocowy jabłko 100g (tubka) 1 szt	

Jadłospisy za okres od dnia 2026-04-06 do dnia 2026-04-15 KUCHNIA SIEDLCE

	SIE- D03/ML Z ogr. łatwoprzyswajalnych węgl. b/ml	SIE- D03/D02 Z ogr. łatwoprzy. węgl. lekkostrawna	SIE- D12 Płynna wzmocniona	SIE- D12/ML Płynna wzmocniona b/ml	SIE- D10 Przetarta
2026-04-11 sobota	Wartość energetyczna: 1596.23 kcal; Białko ogółem: 65.27 g; Tłuszcz: 46.82 g; Kw. tł. nasy.: 9.69 g; Węglowodany ogółem: 283.97 g; W tym cukry: 41.60 g; Błonnik pok.: 45.00 g; Sól: 8.86 g; WW: 23.91 Por; Ener z B.: 16.36 %; Ener z W.: 71.16 %; Ener. z T.: 26.40 %; Potas: 3326.35 mg; Sód: 3540.47 mg;	Wartość energetyczna: 2041.16 kcal; Białko ogółem: 79.99 g; Tłuszcz: 58.85 g; Kw. tł. nasy.: 24.29 g; Węglowodany ogółem: 320.56 g; W tym cukry: 44.71 g; Błonnik pok.: 30.38 g; Sól: 9.03 g; WW: 29.05 Por; Ener z B.: 15.67 %; Ener z W.: 62.82 %; Ener. z T.: 25.95 %; Potas: 3141.94 mg; Sód: 3619.19 mg;	Wartość energetyczna: 2101.36 kcal; Białko ogółem: 87.20 g; Tłuszcz: 77.06 g; Kw. tł. nasy.: 16.19 g; Węglowodany ogółem: 279.28 g; W tym cukry: 83.89 g; Błonnik pok.: 29.72 g; Sól: 2.00 g; WW: 24.78 Por; Ener z B.: 16.60 %; Ener z W.: 53.16 %; Ener. z T.: 33.00 %; Potas: 5021.85 mg; Sód: 780.32 mg;	Wartość energetyczna: 1894.56 kcal; Białko ogółem: 73.94 g; Tłuszcz: 68.81 g; Kw. tł. nasy.: 8.76 g; Węglowodany ogółem: 259.14 g; W tym cukry: 64.23 g; Błonnik pok.: 29.72 g; Sól: 1.56 g; WW: 22.72 Por; Ener z B.: 15.61 %; Ener z W.: 54.71 %; Ener. z T.: 32.69 %; Potas: 4455.35 mg; Sód: 607.52 mg;	Wartość energetyczna: 2061.09 kcal; Białko ogółem: 96.19 g; Tłuszcz: 50.65 g; Kw. tł. nasy.: 24.60 g; Węglowodany ogółem: 321.06 g; W tym cukry: 86.55 g; Błonnik pok.: 26.62 g; Sól: 6.58 g; WW: 29.42 Por; Ener z B.: 18.67 %; Ener z W.: 62.31 %; Ener. z T.: 22.12 %; Potas: 3662.62 mg; Sód: 2636.80 mg;

Jadłospisy za okres od dnia 2026-04-06 do dnia 2026-04-15 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- D03/ML Z ogr. łatwoprzyswajalnych węgl. b/ml	SIE- D03/D02 Z ogr. łatwoprzy. węgl. lekkostrawna	SIE- D12 Płynna wzmocniona	SIE- D12/ML Płynna wzmocniona b/ml	SIE- D10 Przetarta
2026-04-12 niedziela	Śniadanie	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 90 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dodat. b.sojowego i wody 75 g (SOJ.) Ogórek kiszony 80 g Salata zielona 20 g	Maślanka 150 ml (MLE.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka zielonogórska- wieprzowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 50 g (SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR.) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dodat. b.sojowego i wody 25 g (SOJ.) Pomidor 80 g Salata 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.) Bułka pszenna długa krojona 40 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka zielonogórska- wieprzowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa mielona 50 g (SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR.) Dżem 25 g 1 szt Marchew gotowana z olejem () 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	III ŚN	Jabłko 150 g	Jabłko pieczone 150 g	Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml		Banan 150 g
	Obiad	Pomidorowa z zacierką (bez mleka) () 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki gotowane () 160 g Schab duszony 100 g Sos własny () 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 75 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 75 g (SEL.) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml	Pomidorowa z zacierką () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane () 160 g Schab duszony 100 g Sos własny () 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 150 g (SEL.) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml	Płynna obiad*()-SIED 500 ml (SEL.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml		Pomidorowa z zacierką () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane puree () 160 g (MLE.) Pulpet wieprzowy rozdrobniony 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos zielony 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 150 g (SEL.) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml
	PD					
	Kolacja	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 90 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w ost.niejad 50 g Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Ser mozzarella 50 g (MLE.) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w ost.niejad 25 g Pomidor 80 g Salata zielona 20 g	Płynna kolacja *()-SIED 500 ml (SEL.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml		Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 40 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Serek a'la homogenizowany 80 g (MLE.) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w ost.niejad mielona 25 g Ćwikła z jabłkiem () 100 g
PN	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt Pieczywo chrupkie ekstrudowane-żytnie 20 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt Wafle ryżowe 20 g	Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml		Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt Biszkopty b/c 30 g (GLU PSZ, JAJ.)	
		Wartość energetyczna: 1648.72 kcal; Białko ogółem: 91.07 g; Tłuszcz: 44.68 g; Kw. tł. nasy.: 10.69 g; Węglowodany ogółem: 254.86 g; W tym cukry: 33.99 g; Błonnik pok.: 37.43 g; Sól: 9.30 g; WW: 21.71 Por; Ener z B.: 22.10 %; Ener z W.: 61.83 %; Ener. z T.: 24.39 %; Potas: 3670.04 mg; Sód: 3711.39 mg;	Wartość energetyczna: 1848.59 kcal; Białko ogółem: 97.37 g; Tłuszcz: 51.04 g; Kw. tł. nasy.: 16.49 g; Węglowodany ogółem: 270.04 g; W tym cukry: 44.13 g; Błonnik pok.: 29.99 g; Sól: 7.68 g; WW: 24.03 Por; Ener z B.: 21.07 %; Ener z W.: 58.43 %; Ener. z T.: 24.85 %; Potas: 3688.25 mg; Sód: 3059.46 mg;	Wartość energetyczna: 2101.36 kcal; Białko ogółem: 87.20 g; Tłuszcz: 77.06 g; Kw. tł. nasy.: 16.19 g; Węglowodany ogółem: 279.28 g; W tym cukry: 83.89 g; Błonnik pok.: 29.72 g; Sól: 2.00 g; WW: 24.78 Por; Ener z B.: 16.60 %; Ener z W.: 53.16 %; Ener. z T.: 33.00 %; Potas: 5021.85 mg; Sód: 780.32 mg;	Wartość energetyczna: 1894.56 kcal; Białko ogółem: 73.94 g; Tłuszcz: 68.81 g; Kw. tł. nasy.: 8.76 g; Węglowodany ogółem: 259.14 g; W tym cukry: 64.23 g; Błonnik pok.: 29.72 g; Sól: 1.56 g; WW: 22.72 Por; Ener z B.: 15.61 %; Ener z W.: 54.71 %; Ener. z T.: 32.69 %; Potas: 4455.35 mg; Sód: 607.52 mg;	Wartość energetyczna: 2277.88 kcal; Białko ogółem: 94.26 g; Tłuszcz: 55.76 g; Kw. tł. nasy.: 23.44 g; Węglowodany ogółem: 369.85 g; W tym cukry: 114.69 g; Błonnik pok.: 31.54 g; Sól: 7.40 g; WW: 33.89 Por; Ener z B.: 16.55 %; Ener z W.: 64.95 %; Ener. z T.: 22.03 %; Potas: 4547.51 mg; Sód: 2950.12 mg;

Jadłospisy za okres od dnia 2026-04-06 do dnia 2026-04-15 KUCHNIA SIEDLCE

	SIE- D03/ML Z ogr. łatwoprzyswajalnych węgl. b/ml	SIE- D03/D02 Z ogr. łatwoprzy. węgl. lekkostrawna	SIE- D12 Płynna wzmocniona	SIE- D12/ML Płynna wzmocniona b/ml	SIE- D10 Przetarta		
2026-04-13 poniedziałek	Śniadanie	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bulka graham-pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.) 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 Salata zielona 20 g	Maślanka 150 ml (MLE.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa, wędzona, z wodą dodaną. 25 g (SOJ.) Serek homo. naturalny 80 g (MLE.) Pomidor 80 g Salata 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 b/c 250 ml Bulka pszenna długa krojona 40 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa, wędzona, z wodą dodaną, mielona 25 g (SOJ.) Serek homo. naturalny 80 g (MLE.) Kalafior gotowany* 100 g	
	II SN	Jabłko 150 g	Jabłko pieczone 150 g	Budyń o smaku waniliowym b/c 200 ml (MLE.)	Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml	Jabłko pieczone 150 g	
	Obiad	Fasolowa z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Makaron pełnoziarnisty 160 g (GLU PSZ.) Pulpet drobiowy 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos szpinakowy* 80 ml (GLU PSZ.) Surówka z selera i marchwi z olejem () b/c 150 g (SEL.) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml	Dyniowa z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Makaron 160 g (GLU PSZ.) Pulpet drobiowy 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos szpinakowy* 80 ml (GLU PSZ.) Surówka z selera i marchwi z olejem () b/c 150 g (SEL.) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml	Płynna obiad*()-SIED 500 ml (SEL.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Dyniowa z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane puree () 160 g (MLE.) Pulpet drobiowy rozdrobniony 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos szpinakowy* 80 ml (GLU PSZ.) Marchew gotowana z olejem () 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*/z/c 250 ml		
	PD						
	Kolacja	Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Chleb razowy pszenno-żytni 90 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynka z piersią kurczaka-wędl.z drob.gr.rozd.parzo.w osł.niejadalnej 50 g (SOJ.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Salata zielona 20 g Cwikla z jabłkiem b/c () 80 g	Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalnej 50 g (SOJ, SEL, może zawierać: MLE, GOR.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Salata zielona 20 g Cwikla z jabłkiem b/c () 80 g	Płynna kolacja *()-SIED 500 ml (SEL.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Bulka pszenna długa krojona 40 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalnej mielona 50 g (SOJ, SEL, może zawierać: MLE, GOR.) Pasta z jaj 80 g (JAJ, MLE.) Cwikla z jabłkiem () 100 g		
	PN	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt Pieczywo chrupkie ekstrudowane-żytnie 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt	Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml	Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt		
		Wartość energetyczna: 1968.39 kcal; Białko ogółem: 92.08 g; Tłuszcz: 59.78 g; Kw. tł. nasy.: 11.27 g; Węglowodany ogółem: 307.02 g; W tym cukry: 41.04 g; Błonnik pok.: 45.40 g; Sól: 8.36 g; WW: 26.26 Por; Ener z B.: 18.71 %; Ener z W.: 62.39 %; Ener. z T.: 27.33 %; Potas: 3502.83 mg; Sód: 3342.70 mg;	Wartość energetyczna: 1897.35 kcal; Białko ogółem: 84.93 g; Tłuszcz: 54.26 g; Kw. tł. nasy.: 17.84 g; Węglowodany ogółem: 287.00 g; W tym cukry: 61.04 g; Błonnik pok.: 29.34 g; Sól: 7.38 g; WW: 25.69 Por; Ener z B.: 17.91 %; Ener z W.: 60.51 %; Ener. z T.: 25.74 %; Potas: 3114.00 mg; Sód: 2950.73 mg;	Wartość energetyczna: 2177.22 kcal; Białko ogółem: 93.81 g; Tłuszcz: 81.09 g; Kw. tł. nasy.: 18.58 g; Węglowodany ogółem: 282.47 g; W tym cukry: 85.25 g; Błonnik pok.: 29.74 g; Sól: 2.17 g; WW: 25.10 Por; Ener z B.: 17.23 %; Ener z W.: 51.89 %; Ener. z T.: 33.52 %; Potas: 5304.05 mg; Sód: 847.58 mg;	Wartość energetyczna: 1894.56 kcal; Białko ogółem: 73.94 g; Tłuszcz: 68.81 g; Kw. tł. nasy.: 8.76 g; Węglowodany ogółem: 259.14 g; W tym cukry: 64.23 g; Błonnik pok.: 29.72 g; Sól: 1.56 g; WW: 22.72 Por; Ener z B.: 15.61 %; Ener z W.: 54.71 %; Ener. z T.: 32.69 %; Potas: 4455.35 mg; Sód: 607.52 mg;	Wartość energetyczna: 2112.27 kcal; Białko ogółem: 95.80 g; Tłuszcz: 57.62 g; Kw. tł. nasy.: 21.39 g; Węglowodany ogółem: 323.27 g; W tym cukry: 87.80 g; Błonnik pok.: 33.84 g; Sól: 8.00 g; WW: 28.79 Por; Ener z B.: 18.14 %; Ener z W.: 61.22 %; Ener. z T.: 24.55 %; Potas: 4610.96 mg; Sód: 3192.40 mg;	

Jadłospisy za okres od dnia 2026-04-06 do dnia 2026-04-15 KUCHNIA SIEDLCE

	SIE- D03/ML Z ogr. łatwoprzyswajalnych węgl. b/ml	SIE- D03/D02 Z ogr. łatwoprzy. węgl. lekkostrawna	SIE- D12 Płynna wzmocniona	SIE- D12/ML Płynna wzmocniona b/ml	SIE- D10 Przetarta	
2026-04-14 wtorek	Śniadanie	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 90 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 75 g Rzodkiew biała 80 g Salata zielona 20 g	Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 25 g Twarożek z koperkiem 80 g (MLE.) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	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	Zacierka na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE.) Bułka pszenna długa krojona 40 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona mielona 25 g Twarożek 80 g (MLE.) Dynia z wody 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	II ŚN	Jabłko 150 g	Jabłko pieczone 150 g	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.)	Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml	Jabłko pieczone 150 g
	Obiad	Brokułowa z ziemniakami (bez mleka) () 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Szynka wieprzowa gotowana 100 g Sos własny () 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Ryż na sypko (brązowy) 160 g Buraczki gotowane () 75 g Surówka z kapusty białej z olejem b/c () 75 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml	Brokułowa z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Szynka wieprzowa gotowana 100 g Sos własny () 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Ryż na sypko 160 g Buraczki gotowane () 150 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml	Płynna obiad*()-SIED 500 ml (SEL.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml		Brokułowa z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Klopsik wieprzowy rozdrobniony 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos własny () 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki gotowane puree () 160 g (MLE.) Buraczki gotowane () 150 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml
	PD					
	Kolacja	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 90 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Galaretkę drobiowa z udźcem z kurczaka () 200 g (SEL.) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g Pomidor 80 g Salata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Galaretkę drobiowa z udźcem z kurczaka () 200 g (SEL.) Szynka zielonogórska- wieprzowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 25 g (SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR.) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g	Płynna kolacja*()-SIED 500 ml (SEL.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml		Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 40 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka zielonogórska- wieprzowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa mielona 50 g (SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR.) Miód (25g) 1 szt Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g
	PN	Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g Salata zielona 5 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g Salata zielona 5 g	Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml		Przecier owocowy jabłko-truskawka 120g 1 szt
	Wartość energetyczna: 1773.81 kcal; Białko ogółem: 98.73 g; Tłuszcz: 47.03 g; Kw. tł. nasy.: 12.60 g; Węglowodany ogółem: 277.25 g; W tym cukry: 42.73 g; Błonnik pok.: 44.95 g; Sól: 8.72 g; WW: 23.17 Por; Ener z B.: 22.26 %; Ener z W.: 62.52 %; Ener. z T.: 23.86 %; Potas: 4076.41 mg; Sód: 3475.38 mg;	Wartość energetyczna: 1932.61 kcal; Białko ogółem: 105.47 g; Tłuszcz: 48.37 g; Kw. tł. nasy.: 23.15 g; Węglowodany ogółem: 288.71 g; W tym cukry: 49.07 g; Błonnik pok.: 26.85 g; Sól: 8.43 g; WW: 26.16 Por; Ener z B.: 21.83 %; Ener z W.: 59.75 %; Ener. z T.: 22.52 %; Potas: 3656.67 mg; Sód: 3360.57 mg;	Wartość energetyczna: 2092.42 kcal; Białko ogółem: 93.44 g; Tłuszcz: 80.06 g; Kw. tł. nasy.: 17.98 g; Węglowodany ogółem: 263.86 g; W tym cukry: 73.21 g; Błonnik pok.: 29.70 g; Sól: 2.18 g; WW: 23.20 Por; Ener z B.: 17.86 %; Ener z W.: 50.44 %; Ener. z T.: 34.44 %; Potas: 5320.25 mg; Sód: 853.48 mg;	Wartość energetyczna: 1894.56 kcal; Białko ogółem: 73.94 g; Tłuszcz: 68.81 g; Kw. tł. nasy.: 8.76 g; Węglowodany ogółem: 259.14 g; W tym cukry: 64.23 g; Błonnik pok.: 29.72 g; Sól: 1.56 g; WW: 22.72 Por; Ener z B.: 15.61 %; Ener z W.: 54.71 %; Ener. z T.: 32.69 %; Potas: 4455.35 mg; Sód: 607.52 mg;	Wartość energetyczna: 2118.89 kcal; Białko ogółem: 92.60 g; Tłuszcz: 49.94 g; Kw. tł. nasy.: 22.27 g; Węglowodany ogółem: 337.06 g; W tym cukry: 97.19 g; Błonnik pok.: 23.29 g; Sól: 6.61 g; WW: 31.32 Por; Ener z B.: 17.48 %; Ener z W.: 63.63 %; Ener. z T.: 21.21 %; Potas: 4123.09 mg; Sód: 2646.91 mg;	

Jadłospisy za okres od dnia 2026-04-06 do dnia 2026-04-15 KUCHNIA SIEDLCE

	SIE- D03/ML Z ogr. łatwoprzyswajalnych węgl. b/ml	SIE- D03/D02 Z ogr. łatwoprzy. węgl. lekkostrawna	SIE- D12 Płynna wzmocniona	SIE- D12/ML Płynna wzmocniona b/ml	SIE- D10 Przetarta	
2026-04-15 środa	Śniadanie	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 90 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Paszтет rybno-warzywny (Morszczuk) 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u>) Połędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g (<u>SOJ.</u>) Ogórek kiszony 80 g Salata zielona 20 g	Maślanka 150 ml (<u>MLE.</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Paszтет rybno-warzywny (Morszczuk) 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u>) Połędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g (<u>SOJ.</u>) Pomidor 80 g Salata 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	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (<u>MLE.</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 40 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>) Paszтет rybno-warzywny (Morszczuk) 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u>) Połędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona mielona 50 g (<u>SOJ.</u>) Kalafior gotowany* 100 g
	II SN	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	Banan 150 g
	Obiad	Jarzynowa z makaronem (bez mleka) () 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Zrazik drobiowy z udźca pieczony mielony 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos pietruszkowy (bez mleka) 80 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Ziemniaki gotowane () 160 g Surówka z marchwi z olejem b/c () 75 g Fasolka szparagowa z wody* 75 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml	Jarzynowa z makaronem dieta () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Zrazik drobiowy z udźca pieczony mielony 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Ziemniaki gotowane () 160 g Sos pietruszkowy 80 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Surówka z marchwi z olejem b/c () 75 g Fasolka szparagowa z wody* 75 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		Jarzynowa z makaronem dieta () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Zrazik drobiowy z udźca pieczony mielony 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos pietruszkowy 80 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane puree () 160 g (<u>MLE.</u>) Marchew gotowana z olejem () 150 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml
	PD					
	Kolacja	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 90 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szyngowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 75 g Pomidor 80 g Salata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</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>) Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt (<u>MLE. może zawierać: RYB, OZI, MLE.</u>) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g	Płynna kolacja*()-SIED 500 ml (<u>SEL.</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml		Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 40 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt (<u>MLE. może zawierać: RYB, OZI, MLE.</u>) Schab Ojca Grzegorza-wędłina wieprzowa wędzona, parzona, z dod. wody, białka wp mielony 50 g (<u>SOJ. może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Brokuł gotowany* 100 g
	PN	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		Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt
		Wartość energetyczna: 1786.29 kcal; Białko ogółem: 88.80 g; Tłuszcz: 51.82 g; Kw. tł. nasy.: 10.50 g; Węglowodany ogółem: 275.56 g; W tym cukry: 33.06 g; Błonnik pok.: 36.91 g; Sól: 11.89 g; WW: 23.84 Por; Ener z B.: 19.88 %; Ener z W.: 61.70 %; Ener. z T.: 26.11 %; Potas: 3622.19 mg; Sód: 4749.99 mg;	Wartość energetyczna: 1843.05 kcal; Białko ogółem: 89.52 g; Tłuszcz: 58.41 g; Kw. tł. nasy.: 20.63 g; Węglowodany ogółem: 258.98 g; W tym cukry: 39.76 g; Błonnik pok.: 25.72 g; Sól: 9.44 g; WW: 23.41 Por; Ener z B.: 19.43 %; Ener z W.: 56.21 %; Ener. z T.: 28.52 %; Potas: 3514.76 mg; Sód: 3773.90 mg;	Wartość energetyczna: 2203.82 kcal; Białko ogółem: 93.81 g; Tłuszcz: 81.09 g; Kw. tł. nasy.: 18.58 g; Węglowodany ogółem: 289.12 g; W tym cukry: 91.91 g; Błonnik pok.: 29.74 g; Sól: 2.17 g; WW: 25.77 Por; Ener z B.: 17.03 %; Ener z W.: 52.48 %; Ener. z T.: 33.11 %; Potas: 5304.18 mg; Sód: 847.65 mg;	Wartość energetyczna: 1894.56 kcal; Białko ogółem: 73.94 g; Tłuszcz: 68.81 g; Kw. tł. nasy.: 8.76 g; Węglowodany ogółem: 259.14 g; W tym cukry: 64.23 g; Błonnik pok.: 29.72 g; Sól: 1.56 g; WW: 22.72 Por; Ener z B.: 15.61 %; Ener z W.: 54.71 %; Ener. z T.: 32.69 %; Potas: 4455.35 mg; Sód: 607.52 mg;	Wartość energetyczna: 2180.44 kcal; Białko ogółem: 98.67 g; Tłuszcz: 63.14 g; Kw. tł. nasy.: 23.22 g; Węglowodany ogółem: 323.78 g; W tym cukry: 89.95 g; Błonnik pok.: 28.56 g; Sól: 7.41 g; WW: 29.50 Por; Ener z B.: 18.10 %; Ener z W.: 59.40 %; Ener. z T.: 26.06 %; Potas: 4237.08 mg; Sód: 2970.93 mg;

Jadłospisy za okres od dnia 2026-04-06 do dnia 2026-04-15 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- D10 Przetarta b/ml	SIE- D02 Łatwo strawna	SIE- D02/ML Bezmleczna	SIE- D05 Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	SIE- D01/M O kontr. zaw.kwasów tłuszczowych
2026-04-06 poniedziałek	Śniadanie	Kasza kukurydziana na wodzie 300 ml Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 40 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Połędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona mielona 75 g (<u>SOJ.</u>) Marchew gotowana z olejem () 100 g	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (<u>MLE.</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 40 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>) Połędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g (<u>SOJ.</u>) Ser mozzarella 50 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Jabłko pieczone 150 g	Kasza kukurydziana na wodzie 300 ml Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 40 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Połędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g (<u>SOJ.</u>) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Jabłko pieczone 150 g	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (<u>MLE.</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 90 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Połędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g (<u>SOJ.</u>) Ser mozzarella 50 g (<u>MLE.</u>) Pomidor b/skórki 80 g Salata zielona 20 g Jabłko pieczone 150 g	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (<u>MLE.</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 90 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Połędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g (<u>SOJ.</u>) Ser mozzarella 50 g (<u>MLE.</u>) Salata zielona 20 g Ogórek kiszony 80 g
	II SN	Jabłko pieczone 150 g				Mandarynka 150 g
	Obiad	Rosół z makaronem () 300 ml (<u>GLU PSZ. SEL.</u>) Ziemniaki gotowane puree (bez mleka) () 160 g Pulpet drobiowy rozdrobniony 100 g (<u>GLU PSZ. JAJ.</u>) Sos pietruszkowy (bez mleka)* 80 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Brokuł gotowany* 150 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Rosół z makaronem () 300 ml (<u>GLU PSZ. SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 160 g Ćwiartka z kurczaka gotowana 130 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 75 g Brokuł gotowany* 75 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Rosół z makaronem () 300 ml (<u>GLU PSZ. SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 160 g Ćwiartka z kurczaka gotowana 130 g Brokuł gotowany* 150 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Rosół z makaronem () 300 ml (<u>GLU PSZ. SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 160 g Ćwiartka z kurczaka gotowana 130 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 75 g Brokuł gotowany* 75 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml	
	PD					
	Kolacja	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 40 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osl.niejad mielona 75 g Ćwika z jabłkiem b/c () 100 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 40 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>) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osl.niejad 25 g Ćwika z jabłkiem b/c () 80 g Salata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 40 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osl.niejad 75 g Ćwika z jabłkiem b/c () 80 g Salata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 90 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osl.niejad 25 g Twarożek z koperkiem 80 g (<u>MLE.</u>) Ćwika z jabłkiem b/c () 80 g Salata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 90 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 osl.niejad 25 g Twarożek z koperkiem 80 g (<u>MLE.</u>) Ćwika z jabłkiem b/c () 80 g Salata zielona 20 g
PN	Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt Biszkopty b/ml 30 g (<u>GLU PSZ. JAJ.</u>)	Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt	Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt Biszkopty b/ml 30 g (<u>GLU PSZ. JAJ.</u>)	Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt		
	Wartość energetyczna: 1910.97 kcal; Białko ogółem: 81.58 g; Tłuszcz: 43.46 g; Kw. tł. nasy.: 10.21 g; Węglowodany ogółem: 316.15 g; W tym cukry: 64.72 g; Błonnik pok.: 26.83 g; Sól: 9.42 g; WW: 28.81 Por; Ener z B.: 17.08 %; Ener z W.: 66.18 %; Ener. z T.: 20.47 %; Potas: 3357.64 mg; Sód: 3767.40 mg;	Wartość energetyczna: 2287.75 kcal; Białko ogółem: 129.20 g; Tłuszcz: 76.56 g; Kw. tł. nasy.: 27.18 g; Węglowodany ogółem: 285.92 g; W tym cukry: 73.78 g; Błonnik pok.: 22.85 g; Sól: 7.09 g; WW: 26.26 Por; Ener z B.: 22.59 %; Ener z W.: 49.99 %; Ener. z T.: 30.12 %; Potas: 4053.10 mg; Sód: 2838.90 mg;	Wartość energetyczna: 2103.82 kcal; Białko ogółem: 108.15 g; Tłuszcz: 61.87 g; Kw. tł. nasy.: 16.53 g; Węglowodany ogółem: 294.13 g; W tym cukry: 58.67 g; Błonnik pok.: 22.78 g; Sól: 9.00 g; WW: 27.08 Por; Ener z B.: 20.56 %; Ener z W.: 55.92 %; Ener. z T.: 26.47 %; Potas: 3594.48 mg; Sód: 3607.00 mg;	Wartość energetyczna: 2215.22 kcal; Białko ogółem: 132.99 g; Tłuszcz: 66.38 g; Kw. tł. nasy.: 21.50 g; Węglowodany ogółem: 284.81 g; W tym cukry: 74.84 g; Błonnik pok.: 21.11 g; Sól: 6.57 g; WW: 26.38 Por; Ener z B.: 24.01 %; Ener z W.: 51.43 %; Ener. z T.: 26.97 %; Potas: 4252.94 mg; Sód: 2635.56 mg;	Wartość energetyczna: 2186.65 kcal; Białko ogółem: 127.50 g; Tłuszcz: 78.83 g; Kw. tł. nasy.: 21.00 g; Węglowodany ogółem: 272.59 g; W tym cukry: 62.41 g; Błonnik pok.: 32.45 g; Sól: 8.22 g; WW: 23.90 Por; Ener z B.: 23.32 %; Ener z W.: 49.87 %; Ener. z T.: 32.45 %; Potas: 4377.27 mg; Sód: 3288.75 mg;	

Jadłospisy za okres od dnia 2026-04-06 do dnia 2026-04-15 KUCHNIA SIEDLCE

	SIE- D10 Przetarta b/ml	SIE- D02 Łatwo strawna	SIE- D02/ML Bezmleczna	SIE- D05 Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	SIE- D01/M O kontr. zaw.kwasów tłuszczowych
Śniadanie	Kasza manna na wodzie 300 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 40 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 mielona 75 g (<u>SOJ.</u>) Kalafior gotowany* 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (<u>MLE. GLU JECZ.</u>) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 40 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 80 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Jabłko pieczone 150 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Kasza manna na wodzie 300 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 40 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 Sałata zielona 20 g Jabłko pieczone 150 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (<u>MLE. GLU JECZ.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</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>) Twaróg półtłusty 80 g (<u>MLE.</u>) Pomidor b/skórki 80 g Sałata zielona 20 g Jabłko pieczone 150 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (<u>MLE. GLU JECZ.</u>) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 25 g (<u>SOJ.</u>) Twaróg półtłusty 80 g (<u>MLE.</u>) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	II SN	Jabłko pieczone 150 g			Jabłko 150 g
Obiad	Barszcz czerwony z ziemniakami (bez mleka) () 300 ml (<u>GLU PSZ. SEL.</u>) Ryż na sypko 160 g Pulpet wieprzowy rozdrobniony 100 g (<u>GLU PSZ. JAJ.</u>) Sos ziołowy* 80 ml (<u>GLU PSZ. SEL.</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 150 g (<u>SEL.</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Barszcz czerwony 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	Barszcz czerwony z ziemniakami (bez mleka) () 300 ml (<u>GLU PSZ. SEL.</u>) Ryż na sypko 160 g Pulpet wieprzowy 100 g (<u>GLU PSZ. JAJ.</u>) Sos ziołowy* 80 ml (<u>GLU PSZ. SEL.</u>) Surówka z selera i marchwi z olejem () 150 g (<u>SEL.</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Barszcz czerwony 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	Barszcz ukraiński z ziemniakami () 300 ml (<u>GLU PSZ. MLE. SEL.</u>) Ryż na sypko (brązowy) 160 g Pulpet wieprzowy 100 g (<u>GLU PSZ. JAJ.</u>) Sos ziołowy* 80 ml (<u>GLU PSZ. SEL.</u>) Surówka z selera i marchwi z olejem () b/c 150 g (<u>SEL.</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml
	PD				
Kolacja	Kawa zbożowa b/c 250 ml (<u>GLU ŻYT. GLU JECZ.</u>) Bułka pszenna długa krojona 40 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Jajko gotowane kl M mielone 1 szt (<u>JAJ.</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona mielona 50 g Marchew gotowana z olejem () 100 g	Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE. GLU ŻYT. GLU JECZ.</u>) Bułka pszenna długa krojona 40 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 Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Kawa zbożowa b/c 250 ml (<u>GLU ŻYT. GLU JECZ.</u>) Bułka pszenna długa krojona 40 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE. GLU ŻYT. GLU JECZ.</u>) Bułka pszenna długa krojona 90 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 25 g Pomidor b/skórki 80 g Sałata zielona 20 g	Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE. GLU ŻYT. GLU JECZ.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 90 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Rzepa biała 80 g Sałata zielona 20 g
	PN	Mus- przecier owocowy jabłko 100g (tubka) 1 szt Biszkopty b/ml 30 g (<u>GLU PSZ. JAJ.</u>)	Przecier owocowy jabłko-truskawka 100g 1 szt Wafle ryżowe 20 g	Mus- przecier owocowy jabłko 100g (tubka) 1 szt Wafle ryżowe 20 g	Przecier owocowy jabłko-truskawka 100g 1 szt Wafle ryżowe 20 g
	Wartość energetyczna: 2092.71 kcal; Białko ogółem: 89.06 g; Tłuszcz: 54.91 g; Kw. tł. nasy.: 12.23 g; Węglowodany ogółem: 331.00 g; W tym cukry: 66.02 g; Błonnik pok.: 31.16 g; Sól: 8.17 g; WW: 29.94 Por; Ener z B.: 17.02 %; Ener z W.: 63.27 %; Ener. z T.: 23.61 %; Potas: 3109.98 mg; Sód: 3256.09 mg;	Wartość energetyczna: 2156.94 kcal; Białko ogółem: 84.79 g; Tłuszcz: 46.20 g; Kw. tł. nasy.: 22.58 g; Węglowodany ogółem: 361.87 g; W tym cukry: 90.28 g; Błonnik pok.: 20.41 g; Sól: 6.49 g; WW: 34.23 Por; Ener z B.: 15.72 %; Ener z W.: 67.11 %; Ener. z T.: 19.28 %; Potas: 2961.46 mg; Sód: 2588.77 mg;	Wartość energetyczna: 2048.76 kcal; Białko ogółem: 86.92 g; Tłuszcz: 54.58 g; Kw. tł. nasy.: 12.48 g; Węglowodany ogółem: 321.11 g; W tym cukry: 62.37 g; Błonnik pok.: 28.38 g; Sól: 7.73 g; WW: 29.36 Por; Ener z B.: 16.97 %; Ener z W.: 62.69 %; Ener. z T.: 23.98 %; Potas: 3021.39 mg; Sód: 3092.83 mg;	Wartość energetyczna: 2081.92 kcal; Białko ogółem: 86.51 g; Tłuszcz: 34.06 g; Kw. tł. nasy.: 15.79 g; Węglowodany ogółem: 367.43 g; W tym cukry: 91.42 g; Błonnik pok.: 19.17 g; Sól: 6.42 g; WW: 35.00 Por; Ener z B.: 16.62 %; Ener z W.: 70.60 %; Ener. z T.: 14.72 %; Potas: 2985.12 mg; Sód: 2574.53 mg;	Wartość energetyczna: 2247.16 kcal; Białko ogółem: 108.01 g; Tłuszcz: 67.59 g; Kw. tł. nasy.: 20.11 g; Węglowodany ogółem: 331.31 g; W tym cukry: 76.57 g; Błonnik pok.: 46.98 g; Sól: 7.02 g; WW: 28.55 Por; Ener z B.: 19.23 %; Ener z W.: 58.98 %; Ener. z T.: 27.07 %; Potas: 4260.49 mg; Sód: 2801.74 mg;

2026-04-07 wtorek

Jadłospisy za okres od dnia 2026-04-06 do dnia 2026-04-15 KUCHNIA SIEDLCE

	SIE- D10 Przetarta b/ml	SIE- D02 Łatwo strawna	SIE- D02/ML Bezmleczna	SIE- D05 Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	SIE- D01/M O kontr. zaw.kwasów tłuszczowych
Śniadanie	Kasza kukurydziana na wodzie 300 ml Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 40 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody mielona 50 g (<u>SOJ.</u>) Miód (25g) 1 szt Brokuł gotowany* 100 g	Płatki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Bułka pszenna długa krojona 40 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Serek a'la homogenizowany 80 g (<u>MLE.</u>) 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 Salata zielona 20 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Banan 150 g	Kasza kukurydziana na wodzie 300 ml Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 40 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 75 g (<u>SOJ.</u>) Salata zielona 20 g Pomidor 80 g Banan 150 g	Płatki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 90 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Serek a'la homogenizowany 80 g (<u>MLE.</u>) Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 25 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Pomidor b/skórki 80 g Salata zielona 20 g Banan 150 g	Płatki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 90 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Serek a'la homogenizowany 80 g (<u>MLE.</u>) Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 25 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g
	II SN	Banan 150 g			Banan 150 g
Obiad	Ziemniaczana (bez mleka) () 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ryż na sypko 180 g Pieczeń rzymska wieprzowa rozdrobniona 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos pomidorowy 80 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Cukinia pieczona z olejem * 150 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Ziemniaczana () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 160 g (<u>GLU JĘCZ.</u>) Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos pomidorowy 80 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Cukinia pieczona z olejem * 75 g Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c () 75 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Ziemniaczana (bez mleka) () 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 160 g (<u>GLU JĘCZ.</u>) Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos pomidorowy 80 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Cukinia pieczona z olejem * 150 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Ziemniaczana () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 160 g (<u>GLU JĘCZ.</u>) Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos pomidorowy 80 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Cukinia pieczona z olejem * 150 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Kapuśniak z kapusty kiszzonej () 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL, GOR.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 160 g (<u>GLU JĘCZ.</u>) Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos chrzanowy 80 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SOJ.</u>) Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c () 75 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml Cukinia pieczona z olejem * 75 g
	PD				
Kolacja	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 40 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad mielona 25 g Paprykarz rybno (morszczuk)-warzywny () 80 g (<u>RYB.</u>) Dyńa z wody 100 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 40 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 25 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Paprykarz rybno (morszczuk)-warzywny () 80 g (<u>RYB.</u>) Salata zielona 20 g Pomidor 80 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 40 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g Paprykarz rybno (morszczuk)-warzywny () 80 g (<u>RYB.</u>) Salata zielona 20 g Pomidor 80 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 90 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>) Paprykarz rybno (morszczuk)-warzywny () 80 g (<u>RYB.</u>) Pomidor b/skórki 80 g Salata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 90 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 Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 25 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Ogórek kiszony 80 g Salata zielona 20 g
	PN	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt	Ciasto drożdżowe 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>)	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt Podplomyki b/c 20 g (<u>GLU PSZ, MLE.</u>)
	Wartość energetyczna: 2088.71 kcal; Białko ogółem: 83.92 g; Tłuszcz: 43.10 g; Kw. tł. nasy.: 10.79 g; Węglowodany ogółem: 356.05 g; W tym cukry: 78.36 g; Błonnik pok.: 24.39 g; Sól: 9.07 g; WW: 33.16 Por; Ener z B.: 16.07 %; Ener z W.: 68.19 %; Ener z T.: 18.57 %; Potas: 3692.25 mg; Sód: 3635.21 mg;	Wartość energetyczna: 2366.81 kcal; Białko ogółem: 101.83 g; Tłuszcz: 51.84 g; Kw. tł. nasy.: 22.84 g; Węglowodany ogółem: 365.60 g; W tym cukry: 80.91 g; Błonnik pok.: 28.50 g; Sól: 6.26 g; WW: 33.82 Por; Ener z B.: 17.21 %; Ener z W.: 61.79 %; Ener z T.: 19.71 %; Potas: 4202.68 mg; Sód: 2507.58 mg;	Wartość energetyczna: 1963.83 kcal; Białko ogółem: 85.73 g; Tłuszcz: 41.97 g; Kw. tł. nasy.: 10.80 g; Węglowodany ogółem: 330.59 g; W tym cukry: 59.96 g; Błonnik pok.: 26.79 g; Sól: 9.47 g; WW: 30.50 Por; Ener z B.: 17.46 %; Ener z W.: 67.34 %; Ener z T.: 19.24 %; Potas: 3679.99 mg; Sód: 3791.48 mg;	Wartość energetyczna: 2169.73 kcal; Białko ogółem: 105.03 g; Tłuszcz: 45.09 g; Kw. tł. nasy.: 16.99 g; Węglowodany ogółem: 351.73 g; W tym cukry: 74.47 g; Błonnik pok.: 23.86 g; Sól: 7.30 g; WW: 32.95 Por; Ener z B.: 19.36 %; Ener z W.: 64.84 %; Ener z T.: 18.70 %; Potas: 4303.95 mg; Sód: 2941.03 mg;	Wartość energetyczna: 2177.96 kcal; Białko ogółem: 99.37 g; Tłuszcz: 67.71 g; Kw. tł. nasy.: 17.98 g; Węglowodany ogółem: 326.29 g; W tym cukry: 60.99 g; Błonnik pok.: 35.79 g; Sól: 10.68 g; WW: 29.09 Por; Ener z B.: 18.25 %; Ener z W.: 59.92 %; Ener z T.: 27.98 %; Potas: 4135.01 mg; Sód: 4266.68 mg;

Jadłospisy za okres od dnia 2026-04-06 do dnia 2026-04-15 KUCHNIA SIEDLCE

	SIE- D10 Przetarta b/ml	SIE- D02 Łatwo strawna	SIE- D02/ML Bezmleczna	SIE- D05 Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	SIE- D01/M O kontr. zaw.kwasów tłuszczowych	
2026-04-09 czwartek	Śniadanie	Kasza manna na wodzie 300 ml (<u>GLUPSZ.</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLUPSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 40 g (<u>GLUPSZ.</u> <u>GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona mielona 75 g Buraczki gotowane () 100 g	Kasza manna na mleku 300 ml (<u>GLUPSZ.</u> <u>MLE.</u>) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLUPSZ.</u> <u>GLU ŻYT.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 40 g (<u>GLUPSZ.</u> <u>GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 25 g Twarożek 80 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Banan 150 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Kasza manna na wodzie 300 ml (<u>GLUPSZ.</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLUPSZ.</u> <u>GLU ŻYT.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 40 g (<u>GLUPSZ.</u> <u>GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 75 g Salata zielona 20 g Pomidor 80 g Banan 150 g	Kasza manna na mleku 300 ml (<u>GLUPSZ.</u> <u>MLE.</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLUPSZ.</u>) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLUPSZ.</u> <u>GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 25 g Twarożek 80 g (<u>MLE.</u>) Salata zielona 20 g Pomidor b/skórki 80 g Banan 150 g	Kasza manna na mleku 300 ml (<u>GLUPSZ.</u> <u>MLE.</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLUPSZ.</u> <u>GLU ŻYT.</u>) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLUPSZ.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Pasta z fasoli 80 g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 25 g Pomidor 80 g Salata zielona 20 g
	II SN	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt				Banan 150 g
Obiad	Szpinakowa z ziemniakami (bez mleka) () 300 ml (<u>GLUPSZ.</u> <u>SEL.</u>) Klopsik wieprzowy rozdrobniony 100 g (<u>GLUPSZ.</u> <u>JAJ.</u>) Sos bazyliowy* 80 ml (<u>GLUPSZ.</u> <u>SEL.</u>) Ziemniaki gotowane puree (bez mleka) () 160 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 150 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Szpinakowa z ziemniakami () 300 ml (<u>GLUPSZ.</u> <u>MLE.</u> <u>SEL.</u>) Makaron z sosem bolognese, z łop wp - dieta () 300 g (<u>GLUPSZ.</u> <u>SEL.</u>) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 150 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Szpinakowa z ziemniakami (bez mleka) () 300 ml (<u>GLUPSZ.</u> <u>SEL.</u>) Makaron z sosem bolognese, z łop wp - dieta () 300 g (<u>GLUPSZ.</u> <u>SEL.</u>) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 150 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Szpinakowa z ziemniakami () 300 ml (<u>GLUPSZ.</u> <u>MLE.</u> <u>SEL.</u>) Makaron z sosem bolognese, z łop wp - dieta () 300 g (<u>GLUPSZ.</u> <u>SEL.</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 150 g (<u>SEL.</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Szpinakowa z ziemniakami () 300 ml (<u>GLUPSZ.</u> <u>MLE.</u> <u>SEL.</u>) Makaron pełnoziarnisty z sosem bolognese, z łop wp () 300 g (<u>GLUPSZ.</u> <u>MLE.</u> <u>SEL.</u>) Surówka z rzodkwi i jabłka () 75 g (<u>MLE.</u>) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 75 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml	
PD						
Kolacja	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLUPSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLUPSZ.</u> <u>GLU ŻYT.</u>) Leczo z drobiem-dieta * rozdrobnione 300 g Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLUPSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLUPSZ.</u> <u>GLU ŻYT.</u>) Leczo z drobiem-dieta * 300 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLUPSZ.</u> <u>GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLUPSZ.</u>) Leczo z drobiem-dieta * 300 g Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 90 g (<u>GLUPSZ.</u>) Leczo z drobiem-dieta * 300 g Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 90 g (<u>GLUPSZ.</u> <u>GLU ŻYT.</u>) Leczo z drobiem-dieta * 300 g Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	
PN	Przecier owocowy jabłko-truskawka 100g 1 szt				Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt Pieczywo chrupkie ekstrudowane-żytnie 30 g (<u>GLUPSZ.</u> <u>GLU ŻYT.</u> <u>GLU JĘCZ.</u>)	
	Wartość energetyczna: 1942.07 kcal; Białko ogółem: 91.45 g; Tłuszcz: 38.46 g; Kw. tł. nasy.: 8.54 g; Węglowodany ogółem: 321.39 g; W tym cukry: 73.22 g; Błonnik pok.: 25.93 g; Sól: 6.52 g; WW: 29.55 Por; Ener z B.: 18.84 %; Ener z W.: 66.20 %; Ener. z T.: 17.83 %; Potas: 3902.90 mg; Sód: 2611.90 mg;	Wartość energetyczna: 2243.15 kcal; Białko ogółem: 102.25 g; Tłuszcz: 48.84 g; Kw. tł. nasy.: 15.90 g; Węglowodany ogółem: 360.45 g; W tym cukry: 98.70 g; Błonnik pok.: 24.14 g; Sól: 4.95 g; WW: 33.77 Por; Ener z B.: 18.23 %; Ener z W.: 64.28 %; Ener. z T.: 19.60 %; Potas: 3693.04 mg; Sód: 1981.84 mg;	Wartość energetyczna: 2026.80 kcal; Białko ogółem: 88.92 g; Tłuszcz: 40.50 g; Kw. tł. nasy.: 7.94 g; Węglowodany ogółem: 339.03 g; W tym cukry: 83.72 g; Błonnik pok.: 23.95 g; Sól: 5.89 g; WW: 31.60 Por; Ener z B.: 17.55 %; Ener z W.: 66.91 %; Ener. z T.: 17.99 %; Potas: 3224.99 mg; Sód: 2360.10 mg;	Wartość energetyczna: 2276.15 kcal; Białko ogółem: 103.29 g; Tłuszcz: 48.71 g; Kw. tł. nasy.: 13.20 g; Węglowodany ogółem: 372.84 g; W tym cukry: 109.32 g; Błonnik pok.: 31.16 g; Sól: 4.96 g; WW: 34.31 Por; Ener z B.: 18.15 %; Ener z W.: 65.52 %; Ener. z T.: 19.26 %; Potas: 4444.88 mg; Sód: 1979.79 mg;	Wartość energetyczna: 2373.00 kcal; Białko ogółem: 103.94 g; Tłuszcz: 54.60 g; Kw. tł. nasy.: 14.19 g; Węglowodany ogółem: 401.24 g; W tym cukry: 80.11 g; Błonnik pok.: 49.99 g; Sól: 5.68 g; WW: 35.31 Por; Ener z B.: 17.52 %; Ener z W.: 67.63 %; Ener. z T.: 20.71 %; Potas: 5005.41 mg; Sód: 2311.51 mg;	

Jadłospisy za okres od dnia 2026-04-06 do dnia 2026-04-15 KUCHNIA SIEDLCE

	SIE- D10 Przetarta b/ml	SIE- D02 Łatwo strawna	SIE- D02/ML Bezmleczna	SIE- D05 Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	SIE- D01/M O kontr. zaw.kwasów tłuszczowych	
2026-04-10 piątek	Śniadanie	Kasza kukurydziana na wodzie 300 ml Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 40 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Serek wiejski lekki 3% tł 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) Miód (25g) 1 szt Szynka z piersią kurczaka-wędl.z drob.gr.rozd.parzo.w osł.niejadalnej mielona 50 g (<u>SOJ.</u>) Miód (25g) 1 szt Cukinia pieczona z olejem * 100 g	Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ. MLE.</u>) Bułka pszenna długa krojona 40 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Serek wiejski lekki 3% tł 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) Miód (25g) 1 szt Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Jabłko pieczone 150 g	Kasza kukurydziana na wodzie 300 ml Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 40 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Serek wiejski lekki 3% tł 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) Miód (25g) 1 szt Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Jabłko pieczone 150 g	Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ. MLE.</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 90 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Szynka z piersią kurczaka-wędl.z drob.gr.rozd.parzo.w osł.niejadalnej 50 g (<u>SOJ.</u>) Miód (25g) 1 szt Pomidor b/skórki 80 g Sałata zielona 20 g Jabłko pieczone 150 g	Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ. MLE.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 90 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Serek wiejski lekki 3% tł 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) Hummus 50 g (<u>SEZ.</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	II ŚN	Jabłko pieczone 150 g				Mandarynka 150 g
2026-04-10 piątek	Obiad	Krupnik jęczmienny () 300 ml (<u>MLE, SEL, GLU JEJCZ.</u>) Ziemniaki gotowane () 160 g Pulpet rybny (Morszczuk) rozdrobniony 120 g (<u>GLU PSZ. JAJ. RYB.</u>) Sos koperkowy *(bez mleka) 80 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Warzywa po grecku () 150 g (<u>GLU PSZ. SEL.</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Krupnik jęczmienny (bez mleka) () 300 ml (<u>SEL, GLU JEJCZ.</u>) Ziemniaki gotowane () 160 g Pulpet rybny (Morszczuk) 120 g (<u>GLU PSZ. JAJ. RYB.</u>) Sos koperkowy *(bez mleka) 80 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Warzywa po grecku () 150 g (<u>GLU PSZ. SEL.</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Krupnik jęczmienny (bez mleka) () 300 ml (<u>SEL, GLU JEJCZ.</u>) Ziemniaki gotowane () 160 g Pulpet rybny (Morszczuk) 120 g (<u>GLU PSZ. JAJ. RYB.</u>) Sos koperkowy *(bez mleka) 80 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Warzywa po grecku () 150 g (<u>GLU PSZ. SEL.</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Krupnik jęczmienny () 300 ml (<u>MLE, SEL, GLU JEJCZ.</u>) Ziemniaki gotowane () 160 g Pulpet rybny (Morszczuk) 120 g (<u>GLU PSZ. JAJ. RYB.</u>) Sos koperkowy * 80 ml (<u>GLU PSZ. MLE.</u>) Warzywa po grecku () 150 g (<u>GLU PSZ. SEL.</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Krupnik jęczmienny () 300 ml (<u>MLE, SEL, GLU JEJCZ.</u>) Ziemniaki gotowane () 160 g Pulpet rybny (Morszczuk) 120 g (<u>GLU PSZ. JAJ. RYB.</u>) Sos koperkowy * 80 ml (<u>GLU PSZ. MLE.</u>) Surówka z kapusty kiszzonej z olejem b/c () 75 g Warzywa po grecku () 75 g (<u>GLU PSZ. SEL.</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml
	PD					
2026-04-10 piątek	Kolacja	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 40 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Jajko gotowane kl M mielone 1 szt (<u>JAJ.</u>) Dżem 25 g 1 szt Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 100 g (<u>SEL.</u>)	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 40 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 80 g (<u>JAJ. MLE.</u>) Dżem 25 g 1 szt Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 40 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ.</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 90 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 5 g (<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 b/skórki 80 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 90 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Pasta z jaj z koperkiem -dieta 80 g (<u>JAJ. MLE.</u>) Ser żółty 50 g (<u>MLE.</u>) Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g
	PN	Biszkopty b/ml 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>)	Mleko Smakowe UHT 1,5% tł 0,2l 1 szt (<u>MLE.</u>) Podplomyki b/c 20 g (<u>GLU PSZ, MLE.</u>)	Wafle ryżowe 30 g	Podplomyki b/c 20 g (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Mleko Smakowe UHT 1,5% tł 0,2l 1 szt (<u>MLE.</u>)	
	Wartość energetyczna: 2023.89 kcal; Białko ogółem: 80.54 g; Tłuszcz: 52.63 g; Kw. tł. nasy.: 10.15 g; Węglowodany ogółem: 336.47 g; W tym cukry: 77.57 g; Błonnik pok.: 28.39 g; Sól: 6.88 g; WW: 30.84 Por; Ener z B.: 15.92 %; Ener z W.: 66.50 %; Ener. z T.: 23.40 %; Potas: 3579.77 mg; Sód: 2746.01 mg;	Wartość energetyczna: 2339.07 kcal; Białko ogółem: 110.20 g; Tłuszcz: 58.08 g; Kw. tł. nasy.: 21.64 g; Węglowodany ogółem: 360.37 g; W tym cukry: 91.45 g; Błonnik pok.: 24.63 g; Sól: 6.67 g; WW: 33.67 Por; Ener z B.: 18.84 %; Ener z W.: 61.63 %; Ener. z T.: 22.35 %; Potas: 3839.70 mg; Sód: 2666.18 mg;	Wartość energetyczna: 1962.44 kcal; Białko ogółem: 85.48 g; Tłuszcz: 50.16 g; Kw. tł. nasy.: 11.51 g; Węglowodany ogółem: 321.00 g; W tym cukry: 64.53 g; Błonnik pok.: 26.18 g; Sól: 6.34 g; WW: 29.52 Por; Ener z B.: 17.42 %; Ener z W.: 65.43 %; Ener. z T.: 23.00 %; Potas: 3476.63 mg; Sód: 2530.26 mg;	Wartość energetyczna: 2122.63 kcal; Białko ogółem: 101.43 g; Tłuszcz: 44.05 g; Kw. tł. nasy.: 14.37 g; Węglowodany ogółem: 356.36 g; W tym cukry: 88.80 g; Błonnik pok.: 23.04 g; Sól: 7.11 g; WW: 33.55 Por; Ener z B.: 19.11 %; Ener z W.: 67.15 %; Ener. z T.: 18.68 %; Potas: 3780.83 mg; Sód: 2852.08 mg;	Wartość energetyczna: 2436.33 kcal; Białko ogółem: 125.06 g; Tłuszcz: 88.11 g; Kw. tł. nasy.: 27.11 g; Węglowodany ogółem: 315.67 g; W tym cukry: 47.10 g; Błonnik pok.: 32.81 g; Sól: 9.89 g; WW: 28.25 Por; Ener z B.: 20.53 %; Ener z W.: 51.83 %; Ener. z T.: 32.55 %; Potas: 4026.73 mg; Sód: 3953.55 mg;	

Jadłospisy za okres od dnia 2026-04-06 do dnia 2026-04-15 KUCHNIA SIEDLCE

	SIE- D10 Przetarta b/ml	SIE- D02 Łatwo strawna	SIE- D02/ML Bezmleczna	SIE- D05 Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	SIE- D01/M O kontr. zaw.kwasów tłuszczowych	
2026-04-11 sobota	Śniadanie	<p>Płatki owsiane na wodzie 300 ml (<u>GLU OW.</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 40 g (<u>GLUPSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 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 mielona 50 g (<u>SOJ.</u>) Dżem 25 g 1 szt Kalafior gotowany* 100 g</p>	<p>Płatki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE. GLU OW.</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 40 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 z piersi kurczaka-produkt drobiowy.grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (<u>może zawierać: GLU PSZ. JAJ. SOJ. MLE. SEL. GOR.</u>) Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt (<u>MLE. może zawierać: RYB. OZI. MLE.</u>) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Jabłko pieczone 1szt. 1 szt</p>	<p>Płatki owsiane na wodzie 300 ml (<u>GLU OW.</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 40 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (<u>SOJ.</u>) Dżem 25 g 1 szt Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Jabłko pieczone 1szt. 1 szt</p>	<p>Płatki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE. GLU OW.</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 90 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy.grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (<u>może zawierać: GLU PSZ. JAJ. SOJ. MLE. SEL. GOR.</u>) Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt (<u>MLE. może zawierać: RYB. OZI. MLE.</u>) Pomidor b/skórki 80 g Salata zielona 20 g Jabłko pieczone 1szt. 1 szt</p>	<p>Płatki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE. GLU OW.</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 90 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy.grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (<u>może zawierać: GLU PSZ. JAJ. SOJ. MLE. SEL. GOR.</u>) Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt (<u>MLE. może zawierać: RYB. OZI. MLE.</u>) Salata zielona 20 g Rzodkiew biała 80 g</p>
	II ŚN	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt				Jabłko 150 g
Obiad	<p>Koperkowa z ziemniakami (bez mleka) () 300 ml (<u>GLU PSZ. SEL.</u>) Ryż na sypko 160 g Potrawka drobiowa () rozdrobniona 150 g (<u>GLU PSZ. SEL.</u>) Buraczki gotowane () 150 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml</p>	<p>Koperkowa z ziemniakami () 300 ml (<u>GLU PSZ. MLE. SEL.</u>) Ryż na sypko 160 g Potrawka drobiowa () 150 g (<u>GLU PSZ. SEL.</u>) Buraczki gotowane () 75 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c () 75 g</p>	<p>Koperkowa z ziemniakami (bez mleka) () 300 ml (<u>GLU PSZ. SEL.</u>) Ryż na sypko 160 g Potrawka drobiowa () 150 g (<u>GLU PSZ. SEL.</u>) Buraczki gotowane () 75 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c () 75 g</p>	<p>Koperkowa z ziemniakami () 300 ml (<u>GLU PSZ. MLE. SEL.</u>) Ryż na sypko 160 g Potrawka drobiowa () 150 g (<u>GLU PSZ. SEL.</u>) Buraczki gotowane () 75 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c () 75 g</p>	<p>Koperkowa z ziemniakami () 300 ml (<u>GLU PSZ. MLE. SEL.</u>) Kociołek meksykański z kurczakiem i fasolą 150 g (<u>SEL.</u>) Ryż na sypko (brązowy) 160 g Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c () 75 g Buraczki gotowane () 75 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml</p>	
PD						
Kolacja	<p>Kawa zbożowa b/c 250 ml (<u>GLU ŻYT. GLU JECZ.</u>) Bułka pszenna długa krojona 40 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynka z piersią kurczaka-wędł.z drob.gr.rozd.parzo.w osł.niejadalnej mielona 50 g (<u>SOJ.</u>) Miód (25g) 1 szt Brokuł gotowany* 100 g</p>	<p>Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE. GLU ŻYT. GLU JECZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 40 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Salatka z makaronu z wędliną drobiowo wieprzową -dieta () 150 g (<u>GLU PSZ. SEL. może zawierać: GLU PSZ. MLE. GOR.</u>) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa,wędzona,z wodą dodaną. 25 g (<u>SOJ.</u>) Salata zielona 20 g Pomidor 80 g</p>	<p>Kawa zbożowa b/c 250 ml (<u>GLU ŻYT. GLU JECZ.</u>) Bułka pszenna długa krojona 40 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynka z piersią kurczaka-wędł.z drob.gr.rozd.parzo.w osł.niejadalnej 50 g (<u>SOJ.</u>) Miód (25g) 1 szt Pomidor 80 g Salata zielona 20 g</p>	<p>Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE. GLU ŻYT. GLU JECZ.</u>) Bułka pszenna długa krojona 90 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa,wędzona,z wodą dodaną. 25 g (<u>SOJ.</u>) Salatka z makaronu z wędliną drobiowo wieprzową -dieta () 150 g (<u>GLU PSZ. SEL. może zawierać: GLU PSZ. MLE. GOR.</u>) Pomidor b/skórki 80 g Salata zielona 20 g</p>	<p>Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE. GLU ŻYT. GLU JECZ.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 90 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa,wędzona,z wodą dodaną. 25 g (<u>SOJ.</u>) Salatka z makaronu z wędliną drobiowo wieprzową -dieta () 150 g (<u>GLU PSZ. SEL. może zawierać: GLU PSZ. MLE. GOR.</u>) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g</p>	
PN	Mus- przecier owocowy jabłko 100g (tubka) 1 szt					

Jadłospisy za okres od dnia 2026-04-06 do dnia 2026-04-15 KUCHNIA SIEDLCE

	SIE- D10 Przetarta b/ml	SIE- D02 Łatwo strawna	SIE- D02/ML Bezmleczna	SIE- D05 Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	SIE- D01/M O kontr. zaw.kwasów tłuszczowych
2026-04-11 sobota	Wartość energetyczna: 1818.64 kcal; Białko ogółem: 69.33 g; Tłuszcz: 37.80 g; Kw. tł. nasy.: 8.34 g; Węglowodany ogółem: 329.24 g; W tym cukry: 92.32 g; Błonnik pok.: 26.62 g; Sól: 6.71 g; WW: 30.26 Por; Ener z B.: 15.25 %; Ener z W.: 72.41 %; Ener. z T.: 18.71 %; Potas: 3001.35 mg; Sód: 2688.35 mg;	Wartość energetyczna: 2216.17 kcal; Białko ogółem: 88.02 g; Tłuszcz: 61.23 g; Kw. tł. nasy.: 25.08 g; Węglowodany ogółem: 347.23 g; W tym cukry: 84.20 g; Błonnik pok.: 28.93 g; Sól: 7.25 g; WW: 31.93 Por; Ener z B.: 15.89 %; Ener z W.: 62.67 %; Ener. z T.: 24.87 %; Potas: 3741.57 mg; Sód: 2906.10 mg;	Wartość energetyczna: 1809.53 kcal; Białko ogółem: 65.47 g; Tłuszcz: 39.24 g; Kw. tł. nasy.: 8.56 g; Węglowodany ogółem: 327.89 g; W tym cukry: 89.98 g; Błonnik pok.: 25.75 g; Sól: 6.38 g; WW: 30.35 Por; Ener z B.: 14.47 %; Ener z W.: 72.48 %; Ener. z T.: 19.52 %; Potas: 2924.06 mg; Sód: 2555.17 mg;	Wartość energetyczna: 2160.07 kcal; Białko ogółem: 90.70 g; Tłuszcz: 53.18 g; Kw. tł. nasy.: 19.58 g; Węglowodany ogółem: 346.76 g; W tym cukry: 85.13 g; Błonnik pok.: 27.36 g; Sól: 6.58 g; WW: 32.11 Por; Ener z B.: 16.80 %; Ener z W.: 64.21 %; Ener. z T.: 22.16 %; Potas: 3831.73 mg; Sód: 2648.75 mg;	Wartość energetyczna: 2055.83 kcal; Białko ogółem: 75.76 g; Tłuszcz: 61.24 g; Kw. tł. nasy.: 18.26 g; Węglowodany ogółem: 334.62 g; W tym cukry: 76.59 g; Błonnik pok.: 45.38 g; Sól: 7.10 g; WW: 28.98 Por; Ener z B.: 14.74 %; Ener z W.: 65.11 %; Ener. z T.: 26.81 %; Potas: 4079.94 mg; Sód: 2837.30 mg;

Jadłospisy za okres od dnia 2026-04-06 do dnia 2026-04-15 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- D10 Przetarta b/ml	SIE- D02 Łatwo strawna	SIE- D02/ML Bezmleczna	SIE- D05 Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	SIE- D01/M O kontr. zaw.kwasów tłuszczowych
2026-04-12 niedziela	Śniadanie	Kasza kukurydziana na wodzie 300 ml Bułka pszenna długa krojona 40 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 mielona 50 g (SOJ.) Dżem 25 g 1 szt Marchew gotowana z olejem () 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE.) Bułka pszenna długa krojona 40 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ. GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka zielonogórska- wieprzowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 50 g (SOJ. MLE. SEL. może zawierać: JAJ. GOR.) Dżem 25 g 1 szt Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Banan 150 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Kasza kukurydziana na wodzie 300 ml Bułka pszenna długa krojona 40 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.) Dżem 25 g 1 szt Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Banan 150 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE.) Bułka pszenna długa krojona 90 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Szynka zielonogórska- wieprzowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 50 g (SOJ. MLE. SEL. może zawierać: JAJ. GOR.) Dżem 25 g 1 szt Pomidor b/skórki 80 g Sałata zielona 20 g Banan 150 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE.) Chleb razowy żytnio-pszenny 90 g (GLU PSZ. GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynka zielonogórska- wieprzowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 50 g (SOJ. MLE. SEL. może zawierać: JAJ. GOR.) Dżem 25 g 1 szt Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	III ŚN	Banan 150 g				Banan 150 g
	Obiad	Pomidorowa z zacierką (bez mleka) () 300 ml (GLU PSZ. SEL.) Ziemniaki gotowane puree (bez mleka) () 160 g Pulpet wieprzowy rozdrobniony 100 g (GLU PSZ. JAJ.) Sos ziołowy 80 ml (GLU PSZ. SEL.) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 150 g (SEL.) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Pomidorowa z zacierką () 300 ml (GLU PSZ. MLE. SEL.) Ziemniaki gotowane () 160 g Schab duszony 100 g Sos własny () 80 ml (GLU PSZ. SEL.) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 150 g (SEL.) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Pomidorowa z zacierką (bez mleka) () 300 ml (GLU PSZ. SEL.) Ziemniaki gotowane () 160 g Schab duszony 100 g Sos własny () 80 ml (GLU PSZ. SEL.) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 150 g (SEL.) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Pomidorowa z zacierką () 300 ml (GLU PSZ. MLE. SEL.) Ziemniaki gotowane () 160 g Schab duszony 100 g Sos własny () 80 ml (GLU PSZ. SEL.) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 150 g (SEL.) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Pomidorowa z zacierką () 300 ml (GLU PSZ. MLE. SEL.) Ziemniaki gotowane () 160 g Schab duszony 100 g Sos własny () 80 ml (GLU PSZ. SEL.) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 75 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 75 g (SEL.) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml
	PD					
	Kolacja	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 40 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ. GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Jajko gotowane kl M mielone 1 szt (JAJ.) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osl.niejad mielona 50 g Cwikla z jabłkiem () 100 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 40 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 kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osl.niejad 25 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 40 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ. GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osl.niejad 50 g Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 90 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Serek a'la homogenizowany 80 g (MLE.) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osl.niejad 25 g Sałata zielona 20 g Pomidor b/skórki 80 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 90 g (GLU PSZ. GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Ser mozzarella 50 g (MLE.) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osl.niejad 25 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g
	PN	Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt Biszkopty b/ml 30 g (GLU PSZ. JAJ.)	Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt Biszkopty b/c 30 g (GLU PSZ. JAJ.)	Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt Biszkopty b/ml 30 g (GLU PSZ. JAJ.)	Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt Biszkopty b/c 30 g (GLU PSZ. JAJ.)	
	Wartość energetyczna: 2137.68 kcal; Białko ogółem: 84.09 g; Tłuszcz: 52.19 g; Kw. tł. nasy.: 12.53 g; Węglowodany ogółem: 353.82 g; W tym cukry: 99.23 g; Błonnik pok.: 30.97 g; Sól: 8.41 g; WW: 32.30 Por; Ener z B.: 15.73 %; Ener z W.: 66.21 %; Ener. z T.: 21.97 %; Potas: 4146.16 mg; Sód: 3352.63 mg;	Wartość energetyczna: 2199.10 kcal; Białko ogółem: 101.02 g; Tłuszcz: 56.09 g; Kw. tł. nasy.: 19.75 g; Węglowodany ogółem: 340.01 g; W tym cukry: 100.43 g; Błonnik pok.: 25.86 g; Sól: 6.61 g; WW: 31.52 Por; Ener z B.: 18.37 %; Ener z W.: 61.85 %; Ener. z T.: 22.96 %; Potas: 4323.73 mg; Sód: 2637.75 mg;	Wartość energetyczna: 2007.41 kcal; Białko ogółem: 90.63 g; Tłuszcz: 45.86 g; Kw. tł. nasy.: 10.92 g; Węglowodany ogółem: 326.10 g; W tym cukry: 87.95 g; Błonnik pok.: 25.29 g; Sól: 7.67 g; WW: 30.19 Por; Ener z B.: 18.06 %; Ener z W.: 64.98 %; Ener. z T.: 20.56 %; Potas: 4022.15 mg; Sód: 3058.55 mg;	Wartość energetyczna: 2089.47 kcal; Białko ogółem: 103.35 g; Tłuszcz: 41.31 g; Kw. tł. nasy.: 16.28 g; Węglowodany ogółem: 341.47 g; W tym cukry: 104.15 g; Błonnik pok.: 24.29 g; Sól: 5.98 g; WW: 31.94 Por; Ener z B.: 19.78 %; Ener z W.: 65.37 %; Ener. z T.: 17.79 %; Potas: 4508.03 mg; Sód: 2396.93 mg;	Wartość energetyczna: 2064.62 kcal; Białko ogółem: 98.57 g; Tłuszcz: 55.97 g; Kw. tł. nasy.: 13.45 g; Węglowodany ogółem: 323.30 g; W tym cukry: 86.64 g; Błonnik pok.: 33.46 g; Sól: 7.46 g; WW: 29.03 Por; Ener z B.: 19.10 %; Ener z W.: 62.64 %; Ener. z T.: 24.40 %; Potas: 4384.79 mg; Sód: 2975.18 mg;	

Jadłospisy za okres od dnia 2026-04-06 do dnia 2026-04-15 KUCHNIA SIEDLCE

	SIE- D10 Przetarta b/ml	SIE- D02 Łatwo strawna	SIE- D02/ML Bezmleczna	SIE- D05 Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	SIE- D01/M O kontr. zaw.kwasów tłuszczowych	
2026-04-13 poniedziałek	Śniadanie	<p>Płatki pszenne na wodzie 300 g (GLU PSZ.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 40 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 40 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 mielona 50 g (SOJ.) Miód (25g) 1 szt Kalafor gotowany* 100 g</p>	<p>Płatki pszenne na mleku 300 ml (GLU PSZ. MLE.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (GLU PSZ. GLU ŻYT.) Chleb mieszany pszenno-żytni 40 g (GLU PSZ. GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa,wędzona,z wodą dodaną. 25 g (SOJ.) Serek homo. naturalny 80 g (MLE.) Jabłko pieczone 150 g Pomidor 80 g Salata zielona 20 g</p>	<p>Płatki pszenne na wodzie 300 g (GLU PSZ.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (GLU PSZ. GLU ŻYT.) Chleb mieszany pszenno-żytni 40 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 Salata zielona 20 g Jabłko pieczone 150 g</p>	<p>Płatki pszenne na mleku 300 ml (GLU PSZ. MLE.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (GLU PSZ. GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 40 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa,wędzona,z wodą dodaną. 25 g (SOJ.) Serek homo. naturalny 80 g (MLE.) Pomidor b/skórki 80 g Salata zielona 20 g Jabłko pieczone 150 g</p>	<p>Płatki pszenne na mleku 300 ml (GLU PSZ. MLE.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (GLU PSZ. GLU ŻYT.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa,wędzona,z wodą dodaną. 25 g (SOJ.) Serek homo. naturalny 80 g (MLE.) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g</p>
	II SN	Jabłko pieczone 150 g				Mandarynka 150 g
	Obiad	<p>Dyniowa z ziemniakami (bez mleka) () 300 ml (GLU PSZ. SEL.) Ziemniaki gotowane puree (bez mleka) () 160 g Pulpet drobiowy rozdrobniony 100 g (GLU PSZ. JAJ.) Sos szpinakowy* 80 ml (GLU PSZ.) Marchew gotowana z olejem () 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml</p>	<p>Dyniowa z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ. MLE. SEL.) Makaron z serem 300 g (GLU PSZ. MLE.) Mus z jabłek () z/c 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml</p>	<p>Dyniowa z ziemniakami (bez mleka) () 300 ml (GLU PSZ. SEL.) Makaron 160 g (GLU PSZ.) Pulpet drobiowy 100 g (GLU PSZ. JAJ.) Sos szpinakowy* 80 ml (GLU PSZ.) Marchew gotowana z olejem () 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml</p>	<p>Dyniowa z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ. MLE. SEL.) Makaron z serem 300 g (GLU PSZ. MLE.) Mus z jabłek () z/c 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml</p>	<p>Fasolowa z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ. SEL.) Makaron pełnoziarnisty z serem b/c 300 g (GLU PSZ. MLE.) Mus z jabłek () b/c 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml</p>
	PD					
	Kolacja	<p>Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 40 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ. GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynka z piersią kurczaka-wędl.z drob.gr.rozd.parzo.w osł.niejadalnej mielona 50 g (SOJ.) Jajko gotowane kl M mielone 1 szt (JAJ.) Ćwikła z jabłkiem () 100 g Galaretko o smaku brzoskwiowym 200 g</p>	<p>Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 40 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ. GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona,w osłonce niejadalanej 50 g (SOJ. SEL. może zawierać: MLE, GOR.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Salata zielona 20 g Ćwikła z jabłkiem () 80 g</p>	<p>Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 40 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ. GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynka z piersią kurczaka-wędl.z drob.gr.rozd.parzo.w osł.niejadalnej 50 g (SOJ.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Salata zielona 20 g Ćwikła z jabłkiem () 80 g</p>	<p>Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 90 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona,w osłonce niejadalanej 75 g (SOJ. SEL. może zawierać: MLE, GOR.) Salata zielona 20 g Ćwikła z jabłkiem () 80 g</p>	<p>Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Chleb razowy pszenno-żytni 90 g (GLU PSZ. GLU ŻYT.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona,w osłonce niejadalanej 50 g (SOJ. SEL. może zawierać: MLE, GOR.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Salata zielona 20 g Ćwikła z jabłkiem b/c () 80 g</p>
	PN	Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt	Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 30 g		Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt Pieczywo chrupkie ekstrudowane-żytnie 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JEĆZ.)	
		Wartość energetyczna: 2100.69 kcal; Białko ogółem: 80.60 g; Tłuszcz: 49.06 g; Kw. tł. nasy.: 10.75 g; Węglowodany ogółem: 367.24 g; W tym cukry: 122.21 g; Błonnik pok.: 35.56 g; Sól: 8.34 g; WW: 33.09 Por; Ener z B.: 15.35 %; Ener z W.: 69.93 %; Ener. z T.: 21.02 %; Potas: 4230.98 mg; Sód: 3329.66 mg;	Wartość energetyczna: 2178.11 kcal; Białko ogółem: 92.06 g; Tłuszcz: 45.86 g; Kw. tł. nasy.: 21.20 g; Węglowodany ogółem: 365.53 g; W tym cukry: 87.37 g; Błonnik pok.: 23.56 g; Sól: 6.44 g; WW: 34.16 Por; Ener z B.: 16.91 %; Ener z W.: 67.13 %; Ener. z T.: 18.95 %; Potas: 2456.85 mg; Sód: 2572.55 mg;	Wartość energetyczna: 2166.97 kcal; Białko ogółem: 82.05 g; Tłuszcz: 53.55 g; Kw. tł. nasy.: 11.25 g; Węglowodany ogółem: 370.10 g; W tym cukry: 92.74 g; Błonnik pok.: 32.56 g; Sól: 8.24 g; WW: 33.72 Por; Ener z B.: 15.15 %; Ener z W.: 68.32 %; Ener. z T.: 22.24 %; Potas: 3190.22 mg; Sód: 3290.17 mg;	Wartość energetyczna: 2073.98 kcal; Białko ogółem: 91.15 g; Tłuszcz: 33.65 g; Kw. tł. nasy.: 14.47 g; Węglowodany ogółem: 366.22 g; W tym cukry: 88.29 g; Błonnik pok.: 22.18 g; Sól: 6.22 g; WW: 34.47 Por; Ener z B.: 17.58 %; Ener z W.: 70.63 %; Ener. z T.: 14.60 %; Potas: 2478.99 mg; Sód: 2493.18 mg;	Wartość energetyczna: 2103.14 kcal; Białko ogółem: 101.24 g; Tłuszcz: 48.59 g; Kw. tł. nasy.: 16.05 g; Węglowodany ogółem: 339.06 g; W tym cukry: 49.51 g; Błonnik pok.: 41.39 g; Sól: 6.72 g; WW: 29.81 Por; Ener z B.: 19.26 %; Ener z W.: 64.49 %; Ener. z T.: 20.79 %; Potas: 3127.75 mg; Sód: 2686.32 mg;

Jadłospisy za okres od dnia 2026-04-06 do dnia 2026-04-15 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- D10 Przetarta b/ml	SIE- D02 Łatwo strawna	SIE- D02/ML Bezmleczna	SIE- D05 Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	SIE- D01/M O kontr. zaw.kwasów tłuszczowych
2026-04-14 wtorek	Śniadanie	Kasza manna na wodzie 300 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 40 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona mielona 75 g Dymia z wody 100 g	Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ. MLE.</u>) Bułka pszenna długa krojona 40 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 25 g Twarożek z koperkiem 80 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Jabłko pieczone 150 g	Kasza manna na wodzie 300 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Bułka pszenna długa krojona 40 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 75 g Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Jabłko pieczone 150 g	Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ. MLE.</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 90 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Twarożek z koperkiem 80 g (<u>MLE.</u>) Dżem 25 g 1 szt Pomidor b/skórki 80 g Salata zielona 20 g Jabłko pieczone 150 g	Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ. MLE.</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 90 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 25 g Twarożek z koperkiem 80 g (<u>MLE.</u>) Rzodkiew biała 80 g Salata zielona 20 g
	II ŚN	Jabłko pieczone 150 g				Jabłko 150 g
	Obiad	Brokułowa z ziemniakami (bez mleka) () 300 ml (<u>GLU PSZ. SEL.</u>) Ziemniaki gotowane puree (bez mleka) () 160 g Klopsik wieprzowy rozdrobniony 100 g (<u>GLU PSZ. JAJ.</u>) Sos własny () 80 ml (<u>GLU PSZ. SEL.</u>) Buraczki gotowane () 150 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Brokułowa z ziemniakami () 300 ml (<u>GLU PSZ. MLE. SEL.</u>) Ryż na sypko 160 g Szynka wieprzowa gotowana 100 g Sos własny () 80 ml (<u>GLU PSZ. SEL.</u>) Buraczki gotowane () 150 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Brokułowa z ziemniakami (bez mleka) () 300 ml (<u>GLU PSZ. SEL.</u>) Ryż na sypko 160 g Szynka wieprzowa gotowana 100 g Sos własny () 80 ml (<u>GLU PSZ. SEL.</u>) Buraczki gotowane () 150 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Brokułowa z ziemniakami () 300 ml (<u>GLU PSZ. MLE. SEL.</u>) Ryż na sypko 160 g Szynka wieprzowa gotowana 100 g Sos własny () 80 ml (<u>GLU PSZ. SEL.</u>) Buraczki gotowane () 150 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Ogórkowa z ziemniakami () 300 ml (<u>GLU PSZ. MLE. SEL.</u>) Szynka wieprzowa gotowana 100 g Sos własny () 80 ml (<u>GLU PSZ. SEL.</u>) Ryż na sypko (brązowy) 160 g Surówka z kapusty białej z olejem b/c () 75 g Buraczki gotowane () 75 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml
	PD					
	Kolacja	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 40 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad mielona 50 g Miód (25g) 1 szt Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 40 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>) Galaretka drobiowa z udźcem z kurczaka () 200 g (<u>SEL.</u>) Szynka zielonogórska- wieprzowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 25 g (<u>SOJ. MLE. SEL. może zawierać: JAJ. GOR.</u>) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 40 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Galaretko drobiowa z udźcem z kurczaka () 200 g (<u>SEL.</u>) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g Pomidor 80 g Salata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 90 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Galaretko drobiowa z udźcem z kurczaka () 200 g (<u>SEL.</u>) Szynka zielonogórska- wieprzowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 25 g (<u>SOJ. MLE. SEL. może zawierać: JAJ. GOR.</u>) Pomidor b/skórki 80 g Salata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 90 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Galaretko drobiowa z udźcem z kurczaka () 200 g (<u>SEL.</u>) Szynka zielonogórska- wieprzowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 25 g (<u>SOJ. MLE. SEL. może zawierać: JAJ. GOR.</u>) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g
PN	Mus- przecier owocowy jabłko 100g (tubka) 1 szt	Przecier owocowy jabłko-truskawka 120g 1 szt	Mus- przecier owocowy jabłko 100g (tubka) 1 szt	Przecier owocowy jabłko-truskawka 120g 1 szt		
	Wartość energetyczna: 1888.42 kcal; Białko ogółem: 78.41 g; Tłuszcz: 40.74 g; Kw. tł. nasy.: 10.94 g; Węglowodany ogółem: 314.22 g; W tym cukry: 81.89 g; Błonnik pok.: 23.68 g; Sól: 8.07 g; WW: 28.97 Por; Ener z B.: 16.61 %; Ener z W.: 66.56 %; Ener. z T.: 19.42 %; Potas: 3673.58 mg; Sód: 3232.50 mg;	Wartość energetyczna: 2040.43 kcal; Białko ogółem: 109.16 g; Tłuszcz: 46.90 g; Kw. tł. nasy.: 21.97 g; Węglowodany ogółem: 311.88 g; W tym cukry: 81.14 g; Błonnik pok.: 23.90 g; Sól: 6.59 g; WW: 28.80 Por; Ener z B.: 21.40 %; Ener z W.: 61.14 %; Ener. z T.: 20.69 %; Potas: 3966.68 mg; Sód: 2624.60 mg;	Wartość energetyczna: 1808.76 kcal; Białko ogółem: 94.74 g; Tłuszcz: 37.79 g; Kw. tł. nasy.: 10.72 g; Węglowodany ogółem: 288.74 g; W tym cukry: 66.04 g; Błonnik pok.: 24.22 g; Sól: 7.66 g; WW: 26.44 Por; Ener z B.: 20.95 %; Ener z W.: 63.85 %; Ener. z T.: 18.80 %; Potas: 3514.88 mg; Sód: 3052.36 mg;	Wartość energetyczna: 2000.35 kcal; Białko ogółem: 107.30 g; Tłuszcz: 38.36 g; Kw. tł. nasy.: 16.29 g; Węglowodany ogółem: 321.54 g; W tym cukry: 91.37 g; Błonnik pok.: 22.33 g; Sól: 5.29 g; WW: 30.06 Por; Ener z B.: 21.46 %; Ener z W.: 64.30 %; Ener. z T.: 17.26 %; Potas: 4056.84 mg; Sód: 2117.65 mg;	Wartość energetyczna: 1928.63 kcal; Białko ogółem: 106.68 g; Tłuszcz: 50.25 g; Kw. tł. nasy.: 17.05 g; Węglowodany ogółem: 294.03 g; W tym cukry: 69.28 g; Błonnik pok.: 39.99 g; Sól: 6.66 g; WW: 25.37 Por; Ener z B.: 22.12 %; Ener z W.: 60.98 %; Ener. z T.: 23.45 %; Potas: 4258.79 mg; Sód: 2651.15 mg;	

Jadłospisy za okres od dnia 2026-04-06 do dnia 2026-04-15 KUCHNIA SIEDLCE

	SIE- D10 Przetarta b/ml	SIE- D02 Łatwo strawna	SIE- D02/ML Bezmleczna	SIE- D05 Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	SIE- D01/M O kontr. zaw.kwasów tłuszczowych	
2026-04-15 środa	Śniadanie	Kasza kukurydziana na wodzie 300 ml Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 40 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ. GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Paszтет rybno- warzywny (Morszczuk) 80 g (GLU PSZ. JAJ. RYB.) Połędwica Sopotcka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona mielona 50 g (SOJ.) Kalafior gotowany* 100 g	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 40 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ. GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Paszтет rybno- warzywny (Morszczuk) 80 g (GLU PSZ. JAJ. RYB.) Połędwica Sopotcka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g (SOJ.) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Banan 150 g	Kasza kukurydziana na wodzie 300 ml Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 40 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ. GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Paszтет rybno- warzywny (Morszczuk) 80 g (GLU PSZ. JAJ. RYB.) Połędwica Sopotcka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g (SOJ.) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Banan 150 g	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 90 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Paszтет rybno- warzywny (Morszczuk) 80 g (GLU PSZ. JAJ. RYB.) Połędwica Sopotcka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 25 g (SOJ.) Banan 150 g Pomidor b/skórki 80 g Salata zielona 20 g	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 90 g (GLU PSZ. GLU ŻYT.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Paszтет rybno- warzywny (Morszczuk) 80 g (GLU PSZ. JAJ. RYB.) Połędwica Sopotcka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g (SOJ.) Ogórek kiszony 80 g Salata zielona 20 g
	II SN	Banan 150 g				Banan 150 g
	Obiad	Jarzynowa z makaronem (bez mleka) () 300 ml (GLU PSZ. MLE. SEL.) Zrazik drobiowy z udźca pieczony mielony 100 g (GLU PSZ. JAJ.) Sos pietruszkowy (bez mleka) 80 ml (GLU PSZ.) Ziemniaki gotowane puree (bez mleka) () 160 g Marchew gotowana z olejem () 150 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Jarzynowa z makaronem dieta () 300 ml (GLU PSZ. MLE. SEL.) Ziemniaki gotowane () 160 g Zrazik drobiowy z udźca pieczony mielony 100 g (GLU PSZ. JAJ.) Sos pietruszkowy 80 ml (GLU PSZ. MLE. SEL.) Surówka z marchwi z olejem b/c () 75 g Fasolka szparagowa z wody* 75 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Jarzynowa z makaronem (bez mleka) () 300 ml (GLU PSZ. MLE. SEL.) Ziemniaki gotowane () 160 g Zrazik drobiowy z udźca pieczony mielony 100 g (GLU PSZ. JAJ.) Sos pietruszkowy (bez mleka) 80 ml (GLU PSZ.) Surówka z marchwi z olejem b/c () 75 g Fasolka szparagowa z wody* 75 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Jarzynowa z makaronem dieta () 300 ml (GLU PSZ. MLE. SEL.) Ziemniaki gotowane () 160 g Zrazik drobiowy z udźca pieczony mielony 90 g (GLU PSZ. JAJ.) Sos pietruszkowy 80 ml (GLU PSZ. MLE. SEL.) Surówka z marchwi z olejem b/c () 75 g Fasolka szparagowa z wody* 75 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Pieczarkowa z makaronem () 300 ml (GLU PSZ. MLE. SEL. SOJ.) Zrazik drobiowy z udźca pieczony mielony 100 g (GLU PSZ. JAJ.) Ziemniaki gotowane () 160 g Sos pietruszkowy 80 ml (GLU PSZ. MLE. SEL.) Fasolka szparagowa z wody* 75 g Surówka z marchwi z olejem b/c () 75 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml
	PD					
	Kolacja	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 40 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ. GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona mielona 75 g Brokuł gotowany* 100 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 40 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ. GLU ŻYT.) 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.) Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt (MLE. może zawierać: RYB. OZI. MLE.) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 40 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ. GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 75 g Pomidor 80 g Salata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 90 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona,parzona,z dod.wody,białka wp 50 g (SOJ. może zawierać: GLU PSZ. JAJ. MLE. SEL. GOR.) Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt (MLE. może zawierać: RYB. OZI. MLE.) Pomidor b/skórki 80 g Salata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 90 g (GLU PSZ. GLU ŻYT.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt (MLE. może zawierać: RYB. OZI. MLE.) Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona,parzona,z dod.wody,białka wp 50 g (SOJ. może zawierać: GLU PSZ. JAJ. MLE. SEL. GOR.) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g
	PN	Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt	Ciasto drożdżowe 50 g (GLU PSZ. JAJ. MLE.)	Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 30 g Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt	Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt	Ciasto drożdżowe 50 g (GLU PSZ. JAJ. MLE.)
		Wartość energetyczna: 1996.24 kcal; Białko ogółem: 91.68 g; Tłuszcz: 51.11 g; Kw. tł. nasy.: 10.47 g; Węglowodany ogółem: 312.11 g; W tym cukry: 77.19 g; Błonnik pok.: 28.66 g; Sól: 8.91 g; WW: 28.25 Por; Ener z B.: 18.37 %; Ener z W.: 62.54 %; Ener. z T.: 23.04 %; Potas: 3874.90 mg; Sód: 3569.01 mg;	Wartość energetyczna: 2326.91 kcal; Białko ogółem: 100.30 g; Tłuszcz: 63.15 g; Kw. tł. nasy.: 23.53 g; Węglowodany ogółem: 329.76 g; W tym cukry: 75.67 g; Błonnik pok.: 25.35 g; Sól: 7.22 g; WW: 30.62 Por; Ener z B.: 17.24 %; Ener z W.: 56.69 %; Ener. z T.: 24.42 %; Potas: 4150.24 mg; Sód: 2890.39 mg;	Wartość energetyczna: 2069.35 kcal; Białko ogółem: 91.87 g; Tłuszcz: 50.03 g; Kw. tł. nasy.: 10.48 g; Węglowodany ogółem: 330.04 g; W tym cukry: 74.42 g; Błonnik pok.: 24.75 g; Sól: 8.52 g; WW: 30.62 Por; Ener z B.: 17.76 %; Ener z W.: 63.80 %; Ener. z T.: 21.76 %; Potas: 3793.71 mg; Sód: 3408.23 mg;	Wartość energetyczna: 2035.89 kcal; Białko ogółem: 93.83 g; Tłuszcz: 51.02 g; Kw. tł. nasy.: 17.15 g; Węglowodany ogółem: 316.06 g; W tym cukry: 87.89 g; Błonnik pok.: 23.05 g; Sól: 5.56 g; WW: 29.53 Por; Ener z B.: 18.43 %; Ener z W.: 62.10 %; Ener. z T.: 22.56 %; Potas: 4203.98 mg; Sód: 2241.78 mg;	Wartość energetyczna: 2218.82 kcal; Białko ogółem: 98.51 g; Tłuszcz: 63.12 g; Kw. tł. nasy.: 18.23 g; Węglowodany ogółem: 319.36 g; W tym cukry: 65.00 g; Błonnik pok.: 34.66 g; Sól: 8.02 g; WW: 28.59 Por; Ener z B.: 17.76 %; Ener z W.: 57.57 %; Ener. z T.: 25.60 %; Potas: 4341.27 mg; Sód: 3207.74 mg;

Jadłospisy za okres od dnia 2026-04-06 do dnia 2026-04-15 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- D07 Bogatobiałkowa	SIE- D07/ML Bogatobiałkowa bezmleczna	SIE- D09 Niskobiałkowa do 50 g białka	SIE- D09 Niskobiałkowa do 30 g białka	SIE- P01/1 Podstawowa dzieci 1-3 lat
2026-04-06 poniedziałek	Śniadanie	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 40 g (GLU PSZ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Połędwica Sopotka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g (SOJ) Ser mozzarella 50 g (MLE) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Kasza kukurydziana na wodzie 300 ml Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 40 g (GLU PSZ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Połędwica Sopotka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 75 g (SOJ) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Chleb bezglutenowy 90 g (SEZ, może zawierać: ORZ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Połędwica Sopotka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 20 g (SOJ) Dżem 25 g 2 szt Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Jabłko pieczone 150 g	Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Chleb bezglutenowy 90 g (SEZ, może zawierać: ORZ) Połędwica Sopotka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 20 g (SOJ) Dżem 25 g 2 szt Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Jabłko pieczone 150 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml	Kasza kukurydziana na mleku 150 ml (MLE) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Połędwica Sopotka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 20 g (SOJ) Ser mozzarella 20 g (MLE) Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g
	II SN	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE) Jabłko pieczone 150 g	Jabłko pieczone 150 g			Mandarynka 150 g
	Obiad	Rosół z makaronem () 300 ml (GLU PSZ, SEL) Ziemniaki gotowane () 160 g Ćwiartka z kurczaka gotowana 130 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 75 g Brokuł gotowany* 75 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Rosół z makaronem PKU () 300 ml (SEL) Ziemniaki gotowane () 160 g Ćwiartka z kurczaka gotowana 60 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 75 g Brokuł gotowany* 75 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Rosół z makaronem PKU () 300 ml (SEL) Ziemniaki gotowane () 160 g Ćwiartka z kurczaka gotowana 60 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 75 g Brokuł gotowany* 75 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Rosół z makaronem PKU () 300 ml (SEL) Pulpet drobiowy 30 g (GLU PSZ, JAJ) Sos pietruszkowy* 80 ml (GLU PSZ, MLE) Ziemniaki gotowane () 160 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 75 g Brokuł gotowany* 75 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Rosół z makaronem () 150 ml (GLU PSZ, SEL) Ziemniaki gotowane () 50 g Ćwiartka z kurczaka pieczona 50 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 50 g Brokuł gotowany* 50 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml
	PD					
	Kolacja	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 40 g (GLU PSZ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Twarożek z koperkiem 80 g (MLE) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w ost.niejad 25 g Ćwikła z jabłkiem b/c () 80 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 40 g (GLU PSZ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w ost.niejad 75 g Ćwikła z jabłkiem b/c () 80 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb bezglutenowy 90 g (SEZ, może zawierać: ORZ) Masło extra 82% 15 g (MLE) Sałata zielona 20 g Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w ost.niejad 20 g Miód (25g) 2 szt Ćwikła z jabłkiem b/c () 80 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb bezglutenowy 90 g (SEZ, może zawierać: ORZ) Masło extra 82% 15 g (MLE) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w ost.niejad 20 g Miód (25g) 2 szt Ćwikła z jabłkiem b/c () 80 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Ser żółty 20 g (MLE) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w ost.niejad 20 g Ćwikła z jabłkiem b/c () 80 g Sałata zielona 20 g
PN	Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt	Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt Biszkopty b/ml 30 g (GLU PSZ, JAJ)		Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt		
	Wartość energetyczna: 2377.75 kcal; Białko ogółem: 135.50 g; Tłuszcz: 79.56 g; Kw. tł. nasy.: 28.97 g; Węglowodany ogółem: 295.22 g; W tym cukry: 80.08 g; Błonnik pok.: 22.85 g; Sól: 7.33 g; WW: 27.16 Por; Ener z B.: 22.79 %; Ener z W.: 49.66 %; Ener. z T.: 30.12 %; Potas: 4353.10 mg; Sód: 2933.40 mg;	Wartość energetyczna: 2103.82 kcal; Białko ogółem: 108.15 g; Tłuszcz: 61.87 g; Kw. tł. nasy.: 16.53 g; Węglowodany ogółem: 294.13 g; W tym cukry: 58.67 g; Błonnik pok.: 22.78 g; Sól: 9.00 g; WW: 27.08 Por; Ener z B.: 20.56 %; Ener z W.: 55.92 %; Ener. z T.: 26.47 %; Potas: 3594.48 mg; Sód: 3607.00 mg;	Wartość energetyczna: 1797.60 kcal; Białko ogółem: 47.73 g; Tłuszcz: 51.45 g; Kw. tł. nasy.: 19.46 g; Węglowodany ogółem: 299.95 g; W tym cukry: 115.28 g; Błonnik pok.: 23.72 g; Sól: 3.01 g; WW: 27.67 Por; Ener z B.: 10.62 %; Ener z W.: 66.75 %; Ener. z T.: 25.76 %; Potas: 3004.93 mg; Sód: 1211.36 mg;	Wartość energetyczna: 1675.78 kcal; Białko ogółem: 32.02 g; Tłuszcz: 41.92 g; Kw. tł. nasy.: 16.23 g; Węglowodany ogółem: 306.89 g; W tym cukry: 115.60 g; Błonnik pok.: 24.01 g; Sól: 2.93 g; WW: 28.34 Por; Ener z B.: 7.64 %; Ener z W.: 73.25 %; Ener. z T.: 22.51 %; Potas: 2725.46 mg; Sód: 1176.65 mg;	Wartość energetyczna: 1196.65 kcal; Białko ogółem: 57.32 g; Tłuszcz: 47.85 g; Kw. tł. nasy.: 21.23 g; Węglowodany ogółem: 145.34 g; W tym cukry: 59.16 g; Błonnik pok.: 15.10 g; Sól: 4.87 g; WW: 12.89 Por; Ener z B.: 19.16 %; Ener z W.: 48.58 %; Ener. z T.: 35.99 %; Potas: 2155.07 mg; Sód: 1956.71 mg;	

Jadłospisy za okres od dnia 2026-04-06 do dnia 2026-04-15 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- D07 Bogatobiałkowa	SIE- D07/ML Bogatobiałkowa bezmleczna	SIE- D09 Niskobiałkowa do 50 g białka	SIE- D09 Niskobiałkowa do 30 g białka	SIE- P01/1 Podstawowa dzieci 1-3 lat
2026-04-07 wtorek	Śniadanie	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU JECZ.</u>) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 40 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 półtusty 80 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Kasza manna na wodzie 300 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 40 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 Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 90 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 25 g (<u>SOJ.</u>) Dżem 25 g 2 szt Salata zielona 20 g Pomidor 80 g Jabłko pieczone 150 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Chleb bezglutenowy 90 g (<u>SEZ, może zawierać: ORZ.</u>) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 20 g (<u>SOJ.</u>) Dżem 25 g 2 szt Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Jabłko pieczone 150 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Płatki jęczmienne na mleku 150 ml (<u>MLE, GLU JECZ.</u>) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<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 20 g (<u>SOJ.</u>) Twaróg półtusty 30 g (<u>MLE.</u>) Salata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	II SN	Jabłko pieczone 150 g Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)	Jabłko pieczone 150 g			Jabłko 150 g
	Obiad	Barszcz czerwony 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	Barszcz czerwony z ziemniakami (bez mleka) () 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ryż na sypko 160 g Pulpet wieprzowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos ziołowy* 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Surówka z selera i marchwi z olejem () 150 g (<u>SEL.</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Barszcz czerwony 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		Barszcz ukraiński z ziemniakami () 150 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Naleśniki z serem 150 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>) Sos jogurtowy naturalny 50 g (<u>MLE.</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml
	PD					
	Kolacja	Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Bułka pszenna długa krojona 40 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 Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g	Kawa zbożowa b/c 250 ml (<u>GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Bułka pszenna długa krojona 40 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 80 g Salata zielona 20 g	Kawa zbożowa b/c 250 ml (<u>GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Chleb bezglutenowy 90 g (<u>SEZ, może zawierać: ORZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Miód (25g) 1 szt Pomidor 80 g Salata zielona 20 g	Kawa zbożowa b/c 250 ml (<u>GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Chleb bezglutenowy 90 g (<u>SEZ, może zawierać: ORZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 20 g Miód (25g) 2 szt Pomidor 80 g Salata zielona 20 g	Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Bułka pszenna długa krojona 30 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 20 g Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g
PN	Przecier owocowy jabłko-truskawka 100g 1 szt Wafle ryżowe 20 g	Mus- przecier owocowy jabłko 100g (tubka) 1 szt Wafle ryżowe 20 g	Przecier owocowy jabłko-truskawka 100g 1 szt Wafle ryżowe 20 g	Przecier owocowy jabłko-truskawka 100g 1 szt		
	Wartość energetyczna: 2246.94 kcal; Białko ogółem: 91.09 g; Tłuszcz: 49.20 g; Kw. tł. nasy.: 24.37 g; Węglowodany ogółem: 371.17 g; W tym cukry: 96.58 g; Błonnik pok.: 20.41 g; Sól: 6.73 g; WW: 35.13 Por; Ener z B.: 16.22 %; Ener z W.: 66.08 %; Ener. z T.: 19.71 %; Potas: 3261.46 mg; Sód: 2683.27 mg;	Wartość energetyczna: 2048.76 kcal; Białko ogółem: 86.92 g; Tłuszcz: 54.58 g; Kw. tł. nasy.: 12.48 g; Węglowodany ogółem: 321.11 g; W tym cukry: 62.37 g; Błonnik pok.: 28.38 g; Sól: 7.73 g; WW: 29.36 Por; Ener z B.: 16.97 %; Ener z W.: 62.69 %; Ener. z T.: 23.98 %; Potas: 3021.39 mg; Sód: 3092.83 mg;	Wartość energetyczna: 1849.10 kcal; Białko ogółem: 36.34 g; Tłuszcz: 38.68 g; Kw. tł. nasy.: 16.06 g; Węglowodany ogółem: 349.04 g; W tym cukry: 105.69 g; Błonnik pok.: 20.12 g; Sól: 2.94 g; WW: 33.06 Por; Ener z B.: 7.86 %; Ener z W.: 75.50 %; Ener. z T.: 18.82 %; Potas: 2119.27 mg; Sód: 1172.29 mg;	Wartość energetyczna: 1817.84 kcal; Białko ogółem: 28.22 g; Tłuszcz: 37.34 g; Kw. tł. nasy.: 15.74 g; Węglowodany ogółem: 351.89 g; W tym cukry: 124.38 g; Błonnik pok.: 19.46 g; Sól: 2.04 g; WW: 33.42 Por; Ener z B.: 6.21 %; Ener z W.: 77.43 %; Ener. z T.: 18.48 %; Potas: 2130.77 mg; Sód: 818.32 mg;	Wartość energetyczna: 1458.07 kcal; Białko ogółem: 62.78 g; Tłuszcz: 44.75 g; Kw. tł. nasy.: 20.64 g; Węglowodany ogółem: 206.57 g; W tym cukry: 79.06 g; Błonnik pok.: 12.88 g; Sól: 3.29 g; WW: 19.45 Por; Ener z B.: 17.22 %; Ener z W.: 56.67 %; Ener. z T.: 27.62 %; Potas: 2065.62 mg; Sód: 1313.84 mg;	

Jadłospisy za okres od dnia 2026-04-06 do dnia 2026-04-15 KUCHNIA SIEDLCE

	SIE- D07 Bogatobiałkowa	SIE- D07/ML Bogatobiałkowa bezmleczna	SIE- D09 Niskobiałkowa do 50 g białka	SIE- D09 Niskobiałkowa do 30 g białka	SIE- P01/1 Podstawowa dzieci 1-3 lat	
2026-04-08 środa	Śniadanie	<p>Platki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 40 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Serek a'la homogenizowany 80 g (MLE.) Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 25 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g</p>	<p>Kasza kukurydziana na wodzie 300 ml Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 40 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 75 g (SOJ.) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g</p>	<p>Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Chleb bezglutenowy 90 g (SEZ, może zawierać: ORZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Serek a'la homogenizowany 30 g (MLE.) Miód (25g) 2 szt Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Banan 150 g</p>	<p>Chleb bezglutenowy 90 g (SEZ, może zawierać: ORZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Miód (25g) 2 szt Salata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Banan 150 g</p>	<p>Platki owsiane na mleku 150 ml (MLE, GLU OW.) Bułka pszenna długa krojona 40 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Serek a'la homogenizowany 30 g (MLE.) Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 20 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml</p>
	II SN	Banan 150 g	Banan 150 g Galaretką o smaku brzoskwiowym 200 g			Banan 150 g
	Obiad	<p>Ziemniaczana () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 160 g (GLU JECZ.) Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos pomidorowy 80 ml (GLU PSZ.) Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c () 75 g Cukinia pieczona z olejem * 75 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml</p>	<p>Ziemniaczana (bez mleka) () 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 160 g (GLU JECZ.) Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos pomidorowy 80 ml (GLU PSZ.) Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c () 75 g Cukinia pieczona z olejem * 75 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml</p>	<p>Ziemniaczana (bez mleka) () 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 160 g (GLU JECZ.) Pieczeń rzymska wieprzowa 50 g (GLU PSZ, JAJ.) Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c () 75 g Sos pomidorowy 80 ml (GLU PSZ.) Cukinia pieczona z olejem * 75 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml</p>	<p>Ziemniaczana (bez mleka) () 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 160 g (GLU JECZ.) Pieczeń rzymska wieprzowa 30 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos pomidorowy 80 ml (GLU PSZ.) Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c () 75 g Cukinia pieczona z olejem * 75 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml</p>	<p>Ziemniaczana () 150 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 50 g (GLU JECZ.) Pieczeń rzymska wieprzowa 50 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos chrzanowy 40 ml (GLU PSZ, MLE, SOJ.) Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c () 50 g Cukinia pieczona z olejem * 50 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml</p>
	PD					
	Kolacja	<p>Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 40 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 25 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Paprykarz rybno (morszczuk)-warzywny () 80 g (RYB.) Salata zielona 20 g Pomidor 80 g</p>	<p>Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 40 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g Paprykarz rybno (morszczuk)-warzywny () 80 g (RYB.) Salata zielona 20 g Pomidor 80 g</p>	<p>Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb bezglutenowy 90 g (SEZ, może zawierać: ORZ.) Dżem 25 g 1 szt Paprykarz rybno (morszczuk)-warzywny () 80 g (RYB.) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g</p>	<p>Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb bezglutenowy 90 g (SEZ, może zawierać: ORZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 20 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Dżem 25 g 2 szt Pomidor 80 g Salata zielona 20 g</p>	<p>Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 20 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Paprykarz rybno (morszczuk)-warzywny () 30 g (RYB.) Ogórek kiszony 80 g Salata zielona 20 g</p>
	PN	Ciasto drożdżowe 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE.)	Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt	Ciasto drożdżowe 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE.)	Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt	
		Wartość energetyczna: 2366.81 kcal; Białko ogółem: 101.83 g; Tłuszcz: 51.84 g; Kw. tł. nasy.: 22.84 g; Węglowodany ogółem: 365.60 g; W tym cukry: 80.91 g; Błonnik pok.: 28.50 g; Sól: 6.26 g; WW: 33.82 Por; Ener z B.: 17.21 %; Ener z W.: 61.79 %; Ener. z T.: 19.71 %; Potas: 4202.68 mg; Sód: 2507.58 mg;	Wartość energetyczna: 2115.50 kcal; Białko ogółem: 88.06 g; Tłuszcz: 40.67 g; Kw. tł. nasy.: 10.70 g; Węglowodany ogółem: 368.29 g; W tym cukry: 104.22 g; Błonnik pok.: 26.79 g; Sól: 7.45 g; WW: 34.27 Por; Ener z B.: 16.65 %; Ener z W.: 69.64 %; Ener. z T.: 17.30 %; Potas: 3679.99 mg; Sód: 2984.82 mg;	Wartość energetyczna: 1993.20 kcal; Białko ogółem: 48.09 g; Tłuszcz: 33.92 g; Kw. tł. nasy.: 10.01 g; Węglowodany ogółem: 362.99 g; W tym cukry: 113.10 g; Błonnik pok.: 28.38 g; Sól: 2.21 g; WW: 33.62 Por; Ener z B.: 9.65 %; Ener z W.: 72.85 %; Ener. z T.: 15.31 %; Potas: 3417.01 mg; Sód: 887.30 mg;	Wartość energetyczna: 1782.33 kcal; Białko ogółem: 29.59 g; Tłuszcz: 41.09 g; Kw. tł. nasy.: 16.18 g; Węglowodany ogółem: 339.18 g; W tym cukry: 129.37 g; Błonnik pok.: 25.10 g; Sól: 2.11 g; WW: 31.59 Por; Ener z B.: 6.64 %; Ener z W.: 76.12 %; Ener. z T.: 20.75 %; Potas: 2944.46 mg; Sód: 843.85 mg;	Wartość energetyczna: 1316.01 kcal; Białko ogółem: 52.75 g; Tłuszcz: 35.00 g; Kw. tł. nasy.: 16.80 g; Węglowodany ogółem: 190.60 g; W tym cukry: 61.31 g; Błonnik pok.: 15.14 g; Sól: 4.36 g; WW: 17.60 Por; Ener z B.: 16.03 %; Ener z W.: 57.93 %; Ener. z T.: 23.94 %; Potas: 2507.57 mg; Sód: 1750.76 mg;

Jadłospisy za okres od dnia 2026-04-06 do dnia 2026-04-15 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- D07 Bogatobiałkowa	SIE- D07/ML Bogatobiałkowa bezmleczna	SIE- D09 Niskobiałkowa do 50 g białka	SIE- D09 Niskobiałkowa do 30 g białka	SIE- P01/1 Podstawowa dzieci 1-3 lat
2026-04-09 czwartek	Śniadanie	Kasza manna na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Szynekowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 25 g Twarożek 80 g (<u>MLE</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Kasza manna na wodzie 300 ml (<u>GLU PSZ</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynekowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 75 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb bezglutenowy 90 g (<u>SEZ, może zawierać: ORZ</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Szynekowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 25 g Twarożek 40 g (<u>MLE</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb bezglutenowy 90 g (<u>SEZ, może zawierać: ORZ</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Szynekowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 20 g Dżem 25 g 2 szt Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Kasza manna z jabłkiem prażonym 150 g (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Szynekowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 20 g Pasta z fasoli 30 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g
	II SN	Banan 150 g	Banan 150 g Galaretki o smaku truskawkowym 200 g			Banan 150 g
	Obiad	Szpinakowa z ziemniakami () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Makaron z sosem bolognese, z łop wp - dieta () 300 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 150 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Szpinakowa z ziemniakami (bez mleka) () 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Makaron z sosem bolognese, z łop wp - dieta () 300 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 150 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Szpinakowa z ziemniakami () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Makaron z sosem bolognese, z łop wp - dieta () 200 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 150 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Szpinakowa z ziemniakami (bez mleka) () 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Makaron PKU z sosem bolognese, z łop wp - dieta () 150 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 150 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Szpinakowa z ziemniakami () 150 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Makaron z sosem bolognese, z łop wp - dieta () 150 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml
	PD					
	Kolacja	Herbata czarna granulowana b/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>) Leczo z drobiem-dieta * 300 g Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Herbata czarna granulowana b/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>) Leczo z drobiem-dieta * 300 g Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb bezglutenowy 90 g (<u>SEZ, może zawierać: ORZ</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Szynekowa z piersią indyczą- wędlna drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalanej 25 g (<u>SOJ, SEL, może zawierać: MLE, GOR</u>) Miód (25g) 2 szt Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb bezglutenowy 90 g (<u>SEZ, może zawierać: ORZ</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Szynekowa z piersią indyczą- wędlna drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalanej 20 g (<u>SOJ, SEL, może zawierać: MLE, GOR</u>) Miód (25g) 2 szt Pomidor 80 g Sałata zielona 10 g Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Leczo z drobiem-dieta * 150 g Jabłko 1 szt 1 szt
PN	Przecier owocowy jabłko-truskawka 100g 1 szt					
	Wartość energetyczna: 2243.15 kcal; Białko ogółem: 102.25 g; Tłuszcz: 48.84 g; Kw. tł. nasy.: 15.90 g; Węglowodany ogółem: 360.45 g; W tym cukry: 98.70 g; Błonnik pok.: 24.14 g; Sól: 4.95 g; WW: 33.77 Por; Ener z B.: 18.23 %; Ener z W.: 64.28 %; Ener. z T.: 19.60 %; Potas: 3693.04 mg; Sód: 1981.84 mg;	Wartość energetyczna: 2157.13 kcal; Białko ogółem: 91.90 g; Tłuszcz: 40.50 g; Kw. tł. nasy.: 7.94 g; Węglowodany ogółem: 368.03 g; W tym cukry: 83.72 g; Błonnik pok.: 23.95 g; Sól: 5.89 g; WW: 34.51 Por; Ener z B.: 17.04 %; Ener z W.: 68.24 %; Ener. z T.: 16.90 %; Potas: 3224.99 mg; Sód: 2373.43 mg;	Wartość energetyczna: 1670.57 kcal; Białko ogółem: 45.86 g; Tłuszcz: 43.93 g; Kw. tł. nasy.: 15.47 g; Węglowodany ogółem: 280.18 g; W tym cukry: 88.93 g; Błonnik pok.: 19.67 g; Sól: 2.12 g; WW: 26.16 Por; Ener z B.: 10.98 %; Ener z W.: 67.09 %; Ener. z T.: 23.66 %; Potas: 2092.53 mg; Sód: 854.87 mg;	Wartość energetyczna: 1590.42 kcal; Białko ogółem: 28.26 g; Tłuszcz: 37.87 g; Kw. tł. nasy.: 13.61 g; Węglowodany ogółem: 291.45 g; W tym cukry: 105.07 g; Błonnik pok.: 18.06 g; Sól: 1.81 g; WW: 27.52 Por; Ener z B.: 7.11 %; Ener z W.: 73.30 %; Ener. z T.: 21.43 %; Potas: 1834.49 mg; Sód: 729.16 mg;	Wartość energetyczna: 1380.91 kcal; Białko ogółem: 52.04 g; Tłuszcz: 29.65 g; Kw. tł. nasy.: 9.83 g; Węglowodany ogółem: 234.00 g; W tym cukry: 84.52 g; Błonnik pok.: 18.96 g; Sól: 2.80 g; WW: 21.59 Por; Ener z B.: 15.07 %; Ener z W.: 67.78 %; Ener. z T.: 19.32 %; Potas: 2554.36 mg; Sód: 1122.12 mg;	

Jadłospisy za okres od dnia 2026-04-06 do dnia 2026-04-15 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- D07 Bogatobiałkowa	SIE- D07/ML Bogatobiałkowa bezmleczna	SIE- D09 Niskobiałkowa do 50 g białka	SIE- D09 Niskobiałkowa do 30 g białka	SIE- P01/1 Podstawowa dzieci 1-3 lat
2026-04-10 piątek	Śniadanie	Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Bułka pszenna długa krojona 40 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Serek wiejski lekki 3% tł 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) Miód (25g) 1 szt Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Kasza kukurydziana na wodzie 300 ml Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 40 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Miód (25g) 1 szt Szynka z piersią kurczaka-wędz. drob.gr.rozd.parzo.w osł.niejadalnej 50 g (<u>SOJ.</u>) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g	Chleb bezglutenowy 90 g (<u>SEZ, może zawierać: ORZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Twarożek 25 g (<u>MLE.</u>) Miód (25g) 2 szt Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Jabłko pieczone 150 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 90 g (<u>SEZ, może zawierać: ORZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Miód (25g) 2 szt Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Jabłko pieczone 150 g	Zacierka na mleku 150 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Bułka pszenna długa krojona 30 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Powidła śliwkowe 25 g Serek wiejski lekki 3% tł 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	II ŚN	Jabłko pieczone 150 g				Mandarynka 150 g
	Obiad	Krupnik jęczmienny () 300 ml (<u>MLE, SEL, GLU JECZ.</u>) Ziemniaki gotowane () 160 g Pulpet rybny (Morszczuk) 120 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u>) Sos koperkowy * 80 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Warzywa po grecku () 150 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Krupnik jęczmienny (bez mleka) () 300 ml (<u>SEL, GLU JECZ.</u>) Ziemniaki gotowane () 160 g Pulpet rybny (Morszczuk) 120 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u>) Sos koperkowy *(bez mleka) 80 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Warzywa po grecku () 150 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Krupnik jęczmienny (bez mleka) () 300 ml (<u>SEL, GLU JECZ.</u>) Ziemniaki gotowane () 160 g Pulpet rybny (Morszczuk) 60 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u>) Sos koperkowy * 80 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Warzywa po grecku () 150 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Krupnik jęczmienny (bez mleka) () 300 ml (<u>SEL, GLU JECZ.</u>) Ziemniaki gotowane () 160 g Pulpet rybny (Morszczuk) 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u>) Sos koperkowy *(bez mleka) 80 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Warzywa po grecku () 150 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Krupnik jęczmienny () 150 ml (<u>MLE, SEL, GLU JECZ.</u>) Ziemniaki gotowane () 50 g Ryba pieczona (Morszczuk) 50 g (<u>RYB.</u>) Sos koperkowy * 40 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Warzywa po grecku () 100 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml
	PD					
	Kolacja	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 40 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 80 g (<u>JAJ, MLE.</u>) Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (<u>SOJ.</u>) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 40 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ.</u>) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb bezglutenowy 90 g (<u>SEZ, może zawierać: ORZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 80 g (<u>JAJ, MLE.</u>) Dżem 25 g 1 szt Pomidor 80 g Salata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb bezglutenowy 90 g (<u>SEZ, może zawierać: ORZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 30 g (<u>JAJ, MLE.</u>) Dżem 25 g 2 szt Pomidor 80 g Salata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 30 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Pasta z jaj z cebulą i koperkiem 30 g (<u>JAJ, GOR.</u>) Ser żółty 20 g (<u>MLE.</u>) Ogórek kiszony 80 g Salata zielona 20 g
PN	Mleko Smakowe UHT 1,5% tł 0,2l 1 szt (<u>MLE.</u>) Podplomyki b/c 20 g (<u>GLU PSZ, MLE.</u>)	Wafle ryżowe 30 g Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt	Podplomyki b/c 20 g (<u>GLU PSZ, MLE.</u>)		Mleko Smakowe UHT 1,5% tł 0,2l 1 szt (<u>MLE.</u>)	
		Wartość energetyczna: 2345.87 kcal; Białko ogółem: 119.52 g; Tłuszcz: 59.26 g; Kw. tł. nasy.: 21.64 g; Węglowodany ogółem: 350.19 g; W tym cukry: 82.21 g; Błonnik pok.: 24.63 g; Sól: 8.03 g; WW: 32.62 Por; Ener z B.: 20.38 %; Ener z W.: 59.71 %; Ener. z T.: 22.73 %; Potas: 3839.70 mg; Sód: 3212.18 mg;	Wartość energetyczna: 2038.44 kcal; Białko ogółem: 86.08 g; Tłuszcz: 50.36 g; Kw. tł. nasy.: 11.71 g; Węglowodany ogółem: 339.20 g; W tym cukry: 81.33 g; Błonnik pok.: 26.18 g; Sól: 6.40 g; WW: 31.32 Por; Ener z B.: 16.89 %; Ener z W.: 66.56 %; Ener. z T.: 22.23 %; Potas: 3476.63 mg; Sód: 2554.26 mg;	Wartość energetyczna: 1819.75 kcal; Białko ogółem: 50.54 g; Tłuszcz: 50.65 g; Kw. tł. nasy.: 18.49 g; Węglowodany ogółem: 305.02 g; W tym cukry: 93.74 g; Błonnik pok.: 26.28 g; Sól: 2.31 g; WW: 27.94 Por; Ener z B.: 11.11 %; Ener z W.: 67.05 %; Ener. z T.: 25.05 %; Potas: 3161.12 mg; Sód: 924.51 mg;	Wartość energetyczna: 1671.70 kcal; Białko ogółem: 30.74 g; Tłuszcz: 41.63 g; Kw. tł. nasy.: 15.72 g; Węglowodany ogółem: 308.60 g; W tym cukry: 101.57 g; Błonnik pok.: 26.13 g; Sól: 1.78 g; WW: 28.39 Por; Ener z B.: 7.35 %; Ener z W.: 73.84 %; Ener. z T.: 22.41 %; Potas: 2899.32 mg; Sód: 712.89 mg;	Wartość energetyczna: 1330.91 kcal; Białko ogółem: 68.47 g; Tłuszcz: 47.11 g; Kw. tł. nasy.: 20.80 g; Węglowodany ogółem: 166.18 g; W tym cukry: 56.28 g; Błonnik pok.: 14.06 g; Sól: 4.98 g; WW: 15.22 Por; Ener z B.: 20.58 %; Ener z W.: 49.94 %; Ener. z T.: 31.86 %; Potas: 2180.74 mg; Sód: 1990.64 mg;

Jadłospisy za okres od dnia 2026-04-06 do dnia 2026-04-15 KUCHNIA SIEDLCE

	SIE- D07 Bogatobiałkowa	SIE- D07/ML Bogatobiałkowa bezmleczna	SIE- D09 Niskobiałkowa do 50 g białka	SIE- D09 Niskobiałkowa do 30 g białka	SIE- P01/1 Podstawowa dzieci 1-3 lat	
2026-04-11 sobota	Śniadanie	<p>Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 40 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt (MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE.) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g</p>	<p>Płatki owsiane na wodzie 300 ml (GLU OW.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 40 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 75 g (SOJ.) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g</p>	<p>Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Chleb bezglutenowy 90 g (SEZ, może zawierać: ORZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Dżem 25 g 1 szt Pomidor 80 g Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Salata zielona 20 g</p>	<p>Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Chleb bezglutenowy 90 g (SEZ, może zawierać: ORZ.) Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 20 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Dżem 25 g 2 szt Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Jabłko pieczone 1szt. 1 szt</p>	<p>Płatki owsiane na mleku 150 ml (MLE, GLU OW.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 20 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt (MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE.) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g</p>
	II ŚN	<p>Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml (MLE.)</p>	<p>Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Galaretka o smaku brzoskwiowym 200 g</p>			<p>Jabłko 150 g</p>
	Obiad	<p>Koperkowa z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Potrawka drobiowa () 150 g (GLU PSZ, SEL.) Ryż na sypko 160 g Buraczki gotowane () 75 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c () 75 g</p>	<p>Koperkowa z ziemniakami (bez mleka) () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryż na sypko 160 g Potrawka drobiowa () 150 g (GLU PSZ, SEL.) Buraczki gotowane () 75 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c () 75 g</p>	<p>Koperkowa z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryż na sypko 160 g Potrawka drobiowa () 60 g (GLU PSZ, SEL.) Buraczki gotowane () 75 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c () 75 g</p>	<p>Koperkowa z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryż na sypko 160 g Potrawka drobiowa () 50 g (GLU PSZ, SEL.) Buraczki gotowane () 75 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c () 75 g</p>	<p>Koperkowa z ziemniakami () 150 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryż na sypko (brązowy) 50 g Kociołek meksykański z kurczakiem i fasolą 60 g (SEL.) Buraczki gotowane () 50 g Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c () 50 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml</p>
	PD					
	Kolacja	<p>Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 40 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa, wędzona, z wodą dodaną. 25 g (SOJ.) Sałatka z makaronu z wędliną drobiowo wieprzową -dieta () 150 g (GLU PSZ, SEL, może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g</p>	<p>Kawa zbożowa b/c 250 ml (GLU ŻYT, GLU JECZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 40 g (GLU PSZ.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynka z piersią kurczaka-wędl.z drob.gr.rozd.parzo.w osł.niejadalnej 75 g (SOJ.) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g</p>	<p>Kawa zbożowa b/c 250 ml (GLU ŻYT, GLU JECZ.) Chleb bezglutenowy 90 g (SEZ, może zawierać: ORZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa, wędzona, z wodą dodaną. 30 g (SOJ.) Miód (25g) 2 szt Pomidor 80 g Salata zielona 20 g</p>	<p>Kawa zbożowa b/c 250 ml (GLU ŻYT, GLU JECZ.) Chleb bezglutenowy 90 g (SEZ, może zawierać: ORZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa, wędzona, z wodą dodaną. 20 g (SOJ.) Miód (25g) 2 szt Pomidor 80 g Salata zielona 20 g</p>	<p>Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa, wędzona, z wodą dodaną. 20 g (SOJ.) Sałatka z makaronu z wędliną drobiowo wieprzową -dieta () 100 g (GLU PSZ, SEL, może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g</p>
	PN	Mus- przecier owocowy jabłko 100g (tubka) 1 szt				

Jadłospisy za okres od dnia 2026-04-06 do dnia 2026-04-15 KUCHNIA SIEDLCE

	SIE- D07 Bogatobiałkowa	SIE- D07/ML Bogatobiałkowa bezmleczna	SIE- D09 Niskobiałkowa do 50 g białka	SIE- D09 Niskobiałkowa do 30 g białka	SIE- P01/1 Podstawowa dzieci 1-3 lat
2026-04-11 sobota	Wartość energetyczna: 2417.57 kcal; Białko ogółem: 94.68 g; Tłuszcz: 65.26 g; Kw. tł. nasy.: 27.47 g; Węglowodany ogółem: 381.79 g; W tym cukry: 109.20 g; Błonnik pok.: 28.97 g; Sól: 7.48 g; WW: 35.39 Por; Ener z B.: 15.67 %; Ener z W.: 63.17 %; Ener. z T.: 24.29 %; Potas: 4025.50 mg; Sód: 2994.77 mg;	Wartość energetyczna: 1860.64 kcal; Białko ogółem: 77.34 g; Tłuszcz: 42.45 g; Kw. tł. nasy.: 8.99 g; Węglowodany ogółem: 326.02 g; W tym cukry: 88.83 g; Błonnik pok.: 25.75 g; Sól: 7.71 g; WW: 30.13 Por; Ener z B.: 16.63 %; Ener z W.: 70.09 %; Ener. z T.: 20.53 %; Potas: 2912.56 mg; Sód: 3083.01 mg;	Wartość energetyczna: 1737.06 kcal; Białko ogółem: 39.79 g; Tłuszcz: 41.30 g; Kw. tł. nasy.: 15.65 g; Węglowodany ogółem: 315.36 g; W tym cukry: 107.35 g; Błonnik pok.: 24.71 g; Sól: 3.24 g; WW: 29.17 Por; Ener z B.: 9.16 %; Ener z W.: 72.62 %; Ener. z T.: 21.40 %; Potas: 2473.49 mg; Sód: 1299.72 mg;	Wartość energetyczna: 1727.03 kcal; Białko ogółem: 30.92 g; Tłuszcz: 40.04 g; Kw. tł. nasy.: 15.33 g; Węglowodany ogółem: 324.82 g; W tym cukry: 116.46 g; Błonnik pok.: 24.56 g; Sól: 2.26 g; WW: 30.18 Por; Ener z B.: 7.16 %; Ener z W.: 75.23 %; Ener. z T.: 20.86 %; Potas: 2439.93 mg; Sód: 907.88 mg;	Wartość energetyczna: 1279.83 kcal; Białko ogółem: 43.19 g; Tłuszcz: 44.47 g; Kw. tł. nasy.: 20.70 g; Węglowodany ogółem: 185.56 g; W tym cukry: 70.43 g; Błonnik pok.: 18.52 g; Sól: 3.60 g; WW: 16.78 Por; Ener z B.: 13.50 %; Ener z W.: 58.00 %; Ener. z T.: 31.27 %; Potas: 2407.99 mg; Sód: 1441.56 mg;

Jadłospisy za okres od dnia 2026-04-06 do dnia 2026-04-15 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- D07 Bogatobiałkowa	SIE- D07/ML Bogatobiałkowa bezmleczna	SIE- D09 Niskobiałkowa do 50 g białka	SIE- D09 Niskobiałkowa do 30 g białka	SIE- P01/1 Podstawowa dzieci 1-3 lat
2026-04-12 niedziela	Śniadanie	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (<u>MLE</u>) Bułka pszenna długa krojona 40 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 zielonogórska- wieprzowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 50 g (<u>SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR</u>) Dżem 25 g 1 szt Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Kasza kukurydziana na wodzie 300 ml Bułka pszenna długa krojona 40 g (<u>GLU PSZ</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (<u>SOJ</u>) Dżem 25 g 1 szt Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 90 g (<u>SEZ, może zawierać: ORZ</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Szynka zielonogórska- wieprzowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 50 g (<u>SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR</u>) Dżem 25 g 1 szt Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Banan 150 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb bezglutenowy 90 g (<u>SEZ, może zawierać: ORZ</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Szynka zielonogórska- wieprzowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 20 g (<u>SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR</u>) Dżem 25 g 2 szt Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Banan 150 g	Kasza kukurydziana na mleku 150 ml (<u>MLE</u>) Bułka pszenna długa krojona 30 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Szynka zielonogórska- wieprzowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 20 g (<u>SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR</u>) Dżem 25 g 1 szt Ogórek kiszony 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	III ŚN	Banan 150 g				Banan 150 g
	Obiad	Pomidorowa z zacierką () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Ziemniaki gotowane () 160 g Schab duszony 100 g Sos własny () 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 150 g (<u>SEL</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Pomidorowa z zacierką (bez mleka) () 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Ziemniaki gotowane () 160 g Schab duszony 100 g Sos własny () 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 150 g (<u>SEL</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Pomidorowa z zacierką (bez mleka) () 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Ziemniaki gotowane () 160 g Schab duszony 100 g Sos własny () 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 150 g (<u>SEL</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Ryżowa (bez mleka) 300 ml (<u>SEL</u>) Schab duszony 30 g Sos własny () 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Ziemniaki gotowane () 160 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 150 g (<u>SEL</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Pomidorowa z zacierką () 150 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Ziemniaki gotowane () 50 g Schab duszony 50 g Sos własny () 40 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 50 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 50 g (<u>SEL</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml
	PD					
	Kolacja	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 40 g (<u>GLU PSZ</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Ser mozzarella 50 g (<u>MLE</u>) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w ost.niejad 25 g Salata zielona 20 g Pomidor 80 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 40 g (<u>GLU PSZ</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w ost.niejad 50 g Salata zielona 20 g Pomidor 80 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb bezglutenowy 90 g (<u>SEZ, może zawierać: ORZ</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w ost.niejad 50 g Miód (25g) 1 szt Pomidor 80 g Salata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb bezglutenowy 90 g (<u>SEZ, może zawierać: ORZ</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w ost.niejad 20 g Miód (25g) 2 szt Salata zielona 20 g Pomidor 80 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 30 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Ser mozzarella 20 g (<u>MLE</u>) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w ost.niejad 20 g Pomidor 80 g Salata zielona 20 g
	PN	Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt Biszkopty b/c 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>)	Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt Biszkopty b/ml 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>)			Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt
	Wartość energetyczna: 2199.10 kcal; Białko ogółem: 101.02 g; Tłuszcz: 56.09 g; Kw. tł. nasy.: 19.75 g; Węglowodany ogółem: 340.01 g; W tym cukry: 100.43 g; Błonnik pok.: 25.86 g; Sól: 6.61 g; WW: 31.52 Por; Ener z B.: 18.37 %; Ener z W.: 61.85 %; Ener z T.: 22.96 %; Potas: 4323.73 mg; Sód: 2637.75 mg;	Wartość energetyczna: 2007.41 kcal; Białko ogółem: 90.63 g; Tłuszcz: 45.86 g; Kw. tł. nasy.: 19.92 g; Węglowodany ogółem: 326.10 g; W tym cukry: 87.95 g; Błonnik pok.: 25.29 g; Sól: 7.67 g; WW: 30.19 Por; Ener z B.: 18.06 %; Ener z W.: 64.98 %; Ener z T.: 20.56 %; Potas: 4022.15 mg; Sód: 3058.55 mg;	Wartość energetyczna: 1845.42 kcal; Białko ogółem: 52.32 g; Tłuszcz: 46.69 g; Kw. tł. nasy.: 17.21 g; Węglowodany ogółem: 318.36 g; W tym cukry: 106.11 g; Błonnik pok.: 26.63 g; Sól: 4.59 g; WW: 29.29 Por; Ener z B.: 11.34 %; Ener z W.: 69.00 %; Ener z T.: 22.77 %; Potas: 3578.75 mg; Sód: 1831.93 mg;	Wartość energetyczna: 1720.69 kcal; Białko ogółem: 32.35 g; Tłuszcz: 40.49 g; Kw. tł. nasy.: 15.89 g; Węglowodany ogółem: 322.41 g; W tym cukry: 131.14 g; Błonnik pok.: 26.26 g; Sól: 2.90 g; WW: 29.81 Por; Ener z B.: 7.52 %; Ener z W.: 74.95 %; Ener z T.: 21.18 %; Potas: 3273.08 mg; Sód: 1155.34 mg;	Wartość energetyczna: 1172.85 kcal; Białko ogółem: 48.60 g; Tłuszcz: 35.63 g; Kw. tł. nasy.: 15.29 g; Węglowodany ogółem: 172.45 g; W tym cukry: 83.21 g; Błonnik pok.: 12.96 g; Sól: 4.10 g; WW: 16.01 Por; Ener z B.: 16.57 %; Ener z W.: 58.82 %; Ener z T.: 27.34 %; Potas: 2383.08 mg; Sód: 1645.38 mg;	

Jadłospisy za okres od dnia 2026-04-06 do dnia 2026-04-15 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- D07 Bogatobiałkowa	SIE- D07/ML Bogatobiałkowa bezmleczna	SIE- D09 Niskobiałkowa do 50 g białka	SIE- D09 Niskobiałkowa do 30 g białka	SIE- P01/1 Podstawowa dzieci 1-3 lat
2026-04-13 poniedziałek	Śniadanie	Płatki pszenne na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT) Chleb mieszany pszenno-żytni 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa, wędzona, z wodą dodaną. 25 g (SOJ) Serek homo. naturalny 80 g (MLE) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g	Płatki pszenne na wodzie 300 g (GLU PSZ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT) Chleb mieszany pszenno-żytni 40 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 Salata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb bezglutenowy 90 g (SEZ, może zawierać: ORZ) Masło extra 82% 15 g (MLE) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa, wędzona, z wodą dodaną. 25 g (SOJ) Miód (25g) 2 szt Jabłko pieczone 150 g Pomidor 80 g Salata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb bezglutenowy 90 g (SEZ, może zawierać: ORZ) Masło extra 82% 15 g (MLE) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa, wędzona, z wodą dodaną. 20 g (SOJ) Miód (25g) 2 szt Jabłko pieczone 150 g Pomidor 80 g Salata zielona 20 g	Płatki pszenne na mleku 150 ml (GLU PSZ, MLE) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa, wędzona, z wodą dodaną. 20 g (SOJ) Serek homo. naturalny 30 g (MLE) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g
	II SN	Jabłko pieczone 150 g	Jabłko pieczone 150 g Wafle ryżowe 30 g			Mandarynka 150 g
	Obiad	Dyniowa z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Makaron z serem 300 g (GLU PSZ, MLE) Mus z jabłek () z/c 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml	Dyniowa z ziemniakami (bez mleka) () 300 ml (GLU PSZ, SEL) Makaron 160 g (GLU PSZ) Pulpet drobiowy 100 g (GLU PSZ, JAJ) Sos szpinakowy* 80 ml (GLU PSZ) Marchew gotowana z olejem () 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml	Dyniowa z ziemniakami (bez mleka) () 300 ml (GLU PSZ, SEL) Makaron bezglutenowy z serem biał 250 g (MLE) Mus z jabłek () z/c 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml	Dyniowa z ziemniakami (bez mleka) () 300 ml (GLU PSZ, SEL) Makaron bezglutenowy z serem biał 150 g (MLE) Mus z jabłek () z/c 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml	Dyniowa z ziemniakami () 150 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Makaron z serem 150 g (GLU PSZ, MLE) Mus z jabłek () z/c 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml
	PD					
	Kolacja	Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 40 g (GLU PSZ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalanej 50 g (SOJ, SEL, może zawierać: MLE, GOR) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ) Salata zielona 20 g Cwikła z jabłkiem () 80 g	Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 40 g (GLU PSZ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynka z piersią kurczaka-wędl. z drob.gr.rozd.parzo.w osł.niejadalnej 50 g (SOJ) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ) Salata zielona 20 g Cwikła z jabłkiem () 80 g Galaretko o smaku brzoskwiowym 200 g	Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Chleb bezglutenowy 90 g (SEZ, może zawierać: ORZ) Masło extra 82% 15 g (MLE) Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalanej 25 g (SOJ, SEL, może zawierać: MLE, GOR) Dżem 25 g 2 szt Salata zielona 20 g Cwikła z jabłkiem () 80 g	Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Chleb bezglutenowy 90 g (SEZ, może zawierać: ORZ) Masło extra 82% 15 g (MLE) Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalanej 20 g (SOJ, SEL, może zawierać: MLE, GOR) Dżem 25 g 2 szt Salata zielona 20 g Cwikła z jabłkiem () 80 g	Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalanej 20 g (SOJ, SEL, może zawierać: MLE, GOR) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ) Salata zielona 20 g Cwikła z jabłkiem () 80 g
PN	Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 30 g			Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt		
	Wartość energetyczna: 2178.11 kcal; Białko ogółem: 92.06 g; Tłuszcz: 45.86 g; Kw. tł. nasy.: 21.20 g; Węglowodany ogółem: 365.53 g; W tym cukry: 87.37 g; Błonnik pok.: 23.56 g; Sól: 6.44 g; WW: 34.16 Por; Ener z B.: 16.91 %; Ener z W.: 67.13 %; Ener. z T.: 18.95 %; Potas: 2456.85 mg; Sód: 2572.55 mg;	Wartość energetyczna: 2410.04 kcal; Białko ogółem: 88.65 g; Tłuszcz: 54.24 g; Kw. tł. nasy.: 11.40 g; Węglowodany ogółem: 422.54 g; W tym cukry: 120.63 g; Błonnik pok.: 33.55 g; Sól: 8.28 g; WW: 38.89 Por; Ener z B.: 14.71 %; Ener z W.: 70.13 %; Ener. z T.: 20.26 %; Potas: 3190.22 mg; Sód: 3301.91 mg;	Wartość energetyczna: 2001.00 kcal; Białko ogółem: 39.18 g; Tłuszcz: 42.87 g; Kw. tł. nasy.: 20.12 g; Węglowodany ogółem: 379.83 g; W tym cukry: 129.36 g; Błonnik pok.: 23.88 g; Sól: 2.48 g; WW: 35.68 Por; Ener z B.: 7.83 %; Ener z W.: 75.93 %; Ener. z T.: 19.28 %; Potas: 1769.76 mg; Sód: 993.78 mg;	Wartość energetyczna: 1717.16 kcal; Białko ogółem: 28.07 g; Tłuszcz: 40.22 g; Kw. tł. nasy.: 19.12 g; Węglowodany ogółem: 326.28 g; W tym cukry: 125.15 g; Błonnik pok.: 22.82 g; Sól: 2.04 g; WW: 30.42 Por; Ener z B.: 6.54 %; Ener z W.: 76.00 %; Ener. z T.: 21.08 %; Potas: 1739.56 mg; Sód: 818.69 mg;	Wartość energetyczna: 1282.69 kcal; Białko ogółem: 51.09 g; Tłuszcz: 33.72 g; Kw. tł. nasy.: 17.24 g; Węglowodany ogółem: 205.97 g; W tym cukry: 73.39 g; Błonnik pok.: 18.41 g; Sól: 3.20 g; WW: 18.70 Por; Ener z B.: 15.93 %; Ener z W.: 64.23 %; Ener. z T.: 23.66 %; Potas: 1906.54 mg; Sód: 1279.97 mg;	

Jadłospisy za okres od dnia 2026-04-06 do dnia 2026-04-15 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- D07 Bogatobiałkowa	SIE- D07/ML Bogatobiałkowa bezmleczna	SIE- D09 Niskobiałkowa do 50 g białka	SIE- D09 Niskobiałkowa do 30 g białka	SIE- P01/1 Podstawowa dzieci 1-3 lat
2026-04-14 wtorek	Śniadanie	Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Bułka pszenna długa krojona 40 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 25 g Twarożek z koperkiem 80 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 80 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Salata zielona 20 g	Kasza manna na wodzie 300 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Bułka pszenna długa krojona 40 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 25 g Pomidor 80 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Salata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb bezglutenowy 90 g (<u>SEZ, może zawierać: ORZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 25 g Dżem 25 g 2 szt Jabłko pieczone 150 g Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Podpiomyki b/c 20 g (<u>GLU PSZ, MLE.</u>)	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb bezglutenowy 90 g (<u>SEZ, może zawierać: ORZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 20 g Dżem 25 g 2 szt Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Jabłko pieczone 150 g	Zacierka na mleku 200 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Bułka pszenna długa krojona 30 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 20 g Twarożek z koperkiem 30 g (<u>MLE.</u>) Rzodkiew biała 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	II ŚN	Jabłko pieczone 150 g				Jabłko 150 g
	Obiad	Brokułowa z ziemniakami () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ryż na sypko 160 g Szynka wieprzowa gotowana 100 g Sos własny () 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Buraczki gotowane () 150 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Brokułowa z ziemniakami (bez mleka) () 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ryż na sypko 160 g Szynka wieprzowa gotowana 100 g Sos własny () 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Buraczki gotowane () 150 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Brokułowa z ziemniakami () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ryż na sypko 160 g Szynka wieprzowa gotowana 50 g Sos własny () 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Buraczki gotowane () 150 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Brokułowa z ziemniakami (bez mleka) () 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 160 g Klopsik wieprzowy 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos własny () 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Buraczki gotowane () 150 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Ogórkowa z ziemniakami () 150 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ryż na sypko 50 g Szynka wieprzowa gotowana 50 g Sos meksykański 40 g (<u>GLU PSZ.</u>) Buraczki gotowane () 50 g Surówka z kapusty białej z olejem () 50 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml
	PD					
	Kolacja	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 40 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>) Galaretkę drobiową z udźcem z kurczaka () 200 g (<u>SEL.</u>) Szynka zielonogórska-wieprzowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 25 g (<u>SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR.</u>) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 40 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Galaretkę drobiową z udźcem z kurczaka () 200 g (<u>SEL.</u>) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osl.niejad 25 g Pomidor 80 g Salata zielona 20 g	Chleb bezglutenowy 90 g (<u>SEZ, może zawierać: ORZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Szynka zielonogórska-wieprzowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 50 g (<u>SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR.</u>) Miód (25g) 1 szt Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb bezglutenowy 90 g (<u>SEZ, może zawierać: ORZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Szynka zielonogórska-wieprzowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 20 g (<u>SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR.</u>) Miód (25g) 1 szt Pomidor 80 g Salata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 30 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Szynka zielonogórska-wieprzowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 20 g (<u>SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR.</u>) Miód (25g) 1 szt Pomidor 80 g Salata zielona 20 g
PN	Przecier owocowy jabłko-truskawka 120g 1 szt	Mus- przecier owocowy jabłko 100g (tubka) 1 szt	Przecier owocowy jabłko-truskawka 120g 1 szt			
	Wartość energetyczna: 2040.43 kcal; Białko ogółem: 109.16 g; Tłuszcz: 46.90 g; Kw. tł. nasy.: 21.97 g; Węglowodany ogółem: 311.88 g; W tym cukry: 81.14 g; Błonnik pok.: 23.90 g; Sól: 6.59 g; WW: 28.80 Por; Ener z B.: 21.40 %; Ener z W.: 61.14 %; Ener. z T.: 20.69 %; Potas: 3966.68 mg; Sód: 2624.60 mg;	Wartość energetyczna: 1808.76 kcal; Białko ogółem: 94.74 g; Tłuszcz: 37.79 g; Kw. tł. nasy.: 10.72 g; Węglowodany ogółem: 288.74 g; W tym cukry: 66.04 g; Błonnik pok.: 24.22 g; Sól: 7.66 g; WW: 26.44 Por; Ener z B.: 20.95 %; Ener z W.: 63.85 %; Ener. z T.: 18.80 %; Potas: 3514.88 mg; Sód: 3052.36 mg;	Wartość energetyczna: 1805.42 kcal; Białko ogółem: 48.33 g; Tłuszcz: 46.18 g; Kw. tł. nasy.: 19.42 g; Węglowodany ogółem: 313.21 g; W tym cukry: 99.22 g; Błonnik pok.: 23.09 g; Sól: 2.89 g; WW: 29.09 Por; Ener z B.: 10.71 %; Ener z W.: 69.39 %; Ener. z T.: 23.02 %; Potas: 2669.95 mg; Sód: 1156.85 mg;	Wartość energetyczna: 1717.03 kcal; Białko ogółem: 31.78 g; Tłuszcz: 42.12 g; Kw. tł. nasy.: 18.46 g; Węglowodany ogółem: 318.64 g; W tym cukry: 118.68 g; Błonnik pok.: 25.40 g; Sól: 2.45 g; WW: 29.40 Por; Ener z B.: 7.40 %; Ener z W.: 74.23 %; Ener. z T.: 22.08 %; Potas: 3574.72 mg; Sód: 980.38 mg;	Wartość energetyczna: 1179.60 kcal; Białko ogółem: 50.59 g; Tłuszcz: 31.79 g; Kw. tł. nasy.: 16.40 g; Węglowodany ogółem: 182.14 g; W tym cukry: 83.25 g; Błonnik pok.: 15.34 g; Sól: 2.79 g; WW: 16.70 Por; Ener z B.: 17.16 %; Ener z W.: 61.76 %; Ener. z T.: 24.26 %; Potas: 2261.71 mg; Sód: 1117.89 mg;	

Jadłospisy za okres od dnia 2026-04-06 do dnia 2026-04-15 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- D07 Bogatobiałkowa	SIE- D07/ML Bogatobiałkowa bezmleczna	SIE- D09 Niskobiałkowa do 50 g białka	SIE- D09 Niskobiałkowa do 30 g białka	SIE- P01/1 Podstawowa dzieci 1-3 lat	
2026-04-15 środa	Śniadanie	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (<u>MLE.</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 40 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>) Paszтет rybno- warzywny (Morszczuk) 80 g (<u>GLU PSZ. JAJ. RYB.</u>) Połędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g (<u>SOJ.</u>) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g	Kasza kukurydziana na wodzie 300 ml Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 40 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Paszтет rybno- warzywny (Morszczuk) 80 g (<u>GLU PSZ. JAJ. RYB.</u>) Połędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g (<u>SOJ.</u>) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb bezglutenowy 90 g (<u>SEZ. może zawierać: ORZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Połędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 25 g (<u>SOJ.</u>) Dżem 25 g 2 szt Banan 150 g Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb bezglutenowy 90 g (<u>SEZ. może zawierać: ORZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Połędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 20 g (<u>SOJ.</u>) Dżem 25 g 2 szt Banan 150 g Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml	Kasza manna z jabłkiem prażonym 150 g (<u>GLU PSZ. MLE.</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 30 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Paszтет rybno- warzywny (Morszczuk) 30 g (<u>GLU PSZ. JAJ. RYB.</u>) Połędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 20 g (<u>SOJ.</u>) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g	
	II ŚN	Banan 150 g					Banan 150 g
	Obiad	Jarzynowa z makaronem dieta () 300 ml (<u>GLU PSZ. MLE. SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 160 g Zrazik drobiowy z udźca pieczony mielony 100 g (<u>GLU PSZ. JAJ.</u>) Sos pietruszkowy 80 ml (<u>GLU PSZ. MLE. SEL.</u>) Surówka z marchwi z olejem b/c () 75 g Fasolka szparagowa z wody* 75 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Jarzynowa z makaronem (bez mleka) () 300 ml (<u>GLU PSZ. SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 160 g Zrazik drobiowy z udźca pieczony mielony 100 g (<u>GLU PSZ. JAJ.</u>) Sos pietruszkowy (bez mleka) 80 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Surówka z marchwi z olejem b/c () 75 g Fasolka szparagowa z wody* 75 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml Jarzynowa z makaronem dieta () 300 ml (<u>GLU PSZ. MLE. SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 160 g Zrazik drobiowy z udźca pieczony mielony 60 g (<u>GLU PSZ. JAJ.</u>) Sos pietruszkowy 80 ml (<u>GLU PSZ. MLE. SEL.</u>) Surówka z marchwi z olejem b/c () 75 g Fasolka szparagowa z wody* 75 g	Jarzynowa z makaronem (bez mleka) () 300 ml (<u>GLU PSZ. SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 160 g Zrazik drobiowy z udźca pieczony mielony 30 g (<u>GLU PSZ. JAJ.</u>) Sos pietruszkowy 80 ml (<u>GLU PSZ. MLE. SEL.</u>) Surówka z marchwi z olejem b/c () 75 g Fasolka szparagowa z wody* 75 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Jarzynowa z makaronem dieta () 150 ml (<u>GLU PSZ. MLE. SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 50 g Zrazik drobiowy z udźca pieczony mielony 50 g (<u>GLU PSZ. JAJ.</u>) Sos pietruszkowy 40 ml (<u>GLU PSZ. MLE. SEL.</u>) Surówka z marchwi z olejem b/c () 50 g Fasolka szparagowa z wody* 50 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	
	PD						
	Kolacja	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 40 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>) 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>) Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt (<u>MLE. może zawierać: RYB. OZI. MLE.</u>) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 40 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 75 g Pomidor 80 g Salata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb bezglutenowy 90 g (<u>SEZ. może zawierać: ORZ.</u>) Masło extra 82% 15 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>) Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt (<u>MLE. może zawierać: RYB. OZI. MLE.</u>) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb bezglutenowy 90 g (<u>SEZ. może zawierać: ORZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Schab Ojca Grzegorza-wędłina wieprzowa wędzona,parzona,z dod.wody,białka wp 20 g (<u>SOJ. może zawierać: GLU PSZ. JAJ. MLE. SEL. GOR.</u>) Miód (25g) 2 szt Pomidor 80 g Salata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 30 g (<u>GLU PSZ.</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>) Schab Ojca Grzegorza-wędłina wieprzowa wędzona,parzona,z dod.wody,białka wp 20 g (<u>SOJ. może zawierać: GLU PSZ. JAJ. MLE. SEL. GOR.</u>) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g	
PN	Ciasto drożdżowe 50 g (<u>GLU PSZ. JAJ. MLE.</u>)	Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 30 g Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt	Ciasto drożdżowe 50 g (<u>GLU PSZ. JAJ. MLE.</u>)	Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt	Ciasto drożdżowe 30 g (<u>GLU PSZ. JAJ. MLE.</u>)		
	Wartość energetyczna: 2326.91 kcal; Białko ogółem: 100.30 g; Tłuszcz: 63.15 g; Kw. tł. nasy.: 23.53 g; Węglowodany ogółem: 329.76 g; W tym cukry: 75.67 g; Błonnik pok.: 25.35 g; Sól: 7.22 g; WW: 30.62 Por; Ener z B.: 17.24 %; Ener z W.: 56.69 %; Ener. z T.: 24.42 %; Potas: 4150.24 mg; Sód: 2890.39 mg;	Wartość energetyczna: 2069.35 kcal; Białko ogółem: 91.87 g; Tłuszcz: 50.03 g; Kw. tł. nasy.: 10.48 g; Węglowodany ogółem: 330.04 g; W tym cukry: 74.42 g; Błonnik pok.: 24.75 g; Sól: 8.52 g; WW: 30.62 Por; Ener z B.: 17.76 %; Ener z W.: 63.80 %; Ener. z T.: 21.76 %; Potas: 3793.71 mg; Sód: 3408.23 mg;	Wartość energetyczna: 2076.58 kcal; Białko ogółem: 49.41 g; Tłuszcz: 60.37 g; Kw. tł. nasy.: 23.35 g; Węglowodany ogółem: 322.06 g; W tym cukry: 102.92 g; Błonnik pok.: 25.08 g; Sól: 2.90 g; WW: 29.99 Por; Ener z B.: 9.52 %; Ener z W.: 62.04 %; Ener. z T.: 26.17 %; Potas: 3210.64 mg; Sód: 1157.53 mg;	Wartość energetyczna: 1869.19 kcal; Białko ogółem: 30.84 g; Tłuszcz: 46.02 g; Kw. tł. nasy.: 18.37 g; Węglowodany ogółem: 348.09 g; W tym cukry: 152.05 g; Błonnik pok.: 24.36 g; Sól: 2.18 g; WW: 32.62 Por; Ener z B.: 6.60 %; Ener z W.: 74.49 %; Ener. z T.: 22.16 %; Potas: 3117.11 mg; Sód: 873.65 mg;	Wartość energetyczna: 1295.17 kcal; Białko ogółem: 47.08 g; Tłuszcz: 41.70 g; Kw. tł. nasy.: 18.58 g; Węglowodany ogółem: 175.26 g; W tym cukry: 63.69 g; Błonnik pok.: 14.46 g; Sól: 2.86 g; WW: 16.23 Por; Ener z B.: 14.54 %; Ener z W.: 54.13 %; Ener. z T.: 28.98 %; Potas: 2472.79 mg; Sód: 1145.31 mg;		

Jadłospisy za okres od dnia 2026-04-06 do dnia 2026-04-15 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- P02/1 Łatwo strawna dzieci 1-3 lat	SIE- P03/1 Z ogr.łatwoprzy. wegl. dzieci 1-3 lat	SIE- P01/2 Podstawowa dzieci 4-9 lat	SIE- P02/2 Łatwo strawna dzieci 4-9 lat	SIE- P03/2 Z ogr.łatwoprzy. wegl. dzieci 4-9 lat
2026-04-06 poniedziałek	Śniadanie	Kasza kukurydziana na mleku 150 ml (<u>MLE.</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 30 g (<u>GLUPSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Połudwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 20 g (<u>SOJ.</u>) Ser mozzarella 20 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g	Maślanka 150 ml (<u>MLE.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Połudwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 20 g (<u>SOJ.</u>) Ser mozzarella 20 g (<u>MLE.</u>) Ogórek kiszony 80 g Salata zielona 20 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml	Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Kasza kukurydziana na mleku 200 ml (<u>MLE.</u>) Bułka pszenna długa krojona 30 g (<u>GLUPSZ.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Połudwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g (<u>SOJ.</u>) Ser mozzarella 50 g (<u>MLE.</u>) Ogórek kiszony 80 g Salata zielona 20 g	Kasza kukurydziana na mleku 200 ml (<u>MLE.</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 30 g (<u>GLUPSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Połudwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g (<u>SOJ.</u>) Ser mozzarella 50 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g	Maślanka 150 ml (<u>MLE.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 60 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Połudwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g (<u>SOJ.</u>) Ser mozzarella 50 g (<u>MLE.</u>) Ogórek kiszony 80 g Salata zielona 20 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml
	II SN	Jabłko pieczone 150 g	Jabłko 150 g	Mandarynka 150 g	Jabłko pieczone 150 g	Jabłko 150 g
	Obiad	Rosół z makaronem () 150 ml (<u>GLU PSZ. SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 50 g Czwartka z kurczaka gotowana 50 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 50 g Brokuł gotowany* 50 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml	Rosół z makaronem () 150 ml (<u>GLU PSZ. SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 50 g Czwartka z kurczaka pieczona 50 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 50 g Brokuł gotowany* 50 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml	Rosół z makaronem () 200 ml (<u>GLU PSZ. SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 100 g Czwartka z kurczaka pieczona 130 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 75 g Brokuł gotowany* 75 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml	Rosół z makaronem () 200 ml (<u>GLU PSZ. SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 100 g Czwartka z kurczaka gotowana 130 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 75 g Brokuł gotowany* 75 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml	Rosół z makaronem () 200 ml (<u>GLU PSZ. SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 100 g Czwartka z kurczaka pieczona 130 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 75 g Brokuł gotowany* 75 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml
	PD					
	Kolacja	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 30 g (<u>GLUPSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w ost.niejad 20 g Twarożek z koperkiem 30 g (<u>MLE.</u>) Cwikła z jabłkiem b/c () 80 g Salata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Ser żółty 20 g (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w ost.niejad 20 g Cwikła z jabłkiem b/c () 80 g Salata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 30 g (<u>GLUPSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Ser żółty 25 g (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w ost.niejad 50 g Cwikła z jabłkiem b/c () 80 g Salata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 30 g (<u>GLUPSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w ost.niejad 25 g Twarożek z koperkiem 80 g (<u>MLE.</u>) Cwikła z jabłkiem b/c () 80 g Salata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 60 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Ser żółty 25 g (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w ost.niejad 50 g Cwikła z jabłkiem b/c () 80 g Salata zielona 20 g
	PN	Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt	Pieczywo chrupkie ekstrudowane-żytnie 30 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT. GLU JECZ.</u>) Sok pomidorowy 0,3l 1 szt	Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt		Pieczywo chrupkie ekstrudowane-żytnie 30 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT. GLU JECZ.</u>) Sok pomidorowy 0,3l 1 szt
		Wartość energetyczna: 1177.20 kcal; Białko ogółem: 57.45 g; Tłuszcz: 42.50 g; Kw. tł. nasy.: 18.01 g; Węglowodany ogółem: 149.25 g; W tym cukry: 63.25 g; Błonnik pok.: 13.93 g; Sól: 3.08 g; WW: 13.49 Por; Ener z B.: 19.52 %; Ener z W.: 50.71 %; Ener. z T.: 32.50 %; Potas: 2226.12 mg; Sód: 1234.43 mg;	Wartość energetyczna: 1188.32 kcal; Białko ogółem: 60.23 g; Tłuszcz: 48.13 g; Kw. tł. nasy.: 20.48 g; Węglowodany ogółem: 143.73 g; W tym cukry: 34.38 g; Błonnik pok.: 19.48 g; Sól: 7.40 g; WW: 12.35 Por; Ener z B.: 20.27 %; Ener z W.: 48.38 %; Ener. z T.: 36.45 %; Potas: 2157.88 mg; Sód: 2962.36 mg;	Wartość energetyczna: 1963.28 kcal; Białko ogółem: 115.02 g; Tłuszcz: 79.97 g; Kw. tł. nasy.: 28.96 g; Węglowodany ogółem: 210.59 g; W tym cukry: 63.18 g; Błonnik pok.: 19.55 g; Sól: 8.28 g; WW: 18.95 Por; Ener z B.: 23.43 %; Ener z W.: 42.91 %; Ener. z T.: 36.66 %; Potas: 3310.44 mg; Sód: 3323.76 mg;	Wartość energetyczna: 1938.59 kcal; Białko ogółem: 117.26 g; Tłuszcz: 72.83 g; Kw. tł. nasy.: 25.69 g; Węglowodany ogółem: 215.51 g; W tym cukry: 68.63 g; Błonnik pok.: 18.87 g; Sól: 5.85 g; WW: 19.60 Por; Ener z B.: 24.20 %; Ener z W.: 44.47 %; Ener. z T.: 33.81 %; Potas: 3411.10 mg; Sód: 2342.00 mg;	Wartość energetyczna: 1898.01 kcal; Białko ogółem: 115.47 g; Tłuszcz: 79.55 g; Kw. tł. nasy.: 27.72 g; Węglowodany ogółem: 204.05 g; W tym cukry: 36.95 g; Błonnik pok.: 27.34 g; Sól: 10.68 g; WW: 17.56 Por; Ener z B.: 24.33 %; Ener z W.: 43.00 %; Ener. z T.: 37.72 %; Potas: 3383.86 mg; Sód: 4277.37 mg;

Jadłospisy za okres od dnia 2026-04-06 do dnia 2026-04-15 KUCHNIA SIEDLCE

	SIE- P02/1 Łatwo strawna dzieci 1-3 lat	SIE- P03/1 Z ogr.latwoprzy. wegl. dzieci 1-3 lat	SIE- P01/2 Podstawowa dzieci 4-9 lat	SIE- P02/2 Łatwo strawna dzieci 4-9 lat	SIE- P03/2 Z ogr.latwoprzy. wegl. dzieci 4-9 lat	
2026-04-07 wtorek	Śniadanie	Płatki jęczmienne na mleku 150 ml (<u>MLE, GLU JECZ.</u>) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<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 20 g (<u>SOJ.</u>) Twaróg półtłusty 30 g (<u>MLE.</u>) Salata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 20 g (<u>SOJ.</u>) Twaróg półtłusty 30 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Płatki jęczmienne na mleku 200 ml (<u>MLE, GLU JECZ.</u>) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 30 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 80 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Płatki jęczmienne na mleku 200 ml (<u>MLE, GLU JECZ.</u>) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 30 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 80 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 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 80 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	II SN	Jabłko pieczone 150 g	Jabłko 150 g	Jabłko pieczone 150 g	Jabłko 150 g	
	Obiad	Barszcz czerwony z ziemniakami () 150 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ryż z jabłkiem prażonym i cynamonem 200 g Sos jogurtowy naturalny 50 g (<u>MLE.</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml	Barszcz ukraiński z ziemniakami () 150 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ryż na sypko (brązowy) 50 g Pulpet wieprzowy 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos ziołowy* 40 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Surówka z selera i marchwi z olejem () b/c 100 g (<u>SEL.</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml	Barszcz ukraiński z ziemniakami () 200 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Naleśniki z serem 200 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>) Sos jogurtowy naturalny 100 g (<u>MLE.</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami () 200 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ryż z jabłkiem prażonym i cynamonem 200 g Sos jogurtowy naturalny 100 g (<u>MLE.</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml	Barszcz ukraiński z ziemniakami () 200 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ryż na sypko (brązowy) 100 g Pulpet wieprzowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos ziołowy* 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Surówka z selera i marchwi z olejem () b/c 150 g (<u>SEL.</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml
	PD					
	Kolacja	Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Bułka pszenna długa krojona 30 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 20 g Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g	Kawa zbożowa b/c 250 ml (<u>GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 20 g Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Pomidor 60 g Salata zielona 20 g	Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Bułka pszenna długa krojona 30 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 30 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 Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g	Kawa zbożowa b/c 250 ml (<u>GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Rzepa biała 80 g Salata zielona 20 g	
	PN	Przecier owocowy jablko-truskawka 100g 1 szt	Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy parzony w osłonce niejadalnej 20 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.</u>) Salata zielona 10 g	Przecier owocowy jablko-truskawka 100g 1 szt	Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy parzony w osłonce niejadalnej 20 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.</u>) Salata zielona 10 g	
	Wartość energetyczna: 1361.13 kcal; Białko ogółem: 49.25 g; Tłuszcz: 36.03 g; Kw. tł. nasy.: 18.25 g; Węglowodany ogółem: 214.97 g; W tym cukry: 72.16 g; Błonnik pok.: 12.59 g; Sól: 3.26 g; WW: 20.31 Por; Ener z B.: 14.47 %; Ener z W.: 63.17 %; Ener. z T.: 23.82 %; Potas: 2025.91 mg; Sód: 1298.87 mg;	Wartość energetyczna: 1260.76 kcal; Białko ogółem: 58.66 g; Tłuszcz: 51.06 g; Kw. tł. nasy.: 22.14 g; Węglowodany ogółem: 158.43 g; W tym cukry: 39.42 g; Błonnik pok.: 25.82 g; Sól: 4.27 g; WW: 13.27 Por; Ener z B.: 18.61 %; Ener z W.: 50.27 %; Ener. z T.: 36.45 %; Potas: 2589.18 mg; Sód: 1709.47 mg;	Wartość energetyczna: 1904.53 kcal; Białko ogółem: 92.72 g; Tłuszcz: 53.58 g; Kw. tł. nasy.: 24.41 g; Węglowodany ogółem: 272.76 g; W tym cukry: 92.71 g; Błonnik pok.: 18.80 g; Sól: 5.38 g; WW: 25.48 Por; Ener z B.: 19.47 %; Ener z W.: 57.29 %; Ener. z T.: 25.32 %; Potas: 2615.03 mg; Sód: 2149.03 mg;	Wartość energetyczna: 1712.03 kcal; Białko ogółem: 73.36 g; Tłuszcz: 42.13 g; Kw. tł. nasy.: 21.20 g; Węglowodany ogółem: 268.12 g; W tym cukry: 79.30 g; Błonnik pok.: 15.70 g; Sól: 5.43 g; WW: 25.30 Por; Ener z B.: 17.14 %; Ener z W.: 62.64 %; Ener. z T.: 22.15 %; Potas: 2429.58 mg; Sód: 2167.57 mg;	Wartość energetyczna: 1808.04 kcal; Białko ogółem: 94.58 g; Tłuszcz: 66.56 g; Kw. tł. nasy.: 26.44 g; Węglowodany ogółem: 235.26 g; W tym cukry: 48.37 g; Błonnik pok.: 39.61 g; Sól: 6.46 g; WW: 19.59 Por; Ener z B.: 20.93 %; Ener z W.: 52.05 %; Ener. z T.: 33.13 %; Potas: 3541.63 mg; Sód: 2583.35 mg;	

Jadłospisy za okres od dnia 2026-04-06 do dnia 2026-04-15 KUCHNIA SIEDLCE

	SIE- P02/1 Łatwo strawna dzieci 1-3 lat	SIE- P03/1 Z ogr.łatwoprzy. wegl. dzieci 1-3 lat	SIE- P01/2 Podstawowa dzieci 4-9 lat	SIE- P02/2 Łatwo strawna dzieci 4-9 lat	SIE- P03/2 Z ogr.łatwoprzy. wegl. dzieci 4-9 lat	
2026-04-08 środa	Śniadanie	<p>Platki owsiane na mleku 150 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 30 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Serek a'la homogenizowany 30 g (<u>MLE.</u>) Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy.grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 20 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g</p>	<p>Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Serek a'la homogenizowany 30 g (<u>MLE.</u>) Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy.grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 20 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g</p>	<p>Platki owsiane na mleku 200 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 30 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Serek a'la homogenizowany 80 g (<u>MLE.</u>) Szynka 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 Salata zielona 20 g</p>	<p>Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Serek a'la homogenizowany 80 g (<u>MLE.</u>) Szynka 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 Salata zielona 20 g</p>	
	II SN	Banan 150 g	Jabłko 150 g	Banan 150 g	Jabłko 150 g	
	Obiad	<p>Ziemniaczana () 150 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 50 g (<u>GLU JECZ.</u>) Pieczeń rzymska wieprzowa 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos pomidorowy 40 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Cukinia pieczona z olejem * 50 g Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c () 50 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml</p>	<p>Ziemniaczana () 150 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 50 g (<u>GLU JECZ.</u>) Pieczeń rzymska wieprzowa 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos chrzanowy 40 ml (<u>GLU PSZ, MLE, S02.</u>) Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c () 50 g Cukinia pieczona z olejem * 50 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml</p>	<p>Kapuśniak z kapusty kiszzonej () 200 ml (<u>GLU PSZ, SEL, GOR.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 100 g (<u>GLU JECZ.</u>) Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos chrzanowy 80 ml (<u>GLU PSZ, MLE, S02.</u>) Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c () 75 g Cukinia pieczona z olejem * 75 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml</p>	<p>Ziemniaczana () 200 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 100 g (<u>GLU JECZ.</u>) Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos pomidorowy 80 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c () 75 g Cukinia pieczona z olejem * 75 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml</p>	<p>Kapuśniak z kapusty kiszzonej () 200 ml (<u>GLU PSZ, SEL, GOR.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 100 g (<u>GLU JECZ.</u>) Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g (<u>GLU JECZ.</u>) Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos chrzanowy 80 ml (<u>GLU PSZ, MLE, S02.</u>) Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c () 75 g Cukinia pieczona z olejem * 75 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml</p>
	PD					
	Kolacja	<p>Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 30 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 20 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Paprykarz rybno (morszczuk)-warzywny () 30 g (<u>RYB.</u>) Salata zielona 20 g Pomidor 80 g</p>	<p>Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Paprykarz rybno (morszczuk)-warzywny () 30 g (<u>RYB.</u>) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 20 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Ogórek kiszony 80 g Salata zielona 20 g</p>	<p>Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 30 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 25 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Paprykarz rybno (morszczuk)-warzywny () 80 g (<u>RYB.</u>) Ogórek kiszony 80 g Salata zielona 20 g</p>	<p>Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 30 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 25 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Paprykarz rybno (morszczuk)-warzywny () 80 g (<u>RYB.</u>) Salata zielona 20 g Pomidor 80 g</p>	<p>Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Paprykarz szczeciński 80 g (<u>RYB, SOJ.</u>) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 25 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Ogórek kiszony 80 g Salata zielona 20 g</p>
PN	Ciasto drożdżowe 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>)	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt	Ciasto drożdżowe 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>)	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt		
	<p>Wartość energetyczna: 1293.57 kcal; Białko ogółem: 51.93 g; Tłuszcz: 34.55 g; Kw. tł. nasy.: 16.80 g; Węglowodany ogółem: 187.13 g; W tym cukry: 64.17 g; Błonnik pok.: 15.72 g; Sól: 2.87 g; WW: 17.24 Por; Ener z B.: 16.06 %; Ener z W.: 57.86 %; Ener. z T.: 24.04 %; Potas: 2705.21 mg; Sód: 1153.48 mg;</p>	<p>Wartość energetyczna: 1031.38 kcal; Białko ogółem: 49.77 g; Tłuszcz: 35.24 g; Kw. tł. nasy.: 16.77 g; Węglowodany ogółem: 143.41 g; W tym cukry: 33.97 g; Błonnik pok.: 18.15 g; Sól: 6.38 g; WW: 12.45 Por; Ener z B.: 19.30 %; Ener z W.: 55.62 %; Ener. z T.: 30.75 %; Potas: 2285.04 mg; Sód: 2550.69 mg;</p>	<p>Wartość energetyczna: 1909.82 kcal; Białko ogółem: 89.14 g; Tłuszcz: 51.68 g; Kw. tł. nasy.: 22.08 g; Węglowodany ogółem: 270.53 g; W tym cukry: 70.21 g; Błonnik pok.: 22.66 g; Sól: 6.64 g; WW: 24.84 Por; Ener z B.: 18.67 %; Ener z W.: 56.66 %; Ener. z T.: 24.35 %; Potas: 3336.21 mg; Sód: 2666.34 mg;</p>	<p>Wartość energetyczna: 1897.53 kcal; Białko ogółem: 88.94 g; Tłuszcz: 46.91 g; Kw. tł. nasy.: 21.18 g; Węglowodany ogółem: 279.01 g; W tym cukry: 73.46 g; Błonnik pok.: 23.31 g; Sól: 4.88 g; WW: 25.67 Por; Ener z B.: 18.75 %; Ener z W.: 58.82 %; Ener. z T.: 22.25 %; Potas: 3672.63 mg; Sód: 1959.71 mg;</p>	<p>Wartość energetyczna: 1629.62 kcal; Białko ogółem: 84.24 g; Tłuszcz: 59.50 g; Kw. tł. nasy.: 21.93 g; Węglowodany ogółem: 213.18 g; W tym cukry: 38.74 g; Błonnik pok.: 26.81 g; Sól: 9.41 g; WW: 18.56 Por; Ener z B.: 20.68 %; Ener z W.: 52.33 %; Ener. z T.: 32.86 %; Potas: 3122.59 mg; Sód: 3762.17 mg;</p>	

Jadłospisy za okres od dnia 2026-04-06 do dnia 2026-04-15 KUCHNIA SIEDLCE

	SIE- P02/1 Łatwo strawna dzieci 1-3 lat	SIE- P03/1 Z ogr.łatwoprzy. wegl. dzieci 1-3 lat	SIE- P01/2 Podstawowa dzieci 4-9 lat	SIE- P02/2 Łatwo strawna dzieci 4-9 lat	SIE- P03/2 Z ogr.łatwoprzy. wegl. dzieci 4-9 lat	
2026-04-09 czwartek	Śniadanie	Kasza manna z jabłkiem prażonym 150 g (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 20 g Twarożek 30 g (<u>MLE,</u>) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g	Maślanka 150 ml (<u>MLE,</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Pasta z fasoli 30 g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 20 g Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Kasza manna z jabłkiem prażonym 200 g (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 25 g Pasta z fasoli 80 g Pomidor 80 g Salata zielona 20 g	Kasza manna z jabłkiem prażonym 200 g (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 25 g Twarożek 80 g (<u>MLE,</u>) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g	Maślanka 150 ml (<u>MLE,</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Pasta z fasoli 80 g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 25 g Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	II SN	Banan 150 g	Jabłko 150 g	Banan 150 g		Jabłko 150 g
	Obiad	Szpinakowa z ziemniakami () 150 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Makaron z sosem bolognese, z łop wp - dieta () 150 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Szpinakowa z ziemniakami () 150 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Makaron pełnoziarnisty z sosem bolognese, z łop wp () 150 g (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 50 g Surówka z rzodkwi i jabłka () 50 g (<u>MLE,</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml	Szpinakowa z ziemniakami () 200 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Makaron pełnoziarnisty z sosem bolognese, z łop wp () 200 g (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Surówka z rzodkwi i jabłka () 75 g (<u>MLE,</u>) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 75 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Szpinakowa z ziemniakami () 200 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Makaron z sosem bolognese, z łop wp - dieta () 200 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 150 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Szpinakowa z ziemniakami () 200 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Makaron pełnoziarnisty z sosem bolognese, z łop wp () 200 g (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 75 g Surówka z rzodkwi i jabłka () 75 g (<u>MLE,</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml
	PD					
	Kolacja	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 30 g (<u>GLU PSZ,</u>) Leczo z drobiem-dieta * 150 g Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Leczo z drobiem-dieta * 150 g Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenna długa krojona 30 g (<u>GLU PSZ,</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Leczo z drobiem-dieta * 200 g Jabłko 1 szt 1 szt	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 30 g (<u>GLU PSZ,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Leczo z drobiem-dieta * 200 g Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Chleb razowy żytnio-pszenny 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Leczo z drobiem-dieta * 200 g Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
PN	Przecier owocowy jabłko-truskawka 100g 1 szt	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Przecier owocowy jabłko-truskawka 100g 1 szt		Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	
	Wartość energetyczna: 1338.33 kcal; Białko ogółem: 52.97 g; Tłuszcz: 29.10 g; Kw. tł. nasy.: 10.46 g; Węglowodany ogółem: 221.22 g; W tym cukry: 85.29 g; Błonnik pok.: 14.96 g; Sól: 2.37 g; WW: 20.74 Por; Ener z B.: 15.83 %; Ener z W.: 66.12 %; Ener. z T.: 19.57 %; Potas: 2352.13 mg; Sód: 949.57 mg;	Wartość energetyczna: 1274.39 kcal; Białko ogółem: 55.74 g; Tłuszcz: 30.67 g; Kw. tł. nasy.: 10.68 g; Węglowodany ogółem: 213.91 g; W tym cukry: 51.10 g; Błonnik pok.: 30.36 g; Sól: 3.26 g; WW: 18.46 Por; Ener z B.: 17.50 %; Ener z W.: 67.14 %; Ener. z T.: 21.66 %; Potas: 2704.62 mg; Sód: 1321.35 mg;	Wartość energetyczna: 1901.19 kcal; Białko ogółem: 76.11 g; Tłuszcz: 41.76 g; Kw. tł. nasy.: 13.83 g; Węglowodany ogółem: 321.18 g; W tym cukry: 93.72 g; Błonnik pok.: 32.33 g; Sól: 4.49 g; WW: 29.02 Por; Ener z B.: 16.01 %; Ener z W.: 67.57 %; Ener. z T.: 19.77 %; Potas: 3785.34 mg; Sód: 1825.49 mg;	Wartość energetyczna: 1765.35 kcal; Białko ogółem: 77.22 g; Tłuszcz: 37.42 g; Kw. tł. nasy.: 13.10 g; Węglowodany ogółem: 287.71 g; W tym cukry: 91.91 g; Błonnik pok.: 18.89 g; Sól: 3.77 g; WW: 27.01 Por; Ener z B.: 17.50 %; Ener z W.: 65.19 %; Ener. z T.: 19.08 %; Potas: 2806.97 mg; Sód: 1512.02 mg;	Wartość energetyczna: 1643.08 kcal; Białko ogółem: 75.62 g; Tłuszcz: 39.76 g; Kw. tł. nasy.: 12.43 g; Węglowodany ogółem: 272.08 g; W tym cukry: 55.31 g; Błonnik pok.: 40.40 g; Sól: 4.34 g; WW: 23.29 Por; Ener z B.: 18.41 %; Ener z W.: 66.24 %; Ener. z T.: 21.78 %; Potas: 3630.35 mg; Sód: 1759.63 mg;	

Jadłospisy za okres od dnia 2026-04-06 do dnia 2026-04-15 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- P02/1 Łatwo strawna dzieci 1-3 lat	SIE- P03/1 Z ogr.łatwoprzy. wegl. dzieci 1-3 lat	SIE- P01/2 Podstawowa dzieci 4-9 lat	SIE- P02/2 Łatwo strawna dzieci 4-9 lat	SIE- P03/2 Z ogr.łatwoprzy. wegl. dzieci 4-9 lat
2026-04-10 piątek	Śniadanie	Zacierka na mleku 150 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Bułka pszenna długa krojona 30 g (<u>GLU PSZ,</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 Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE,</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Serek wiejski lekki 3% tł 150g 1 szt (<u>MLE,</u>) Hummus 20 g (<u>SEZ,</u>) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g	Zacierka na mleku 200 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Bułka pszenna długa krojona 30 g (<u>GLU PSZ,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Powidła śliwkowe 25 g Serek wiejski lekki 3% tł 150g 1 szt (<u>MLE,</u>) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Zacierka na mleku 200 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Bułka pszenna długa krojona 30 g (<u>GLU PSZ,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, 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>) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE,</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Serek wiejski lekki 3% tł 150g 1 szt (<u>MLE,</u>) Hummus 25 g (<u>SEZ,</u>) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g
	II ŚN	Jabłko pieczone 150 g	Jabłko 150 g	Mandarynka 150 g	Jabłko pieczone 150 g	Jabłko 150 g
	Obiad	Krupnik jęczmienny () 150 ml (<u>MLE, SEL, GLU JECZ,</u>) Ziemniaki gotowane () 50 g Pulpet rybny (Morszczuk) 60 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB,</u>) Sos koperkowy * 40 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Warzywa po grecku () 100 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Krupnik jęczmienny () 150 ml (<u>MLE, SEL, GLU JECZ,</u>) Ziemniaki gotowane () 50 g Pulpet rybny (Morszczuk) 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB,</u>) Sos koperkowy * 40 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Warzywa po grecku () 50 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Surówka z kapusty kiszzonej z olejem b/c () 50 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml	Krupnik jęczmienny () 200 ml (<u>MLE, SEL, GLU JECZ,</u>) Ziemniaki gotowane () 100 g Ryba pieczona (Morszczuk) 90 g (<u>RYB,</u>) Sos koperkowy * 80 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Surówka z kapusty kiszzonej z olejem () 75 g Warzywa po grecku () 75 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Krupnik jęczmienny () 200 ml (<u>MLE, SEL, GLU JECZ,</u>) Ziemniaki gotowane () 100 g Pulpet rybny (Morszczuk) 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB,</u>) Sos koperkowy * 80 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Warzywa po grecku () 150 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Krupnik jęczmienny () 200 ml (<u>MLE, SEL, GLU JECZ,</u>) Ziemniaki gotowane () 100 g Pulpet rybny (Morszczuk) 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB,</u>) Sos koperkowy * 80 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Warzywa po grecku () 75 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Surówka z kapusty kiszzonej z olejem b/c () 75 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml
	PD					
	Kolacja	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 30 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 30 g (<u>JAJ, MLE,</u>) Dżem 25 g 1 szt Pomidor 80 g Salata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 30 g (<u>JAJ, MLE,</u>) Ser żółty 20 g (<u>MLE,</u>) Ogórek kiszony 80 g Salata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 30 g (<u>GLU PSZ,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Pasta z jaj z cebulą i koperkiem 80 g (<u>JAJ, GOR,</u>) Ser żółty 50 g (<u>MLE,</u>) Ogórek kiszony 80 g Salata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 30 g (<u>GLU PSZ,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 80 g (<u>JAJ, MLE,</u>) Dżem 25 g 1 szt Pomidor 80 g Salata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 80 g (<u>JAJ, MLE,</u>) Ser żółty 50 g (<u>MLE,</u>) Ogórek kiszony 80 g Salata zielona 20 g
	PN	Mleko Smakowe UHT 1,5% tł 0,2l 1 szt (<u>MLE,</u>)	Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE,</u>) Twarożek z ziołami 40 g (<u>MLE,</u>) Salata zielona 10 g	Mleko Smakowe UHT 1,5% tł 0,2l 1 szt (<u>MLE,</u>)		Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE,</u>) Twarożek z ziołami 40 g (<u>MLE,</u>) Salata zielona 10 g
	Wartość energetyczna: 1365.53 kcal; Białko ogółem: 63.97 g; Tłuszcz: 40.37 g; Kw. tł. nasy.: 17.00 g; Węglowodany ogółem: 195.10 g; W tym cukry: 78.87 g; Błonnik pok.: 14.58 g; Sól: 3.31 g; WW: 18.18 Por; Ener z B.: 18.74 %; Ener z W.: 57.15 %; Ener. z T.: 26.60 %; Potas: 2205.33 mg; Sód: 1323.03 mg;	Wartość energetyczna: 1282.05 kcal; Białko ogółem: 68.75 g; Tłuszcz: 55.83 g; Kw. tł. nasy.: 23.51 g; Węglowodany ogółem: 142.82 g; W tym cukry: 36.76 g; Błonnik pok.: 19.62 g; Sól: 5.97 g; WW: 12.28 Por; Ener z B.: 21.45 %; Ener z W.: 44.56 %; Ener. z T.: 39.19 %; Potas: 2273.56 mg; Sód: 2388.42 mg;	Wartość energetyczna: 1950.56 kcal; Białko ogółem: 104.25 g; Tłuszcz: 73.21 g; Kw. tł. nasy.: 30.01 g; Węglowodany ogółem: 231.11 g; W tym cukry: 60.42 g; Błonnik pok.: 18.59 g; Sól: 7.87 g; WW: 21.22 Por; Ener z B.: 21.38 %; Ener z W.: 47.39 %; Ener. z T.: 33.78 %; Potas: 2991.40 mg; Sód: 3136.90 mg;	Wartość energetyczna: 1842.37 kcal; Białko ogółem: 88.42 g; Tłuszcz: 51.45 g; Kw. tł. nasy.: 19.95 g; Węglowodany ogółem: 269.67 g; W tym cukry: 85.79 g; Błonnik pok.: 20.55 g; Sól: 5.21 g; WW: 25.00 Por; Ener z B.: 19.20 %; Ener z W.: 58.55 %; Ener. z T.: 25.13 %; Potas: 3082.26 mg; Sód: 2081.20 mg;	Wartość energetyczna: 1854.32 kcal; Białko ogółem: 102.41 g; Tłuszcz: 78.07 g; Kw. tł. nasy.: 32.20 g; Węglowodany ogółem: 212.12 g; W tym cukry: 41.04 g; Błonnik pok.: 28.22 g; Sól: 8.42 g; WW: 18.31 Por; Ener z B.: 22.09 %; Ener z W.: 45.76 %; Ener. z T.: 37.89 %; Potas: 3261.89 mg; Sód: 3367.94 mg;	

Jadłospisy za okres od dnia 2026-04-06 do dnia 2026-04-15 KUCHNIA SIEDLCE

	SIE- P02/1 Łatwo strawna dzieci 1-3 lat	SIE- P03/1 Z ogr.łatwoprzy. wegl. dzieci 1-3 lat	SIE- P01/2 Podstawowa dzieci 4-9 lat	SIE- P02/2 Łatwo strawna dzieci 4-9 lat	SIE- P03/2 Z ogr.łatwoprzy. wegl. dzieci 4-9 lat	
2026-04-11 sobota	Śniadanie	<p>Platki owsiane na mleku 150 ml (MLE, GLU OW,) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 20 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,) Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt (MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE,) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g</p>	<p>Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE,) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 20 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,) Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt (MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE,) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g</p>	<p>Platki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW,) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 40 g (GLU PSZ,) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt (MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE,) 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 Salata zielona 20 g</p>	<p>Platki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW,) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 40 g (GLU PSZ,) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,) Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt (MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE,) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g</p>	<p>Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE,) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 90 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,) Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt (MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE,) Rzodkiew biała 80 g Salata zielona 20 g</p>
	II ŚN	Jabłko 1 szt 1 szt	Jabłko 150 g	Jabłko 1 szt 1 szt	Jabłko 150 g	
	Obiad	<p>Koperkowa z ziemniakami () 150 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Ryż na sypko 50 g Potrawka drobiowa () 60 g (GLU PSZ, SEL,) Buraczki gotowane () 50 g Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c () 50 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml</p>	<p>Koperkowa z ziemniakami () 150 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Ryż na sypko (brązowy) 50 g Kociółek meksykański z kurczakiem i fasolą 60 g (SEL,) Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c () 50 g Buraczki gotowane () 50 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml</p>	<p>Koperkowa z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Kociółek meksykański z kurczakiem i fasolą 150 g (SEL,) Ryż na sypko (brązowy) 160 g Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c () 75 g Buraczki gotowane () 75 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml</p>	<p>Koperkowa z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Ryż na sypko 160 g Potrawka drobiowa () 150 g (GLU PSZ, SEL,) Buraczki gotowane () 75 g Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c () 75 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml</p>	<p>Koperkowa z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Ryż na sypko (brązowy) 160 g Kociółek meksykański z kurczakiem i fasolą 150 g (SEL,) Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c () 75 g Buraczki gotowane () 75 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml</p>
	PD					
	Kolacja	<p>Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,) Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa, wędzona, z wodą dodaną. 20 g (SOJ,) Salatka z makaronu z wędliną drobiowo wieprzową -dieta () 100 g (GLU PSZ, SEL, może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR,) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g</p>	<p>Kawa zbożowa b/c 250 ml (GLU ŻYT, GLU JECZ,) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa, wędzona, z wodą dodaną. 20 g (SOJ,) Salatka z makaronu z wędliną drobiowo wieprzową -dieta () 100 g (GLU PSZ, SEL, może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR,) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa, wędzona, z wodą dodaną. 20 g (SOJ,) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g</p>	<p>Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Bułka pszenna długa krojona 40 g (GLU PSZ,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa, wędzona, z wodą dodaną. 25 g (SOJ,) Salatka z makaronu z wędliną drobiowo wieprzową -dieta () 150 g (GLU PSZ, SEL, może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR,) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g</p>	<p>Kawa zbożowa b/c 250 ml (GLU ŻYT, GLU JECZ,) Chleb razowy żytnio-pszenny 90 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Salatka z makaronu z wędliną drobiowo wieprzową -dieta () 150 g (GLU PSZ, SEL, może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR,) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa, wędzona, z wodą dodaną. 25 g (SOJ,) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g</p>	
PN	<p>Mus- przecier owocowy jabłko 100g (tubka) 1 szt</p>	<p>Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło extra 82% 5 g (MLE,) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 20 g Salata zielona 10 g</p>	<p>Mus- przecier owocowy jabłko 100g (tubka) 1 szt</p>	<p>Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło extra 82% 5 g (MLE,) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g Salata zielona 10 g</p>		

Jadłospisy za okres od dnia 2026-04-06 do dnia 2026-04-15 KUCHNIA SIEDLCE

	SIE- P02/1 Łatwo strawna dzieci 1-3 lat	SIE- P03/1 Z ogr.łatwoprzy. wegl. dzieci 1-3 lat	SIE- P01/2 Podstawowa dzieci 4-9 lat	SIE- P02/2 Łatwo strawna dzieci 4-9 lat	SIE- P03/2 Z ogr.łatwoprzy. wegl. dzieci 4-9 lat
2026-04-11 sobota	Wartość energetyczna: 1302.77 kcal; Białko ogółem: 47.50 g; Tłuszcz: 44.61 g; Kw. tł. nasy.: 20.93 g; Węglowodany ogółem: 187.18 g; W tym cukry: 70.18 g; Błonnik pok.: 17.30 g; Sól: 3.57 g; WW: 17.08 Por; Ener z B.: 14.58 %; Ener z W.: 57.47 %; Ener. z T.: 30.82 %; Potas: 2466.80 mg; Sód: 1430.52 mg;	Wartość energetyczna: 1135.36 kcal; Białko ogółem: 39.48 g; Tłuszcz: 45.42 g; Kw. tł. nasy.: 21.42 g; Węglowodany ogółem: 160.88 g; W tym cukry: 38.85 g; Błonnik pok.: 24.39 g; Sól: 4.50 g; WW: 13.70 Por; Ener z B.: 13.91 %; Ener z W.: 56.68 %; Ener. z T.: 36.00 %; Potas: 2301.70 mg; Sód: 1799.71 mg;	Wartość energetyczna: 2159.39 kcal; Białko ogółem: 77.28 g; Tłuszcz: 61.10 g; Kw. tł. nasy.: 24.56 g; Węglowodany ogółem: 342.49 g; W tym cukry: 84.90 g; Błonnik pok.: 32.84 g; Sól: 7.33 g; WW: 31.02 Por; Ener z B.: 14.32 %; Ener z W.: 63.44 %; Ener. z T.: 25.47 %; Potas: 3615.40 mg; Sód: 2934.27 mg;	Wartość energetyczna: 2216.17 kcal; Białko ogółem: 88.02 g; Tłuszcz: 61.23 g; Kw. tł. nasy.: 25.08 g; Węglowodany ogółem: 347.23 g; W tym cukry: 84.20 g; Błonnik pok.: 28.93 g; Sól: 7.25 g; WW: 31.93 Por; Ener z B.: 15.89 %; Ener z W.: 62.67 %; Ener. z T.: 24.87 %; Potas: 3741.57 mg; Sód: 2906.10 mg;	Wartość energetyczna: 1928.82 kcal; Białko ogółem: 70.21 g; Tłuszcz: 59.72 g; Kw. tł. nasy.: 23.79 g; Węglowodany ogółem: 317.89 g; W tym cukry: 48.96 g; Błonnik pok.: 48.18 g; Sól: 8.07 g; WW: 26.98 Por; Ener z B.: 14.56 %; Ener z W.: 65.92 %; Ener. z T.: 27.87 %; Potas: 3714.61 mg; Sód: 3231.29 mg;

Jadłospisy za okres od dnia 2026-04-06 do dnia 2026-04-15 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- P02/1 Łatwo strawna dzieci 1-3 lat	SIE- P03/1 Z ogr.łatwoprzy. wegl. dzieci 1-3 lat	SIE- P01/2 Podstawowa dzieci 4-9 lat	SIE- P02/2 Łatwo strawna dzieci 4-9 lat	SIE- P03/2 Z ogr.łatwoprzy. wegl. dzieci 4-9 lat
2026-04-12 niedziela	Śniadanie	Kasza kukurydziana na mleku 150 ml (<u>MLE.</u>) Bułka pszenna długa krojona 30 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Szynka zielonogórska- wieprzowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 20 g (<u>SOJ. MLE. SEL. może zawierać: JAJ. GOR.</u>) Dżem 25 g 1 szt Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Maślanka 150 ml (<u>MLE.</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Szynka zielonogórska- wieprzowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 20 g (<u>SOJ. MLE. SEL. może zawierać: JAJ. GOR.</u>) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 20 g (<u>SOJ.</u>) Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g	Kasza kukurydziana na mleku 200 ml (<u>MLE.</u>) Bułka pszenna długa krojona 30 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Szynka zielonogórska- wieprzowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 50 g (<u>SOJ. MLE. SEL. może zawierać: JAJ. GOR.</u>) Dżem 25 g 1 szt Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Kasza kukurydziana na mleku 200 ml (<u>MLE.</u>) Bułka pszenna długa krojona 30 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Szynka zielonogórska- wieprzowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 50 g (<u>SOJ. MLE. SEL. może zawierać: JAJ. GOR.</u>) Dżem 25 g 1 szt Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Maślanka 150 ml (<u>MLE.</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 60 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Szynka zielonogórska- wieprzowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 50 g (<u>SOJ. MLE. SEL. może zawierać: JAJ. GOR.</u>) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 25 g (<u>SOJ.</u>) Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g
	III ŚN	Banan 150 g	Jabłko 150 g	Banan 150 g		Jabłko 150 g
	Obiad	Pomidorowa z zacierką () 150 ml (<u>GLU PSZ. MLE. SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 50 g Schab duszony 50 g Sos ziołowy 40 ml (<u>GLU PSZ. SEL.</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 100 g (<u>SEL.</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml	Pomidorowa z zacierką () 150 ml (<u>GLU PSZ. MLE. SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 50 g Schab duszony 50 g Sos własny () 40 ml (<u>GLU PSZ. SEL.</u>) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 50 g (<u>SEL.</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml	Pomidorowa z zacierką () 200 ml (<u>GLU PSZ. MLE. SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 100 g Schab duszony 100 g Sos własny () 80 ml (<u>GLU PSZ. SEL.</u>) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 75 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 75 g (<u>SEL.</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml	Pomidorowa z zacierką () 200 ml (<u>GLU PSZ. MLE. SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 100 g Schab duszony 100 g Sos ziołowy 80 ml (<u>GLU PSZ. SEL.</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 150 g (<u>SEL.</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml	Pomidorowa z zacierką () 200 ml (<u>GLU PSZ. MLE. SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 100 g Schab duszony 100 g Sos własny () 80 ml (<u>GLU PSZ. SEL.</u>) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 75 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 75 g (<u>SEL.</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml
	PD					
	Kolacja	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 30 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Ser mozzarella 20 g (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 20 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Ser mozzarella 20 g (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 20 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 30 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Ser mozzarella 50 g (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 60 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Ser mozzarella 50 g (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	
	PN	Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt		Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt
	Wartość energetyczna: 1192.78 kcal; Białko ogółem: 48.94 g; Tłuszcz: 35.79 g; Kw. tł. nasy.: 15.28 g; Węglowodany ogółem: 177.98 g; W tym cukry: 87.92 g; Błonnik pok.: 15.18 g; Sól: 2.93 g; WW: 16.39 Por; Ener z B.: 16.41 %; Ener z W.: 59.69 %; Ener. z T.: 27.01 %; Potas: 2681.39 mg; Sód: 1168.40 mg;	Wartość energetyczna: 946.74 kcal; Białko ogółem: 51.56 g; Tłuszcz: 34.23 g; Kw. tł. nasy.: 13.99 g; Węglowodany ogółem: 122.90 g; W tym cukry: 33.94 g; Błonnik pok.: 20.05 g; Sól: 4.80 g; WW: 10.29 Por; Ener z B.: 21.78 %; Ener z W.: 51.93 %; Ener. z T.: 32.54 %; Potas: 2126.99 mg; Sód: 1919.03 mg;	Wartość energetyczna: 1718.27 kcal; Białko ogółem: 86.45 g; Tłuszcz: 51.41 g; Kw. tł. nasy.: 17.93 g; Węglowodany ogółem: 239.85 g; W tym cukry: 88.53 g; Błonnik pok.: 18.65 g; Sól: 6.42 g; WW: 22.16 Por; Ener z B.: 20.12 %; Ener z W.: 55.83 %; Ener. z T.: 26.93 %; Potas: 3297.75 mg; Sód: 2570.68 mg;	Wartość energetyczna: 1745.41 kcal; Białko ogółem: 87.00 g; Tłuszcz: 51.62 g; Kw. tł. nasy.: 17.92 g; Węglowodany ogółem: 247.28 g; W tym cukry: 94.47 g; Błonnik pok.: 21.74 g; Sól: 5.36 g; WW: 22.65 Por; Ener z B.: 19.94 %; Ener z W.: 56.67 %; Ener. z T.: 26.62 %; Potas: 3668.42 mg; Sód: 2134.21 mg;	Wartość energetyczna: 1446.05 kcal; Białko ogółem: 88.73 g; Tłuszcz: 49.51 g; Kw. tł. nasy.: 16.14 g; Węglowodany ogółem: 185.37 g; W tym cukry: 38.20 g; Błonnik pok.: 28.71 g; Sól: 6.93 g; WW: 15.65 Por; Ener z B.: 24.54 %; Ener z W.: 51.28 %; Ener. z T.: 30.81 %; Potas: 3145.86 mg; Sód: 2770.09 mg;	

Jadłospisy za okres od dnia 2026-04-06 do dnia 2026-04-15 KUCHNIA SIEDLCE

	SIE- P02/1 Łatwo strawna dzieci 1-3 lat	SIE- P03/1 Z ogr.łatwoprzy. wegl. dzieci 1-3 lat	SIE- P01/2 Podstawowa dzieci 4-9 lat	SIE- P02/2 Łatwo strawna dzieci 4-9 lat	SIE- P03/2 Z ogr.łatwoprzy. wegl. dzieci 4-9 lat	
2026-04-13 poniedziałek	Śniadanie	Platki pszenne na mleku 150 ml (GLU PSZ, MLE) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa, wędzona, z wodą dodaną 20 g (SOJ) Serek homo. naturalny 30 g (MLE) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g	Maślanka 150 ml (MLE) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa, wędzona, z wodą dodaną 20 g (SOJ) Serek homo. naturalny 30 g (MLE) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g	Platki pszenne na mleku 200 ml (GLU PSZ, MLE) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ) Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa, wędzona, z wodą dodaną 25 g (SOJ) Serek homo. naturalny 80 g (MLE) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g	Platki pszenne na mleku 200 ml (GLU PSZ, MLE) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT) Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa, wędzona, z wodą dodaną 25 g (SOJ) Serek homo. naturalny 80 g (MLE) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g	Maślanka 150 ml (MLE) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa, wędzona, z wodą dodaną 25 g (SOJ) Serek homo. naturalny 80 g (MLE) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g
	II SN	Jabłko pieczone 150 g	Jabłko 150 g	Mandarynka 150 g	Jabłko pieczone 150 g	Jabłko 150 g
	Obiad	Dyniowa z ziemniakami () 150 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Makaron z serem 150 g (GLU PSZ, MLE) Mus z jabłek () z/c 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml	Dyniowa z ziemniakami () 150 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Makaron pełnoziarnisty 50 g (GLU PSZ) Pulpet drobiowy 50 g (GLU PSZ, JAJ) Sos szpinakowy* 40 ml (GLU PSZ) Surówka z selera i marchwi z olejem () b/c 100 g (SEL) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml	Dyniowa z ziemniakami () 200 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Makaron z serem 200 g (GLU PSZ, MLE) Mus z jabłek () z/c 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml	Dyniowa z ziemniakami () 200 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Makaron z serem 200 g (GLU PSZ, MLE) Mus z jabłek () z/c 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml	Fasolowa z ziemniakami () 200 ml (GLU PSZ, SEL) Makaron pełnoziarnisty 100 g (GLU PSZ) Pulpet drobiowy 100 g (GLU PSZ, JAJ) Sos szpinakowy* 80 ml (GLU PSZ) Surówka z selera i marchwi z olejem () b/c 150 g (SEL) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml
	PD					
	Kolacja	Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalanej 20 g (SOJ, SEL, może zawierać: MLE, GOR) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ) Salata zielona 20 g Ćwikła z jabłkiem () 80 g	Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Chleb razowy pszenno-żytni 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalanej 20 g (SOJ, SEL, może zawierać: MLE, GOR) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ) Salata zielona 20 g Ćwikła z jabłkiem b/c () 80 g	Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ) Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalanej 50 g (SOJ, SEL, może zawierać: MLE, GOR) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ) Salata zielona 20 g Ćwikła z jabłkiem () 80 g	Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ) Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalanej 50 g (SOJ, SEL, może zawierać: MLE, GOR) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ) Ćwikła z jabłkiem () 80 g Salata zielona 20 g	Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Chleb razowy pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalanej 50 g (SOJ, SEL, może zawierać: MLE, GOR) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ) Salata zielona 20 g Ćwikła z jabłkiem b/c () 80 g
	PN	Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt		Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt
		Wartość energetyczna: 1314.69 kcal; Białko ogółem: 50.69 g; Tłuszcz: 34.67 g; Kw. tł. nasy.: 17.28 g; Węglowodany ogółem: 211.12 g; W tym cukry: 72.79 g; Błonnik pok.: 16.25 g; Sól: 3.32 g; WW: 19.44 Por; Ener z B.: 15.42 %; Ener z W.: 64.23 %; Ener. z T.: 23.74 %; Potas: 1710.04 mg; Sód: 1324.97 mg;	Wartość energetyczna: 1132.51 kcal; Białko ogółem: 52.89 g; Tłuszcz: 39.52 g; Kw. tł. nasy.: 15.46 g; Węglowodany ogółem: 154.64 g; W tym cukry: 41.60 g; Błonnik pok.: 25.08 g; Sól: 3.89 g; WW: 12.99 Por; Ener z B.: 18.68 %; Ener z W.: 54.62 %; Ener. z T.: 31.41 %; Potas: 2410.45 mg; Sód: 1555.73 mg;	Wartość energetyczna: 1656.02 kcal; Białko ogółem: 73.29 g; Tłuszcz: 39.26 g; Kw. tł. nasy.: 18.86 g; Węglowodany ogółem: 267.82 g; W tym cukry: 78.23 g; Błonnik pok.: 21.78 g; Sól: 5.24 g; WW: 24.55 Por; Ener z B.: 17.70 %; Ener z W.: 64.69 %; Ener. z T.: 21.34 %; Potas: 2151.74 mg; Sód: 2097.33 mg;	Wartość energetyczna: 1688.02 kcal; Białko ogółem: 72.89 g; Tłuszcz: 40.21 g; Kw. tł. nasy.: 18.90 g; Węglowodany ogółem: 272.97 g; W tym cukry: 77.63 g; Błonnik pok.: 19.62 g; Sól: 5.36 g; WW: 25.29 Por; Ener z B.: 17.27 %; Ener z W.: 64.69 %; Ener. z T.: 21.44 %; Potas: 1955.24 mg; Sód: 2142.33 mg;	Wartość energetyczna: 1688.65 kcal; Białko ogółem: 86.94 g; Tłuszcz: 54.60 g; Kw. tł. nasy.: 17.51 g; Węglowodany ogółem: 235.46 g; W tym cukry: 45.69 g; Błonnik pok.: 36.70 g; Sól: 6.20 g; WW: 19.93 Por; Ener z B.: 20.59 %; Ener z W.: 55.77 %; Ener. z T.: 29.10 %; Potas: 3266.69 mg; Sód: 2480.00 mg;

Jadłospisy za okres od dnia 2026-04-06 do dnia 2026-04-15 KUCHNIA SIEDLCE

	SIE- P02/1 Łatwo strawna dzieci 1-3 lat	SIE- P03/1 Z ogr.łatwoprzy. wegl. dzieci 1-3 lat	SIE- P01/2 Podstawowa dzieci 4-9 lat	SIE- P02/2 Łatwo strawna dzieci 4-9 lat	SIE- P03/2 Z ogr.łatwoprzy. wegl. dzieci 4-9 lat	
2026-04-14 wtorek	Śniadanie	Zacierka na mleku 200 ml (GLU PSZ, MLE) Bułka pszenna długa krojona 40 g (GLU PSZ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 25 g Twarożek z koperkiem 30 g (MLE) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 20 g Twarożek z koperkiem 40 g (MLE) Rzodkiew biała 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Zacierka na mleku 200 ml (GLU PSZ, MLE) Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ) Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 25 g Twarożek z koperkiem 80 g (MLE) Rzodkiew biała 80 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Salata zielona 20 g	Zacierka na mleku 200 ml (GLU PSZ, MLE) Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ) Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 25 g Twarożek z koperkiem 80 g (MLE) Pomidor 80 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Salata zielona 20 g	Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE) Chleb razowy żytnio-pszenny 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 25 g Twarożek z koperkiem 80 g (MLE) Rzodkiew biała 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	II ŚN	Jabłko pieczone 150 g	Jabłko 150 g	Jabłko pieczone 150 g	Jabłko 150 g	
	Obiad	Brokułowa z ziemniakami () 150 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Ryż na sypko 50 g Szynka wieprzowa gotowana 50 g Sos własny () 80 ml (GLU PSZ, SEL) Buraczki gotowane () 75 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Ogórkowa z ziemniakami () 150 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Szynka wieprzowa gotowana 50 g Sos własny () 40 ml (GLU PSZ, SEL) Ryż na sypko (brązowy) 50 g Surówka z kapusty białej z olejem b/c () 50 g Buraczki gotowane () 50 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml	Ogórkowa z ziemniakami () 200 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Szynka wieprzowa gotowana 100 g Ryż na sypko (brązowy) 100 g Sos meksykański 80 g (GLU PSZ) Surówka z kapusty białej z olejem () 75 g Buraczki gotowane () 75 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Brokułowa z ziemniakami () 200 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Ryż na sypko 100 g Szynka wieprzowa gotowana 100 g Sos własny () 80 ml (GLU PSZ, SEL) Buraczki gotowane () 150 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Ogórkowa z ziemniakami () 200 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Szynka wieprzowa gotowana 100 g Sos własny () 80 ml (GLU PSZ, SEL) Ryż na sypko (brązowy) 100 g Surówka z kapusty białej z olejem b/c () 75 g Buraczki gotowane () 75 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml
	PD					
	Kolacja	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 40 g (GLU PSZ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Szynka zielonogórska- wieprzowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 25 g (SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR) Miód (25g) 1 szt Pomidor 80 g Salata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Szynka zielonogórska- wieprzowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 40 g (SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ) Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Szynka zielonogórska- wieprzowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 50 g (SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR) Miód (25g) 1 szt Pomidor 80 g Salata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Galaretki drobiowa z udźcem z kurczaka () 200 g (SEL) Szynka zielonogórska- wieprzowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 25 g (SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g	
PN	Przecier owocowy jabłko-truskawka 120g 1 szt	Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło extra 82% 5 g (MLE) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 20 g Salata zielona 5 g	Przecier owocowy jabłko-truskawka 120g 1 szt	Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło extra 82% 5 g (MLE) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g Salata zielona 5 g		
	Wartość energetyczna: 1221.53 kcal; Białko ogółem: 53.19 g; Tłuszcz: 30.64 g; Kw. tł. nasy.: 16.42 g; Węglowodany ogółem: 191.54 g; W tym cukry: 82.25 g; Błonnik pok.: 12.66 g; Sól: 2.91 g; WW: 17.90 Por; Ener z B.: 17.42 %; Ener z W.: 62.72 %; Ener. z T.: 22.57 %; Potas: 2227.34 mg; Sód: 1165.30 mg;	Wartość energetyczna: 1010.90 kcal; Białko ogółem: 53.42 g; Tłuszcz: 36.22 g; Kw. tł. nasy.: 19.04 g; Węglowodany ogółem: 135.26 g; W tym cukry: 36.98 g; Błonnik pok.: 22.77 g; Sól: 4.06 g; WW: 11.26 Por; Ener z B.: 21.14 %; Ener z W.: 53.52 %; Ener. z T.: 32.24 %; Potas: 2330.33 mg; Sód: 1624.07 mg;	Wartość energetyczna: 1672.89 kcal; Białko ogółem: 87.37 g; Tłuszcz: 41.80 g; Kw. tł. nasy.: 20.09 g; Węglowodany ogółem: 249.26 g; W tym cukry: 90.56 g; Błonnik pok.: 23.00 g; Sól: 5.10 g; WW: 22.62 Por; Ener z B.: 20.89 %; Ener z W.: 59.60 %; Ener. z T.: 22.49 %; Potas: 3042.77 mg; Sód: 2035.63 mg;	Wartość energetyczna: 1641.83 kcal; Białko ogółem: 86.45 g; Tłuszcz: 38.58 g; Kw. tł. nasy.: 19.74 g; Węglowodany ogółem: 249.02 g; W tym cukry: 91.57 g; Błonnik pok.: 17.69 g; Sól: 4.72 g; WW: 23.12 Por; Ener z B.: 21.06 %; Ener z W.: 60.67 %; Ener. z T.: 21.15 %; Potas: 3059.26 mg; Sód: 1884.34 mg;	Wartość energetyczna: 1549.88 kcal; Białko ogółem: 97.48 g; Tłuszcz: 49.40 g; Kw. tł. nasy.: 23.08 g; Węglowodany ogółem: 205.98 g; W tym cukry: 46.90 g; Błonnik pok.: 34.43 g; Sól: 6.50 g; WW: 17.17 Por; Ener z B.: 25.16 %; Ener z W.: 53.16 %; Ener. z T.: 28.69 %; Potas: 3674.29 mg; Sód: 2591.63 mg;	

Jadłospisy za okres od dnia 2026-04-06 do dnia 2026-04-15 KUCHNIA SIEDLCE

	SIE- P02/1 Łatwo strawna dzieci 1-3 lat	SIE- P03/1 Z ogr.łatwoprzy. wegl. dzieci 1-3 lat	SIE- P01/2 Podstawowa dzieci 4-9 lat	SIE- P02/2 Łatwo strawna dzieci 4-9 lat	SIE- P03/2 Z ogr.łatwoprzy. wegl. dzieci 4-9 lat	
2026-04-15 środa	Śniadanie	Kasza manna z jabłkiem prażonym 150 g (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 30 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Paszтет rybno-warzywny (Morszczuk) 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u>) Poledwica Sopotcka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 20 g (<u>SOJ.</u>) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g	Maślanka 150 ml (<u>MLE.</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Paszтет rybno-warzywny (Morszczuk) 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u>) Poledwica Sopotcka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 20 g (<u>SOJ.</u>) Ogórek kiszony 80 g Salata zielona 20 g	Kasza manna z jabłkiem prażonym 200 g (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 30 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Paszтет rybno-warzywny (Morszczuk) 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u>) Poledwica Sopotcka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g (<u>SOJ.</u>) Ogórek kiszony 80 g Salata zielona 20 g	Kasza manna z jabłkiem prażonym 200 g (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 30 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Paszтет rybno-warzywny (Morszczuk) 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u>) Poledwica Sopotcka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g (<u>SOJ.</u>) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g	Maślanka 150 ml (<u>MLE.</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Paszтет rybno-warzywny (Morszczuk) 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u>) Poledwica Sopotcka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g (<u>SOJ.</u>) Ogórek kiszony 80 g Salata zielona 20 g
	II SN	Banan 150 g	Jabłko 150 g	Banan 150 g		Jabłko 150 g
	Obiad	Jarzynowa z makaronem dieta () 150 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 50 g Zrazik drobiowy z udźca pieczony mielony 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Ziemniaki gotowane () 50 g Sos pietruszkowy 40 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Surówka z marchwi z olejem b/c () 50 g Fasolka szparagowa z wody* 50 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml	Jarzynowa z makaronem dieta () 150 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Zrazik drobiowy z udźca pieczony mielony 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Ziemniaki gotowane () 50 g Sos pietruszkowy 40 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Fasolka szparagowa z wody* 50 g Surówka z marchwi z olejem b/c () 50 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml	Jarzynowa z makaronem dieta () 200 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 100 g Zrazik drobiowy z udźca pieczony mielony 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos pietruszkowy 80 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Fasolka szparagowa z wody* 75 g Surówka z marchwi z olejem b/c () 75 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml	Jarzynowa z makaronem dieta () 200 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 100 g Zrazik drobiowy z udźca pieczony mielony 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos pietruszkowy 80 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Surówka z marchwi z olejem b/c () 75 g Fasolka szparagowa z wody* 75 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml	Pieczarkowa z makaronem () 200 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, SO2.</u>) Zrazik drobiowy z udźca pieczony mielony 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Ziemniaki gotowane () 100 g Sos pietruszkowy 80 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Fasolka szparagowa z wody* 75 g Surówka z marchwi z olejem b/c () 75 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml
	PD					
	Kolacja	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</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>) Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona, parzona, z dod. wody, białka wp 20 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt (<u>MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE.</u>) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona, parzona, z dod. wody, białka wp 20 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt (<u>MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE.</u>) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 30 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</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>) 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>) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</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>) Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt (<u>MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE.</u>) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g	
	PN	Ciasto drożdżowe 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>)	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt	Ciasto drożdżowe 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>)		Sok pomidorowy 0,3l 1 szt
		Wartość energetyczna: 1295.17 kcal; Białko ogółem: 47.08 g; Tłuszcz: 41.70 g; Kw. tł. nasy.: 18.58 g; Węglowodany ogółem: 175.26 g; W tym cukry: 63.69 g; Błonnik pok.: 14.46 g; Sól: 2.86 g; WW: 16.23 Por; Ener z B.: 14.54 %; Ener z W.: 54.13 %; Ener. z T.: 28.98 %; Potas: 2472.79 mg; Sód: 1145.31 mg;	Wartość energetyczna: 985.34 kcal; Białko ogółem: 44.81 g; Tłuszcz: 40.90 g; Kw. tł. nasy.: 17.71 g; Węglowodany ogółem: 123.61 g; W tym cukry: 33.28 g; Błonnik pok.: 17.52 g; Sól: 6.36 g; WW: 10.67 Por; Ener z B.: 18.19 %; Ener z W.: 50.18 %; Ener. z T.: 37.36 %; Potas: 2086.21 mg; Sód: 2541.82 mg;	Wartość energetyczna: 1904.81 kcal; Białko ogółem: 87.00 g; Tłuszcz: 58.69 g; Kw. tł. nasy.: 21.62 g; Węglowodany ogółem: 254.33 g; W tym cukry: 67.81 g; Błonnik pok.: 20.46 g; Sól: 7.20 g; WW: 23.50 Por; Ener z B.: 18.27 %; Ener z W.: 53.41 %; Ener. z T.: 27.73 %; Potas: 3299.22 mg; Sód: 2886.28 mg;	Wartość energetyczna: 1911.71 kcal; Białko ogółem: 86.98 g; Tłuszcz: 58.78 g; Kw. tł. nasy.: 21.65 g; Węglowodany ogółem: 256.37 g; W tym cukry: 70.25 g; Błonnik pok.: 21.10 g; Sól: 5.82 g; WW: 23.68 Por; Ener z B.: 18.20 %; Ener z W.: 53.64 %; Ener. z T.: 27.67 %; Potas: 3464.96 mg; Sód: 2330.83 mg;	Wartość energetyczna: 1552.05 kcal; Białko ogółem: 83.48 g; Tłuszcz: 57.50 g; Kw. tł. nasy.: 20.39 g; Węglowodany ogółem: 199.09 g; W tym cukry: 38.18 g; Błonnik pok.: 26.83 g; Sól: 8.80 g; WW: 17.29 Por; Ener z B.: 21.52 %; Ener z W.: 51.31 %; Ener. z T.: 33.34 %; Potas: 3160.58 mg; Sód: 3522.15 mg;

Jadłospisy za okres od dnia 2026-04-06 do dnia 2026-04-15 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- P01/3 Podstawowa 10-18 lat	SIE- P02/3 Łatwo strawna dzieci 10-18 lat	SIE- P03/3 Z ogr.łatwoprzy. wegl. dzieci 10-18 lat	SIE- D06 Bogatoresztkowa	SIE- D01/GL Bezglutenowa
2026-04-06 poniedziałek	Śniadanie	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 40 g (GLU PSZ.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ. GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Połędwica Sopotka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g (SOJ.) Ser mozzarella 50 g (MLE.) Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 40 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ. GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Połędwica Sopotka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g (SOJ.) Ser mozzarella 50 g (MLE.) Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g	Maślanka 150 ml (MLE.) Chleb razowy żytnio-pszenny 90 g (GLU PSZ. GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Połędwica Sopotka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g (SOJ.) Ser mozzarella 50 g (MLE.) Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 90 g (GLU PSZ. GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Połędwica Sopotka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g (SOJ.) Ser mozzarella 50 g (MLE.) Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Chleb bezglutenowy 90 g (SEZ. może zawierać: ORZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Połędwica Sopotka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g (SOJ.) Ser mozzarella 50 g (MLE.) Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g Mandarynka 150 g
	II SN	Mandarynka 150 g	Jabłko pieczone 150 g	Jabłko 150 g	Mandarynka 150 g	
	Obiad	Rosół z makaronem () 300 ml (GLU PSZ. SEL.) Ziemniaki gotowane () 160 g Ćwiartka z kurczaka pieczona 130 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 75 g Brokuł gotowany* 75 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml	Rosół z makaronem () 300 ml (GLU PSZ. SEL.) Ziemniaki gotowane () 160 g Ćwiartka z kurczaka pieczona 130 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 75 g Brokuł gotowany* 75 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml	Rosół z makaronem () 300 ml (GLU PSZ. SEL.) Ziemniaki gotowane () 160 g Ćwiartka z kurczaka pieczona 130 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 75 g Brokuł gotowany* 75 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml	Rosół z makaronem () 300 ml (GLU PSZ. SEL.) Ziemniaki gotowane () 160 g Ćwiartka z kurczaka pieczona 130 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 75 g Brokuł gotowany* 75 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml	Rosół z makaronem (bez glutenu) () 300 ml (SEL.) Ziemniaki gotowane () 160 g Ćwiartka z kurczaka pieczona 130 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 75 g Brokuł gotowany* 75 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml
	PD					
	Kolacja	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 40 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ. GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Ser żółty 25 g (MLE.) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w ost.niejad 50 g Cwikła z jabłkiem b/c () 80 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 40 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ. GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w ost.niejad 25 g Twarożek z koperkiem 80 g (MLE.) Cwikła z jabłkiem b/c () 80 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 90 g (GLU PSZ. GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Ser żółty 25 g (MLE.) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w ost.niejad 50 g Cwikła z jabłkiem b/c () 80 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb bezglutenowy 90 g (SEZ. może zawierać: ORZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w ost.niejad 50 g Ser żółty 25 g (MLE.) Cwikła z jabłkiem b/c () 80 g Sałata zielona 20 g	
	PN	Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt		Pieczyczo chrupkie ekstrudowane-żytnie 30 g (GLU PSZ. GLU ŻYT. GLU JECZ.) Sok pomidorowy 0,3l 1 szt	Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt	
		Wartość energetyczna: 2307.04 kcal; Białko ogółem: 127.00 g; Tłuszcz: 83.78 g; Kw. tł. nasy.: 30.46 g; Węglowodany ogółem: 281.00 g; W tym cukry: 68.65 g; Błonnik pok.: 24.55 g; Sól: 9.43 g; WW: 25.51 Por; Ener z B.: 22.02 %; Ener z W.: 48.72 %; Ener. z T.: 32.68 %; Potas: 4008.25 mg; Sód: 3783.86 mg;	Wartość energetyczna: 2287.75 kcal; Białko ogółem: 129.20 g; Tłuszcz: 76.56 g; Kw. tł. nasy.: 27.18 g; Węglowodany ogółem: 285.92 g; W tym cukry: 73.78 g; Błonnik pok.: 22.85 g; Sól: 7.09 g; WW: 26.26 Por; Ener z B.: 22.59 %; Ener z W.: 49.99 %; Ener. z T.: 30.12 %; Potas: 4053.10 mg; Sód: 2838.90 mg;	Wartość energetyczna: 2157.48 kcal; Białko ogółem: 123.49 g; Tłuszcz: 81.74 g; Kw. tł. nasy.: 28.21 g; Węglowodany ogółem: 264.57 g; W tym cukry: 38.73 g; Błonnik pok.: 34.49 g; Sól: 11.69 g; WW: 22.89 Por; Ener z B.: 22.89 %; Ener z W.: 49.05 %; Ener. z T.: 34.10 %; Potas: 4044.47 mg; Sód: 4678.17 mg;	Wartość energetyczna: 2255.94 kcal; Białko ogółem: 125.02 g; Tłuszcz: 84.14 g; Kw. tł. nasy.: 30.48 g; Węglowodany ogółem: 281.08 g; W tym cukry: 69.77 g; Błonnik pok.: 32.38 g; Sól: 9.36 g; WW: 24.70 Por; Ener z B.: 22.17 %; Ener z W.: 49.84 %; Ener. z T.: 33.57 %; Potas: 4281.35 mg; Sód: 3749.46 mg;	Wartość energetyczna: 2292.61 kcal; Białko ogółem: 113.92 g; Tłuszcz: 89.67 g; Kw. tł. nasy.: 29.94 g; Węglowodany ogółem: 270.69 g; W tym cukry: 66.78 g; Błonnik pok.: 24.10 g; Sól: 7.30 g; WW: 24.52 Por; Ener z B.: 19.88 %; Ener z W.: 47.23 %; Ener. z T.: 35.20 %; Potas: 3745.62 mg; Sód: 2928.89 mg;

Jadłospisy za okres od dnia 2026-04-06 do dnia 2026-04-15 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- P01/3 Podstawowa 10-18 lat	SIE- P02/3 Łatwo strawna dzieci 10-18 lat	SIE- P03/3 Z ogr.łatwoprzy. wegl. dzieci 10-18 lat	SIE- D06 Bogatoresztkowa	SIE- D01/GL Bezglutenowa	
2026-04-07 wtorek	Śniadanie	Platki jęczmienne na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU JECZ.</u>) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 40 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 80 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Platki jęczmienne na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU JECZ.</u>) Bułka pszenka kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 40 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 80 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 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 80 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Platki jęczmienne na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU JECZ.</u>) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 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 80 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (<u>MLE.</u>) Chleb bezglutenowy 90 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 25 g (<u>SOJ.</u>) Twaróg półtłusty 80 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Jabłko 150 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	
	II SN	Jabłko 150 g	Jabłko pieczone 150 g	Jabłko 150 g	Jabłko 150 g		
	Obiad	Barszcz ukraiński 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>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml	Barszcz czerwony 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	Barszcz ukraiński z ziemniakami () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ryż na sypko (brązowy) 160 g Pulpet wieprzowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos ziołowy* 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Surówka z selera i marchwi z olejem () b/c 150 g (<u>SEL.</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml	Barszcz ukraiński 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	Barszcz ukraiński z ziemniakami (bez glutenu) () 300 ml (<u>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						
	Kolacja	Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Bułka pszenka długa krojona 40 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 Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g	Kawa zbożowa b/c 250 ml (<u>GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 90 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 Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Rzepa biała 80 g Salata zielona 20 g	Kawa zbożowa b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 90 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>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Rzepa biała 80 g Salata zielona 20 g	Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 90 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>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Rzepa biała 80 g Salata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb bezglutenowy 90 g (<u>SEZ, może zawierać: ORZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Rzepa biała 80 g Salata zielona 20 g	
PN	Przecier owocowy jabłko-truskawka 100g 1 szt Wafle ryżowe 20 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy parzony w osłonce niejadalnej 20 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.</u>) Salata zielona 10 g	Przecier owocowy jabłko-truskawka 100g 1 szt Wafle ryżowe 20 g	Przecier owocowy jabłko-truskawka 100g 1 szt Wafle ryżowe 20 g			
	Wartość energetyczna: 2457.94 kcal; Białko ogółem: 113.78 g; Tłuszcz: 63.70 g; Kw. tł. nasy.: 27.41 g; Węglowodany ogółem: 370.74 g; W tym cukry: 109.72 g; Błonnik pok.: 23.91 g; Sól: 6.47 g; WW: 34.81 Por; Ener z B.: 18.52 %; Ener z W.: 60.33 %; Ener. z T.: 23.32 %; Potas: 3182.64 mg; Sód: 2582.72 mg;	Wartość energetyczna: 2156.94 kcal; Białko ogółem: 84.79 g; Tłuszcz: 46.20 g; Kw. tł. nasy.: 22.58 g; Węglowodany ogółem: 361.87 g; W tym cukry: 90.28 g; Błonnik pok.: 20.41 g; Sól: 6.49 g; WW: 34.23 Por; Ener z B.: 15.72 %; Ener z W.: 67.11 %; Ener. z T.: 19.28 %; Potas: 2961.46 mg; Sód: 2588.77 mg;	Wartość energetyczna: 2093.70 kcal; Białko ogółem: 102.07 g; Tłuszcz: 69.46 g; Kw. tł. nasy.: 26.85 g; Węglowodany ogółem: 300.79 g; W tym cukry: 51.84 g; Błonnik pok.: 48.50 g; Sól: 7.41 g; WW: 25.23 Por; Ener z B.: 19.50 %; Ener z W.: 57.47 %; Ener. z T.: 29.86 %; Potas: 4071.09 mg; Sód: 2965.48 mg;	Wartość energetyczna: 2087.19 kcal; Białko ogółem: 85.19 g; Tłuszcz: 46.21 g; Kw. tł. nasy.: 22.64 g; Węglowodany ogółem: 357.29 g; W tym cukry: 95.23 g; Błonnik pok.: 32.91 g; Sól: 6.06 g; WW: 32.54 Por; Ener z B.: 16.33 %; Ener z W.: 68.47 %; Ener. z T.: 19.92 %; Potas: 3279.15 mg; Sód: 2415.87 mg;	Wartość energetyczna: 2004.45 kcal; Białko ogółem: 67.94 g; Tłuszcz: 48.15 g; Kw. tł. nasy.: 20.13 g; Węglowodany ogółem: 334.91 g; W tym cukry: 84.23 g; Błonnik pok.: 23.60 g; Sól: 3.45 g; WW: 31.21 Por; Ener z B.: 13.56 %; Ener z W.: 66.83 %; Ener. z T.: 21.62 %; Potas: 2525.22 mg; Sód: 1371.56 mg;		

Jadłospisy za okres od dnia 2026-04-06 do dnia 2026-04-15 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- P01/3 Podstawowa 10-18 lat	SIE- P02/3 Łatwo strawna dzieci 10-18 lat	SIE- P03/3 Z ogr.łatwoprzy. wegl. dzieci 10-18 lat	SIE- D06 Bogatoresztkowa	SIE- D01/GL Bezglutenowa
2026-04-08 środa	Śniadanie	<p>Płatki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 40 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Serek a'la homogenizowany 80 g (<u>MLE.</u>) Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 25 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g</p>		<p>Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 90 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Serek a'la homogenizowany 80 g (<u>MLE.</u>) Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 25 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g</p>	<p>Płatki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 90 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Serek a'la homogenizowany 80 g (<u>MLE.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Serek a'la homogenizowany 80 g (<u>MLE.</u>) Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 25 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g</p>	<p>Ryż na mleku 300 ml (<u>MLE.</u>) Chleb bezglutenowy 90 g (<u>SEZ, może zawierać: ORZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Serek a'la homogenizowany 80 g (<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 Banan 150 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml</p>
	II SN	Banan 150 g	Jabłko 150 g	Banan 150 g		
	Obiad	<p>Kapuśniak z kapusty kiszzonej () 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL, GOR.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 160 g (<u>GLU JĘCZ.</u>) Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos chrzanowy 80 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SO2.</u>) Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c () 75 g Cukinia pieczona z olejem * 75 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml</p>	<p>Ziemniaczana () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 160 g (<u>GLU JĘCZ.</u>) Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos pomidorowy 80 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c () 75 g Cukinia pieczona z olejem * 75 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml</p>	<p>Kapuśniak z kapusty kiszzonej () 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL, GOR.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 160 g (<u>GLU JĘCZ.</u>) Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos chrzanowy 80 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SO2.</u>) Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c () 75 g Cukinia pieczona z olejem * 75 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml</p>	<p>Kapuśniak z kapusty kiszzonej () 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL, GOR.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 160 g (<u>GLU JĘCZ.</u>) Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos chrzanowy 80 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SO2.</u>) Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c () 75 g Cukinia pieczona z olejem * 75 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml</p>	<p>Ziemniaczana (bez glutenu) () 300 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Kasza jaglana na sypko 160 g Pulpet wieprzowy (bez glutenu) 100 g (<u>JAJ.</u>) Sos pomidorowy (bez glutenu) 80 ml Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c () 75 g Cukinia pieczona z olejem * 75 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml</p>
	PD					
	Kolacja	<p>Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 40 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 25 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Paprykarz rybno (morszczuk)-warzywny () 80 g (<u>RYB.</u>) Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g</p>	<p>Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 40 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 25 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Paprykarz rybno (morszczuk)-warzywny () 80 g (<u>RYB.</u>) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g</p>	<p>Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 90 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Paprykarz szczeciński 80 g (<u>RYB, SOJ.</u>) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 25 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g</p>	<p>Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb bezglutenowy 90 g (<u>SEZ, może zawierać: ORZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Paprykarz szczeciński 80 g (<u>RYB, SOJ.</u>) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g</p>	
	PN	Ciasto drożdżowe 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>)	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt Pieczywo chrupkie ekstrudowane-żytnie 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)	Ciasto drożdżowe 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>)	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt	
		<p>Wartość energetyczna: 2386.95 kcal; Białko ogółem: 102.22 g; Tłuszcz: 58.65 g; Kw. tł. nasy.: 24.21 g; Węglowodany ogółem: 354.33 g; W tym cukry: 77.80 g; Błonnik pok.: 27.95 g; Sól: 8.20 g; WW: 32.70 Por; Ener z B.: 17.13 %; Ener z W.: 59.38 %; Ener. z T.: 22.12 %; Potas: 3824.01 mg; Sód: 3286.35 mg;</p>	<p>Wartość energetyczna: 2366.81 kcal; Białko ogółem: 101.83 g; Tłuszcz: 51.84 g; Kw. tł. nasy.: 22.84 g; Węglowodany ogółem: 365.60 g; W tym cukry: 80.91 g; Błonnik pok.: 28.50 g; Sól: 6.26 g; WW: 33.82 Por; Ener z B.: 17.21 %; Ener z W.: 61.79 %; Ener. z T.: 19.71 %; Potas: 4202.68 mg; Sód: 2507.58 mg;</p>	<p>Wartość energetyczna: 2020.49 kcal; Białko ogółem: 93.78 g; Tłuszcz: 64.24 g; Kw. tł. nasy.: 22.85 g; Węglowodany ogółem: 300.83 g; W tym cukry: 40.91 g; Błonnik pok.: 37.20 g; Sól: 10.91 g; WW: 26.30 Por; Ener z B.: 18.57 %; Ener z W.: 59.56 %; Ener. z T.: 28.61 %; Potas: 3608.84 mg; Sód: 4361.13 mg;</p>	<p>Wartość energetyczna: 2351.16 kcal; Białko ogółem: 99.26 g; Tłuszcz: 67.52 g; Kw. tł. nasy.: 24.62 g; Węglowodany ogółem: 343.00 g; W tym cukry: 76.59 g; Błonnik pok.: 36.49 g; Sól: 8.87 g; WW: 30.68 Por; Ener z B.: 16.89 %; Ener z W.: 58.35 %; Ener. z T.: 25.84 %; Potas: 4140.21 mg; Sód: 3546.38 mg;</p>	<p>Wartość energetyczna: 2148.89 kcal; Białko ogółem: 90.62 g; Tłuszcz: 70.61 g; Kw. tł. nasy.: 23.50 g; Węglowodany ogółem: 301.04 g; W tym cukry: 68.28 g; Błonnik pok.: 23.54 g; Sól: 7.95 g; WW: 27.78 Por; Ener z B.: 16.87 %; Ener z W.: 56.04 %; Ener. z T.: 29.57 %; Potas: 3857.55 mg; Sód: 3180.29 mg;</p>

Jadłospisy za okres od dnia 2026-04-06 do dnia 2026-04-15 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- P01/3 Podstawowa 10-18 lat	SIE- P02/3 Łatwo strawna dzieci 10-18 lat	SIE- P03/3 Z ogr.łatwoprzy. wegl. dzieci 10-18 lat	SIE- D06 Bogatoresztkowa	SIE- D01/GL Bezglutenowa
2026-04-09 czwartek	Śniadanie	Kasza manna z jabłkiem prażonym 300 g (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 25 g Pasta z fasoli 80 g Pomidor 80 g Salata zielona 20 g	Kasza manna z jabłkiem prażonym 300 g (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 25 g Twarożek 80 g (<u>MLE,</u>) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g	Maślanka 150 ml (<u>MLE,</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Pasta z fasoli 80 g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 25 g Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Kasza manna na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ,</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 25 g Pasta z fasoli 80 g Pomidor 80 g Salata zielona 20 g	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (<u>MLE,</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb bezglutenowy 90 g (<u>SEZ, może zawierać: ORZ,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 25 g Twarożek 80 g (<u>MLE,</u>) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Banan 150 g
	II ŚN	Banan 150 g		Jabłko 150 g	Banan 150 g	
	Obiad	Szpinakowa z ziemniakami () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Makaron pełnoziarnisty z sosem bolognese, z łop wp () 300 g (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Surówka z rzodkwi i jabłka () 75 g (<u>MLE,</u>) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 75 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Szpinakowa z ziemniakami () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Makaron pełnoziarnisty z sosem bolognese, z łop wp - dieta () 300 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 150 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Szpinakowa z ziemniakami () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Makaron pełnoziarnisty z sosem bolognese, z łop wp () 300 g (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 75 g Surówka z rzodkwi i jabłka () 75 g (<u>MLE,</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml	Szpinakowa z ziemniakami () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Makaron pełnoziarnisty z sosem bolognese, z łop wp () 300 g (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Surówka z rzodkwi i jabłka () 75 g (<u>MLE,</u>) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 75 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Szpinakowa z ziemniakami (bez glutenu) () 300 ml (<u>MLE, SEL,</u>) Makaron bezglutenowy 160 g Klopsik drobiowy (bez glutenu) mm 100 g (<u>JAJ,</u>) Sos bazyliowy (bez glutenu)* 80 ml (<u>SEL,</u>) Surówka z rzodkwi i jabłka () 75 g (<u>MLE,</u>) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 75 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml
	PD					
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Leczo z drobiem-dieta * 300 g Jabłko 1 szt 1 szt	Herbata czarna granulowana b/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>) Leczo z drobiem-dieta * 300 g Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Chleb razowy żytnio-pszenny 90 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Leczo z drobiem-dieta * 300 g Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Leczo z drobiem-dieta * 300 g Jabłko 1 szt 1 szt	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb bezglutenowy 90 g (<u>SEZ, może zawierać: ORZ,</u>) Leczo z drobiem-dieta * 300 g Jabłko 1 szt 1 szt
	PN	Przecier owocowy jabłko-truskawka 100g 1 szt		Pieczyczo chrupkie ekstrudowane-żytnie 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u>) Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Przecier owocowy jabłko-truskawka 100g 1 szt	
	Wartość energetyczna: 2421.10 kcal; Białko ogółem: 99.71 g; Tłuszcz: 53.43 g; Kw. tł. nasy.: 16.85 g; Węglowodany ogółem: 404.94 g; W tym cukry: 103.66 g; Błonnik pok.: 37.42 g; Sól: 5.73 g; WW: 36.91 Por; Ener z B.: 16.47 %; Ener z W.: 66.90 %; Ener. z T.: 19.86 %; Potas: 4630.91 mg; Sód: 2333.61 mg;	Wartość energetyczna: 2272.15 kcal; Białko ogółem: 100.70 g; Tłuszcz: 47.89 g; Kw. tł. nasy.: 15.30 g; Węglowodany ogółem: 371.00 g; W tym cukry: 101.90 g; Błonnik pok.: 24.14 g; Sól: 4.92 g; WW: 34.82 Por; Ener z B.: 17.73 %; Ener z W.: 65.31 %; Ener. z T.: 18.97 %; Potas: 3622.54 mg; Sód: 1967.84 mg;	Wartość energetyczna: 2152.34 kcal; Białko ogółem: 97.62 g; Tłuszcz: 50.45 g; Kw. tł. nasy.: 14.74 g; Węglowodany ogółem: 361.32 g; W tym cukry: 60.70 g; Błonnik pok.: 49.86 g; Sól: 5.61 g; WW: 31.30 Por; Ener z B.: 18.14 %; Ener z W.: 67.15 %; Ener. z T.: 21.10 %; Potas: 4462.23 mg; Sód: 2281.12 mg;	Wartość energetyczna: 2334.90 kcal; Białko ogółem: 99.41 g; Tłuszcz: 54.47 g; Kw. tł. nasy.: 17.44 g; Węglowodany ogółem: 388.48 g; W tym cukry: 101.14 g; Błonnik pok.: 41.92 g; Sól: 5.55 g; WW: 34.80 Por; Ener z B.: 17.03 %; Ener z W.: 66.55 %; Ener. z T.: 21.00 %; Potas: 4868.61 mg; Sód: 2264.41 mg;	Wartość energetyczna: 2057.19 kcal; Białko ogółem: 93.20 g; Tłuszcz: 48.66 g; Kw. tł. nasy.: 14.09 g; Węglowodany ogółem: 322.32 g; W tym cukry: 94.92 g; Błonnik pok.: 25.75 g; Sól: 2.53 g; WW: 29.76 Por; Ener z B.: 18.12 %; Ener z W.: 62.67 %; Ener. z T.: 21.29 %; Potas: 3741.50 mg; Sód: 1004.41 mg;	

Jadłospisy za okres od dnia 2026-04-06 do dnia 2026-04-15 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- P01/3 Podstawowa 10-18 lat	SIE- P02/3 Łatwo strawna dzieci 10-18 lat	SIE- P03/3 Z ogr.łatwoprzy. wegl. dzieci 10-18 lat	SIE- D06 Bogatoresztkowa	SIE- D01/GL Bezglutenowa
2026-04-10 piątek	Śniadanie	Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Bułka pszenna długa krojona 40 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>) Powidła śliwkowe 25 g Serek wiejski lekki 3% tł 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Bułka pszenna długa krojona 40 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>) Miód (25g) 1 szt Serek wiejski lekki 3% tł 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 90 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Serek wiejski lekki 3% tł 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) Hummus 25 g (<u>SEZ.</u>) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g	Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 90 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Powidła śliwkowe 25 g Serek wiejski lekki 3% tł 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Kasza jaglana na mleku 300 ml (<u>MLE.</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb bezglutenowy 90 g (<u>SEZ, może zawierać: ORZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Powidła śliwkowe 25 g Serek wiejski lekki 3% tł 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Mandarynka 150 g
	II ŚN	Mandarynka 150 g	Jabłko pieczone 150 g	Jabłko 150 g	Mandarynka 150 g	
	Obiad	Krupnik jęczmienny () 300 ml (<u>MLE, SEL, GLU JECZ.</u>) Ziemniaki gotowane () 160 g Ryba pieczona (Morszczuk) 120 g (<u>RYB.</u>) Sos koperkowy * 80 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Surówka z kapusty kiszzonej z olejem () 75 g Warzywa po grecku () 75 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Krupnik jęczmienny () 300 ml (<u>MLE, SEL, GLU JECZ.</u>) Ziemniaki gotowane () 160 g Pulpet rybny (Morszczuk) 120 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u>) Sos koperkowy * 80 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Warzywa po grecku () 150 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Krupnik jęczmienny () 300 ml (<u>MLE, SEL, GLU JECZ.</u>) Ziemniaki gotowane () 160 g Pulpet rybny (Morszczuk) 120 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u>) Sos koperkowy * 80 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Warzywa po grecku () 75 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Surówka z kapusty kiszzonej z olejem b/c () 75 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml	Krupnik jęczmienny () 300 ml (<u>MLE, SEL, GLU JECZ.</u>) Ziemniaki gotowane () 160 g Ryba pieczona (Morszczuk) 120 g (<u>RYB.</u>) Sos koperkowy * 80 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Surówka z kapusty kiszzonej z olejem () 75 g Warzywa po grecku () 75 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Krupnik ryżowy z ziemniakami () 300 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 160 g Ryba pieczona (Morszczuk) 120 g (<u>RYB.</u>) Sos koperkowy *(bez glutenu) 80 ml (<u>MLE.</u>) Surówka z kapusty kiszzonej z olejem () 75 g Warzywa po grecku (bez glutenu) () 75 g (<u>SEL.</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml
	PD					
	Kolacja	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 40 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Pasta z jaj z cebulą i koperkiem 80 g (<u>JAJ, GOR.</u>) Ser żółty 50 g (<u>MLE.</u>) Ogórek kiszony 80 g Salata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 40 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 80 g (<u>JAJ, MLE.</u>) Dżem 25 g 1 szt Pomidor 80 g Salata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 90 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 80 g (<u>JAJ, MLE.</u>) Ser żółty 50 g (<u>MLE.</u>) Ogórek kiszony 80 g Salata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 90 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Pasta z jaj z cebulą i koperkiem 80 g (<u>JAJ, GOR.</u>) Ser żółty 50 g (<u>MLE.</u>) Ogórek kiszony 80 g Salata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb bezglutenowy 90 g (<u>SEZ, może zawierać: ORZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Pasta z jaj z cebulą i koperkiem 80 g (<u>JAJ, GOR.</u>) Ser żółty 50 g (<u>MLE.</u>) Ogórek kiszony 80 g Salata zielona 20 g
PN	Mleko Smakowe UHT 1,5% tł 0,2l 1 szt (<u>MLE.</u>) Podplomyki b/c 20 g (<u>GLU PSZ, MLE.</u>)	Podplomyki b/c 20 g (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Mleko Smakowe UHT 1,5% tł 0,2l 1 szt (<u>MLE.</u>)	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Twarożek z ziołami 40 g (<u>MLE.</u>) Salata zielona 10 g	Mleko Smakowe UHT 1,5% tł 0,2l 1 szt (<u>MLE.</u>) Podplomyki b/c 20 g (<u>GLU PSZ, MLE.</u>)	Wafle ryżowe 30 g Mleko Smakowe UHT 1,5% tł 0,2l 1 szt (<u>MLE.</u>)	
	Wartość energetyczna: 2437.22 kcal; Białko ogółem: 127.20 g; Tłuszcz: 80.09 g; Kw. tł. nasy.: 31.69 g; Węglowodany ogółem: 317.33 g; W tym cukry: 65.98 g; Błonnik pok.: 22.54 g; Sól: 9.28 g; WW: 29.45 Por; Ener z B.: 20.88 %; Ener z W.: 52.08 %; Ener. z T.: 29.58 %; Potas: 3771.28 mg; Sód: 3698.84 mg;	Wartość energetyczna: 2339.07 kcal; Białko ogółem: 110.20 g; Tłuszcz: 58.08 g; Kw. tł. nasy.: 21.64 g; Węglowodany ogółem: 360.37 g; W tym cukry: 91.45 g; Błonnik pok.: 24.63 g; Sól: 6.67 g; WW: 33.67 Por; Ener z B.: 18.84 %; Ener z W.: 61.63 %; Ener. z T.: 22.35 %; Potas: 3839.70 mg; Sód: 2666.18 mg;	Wartość energetyczna: 2221.53 kcal; Białko ogółem: 118.76 g; Tłuszcz: 82.53 g; Kw. tł. nasy.: 32.94 g; Węglowodany ogółem: 288.88 g; W tym cukry: 43.30 g; Błonnik pok.: 37.34 g; Sól: 9.88 g; WW: 25.06 Por; Ener z B.: 21.38 %; Ener z W.: 52.02 %; Ener. z T.: 33.44 %; Potas: 4102.63 mg; Sód: 3948.26 mg;	Wartość energetyczna: 2372.62 kcal; Białko ogółem: 125.32 g; Tłuszcz: 80.65 g; Kw. tł. nasy.: 31.71 g; Węglowodany ogółem: 317.41 g; W tym cukry: 67.90 g; Błonnik pok.: 32.92 g; Sól: 8.98 g; WW: 28.39 Por; Ener z B.: 21.13 %; Ener z W.: 53.51 %; Ener. z T.: 30.59 %; Potas: 4183.88 mg; Sód: 3572.44 mg;	Wartość energetyczna: 2447.49 kcal; Białko ogółem: 114.90 g; Tłuszcz: 86.04 g; Kw. tł. nasy.: 31.35 g; Węglowodany ogółem: 318.08 g; W tym cukry: 64.79 g; Błonnik pok.: 26.24 g; Sól: 6.95 g; WW: 29.19 Por; Ener z B.: 18.78 %; Ener z W.: 51.99 %; Ener. z T.: 31.64 %; Potas: 4090.08 mg; Sód: 2762.93 mg;	

Jadłospisy za okres od dnia 2026-04-06 do dnia 2026-04-15 KUCHNIA SIEDLCE

	SIE- P01/3 Podstawowa 10-18 lat	SIE- P02/3 Łatwo strawna dzieci 10-18 lat	SIE- P03/3 Z ogr.łatwoprzy. wegl. dzieci 10-18 lat	SIE- D06 Bogatoresztkowa	SIE- D01/GL Bezglutenowa
Śniadanie	<p>Plątki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW,) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 40 g (GLU PSZ,) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt (MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE,) 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</p>	<p>Plątki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW,) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 40 g (GLU PSZ,) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,) Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt (MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE,) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g</p>	<p>Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE,) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 90 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,) Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt (MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE,) Rzodkiew biała 80 g Sałata zielona 20 g</p>	<p>Plątki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW,) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 90 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,) Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt (MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE,) Rzodkiew biała 80 g Sałata zielona 20 g</p>	<p>Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE,) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Chleb bezglutenowy 90 g (SEZ, może zawierać: ORZ,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (SOJ,) Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt (MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE,) Rzodkiew biała 80 g Sałata zielona 20 g Jabłko 150 g</p>
II ŚN	Jabłko 150 g	Jabłko 1 szt 1 szt	Jabłko 150 g	Jabłko 150 g	
Obiad	<p>Koperkowa z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Kociółek meksykański z kurczakiem i fasolą 150 g (SEL,) Ryż na sypko (brązowy) 160 g Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c () 75 g Buraczki gotowane () 75 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml</p>	<p>Koperkowa z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Ryż na sypko 160 g Potrawka drobiowa () 150 g (GLU PSZ, SEL,) Buraczki gotowane () 75 g Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c () 75 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml</p>	<p>Koperkowa z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Ryż na sypko (brązowy) 160 g Kociółek meksykański z kurczakiem i fasolą 150 g (SEL,) Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c () 75 g Buraczki gotowane () 75 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml</p>	<p>Koperkowa z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Ryż na sypko (brązowy) 160 g Kociółek meksykański z kurczakiem i fasolą 150 g (SEL,) Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c () 75 g Buraczki gotowane () 75 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml</p>	<p>Koperkowa z ziemniakami (bez glutenu) () 300 ml (MLE, SEL,) Kociółek meksykański z kurczakiem i fasolą 150 g (SEL,) Ryż na sypko (brązowy) 160 g Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c () 75 g Buraczki gotowane () 75 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml</p>
PD					
Kolacja	<p>Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Bułka pszenna długa krojona 40 g (GLU PSZ,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa, wędzona, z wodą dodaną. 25 g (SOJ,) Sałatka z makaronu z wędliną drobiowo wieprzową -dieta () 150 g (GLU PSZ, SEL, może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR,) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g</p>	<p>Kawa zbożowa b/c 250 ml (GLU ŻYT, GLU JĘCZ,) Chleb razowy żytnio-pszenny 90 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Sałatka z makaronu z wędliną drobiowo wieprzową -dieta () 150 g (GLU PSZ, SEL, może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR,) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa, wędzona, z wodą dodaną. 25 g (SOJ,) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g</p>	<p>Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,) Chleb razowy żytnio-pszenny 90 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa, wędzona, z wodą dodaną. 25 g (SOJ,) Sałatka z makaronu z wędliną drobiowo wieprzową -dieta () 150 g (GLU PSZ, SEL, może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR,) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g</p>	<p>Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb bezglutenowy 90 g (SEZ, może zawierać: ORZ,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Szynka z piersią kurczaka-wędł.z drob.gr.rozd.parzo.w osł.niejadalnej 50 g (SOJ,) Miód (25g) 1 szt Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g</p>	
PN	Mus- przecier owocowy jabłko 100g (tubka) 1 szt		Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło extra 82% 5 g (MLE,) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g Sałata zielona 10 g	Mus- przecier owocowy jabłko 100g (tubka) 1 szt	

Jadłospisy za okres od dnia 2026-04-06 do dnia 2026-04-15 KUCHNIA SIEDLCE

	SIE- P01/3 Podstawowa 10-18 lat	SIE- P02/3 Łatwo strawna dzieci 10-18 lat	SIE- P03/3 Z ogr.łatwoprzy. wegl. dzieci 10-18 lat	SIE- D06 Bogatoresztkowa	SIE- D01/GL Bezglutenowa
2026-04-11 sobota	Wartość energetyczna: 2159.39 kcal; Białko ogółem: 77.28 g; Tłuszcz: 61.10 g; Kw. tł. nasy.: 24.56 g; Węglowodany ogółem: 342.49 g; W tym cukry: 84.90 g; Błonnik pok.: 32.84 g; Sól: 7.33 g; WW: 31.02 Por; Ener z B.: 14.32 %; Ener z W.: 63.44 %; Ener. z T.: 25.47 %; Potas: 3615.40 mg; Sód: 2934.27 mg;	Wartość energetyczna: 2216.17 kcal; Białko ogółem: 88.02 g; Tłuszcz: 61.23 g; Kw. tł. nasy.: 25.08 g; Węglowodany ogółem: 347.23 g; W tym cukry: 84.20 g; Błonnik pok.: 28.93 g; Sól: 7.25 g; WW: 31.93 Por; Ener z B.: 15.89 %; Ener z W.: 62.67 %; Ener. z T.: 24.87 %; Potas: 3741.57 mg; Sód: 2906.10 mg;	Wartość energetyczna: 1928.82 kcal; Białko ogółem: 70.21 g; Tłuszcz: 59.72 g; Kw. tł. nasy.: 23.79 g; Węglowodany ogółem: 317.89 g; W tym cukry: 48.96 g; Błonnik pok.: 48.18 g; Sól: 8.07 g; WW: 26.98 Por; Ener z B.: 14.56 %; Ener z W.: 65.92 %; Ener. z T.: 27.87 %; Potas: 3714.61 mg; Sód: 3231.29 mg;	Wartość energetyczna: 2101.33 kcal; Białko ogółem: 75.90 g; Tłuszcz: 61.74 g; Kw. tł. nasy.: 24.60 g; Węglowodany ogółem: 344.64 g; W tym cukry: 86.69 g; Błonnik pok.: 45.38 g; Sól: 7.04 g; WW: 29.95 Por; Ener z B.: 14.45 %; Ener z W.: 65.60 %; Ener. z T.: 26.45 %; Potas: 4085.14 mg; Sód: 2815.00 mg;	Wartość energetyczna: 1860.82 kcal; Białko ogółem: 52.36 g; Tłuszcz: 54.94 g; Kw. tł. nasy.: 20.09 g; Węglowodany ogółem: 313.28 g; W tym cukry: 92.63 g; Błonnik pok.: 32.66 g; Sól: 4.47 g; WW: 28.16 Por; Ener z B.: 11.26 %; Ener z W.: 67.34 %; Ener. z T.: 26.57 %; Potas: 3069.84 mg; Sód: 1788.75 mg;

Jadłospisy za okres od dnia 2026-04-06 do dnia 2026-04-15 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- P01/3 Podstawowa 10-18 lat	SIE- P02/3 Łatwo strawna dzieci 10-18 lat	SIE- P03/3 Z ogr.łatwoprzy. wegl. dzieci 10-18 lat	SIE- D06 Bogatoresztkowa	SIE- D01/GL Bezglutenowa
2026-04-12 niedziela	Śniadanie	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (<u>MLE.</u>) Bułka pszenna długa krojona 40 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 zielonogórska- wieprzowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 50 g (<u>SOJ. MLE. SEL. może zawierać: JAJ. GOR.</u>) Dżem 25 g 1 szt Ogórek kiszony 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (<u>MLE.</u>) Bułka pszenna długa krojona 40 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 zielonogórska- wieprzowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 50 g (<u>SOJ. MLE. SEL. może zawierać: JAJ. GOR.</u>) Dżem 25 g 1 szt Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Maślanka 150 ml (<u>MLE.</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 90 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Szynka zielonogórska- wieprzowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 50 g (<u>SOJ. MLE. SEL. może zawierać: JAJ. GOR.</u>) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 25 g (<u>SOJ.</u>) Pomidor 80 g Ogórek kiszony 80 g Salata zielona 20 g	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (<u>MLE.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 90 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Szynka zielonogórska- wieprzowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 50 g (<u>SOJ. MLE. SEL. może zawierać: JAJ. GOR.</u>) Dżem 25 g 1 szt Ogórek kiszony 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (<u>MLE.</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb bezglutenowy 90 g (<u>SEZ. może zawierać: ORZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Szynka zielonogórska- wieprzowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 50 g (<u>SOJ. MLE. SEL. może zawierać: JAJ. GOR.</u>) Dżem 25 g 1 szt Ogórek kiszony 80 g Salata zielona 20 g Banan 150 g
	III ŚN	Banan 150 g		Jabłko 150 g	Banan 150 g	
	Obiad	Pomidorowa z zacierką () 300 ml (<u>GLU PSZ. MLE. SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 160 g Schab duszony 100 g Sos własny () 80 ml (<u>GLU PSZ. SEL.</u>) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 75 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 75 g (<u>SEL.</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml	Pomidorowa z zacierką () 300 ml (<u>GLU PSZ. MLE. SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 160 g Schab duszony 100 g Sos ziolowy 80 ml (<u>GLU PSZ. SEL.</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 150 g (<u>SEL.</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml	Pomidorowa z zacierką () 300 ml (<u>GLU PSZ. MLE. SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 160 g Schab duszony 100 g Sos własny () 80 ml (<u>GLU PSZ. SEL.</u>) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 75 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 75 g (<u>SEL.</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml	Pomidorowa z zacierką () 300 ml (<u>GLU PSZ. MLE. SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 160 g Schab duszony 100 g Sos własny () 80 ml (<u>GLU PSZ. SEL.</u>) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 75 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 75 g (<u>SEL.</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem (bez glutenu) () 300 ml (<u>MLE. SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 160 g Schab duszony 100 g Sos własny (bez glutenu) 80 ml Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 75 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 75 g (<u>SEL.</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml
	PD					
	Kolacja	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 40 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Ser mozzarella 50 g (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w ost.niejad 25 g Pomidor 80 g Salata zielona 20 g		Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 90 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Ser mozzarella 50 g (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w ost.niejad 25 g Pomidor 80 g Salata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb bezglutenowy 90 g (<u>SEZ. może zawierać: ORZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Ser mozzarella 50 g (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w ost.niejad 25 g Pomidor 80 g Salata zielona 20 g	
PN	Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt Biszkopty b/c 30 g (<u>GLU PSZ. JAJ.</u>)	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt Pieczywo chrupkie ekstrudowane-żytnie 20 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT. GLU JĘCZ.</u>)	Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt Biszkopty b/c 30 g (<u>GLU PSZ. JAJ.</u>)	Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt Biszkopty b/c 30 g (<u>GLU PSZ. JAJ.</u>)	Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt Wafle ryżowe 30 g	
	Wartość energetyczna: 2174.72 kcal; Białko ogółem: 100.59 g; Tłuszcz: 55.91 g; Kw. tł. nasy.: 19.77 g; Węglowodany ogółem: 333.23 g; W tym cukry: 94.82 g; Błonnik pok.: 23.08 g; Sól: 7.69 g; WW: 31.07 Por; Ener z B.: 18.50 %; Ener z W.: 61.29 %; Ener z T.: 23.14 %; Potas: 3977.39 mg; Sód: 3079.28 mg;	Wartość energetyczna: 2201.86 kcal; Białko ogółem: 101.15 g; Tłuszcz: 56.12 g; Kw. tł. nasy.: 19.75 g; Węglowodany ogółem: 340.67 g; W tym cukry: 100.76 g; Błonnik pok.: 26.17 g; Sól: 6.63 g; WW: 31.56 Por; Ener z B.: 18.38 %; Ener z W.: 61.89 %; Ener z T.: 22.94 %; Potas: 4348.07 mg; Sód: 2642.80 mg;	Wartość energetyczna: 1772.61 kcal; Białko ogółem: 97.30 g; Tłuszcz: 51.43 g; Kw. tł. nasy.: 16.48 g; Węglowodany ogółem: 263.30 g; W tym cukry: 41.26 g; Błonnik pok.: 37.43 g; Sól: 8.15 g; WW: 22.57 Por; Ener z B.: 21.96 %; Ener z W.: 59.42 %; Ener z T.: 26.11 %; Potas: 3844.11 mg; Sód: 3256.19 mg;	Wartość energetyczna: 2110.12 kcal; Białko ogółem: 98.71 g; Tłuszcz: 56.47 g; Kw. tł. nasy.: 19.79 g; Węglowodany ogółem: 333.31 g; W tym cukry: 96.74 g; Błonnik pok.: 33.46 g; Sól: 7.39 g; WW: 30.01 Por; Ener z B.: 18.71 %; Ener z W.: 63.18 %; Ener z T.: 24.08 %; Potas: 4389.99 mg; Sód: 2952.88 mg;	Wartość energetyczna: 2140.32 kcal; Białko ogółem: 86.56 g; Tłuszcz: 61.43 g; Kw. tł. nasy.: 18.82 g; Węglowodany ogółem: 324.56 g; W tym cukry: 93.40 g; Błonnik pok.: 25.99 g; Sól: 5.30 g; WW: 29.92 Por; Ener z B.: 16.18 %; Ener z W.: 60.66 %; Ener z T.: 25.83 %; Potas: 3878.48 mg; Sód: 2119.55 mg;	

Jadłospisy za okres od dnia 2026-04-06 do dnia 2026-04-15 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- P01/3 Podstawowa 10-18 lat	SIE- P02/3 Łatwostrawna dzieci 10-18 lat	SIE- P03/3 Z ogr.łatwoprzy. wegl. dzieci 10-18 lat	SIE- D06 Bogatoresztkowa	SIE- D01/GL Bezglutenowa
2026-04-13 poniedziałek	Śniadanie	Płatki pszenne na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa, wędziona, z wodą dodaną 25 g (<u>SOJ</u>) Serek homo. naturalny 80 g (<u>MLE</u>) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g	Płatki pszenne na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa, wędziona, z wodą dodaną 25 g (<u>SOJ</u>) Serek homo. naturalny 80 g (<u>MLE</u>) Pomidor 80 g Salata 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 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa, wędziona, z wodą dodaną 25 g (<u>SOJ</u>) Serek homo. naturalny 80 g (<u>MLE</u>) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g	Płatki pszenne na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa, wędziona, z wodą dodaną 25 g (<u>SOJ</u>) Serek homo. naturalny 80 g (<u>MLE</u>) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g	Płatki ryżowe błyskawiczne na mleku 300 g (<u>MLE</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb bezglutenowy 90 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 25 g (<u>SOJ</u>) Serek homo. naturalny 80 g (<u>MLE</u>) Pomidor 80 g Mandarynka 150 g Salata zielona 20 g
	II SN	Mandarynka 150 g	Jabłko pieczone 150 g	Jabłko 150 g	Mandarynka 150 g	
	Obiad	Dyniowa z ziemniakami () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Makaron z serem 300 g (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Mus z jabłek () z/c 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml	Fasolowa z ziemniakami () 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Makaron pełnoziarnisty 160 g (<u>GLU PSZ</u>) Pulpet drobiowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Sos szpinakowy* 80 ml (<u>GLU PSZ</u>) Surówka z selera i marchwi z olejem () b/c 150 g (<u>SEL</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml	Fasolowa z ziemniakami () 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Makaron pełnoziarnisty 160 g (<u>GLU PSZ</u>) Pulpet drobiowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Sos szpinakowy* 80 ml (<u>GLU PSZ</u>) Surówka z selera i marchwi z olejem () b/c 150 g (<u>SEL</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml	Fasolowa z ziemniakami () 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Makaron z serem 300 g (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Mus z jabłek () z/c 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml	Fasolowa z ziemniakami () (bez glutenu) 300 ml (<u>SEL</u>) Makaron bezglutenowy z serem biały 300 g (<u>MLE</u>) Mus z jabłek () z/c 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml
	PD					
	Kolacja	Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 40 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 z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalanej 50 g (<u>SOJ, SEL, może zawierać: MLE, GOR</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>) Salata zielona 20 g Cwikła z jabłkiem () 80 g	Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 40 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 z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalanej 50 g (<u>SOJ, SEL, może zawierać: MLE, GOR</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>) Salata zielona 20 g Cwikła z jabłkiem () 80 g Salata zielona 20 g	Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Chleb razowy pszenno-żytni 90 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, może zawierać: MLE, GOR</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>) Salata zielona 20 g Cwikła z jabłkiem b/c () 80 g	Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Chleb razowy pszenno-żytni 90 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, może zawierać: MLE, GOR</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>) Salata zielona 20 g Cwikła z jabłkiem () 80 g	Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Chleb bezglutenowy 90 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, może zawierać: MLE, GOR</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>) Salata zielona 20 g Cwikła z jabłkiem () 80 g
	PN	Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 30 g	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt Pieczywo chrupkie ekstrudowane-żytnie 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ</u>)	Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 30 g	Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 30 g	
		Wartość energetyczna: 2146.11 kcal; Białko ogółem: 92.46 g; Tłuszcz: 44.91 g; Kw. tł. nasy.: 21.16 g; Węglowodany ogółem: 360.38 g; W tym cukry: 87.97 g; Błonnik pok.: 25.72 g; Sól: 6.32 g; WW: 33.42 Por; Ener z B.: 17.23 %; Ener z W.: 67.17 %; Ener. z T.: 18.83 %; Potas: 2653.35 mg; Sód: 2527.55 mg;	Wartość energetyczna: 2178.11 kcal; Białko ogółem: 92.06 g; Tłuszcz: 45.86 g; Kw. tł. nasy.: 21.20 g; Węglowodany ogółem: 365.53 g; W tym cukry: 87.37 g; Błonnik pok.: 23.56 g; Sól: 6.44 g; WW: 34.16 Por; Ener z B.: 16.91 %; Ener z W.: 67.13 %; Ener. z T.: 18.95 %; Potas: 2456.85 mg; Sód: 2572.55 mg;	Wartość energetyczna: 2074.11 kcal; Białko ogółem: 98.61 g; Tłuszcz: 58.55 g; Kw. tł. nasy.: 18.02 g; Węglowodany ogółem: 317.42 g; W tym cukry: 47.98 g; Błonnik pok.: 45.40 g; Sól: 7.34 g; WW: 27.28 Por; Ener z B.: 19.02 %; Ener z W.: 61.22 %; Ener. z T.: 25.40 %; Potas: 3732.83 mg; Sód: 2936.40 mg;	Wartość energetyczna: 2226.40 kcal; Białko ogółem: 98.32 g; Tłuszcz: 48.31 g; Kw. tł. nasy.: 21.36 g; Węglowodany ogółem: 373.82 g; W tym cukry: 88.32 g; Błonnik pok.: 32.22 g; Sól: 6.39 g; WW: 34.12 Por; Ener z B.: 17.66 %; Ener z W.: 67.16 %; Ener. z T.: 19.53 %; Potas: 3039.78 mg; Sód: 2554.00 mg;	Wartość energetyczna: 2292.47 kcal; Białko ogółem: 79.91 g; Tłuszcz: 51.55 g; Kw. tł. nasy.: 20.02 g; Węglowodany ogółem: 395.04 g; W tym cukry: 88.31 g; Błonnik pok.: 28.70 g; Sól: 3.29 g; WW: 36.58 Por; Ener z B.: 13.94 %; Ener z W.: 68.93 %; Ener. z T.: 20.24 %; Potas: 2519.16 mg; Sód: 1312.87 mg;

Jadłospisy za okres od dnia 2026-04-06 do dnia 2026-04-15 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- P01/3 Podstawowa 10-18 lat	SIE- P02/3 Łatwo strawna dzieci 10-18 lat	SIE- P03/3 Z ogr.łatwoprzy. wegl. dzieci 10-18 lat	SIE- D06 Bogatoresztkowa	SIE- D01/GL Bezglutenowa	
2026-04-14 wtorek	Śniadanie	Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Bułka pszenna długa krojona 40 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 25 g Twarożek z koperkiem 80 g (<u>MLE.</u>) Rzodkiew biała 80 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Salata zielona 20 g	Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Bułka pszenna długa krojona 40 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 25 g Twarożek z koperkiem 80 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 80 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Salata zielona 20 g	Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<u>MLE.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 90 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 25 g Twarożek z koperkiem 80 g (<u>MLE.</u>) Rzodkiew biała 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 90 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 25 g Twarożek z koperkiem 80 g (<u>MLE.</u>) Rzodkiew biała 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Kasza jaglana na mleku 300 ml (<u>MLE.</u>) Chleb bezglutenowy 90 g (<u>SEZ, może zawierać: ORZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 25 g Twarożek z koperkiem 80 g (<u>MLE.</u>) Jabłko 150 g Rzodkiew biała 80 g Salata zielona 20 g	
	II ŚN	Jabłko 150 g	Jabłko pieczone 150 g	Jabłko 150 g			
	Obiad	Ogórkowa z ziemniakami () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Szynka wieprzowa gotowana 100 g Ryż na sypko (brązowy) 160 g Sos meksykański 80 g (<u>GLU PSZ.</u>) Surówka z kapusty białej z olejem () 75 g Buraczki gotowane () 75 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Brokułowa z ziemniakami () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ryż na sypko 160 g Szynka wieprzowa gotowana 100 g Sos własny () 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Buraczki gotowane () 150 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Ogórkowa z ziemniakami () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Szynka wieprzowa gotowana 100 g Sos własny () 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ryż na sypko (brązowy) 160 g Surówka z kapusty białej z olejem b/c () 75 g Buraczki gotowane () 75 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml	Ogórkowa z ziemniakami () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ryż na sypko (brązowy) 160 g Karczek pieczony 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Sos meksykański 80 g (<u>GLU PSZ.</u>) Surówka z kapusty białej z olejem () 75 g Buraczki gotowane () 75 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Brokułowa z ziemniakami (bez glutenu) () 300 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Ryż na sypko 160 g Szynka wieprzowa gotowana 100 g Sos meksykański b/glutenu 80 g Surówka z kapusty białej z olejem () 75 g Buraczki gotowane () 75 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	
	PD						
	Kolacja	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 40 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 zielonogórska- wieprzowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 50 g (<u>SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR.</u>) Miód (25g) 1 szt Pomidor 80 g Salata zielona 20 g		Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 90 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Galaretką drobiowa z udźcem z kurczaka () 200 g (<u>SEL.</u>) Szynka zielonogórska- wieprzowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 25 g (<u>SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR.</u>) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g		Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb bezglutenowy 90 g (<u>SEZ, może zawierać: ORZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Galaretką drobiowa z udźcem z kurczaka () 200 g (<u>SEL.</u>) Szynka zielonogórska- wieprzowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 25 g (<u>SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR.</u>) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g	
PN	Przecier owocowy jabłko-truskawka 120g 1 szt		Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa kiel. wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g Salata zielona 5 g		Przecier owocowy jabłko-truskawka 120g 1 szt		
	Wartość energetyczna: 2044.52 kcal; Białko ogółem: 98.36 g; Tłuszcz: 46.20 g; Kw. tł. nasy.: 21.51 g; Węglowodany ogółem: 323.70 g; W tym cukry: 96.13 g; Błonnik pok.: 27.83 g; Sól: 6.34 g; WW: 29.58 Por; Ener z B.: 19.24 %; Ener z W.: 63.33 %; Ener. z T.: 20.34 %; Potas: 3468.27 mg; Sód: 2532.68 mg;	Wartość energetyczna: 2018.48 kcal; Białko ogółem: 97.65 g; Tłuszcz: 42.66 g; Kw. tł. nasy.: 21.08 g; Węglowodany ogółem: 325.93 g; W tym cukry: 97.19 g; Błonnik pok.: 21.24 g; Sól: 5.83 g; WW: 30.47 Por; Ener z B.: 19.35 %; Ener z W.: 64.59 %; Ener. z T.: 19.02 %; Potas: 3493.42 mg; Sód: 2328.59 mg;	Wartość energetyczna: 1868.81 kcal; Białko ogółem: 105.44 g; Tłuszcz: 52.58 g; Kw. tł. nasy.: 23.54 g; Węglowodany ogółem: 280.88 g; W tym cukry: 49.06 g; Błonnik pok.: 44.29 g; Sól: 7.74 g; WW: 23.65 Por; Ener z B.: 22.57 %; Ener z W.: 60.12 %; Ener. z T.: 25.32 %; Potas: 4183.08 mg; Sód: 3084.02 mg;	Wartość energetyczna: 2144.70 kcal; Białko ogółem: 103.99 g; Tłuszcz: 68.64 g; Kw. tł. nasy.: 28.24 g; Węglowodany ogółem: 309.73 g; W tym cukry: 82.00 g; Błonnik pok.: 40.87 g; Sól: 6.81 g; WW: 26.85 Por; Ener z B.: 19.40 %; Ener z W.: 57.77 %; Ener. z T.: 28.80 %; Potas: 4280.25 mg; Sód: 2709.85 mg;	Wartość energetyczna: 2021.45 kcal; Białko ogółem: 97.42 g; Tłuszcz: 56.11 g; Kw. tł. nasy.: 21.76 g; Węglowodany ogółem: 297.77 g; W tym cukry: 78.52 g; Błonnik pok.: 29.70 g; Sól: 4.35 g; WW: 26.86 Por; Ener z B.: 19.28 %; Ener z W.: 58.92 %; Ener. z T.: 24.98 %; Potas: 3939.64 mg; Sód: 1726.76 mg;		

Jadłospisy za okres od dnia 2026-04-06 do dnia 2026-04-15 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- P01/3 Podstawowa 10-18 lat	SIE- P02/3 Łatwo strawna dzieci 10-18 lat	SIE- P03/3 Z ogr.łatwoprzy. wegl. dzieci 10-18 lat	SIE- D06 Bogatoresztkowa	SIE- D01/GL Bezglutenowa
2026-04-15 środa	Śniadanie	Kasza manna z jabłkiem prażonym 300 g (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 40 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>) Pasztet rybno- warzywny (Morszczuk) 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u>) Połędwica Sopotcka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g (<u>SOJ.</u>) Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g	Kasza manna z jabłkiem prażonym 300 g (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 40 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>) Pasztet rybno- warzywny (Morszczuk) 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u>) Połędwica Sopotcka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g (<u>SOJ.</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Maślanka 150 ml (<u>MLE.</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 90 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Pasztet rybno- warzywny (Morszczuk) 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u>) Połędwica Sopotcka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g (<u>SOJ.</u>) Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (<u>MLE.</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 90 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Pasztet rybno- warzywny (Morszczuk) 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u>) Połędwica Sopotcka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g (<u>SOJ.</u>) Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (<u>MLE.</u>) Chleb bezglutenowy 90 g (<u>SEZ, może zawierać: ORZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Połędwica Sopotcka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g (<u>SOJ.</u>) Dżem 25 g 1 szt Banan 150 g Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	II SN	Banan 150 g		Jabłko 150 g	Banan 150 g	
	Obiad	Jarzynowa z makaronem dieta () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 160 g Zrazik drobiowy z udźca pieczony mielony 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos pietruszkowy 80 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Fasolka szparagowa z wody* 75 g Surówka z marchwi z olejem b/c () 75 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Jarzynowa z makaronem dieta () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 160 g Zrazik drobiowy z udźca pieczony mielony 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos pietruszkowy 80 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Surówka z marchwi z olejem b/c () 75 g Fasolka szparagowa z wody* 75 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Pieczarkowa z makaronem () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, SO2.</u>) Zrazik drobiowy z udźca pieczony mielony 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Ziemniaki gotowane () 160 g Sos pietruszkowy 80 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Fasolka szparagowa z wody* 75 g Surówka z marchwi z olejem b/c () 75 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml	Pieczarkowa z makaronem () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, SO2.</u>) Ziemniaki gotowane () 160 g Zrazik drobiowy z udźca pieczony mielony 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Fasolka szparagowa z wody* 75 g Surówka z marchwi z olejem b/c () 75 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml Sos pietruszkowy 80 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>)	Pieczarkowa z makaronem (bez glutenu) () 300 ml (<u>MLE, SEL, SO2.</u>) Ziemniaki gotowane () 160 g Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony (bez glutenu) 100 g (<u>JAJ.</u>) Sos pietruszkowy (bez glutenu) 80 ml (<u>MLE.</u>) Fasolka szparagowa z wody* 75 g Surówka z marchwi z olejem b/c () 75 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml
	PD					
	Kolacja	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 40 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt (<u>MLE, może zawierać: RYB, OZI, 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>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 90 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</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>) Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt (<u>MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE.</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb bezglutenowy 90 g (<u>SEZ, może zawierać: ORZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 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	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb bezglutenowy 90 g (<u>SEZ, może zawierać: ORZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 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	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb bezglutenowy 90 g (<u>SEZ, może zawierać: ORZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 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
	PN	Ciasto drożdżowe 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>)	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt Pieczywo chrupkie ekstrudowane-żytnie 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)	Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt Pieczywo chrupkie ekstrudowane-żytnie 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)	Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt	
		Wartość energetyczna: 2349.01 kcal; Białko ogółem: 98.77 g; Tłuszcz: 62.18 g; Kw. tł. nasy.: 22.91 g; Węglowodany ogółem: 338.42 g; W tym cukry: 76.44 g; Błonnik pok.: 24.71 g; Sól: 8.57 g; WW: 31.49 Por; Ener z B.: 16.82 %; Ener z W.: 57.63 %; Ener. z T.: 23.82 %; Potas: 3914.00 mg; Sód: 3431.84 mg;	Wartość energetyczna: 2355.91 kcal; Białko ogółem: 98.75 g; Tłuszcz: 62.27 g; Kw. tł. nasy.: 22.93 g; Węglowodany ogółem: 340.47 g; W tym cukry: 78.87 g; Błonnik pok.: 25.35 g; Sól: 7.19 g; WW: 31.67 Por; Ener z B.: 16.77 %; Ener z W.: 57.81 %; Ener. z T.: 23.79 %; Potas: 4079.74 mg; Sód: 2876.39 mg;	Wartość energetyczna: 1905.36 kcal; Białko ogółem: 92.55 g; Tłuszcz: 59.52 g; Kw. tł. nasy.: 20.77 g; Węglowodany ogółem: 283.50 g; W tym cukry: 40.36 g; Błonnik pok.: 36.38 g; Sól: 10.03 g; WW: 24.79 Por; Ener z B.: 19.43 %; Ener z W.: 59.52 %; Ener. z T.: 28.12 %; Potas: 3800.59 mg; Sód: 4012.15 mg;	Wartość energetyczna: 2190.72 kcal; Białko ogółem: 97.14 g; Tłuszcz: 62.55 g; Kw. tł. nasy.: 23.29 g; Węglowodany ogółem: 343.36 g; W tym cukry: 86.61 g; Błonnik pok.: 36.51 g; Sól: 8.03 g; WW: 30.79 Por; Ener z B.: 17.74 %; Ener z W.: 62.69 %; Ener. z T.: 25.70 %; Potas: 4346.47 mg; Sód: 3215.44 mg;	Wartość energetyczna: 1878.94 kcal; Białko ogółem: 69.67 g; Tłuszcz: 52.84 g; Kw. tł. nasy.: 21.38 g; Węglowodany ogółem: 294.71 g; W tym cukry: 91.50 g; Błonnik pok.: 23.70 g; Sól: 5.98 g; WW: 27.24 Por; Ener z B.: 14.83 %; Ener z W.: 62.74 %; Ener. z T.: 25.31 %; Potas: 3602.03 mg; Sód: 2389.88 mg;

		SIE- D01/WE Wegetariańska	SIE- D04 Wegańska	SIE- Pooperacyjna
2026-04-06 poniedziałek	Śniadanie	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Ser mozzarella 80 g (MLE) Ogórek kiszony 80 g Salata zielona 20 g Mandarynka 150 g	Kasza kukurydziana na wodzie 300 ml Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Hummus z ciecierzycy 80 g Dżem 25 g 1 szt Ogórek kiszony 80 g Salata zielona 20 g	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 90 g (GLU PSZ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Połędwica Sopotka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 75 g (SOJ)
	II ŚN		Mandarynka 150 g	Jabłko pieczone 150 g
	Obiad	Grycikowa () 300 ml (GLU PSZ, SEL) Ziemniaki gotowane () 160 g Kotlety sojowe 100 g (SOJ) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 75 g Brokuł gotowany* 75 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml		Grycikowa () 300 ml (GLU PSZ, SEL) Ziemniaki gotowane () 160 g Cwiartka z kurczaka gotowana 130 g Dymia z wody 150 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml
	PD			
	Kolacja	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Twarożek z koperkiem 80 g (MLE) Ser żółty 25 g (MLE) Cwikła z jabłkiem b/c () 80 g Salata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Tofu 50 g (SOJ) Paszтет sojowy z pomidorami 80 g (SOJ, GOR) Cwikła z jabłkiem b/c () 80 g Salata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 90 g (GLU PSZ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Szynekowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g Twarożek z koperkiem 80 g (MLE)
	PN	Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt		Biszkopty b/c 30 g (GLU PSZ, JAJ)
		Wartość energetyczna: 1975.99 kcal; Białko ogółem: 98.62 g; Tłuszcz: 55.88 g; Kw. tł. nasy.: 22.21 g; Węglowodany ogółem: 296.82 g; W tym cukry: 70.64 g; Błonnik pok.: 34.35 g; Sól: 6.42 g; WW: 26.09 Por; Ener z B.: 19.96 %; Ener z W.: 60.09 %; Ener. z T.: 25.45 %; Potas: 3159.92 mg; Sód: 2571.91 mg;	Wartość energetyczna: 1888.26 kcal; Białko ogółem: 66.05 g; Tłuszcz: 54.82 g; Kw. tł. nasy.: 8.06 g; Węglowodany ogółem: 311.67 g; W tym cukry: 65.07 g; Błonnik pok.: 39.56 g; Sól: 6.90 g; WW: 27.16 Por; Ener z B.: 13.99 %; Ener z W.: 66.02 %; Ener. z T.: 26.13 %; Potas: 2715.90 mg; Sód: 2761.27 mg;	Wartość energetyczna: 2081.40 kcal; Białko ogółem: 115.24 g; Tłuszcz: 62.57 g; Kw. tł. nasy.: 26.64 g; Węglowodany ogółem: 272.16 g; W tym cukry: 51.67 g; Błonnik pok.: 17.04 g; Sól: 6.96 g; WW: 25.55 Por; Ener z B.: 22.15 %; Ener z W.: 52.30 %; Ener. z T.: 27.06 %; Potas: 3485.22 mg; Sód: 2786.36 mg;

		SIE- D01/WE Wegetariańska	SIE- D04 Wegańska	SIE- Pooperacyjna
2026-04-07 wtorek	Śniadanie	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU JECZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Dżem 25 g 1 szt Twaróg półtłusty 80 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Jabłko 150 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Kasza manna na wodzie 300 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Dżem 25 g 1 szt Pasta z groszku zielonego b/ml 80 g Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU JECZ.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (<u>SOJ.</u>) Twaróg półtłusty 80 g (<u>MLE.</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	II ŚN		Jabłko 150 g	Jabłko pieczone 150 g
	Obiad	Barszcz ukraiński 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	Barszcz ukraiński z ziemniakami (bez mleka) () 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ryż z jabłkiem prażonym i cynamonem 300 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Marchewkowa z ziemniakami (bez mleka) 300 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ryż na sypko 160 g Pulpet wieprzowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos ziołowy* 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Warzywa po grecku () 150 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml
	PD			
	Kolacja	Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 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>) Rzepa biała 80 g Salata zielona 20 g	Kawa zbożowa z napojem sojowym b/c 250 ml (<u>SOJ, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Pasta z brokuła* 80 g Salatka z ciecierzycy, pomidora i ogórka kiszzonego 150 g Rzepa biała 80 g Salata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 90 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Szynekowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Miód (25g) 1 szt Wafle ryżowe 30 g
	PN	Przecier owocowy jabłko-truskawka 100g 1 szt Wafle ryżowe 20 g		Wafle ryżowe 20 g
		Wartość energetyczna: 2171.93 kcal; Białko ogółem: 77.66 g; Tłuszcz: 51.49 g; Kw. tł. nasy.: 27.23 g; Węglowodany ogółem: 367.73 g; W tym cukry: 102.73 g; Błonnik pok.: 28.32 g; Sól: 5.06 g; WW: 34.10 Por; Ener z B.: 14.30 %; Ener z W.: 67.72 %; Ener. z T.: 21.34 %; Potas: 3028.05 mg; Sód: 2018.27 mg;	Wartość energetyczna: 2019.36 kcal; Białko ogółem: 48.26 g; Tłuszcz: 47.35 g; Kw. tł. nasy.: 7.68 g; Węglowodany ogółem: 374.77 g; W tym cukry: 82.29 g; Błonnik pok.: 40.63 g; Sól: 5.99 g; WW: 33.61 Por; Ener z B.: 9.56 %; Ener z W.: 74.24 %; Ener. z T.: 21.10 %; Potas: 2574.82 mg; Sód: 2386.24 mg;	Wartość energetyczna: 2228.64 kcal; Białko ogółem: 101.40 g; Tłuszcz: 54.76 g; Kw. tł. nasy.: 22.35 g; Węglowodany ogółem: 347.33 g; W tym cukry: 76.92 g; Błonnik pok.: 22.69 g; Sól: 6.77 g; WW: 32.60 Por; Ener z B.: 18.20 %; Ener z W.: 62.34 %; Ener. z T.: 22.11 %; Potas: 2474.37 mg; Sód: 2715.50 mg;

		SIE- D01/WE Wegetariańska	SIE- D04 Wegańska	SIE- Pooperacyjna	
2026-04-08 środa	Śniadanie	<p>Platki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW,</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 40 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>) Serek a'la homogenizowany 80 g (<u>MLE,</u>) Powidła śliwkowe 25 g Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Banan 150 g</p>	<p>Kasza kukurydziana na wodzie 300 ml Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Pasta z ciecierzycy z warzywami () 80 g (<u>SEL,</u>) Powidła śliwkowe 25 g Pomidor 80 g Salata zielona 20 g</p>	<p>Platki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW,</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 90 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Serek a'la homogenizowany 80 g (<u>MLE,</u>) Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 25 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,</u>)</p>	
	II SN		Banan 150 g		
	Obiad	<p>Kapuśniak z kapusty kiszzonej () 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL, GOR,</u>) Kotlety z soczewicy () 300 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>) Sos chrzanowy 80 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SOJ,</u>) Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c () 75 g Cukinia pieczona z olejem * 75 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml</p>	<p>Ziemniaczana (bez mleka) () 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Kaszotto wegetariańskie z tofu * 300 g (<u>SOJ, SEL, GLU JĘCZ,</u>) Sos pomidorowy 80 ml (<u>GLU PSZ,</u>) Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c () 75 g Cukinia pieczona z olejem * 75 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml</p>	<p>Ziemniaczana () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Ryż na sypko 180 g Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>) Sos pomidorowy 80 ml (<u>GLU PSZ,</u>) Cukinia pieczona z olejem * 150 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml</p>	
	PD				
	Kolacja	<p>Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 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>) Miód (25g) 1 szt Ogórek kiszony 80 g Salata zielona 20 g</p>	<p>Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Paszтет sojowy z pomidorami 80 g (<u>SOJ, GOR,</u>) Pasta z kalafiora z natką pietruszki 80 g Ogórek kiszony 80 g Salata zielona 20 g</p>	<p>Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 90 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>) Dżem 25 g 1 szt</p>	
	PN	Ciasto drożdżowe 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>)	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt	Ciasto drożdżowe 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>)	
	<p>Wartość energetyczna: 3063.05 kcal; Białko ogółem: 97.41 g; Tłuszcz: 115.80 g; Kw. tł. nasy.: 25.25 g; Węglowodany ogółem: 411.68 g; W tym cukry: 109.30 g; Błonnik pok.: 42.63 g; Sól: 8.18 g; WW: 36.94 Por; Ener z B.: 12.72 %; Ener z W.: 53.76 %; Ener. z T.: 34.03 %; Potas: 4740.87 mg; Sód: 3268.70 mg;</p>	<p>Wartość energetyczna: 2119.97 kcal; Białko ogółem: 53.62 g; Tłuszcz: 71.54 g; Kw. tł. nasy.: 9.60 g; Węglowodany ogółem: 349.24 g; W tym cukry: 68.32 g; Błonnik pok.: 47.30 g; Sól: 9.74 g; WW: 30.20 Por; Ener z B.: 10.12 %; Ener z W.: 65.89 %; Ener. z T.: 30.37 %; Potas: 3408.13 mg; Sód: 3885.50 mg;</p>	<p>Wartość energetyczna: 2351.15 kcal; Białko ogółem: 99.39 g; Tłuszcz: 53.09 g; Kw. tł. nasy.: 22.57 g; Węglowodany ogółem: 354.57 g; W tym cukry: 80.63 g; Błonnik pok.: 17.39 g; Sól: 5.68 g; WW: 33.90 Por; Ener z B.: 16.91 %; Ener z W.: 60.32 %; Ener. z T.: 20.32 %; Potas: 3327.07 mg; Sód: 2280.23 mg;</p>		

		SIE- D01/WE Wegetariańska	SIE- D04 Wegańska	SIE- Pooperacyjna
2026-04-09 czwartek	Śniadanie	Kasza manna na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Pasta z fasoli 80 g Twarożek 80 g (<u>MLE</u>) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Banan 150 g	Kasza manna na wodzie 300 ml (<u>GLU PSZ</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Pasta z fasoli 80 g Paprykarz warzywny 80 g (<u>SEL</u>) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g	Kasza manna na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 90 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Dżem 25 g 1 szt
	II ŚN		Banan 150 g	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt
	Obiad	Szpinakowa z ziemniakami () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Makaron z warzywami i serem żółtym* 300 g (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Surówka z rzodkwi i jabłka () 75 g (<u>MLE</u>) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 75 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Szpinakowa z ziemniakami (bez mleka) () 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Makaron z tofu, marchewką i selerem naciowym 300 g (<u>GLU PSZ, SOJ, SEL, SEZ</u>) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 150 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Szpinakowa z ziemniakami () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Makaron 160 g (<u>GLU PSZ</u>) Klopsik wieprzowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Sos bazyliowy* 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 150 g (<u>SEL</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml
	PD			
	Kolacja	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Leczo wegetariańskie z soczewicą 300 g Jabłko 1 szt 1 szt		Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 90 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 75 g (<u>SOJ, SEL, może zawierać: MLE, GOR</u>)
	PN	Przecier owocowy jabłko-truskawka 100g 1 szt		Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 30 g
		Wartość energetyczna: 2355.68 kcal; Białko ogółem: 85.90 g; Tłuszcz: 57.47 g; Kw. tł. nasy.: 18.04 g; Węglowodany ogółem: 402.01 g; W tym cukry: 105.24 g; Błonnik pok.: 45.29 g; Sól: 4.78 g; WW: 35.80 Por; Ener z B.: 14.59 %; Ener z W.: 68.26 %; Ener. z T.: 21.96 %; Potas: 4847.46 mg; Sód: 1915.93 mg;	Wartość energetyczna: 2215.56 kcal; Białko ogółem: 72.05 g; Tłuszcz: 52.95 g; Kw. tł. nasy.: 7.23 g; Węglowodany ogółem: 390.23 g; W tym cukry: 92.06 g; Błonnik pok.: 46.47 g; Sól: 5.51 g; WW: 34.54 Por; Ener z B.: 13.01 %; Ener z W.: 70.45 %; Ener. z T.: 21.51 %; Potas: 4552.02 mg; Sód: 2215.91 mg;	Wartość energetyczna: 2078.26 kcal; Białko ogółem: 87.40 g; Tłuszcz: 55.01 g; Kw. tł. nasy.: 20.71 g; Węglowodany ogółem: 322.65 g; W tym cukry: 62.87 g; Błonnik pok.: 21.83 g; Sól: 6.87 g; WW: 30.17 Por; Ener z B.: 16.82 %; Ener z W.: 62.10 %; Ener. z T.: 23.82 %; Potas: 2730.73 mg; Sód: 2743.90 mg;

Jadłospisy za okres od dnia 2026-04-06 do dnia 2026-04-15 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- D01/WE Wegetariańska	SIE- D04 Wegańska	SIE- Pooperacyjna
2026-04-10 piątek	Śniadanie	Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 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>) Powidła śliwkowe 25 g Serek wiejski lekki 3% tł 150g 1 szt (<u>MLE,</u>) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Mandarynka 150 g	Kasza kukurydziana na wodzie 300 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Powidła śliwkowe 25 g Pasta z tofu, brokuła i szpinaku 80 g (<u>SOJ,</u>) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 90 g (<u>GLU PSZ,</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>)
	II ŚN		Mandarynka 150 g	Jabłko pieczone 150 g
	Obiad	Krupnik jęczmienny () 300 ml (<u>MLE, SEL, GLU JECZ,</u>) Ziemniaki gotowane () 160 g Ryba pieczona (Morszczuk) 120 g (<u>RYB,</u>) Sos koperkowy * 80 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Surówka z kapusty kiszzonej z olejem () 75 g Warzywa po grecku () 75 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Krupnik jęczmienny (bez mleka) () 300 ml (<u>SEL, GLU JECZ,</u>) Ziemniaki gotowane () 160 g Falafele klopsiki z ciecierzycy 100 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Sos koperkowy *(bez mleka) 80 ml (<u>GLU PSZ,</u>) Surówka z kapusty kiszzonej z olejem () 75 g Warzywa po grecku () 75 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Krupnik jęczmienny () 300 ml (<u>MLE, SEL, GLU JECZ,</u>) Ziemniaki gotowane () 160 g Pulpet rybny (Morszczuk) 120 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB,</u>) Sos koperkowy * 80 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Warzywa po grecku () 150 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml
	PD			
	Kolacja	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Pasta z jaj z cebulą i koperkiem 80 g (<u>JAJ, GOR,</u>) Ser żółty 50 g (<u>MLE,</u>) Ogórek kiszony 80 g Salata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Paszтет sojowy z pomidorami 80 g (<u>SOJ, GOR,</u>) Pasta z groszku zielonego b/ml 80 g Ogórek kiszony 80 g Salata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 90 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Dżem 25 g 1 szt Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (<u>SOJ,</u>)
	PN	Mleko Smakowe UHT 1,5% tł 0,2l 1 szt (<u>MLE,</u>) Podplomyki b/c 20 g (<u>GLU PSZ, MLE,</u>)	Wafle ryżowe 30 g Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt	Podplomyki b/c 20 g (<u>GLU PSZ, MLE,</u>)
	Wartość energetyczna: 2399.62 kcal; Białko ogółem: 125.12 g; Tłuszcz: 80.25 g; Kw. tł. nasy.: 31.71 g; Węglowodany ogółem: 317.41 g; W tym cukry: 66.30 g; Błonnik pok.: 27.82 g; Sól: 9.43 g; WW: 28.89 Por; Ener z B.: 20.86 %; Ener z W.: 52.91 %; Ener. z T.: 30.10 %; Potas: 3904.88 mg; Sód: 3756.44 mg;	Wartość energetyczna: 2202.39 kcal; Białko ogółem: 59.47 g; Tłuszcz: 76.38 g; Kw. tł. nasy.: 10.15 g; Węglowodany ogółem: 350.08 g; W tym cukry: 68.81 g; Błonnik pok.: 36.39 g; Sól: 7.50 g; WW: 31.34 Por; Ener z B.: 10.80 %; Ener z W.: 63.58 %; Ener. z T.: 31.21 %; Potas: 2993.06 mg; Sód: 3070.32 mg;	Wartość energetyczna: 2117.50 kcal; Białko ogółem: 103.28 g; Tłuszcz: 47.99 g; Kw. tł. nasy.: 16.86 g; Węglowodany ogółem: 332.14 g; W tym cukry: 86.66 g; Błonnik pok.: 20.27 g; Sól: 6.70 g; WW: 31.38 Por; Ener z B.: 19.51 %; Ener z W.: 62.74 %; Ener. z T.: 20.40 %; Potas: 3240.43 mg; Sód: 2682.87 mg;	

	SIE- D01/WE Wegetariańska	SIE- D04 Wegańska	SIE- Pooperacyjna	
2026-04-11 sobota	Śniadanie	<p>Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Hummus 80 g (SEŻ.) Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt (MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE.) Rzodkiew biała 80 g Salata zielona 20 g Jabłko 150 g</p>	<p>Płatki owsiane na wodzie 300 ml (GLU OW.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Hummus 80 g (SEŻ.) Dżem 25 g 1 szt Rzodkiew biała 80 g Salata zielona 20 g</p>	<p>Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 90 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt (MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE.)</p>
	II ŚN		Jabłko 150 g	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt
	Obiad	<p>Koperkowa z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Kotlet z ciecioriki i pieczarek 300 g (GLU PSZ.) Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c () 75 g Buraczki gotowane () 75 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki+z/c 250 ml</p>	<p>Koperkowa z ziemniakami (bez mleka) () 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Kotlet z ciecioriki i pieczarek 300 g (GLU PSZ.) Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c () 75 g Buraczki gotowane () 75 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki+z/c 250 ml</p>	<p>Koperkowa z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryż na sypko 160 g Potrawka drobiowa () 150 g (GLU PSZ, SEL.) Marchew gotowana z olejem () 150 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki+z/c 250 ml</p>
	PD			
	Kolacja	<p>Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JE CZ.) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Pasta z twarogu z natką pietruszki 80 g (MLE.) Miód (25g) 1 szt Pomidor 80 g Salata zielona 20 g</p>	<p>Kawa zbożowa z napojem sojowym b/c 250 ml (SOJ, GLU ŻYT, GLU JE CZ.) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Salatka z soczewicy, pomidora i ogórka kiszzonego 150 g Paprykarz warzywny 80 g (SEL.) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g</p>	<p>Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 90 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka z piersią kurczaka-wędł.z drob.gr.rozd.parzo.w osł.niejadalnej 50 g (SOJ.) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa, wędzona, z wodą dodaną. 25 g (SOJ.)</p>
	PN	Mus- przecier owocowy jabłko 100g (tubka) 1 szt	Wafle ryżowe 30 g	

Jadłospisy za okres od dnia 2026-04-06 do dnia 2026-04-15 KUCHNIA SIEDLCE

	SIE- D01/WE Wegetariańska	SIE- D04 Wegańska	SIE- Pooperacyjna
2026-04-11 sobota	Wartość energetyczna: 2792.64 kcal; Białko ogółem: 86.90 g; Tłuszcz: 115.15 g; Kw. tł. nasy.: 27.84 g; Węglowodany ogółem: 384.12 g; W tym cukry: 104.02 g; Błonnik pok.: 51.08 g; Sól: 6.06 g; WW: 33.43 Por; Ener z B.: 12.45 %; Ener z W.: 55.02 %; Ener. z T.: 37.11 %; Potas: 3610.95 mg; Sód: 2421.85 mg;	Wartość energetyczna: 2746.78 kcal; Białko ogółem: 74.94 g; Tłuszcz: 111.87 g; Kw. tł. nasy.: 12.51 g; Węglowodany ogółem: 396.94 g; W tym cukry: 77.13 g; Błonnik pok.: 58.66 g; Sól: 7.17 g; WW: 34.00 Por; Ener z B.: 10.91 %; Ener z W.: 57.80 %; Ener. z T.: 36.65 %; Potas: 3758.17 mg; Sód: 2862.25 mg;	Wartość energetyczna: 1927.39 kcal; Białko ogółem: 82.60 g; Tłuszcz: 53.50 g; Kw. tł. nasy.: 21.81 g; Węglowodany ogółem: 305.69 g; W tym cukry: 56.25 g; Błonnik pok.: 24.31 g; Sól: 6.75 g; WW: 28.27 Por; Ener z B.: 17.14 %; Ener z W.: 63.44 %; Ener. z T.: 24.98 %; Potas: 2831.21 mg; Sód: 2707.90 mg;

		SIE- D01/WE Wegetariańska	SIE- D04 Wegańska	SIE- Pooperacyjna
2026-04-12 niedziela	Śniadanie	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (<u>MLE.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 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>) Paszтет sojowy z pomidorami 100 g (<u>SOJ. GOR.</u>) Ogórek kiszony 80 g Salata zielona 20 g Banan 150 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Kasza kukurydziana na wodzie 300 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Paszтет sojowy z pomidorami 100 g (<u>SOJ. GOR.</u>) Ogórek kiszony 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (<u>MLE.</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 90 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Szynka zielonogórska- wieprzowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 50 g (<u>SOJ. MLE. SEL. może zawierać: JAJ. GOR.</u>) Dżem 25 g 1 szt
	III ŚN	Banan 150 g		
	Obiad	Pomidorowa z zacierką () 300 ml (<u>GLU PSZ. MLE. SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 160 g Kotlety sojowe 100 g (<u>SOJ.</u>) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 75 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 75 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>) Ziemniaki gotowane () 160 g Kotlety sojowe 100 g (<u>SOJ.</u>) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 75 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 75 g (<u>SEL.</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Ryżowa (bez mleka) () 300 ml (<u>SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 160 g Schab duszony 100 g Sos własny () 80 ml (<u>GLU PSZ. SEL.</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 150 g (<u>SEL.</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml
	PD			
	Kolacja	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Ser mozzarella 50 g (<u>MLE.</u>) Dżem 25 g 1 szt Pomidor 80 g Salata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Tofu 80 g (<u>SOJ.</u>) Dżem 25 g 1 szt Pomidor 80 g Salata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 90 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Serek a'la homogenizowany 80 g (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozdz.wędz.parzo.z dodat.wody w ost.niejad 25 g
	PN	Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt Biszkopty b/c 30 g (<u>GLU PSZ. JAJ.</u>)	Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt Pieczywo chrupkie ekstrudowane-żytnie 20 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT. GLU JĘCZ.</u>)	Biszkopty b/c 30 g (<u>GLU PSZ. JAJ.</u>)
	Wartość energetyczna: 2231.30 kcal; Białko ogółem: 81.29 g; Tłuszcz: 67.09 g; Kw. tł. nasy.: 17.69 g; Węglowodany ogółem: 354.48 g; W tym cukry: 95.06 g; Błonnik pok.: 38.35 g; Sól: 7.21 g; WW: 31.64 Por; Ener z B.: 14.57 %; Ener z W.: 63.55 %; Ener. z T.: 27.06 %; Potas: 3544.59 mg; Sód: 2879.54 mg;	Wartość energetyczna: 2014.99 kcal; Białko ogółem: 68.18 g; Tłuszcz: 56.65 g; Kw. tł. nasy.: 8.68 g; Węglowodany ogółem: 338.17 g; W tym cukry: 81.78 g; Błonnik pok.: 40.09 g; Sól: 7.32 g; WW: 29.91 Por; Ener z B.: 13.53 %; Ener z W.: 67.13 %; Ener. z T.: 25.30 %; Potas: 3213.97 mg; Sód: 2923.93 mg;	Wartość energetyczna: 2014.06 kcal; Białko ogółem: 98.12 g; Tłuszcz: 47.66 g; Kw. tł. nasy.: 21.27 g; Węglowodany ogółem: 312.23 g; W tym cukry: 78.52 g; Błonnik pok.: 21.54 g; Sól: 5.87 g; WW: 29.27 Por; Ener z B.: 19.49 %; Ener z W.: 62.01 %; Ener. z T.: 21.30 %; Potas: 3781.03 mg; Sód: 2347.65 mg;	

		SIE- D01/WE Wegetariańska	SIE- D04 Wegańska	SIE- Pooperacyjna
2026-04-13 poniedziałek	Śniadanie	Płatki pszenne na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ. MLE.</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 40 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Hummus z ciecierzycy 50 g Serek homo. naturalny 80 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 80 g Mandarynka 150 g Salata zielona 20 g	Płatki pszenne na wodzie 300 g (<u>GLU PSZ.</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 40 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Hummus z ciecierzycy 50 g Paszтет sojowy z pomidorami 80 g (<u>SOJ. GOR.</u>) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g	Płatki pszenne na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ. MLE.</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa, wędzona, z wodą dodaną. 25 g (<u>SOJ.</u>) Serek homo. naturalny 80 g (<u>MLE.</u>)
	II ŚN		Mandarynka 150 g	Jabłko pieczone 150 g
	Obiad	Fasolowa z ziemniakami () 300 ml (<u>GLU PSZ. SEL.</u>) Makaron z serem 300 g (<u>GLU PSZ. MLE.</u>) Mus z jabłek () z/c 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml	Fasolowa z ziemniakami () 300 ml (<u>GLU PSZ. SEL.</u>) Makaron z warzywami*- dieta BM 300 g (<u>GLU PSZ. SEL.</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml	Dyniowa z ziemniakami (bez mleka) () 300 ml (<u>GLU PSZ. SEL.</u>) Makaron 160 g (<u>GLU PSZ.</u>) Pulpet drobiowy 100 g (<u>GLU PSZ. JAJ.</u>) Sos szpinakowy* 80 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Marchew gotowana z olejem () 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml
	PD			
	Kolacja	Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 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 50 g (<u>MLE.</u>) Salata zielona 20 g Cwikła z jabłkiem () 80 g	Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Dżem 25 g 1 szt Pasta z groszku zielonego b/ml 80 g Salata zielona 20 g Cwikła z jabłkiem () 80 g	Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 90 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Szynka z piersią indyczą- wędlna drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalanej 75 g (<u>SOJ. SEL. może zawierać: MLE. GOR.</u>)
	PN	Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 30 g		Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 30 g
		Wartość energetyczna: 2427.79 kcal; Białko ogółem: 102.46 g; Tłuszcz: 65.57 g; Kw. tł. nasy.: 30.76 g; Węglowodany ogółem: 382.63 g; W tym cukry: 87.29 g; Błonnik pok.: 34.12 g; Sól: 5.45 g; WW: 34.81 Por; Ener z B.: 16.88 %; Ener z W.: 63.04 %; Ener. z T.: 24.31 %; Potas: 2926.51 mg; Sód: 2178.04 mg;	Wartość energetyczna: 2175.53 kcal; Białko ogółem: 57.16 g; Tłuszcz: 60.00 g; Kw. tł. nasy.: 8.65 g; Węglowodany ogółem: 378.80 g; W tym cukry: 74.88 g; Błonnik pok.: 42.37 g; Sól: 6.06 g; WW: 33.62 Por; Ener z B.: 10.51 %; Ener z W.: 69.65 %; Ener. z T.: 24.82 %; Potas: 2826.63 mg; Sód: 2424.96 mg;	Wartość energetyczna: 2055.62 kcal; Białko ogółem: 90.81 g; Tłuszcz: 51.54 g; Kw. tł. nasy.: 18.70 g; Węglowodany ogółem: 322.03 g; W tym cukry: 59.39 g; Błonnik pok.: 25.37 g; Sól: 7.05 g; WW: 29.69 Por; Ener z B.: 17.67 %; Ener z W.: 62.66 %; Ener. z T.: 22.57 %; Potas: 2925.12 mg; Sód: 2823.15 mg;

		SIE- D01/WE Wegetariańska	SIE- D04 Wegańska	SIE- Pooperacyjna
2026-04-14 wtorek	Śniadanie	Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 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>) Dżem 25 g 1 szt Rzodkiew biała 80 g Jabłko 150 g Salata zielona 20 g	Kasza manna na wodzie 300 ml (<u>GLU PSZ,</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Hummus z ciecierzycy 80 g Dżem 25 g 1 szt Rzodkiew biała 80 g Salata zielona 20 g	Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Bułka pszenna długa krojona 90 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 25 g Twarożek 80 g (<u>MLE,</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	II ŚN		Jabłko 150 g	Jabłko pieczone 150 g
	Obiad	Ogórkowa z ziemniakami () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Kotlety sojowe 100 g (<u>SOJ,</u>) Sos meksykański 80 g (<u>GLU PSZ,</u>) Ryż na sypko (brązowy) 160 g Surówka z kapusty białej z olejem () 75 g Buraczki gotowane () 75 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Brokułowa z ziemniakami (bez mleka) () 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Kotlety sojowe 100 g (<u>SOJ,</u>) Sos meksykański 80 g (<u>GLU PSZ,</u>) Ryż na sypko (brązowy) 160 g Surówka z kapusty białej z olejem () 75 g Buraczki gotowane () 75 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Brokułowa z ziemniakami () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Ziemniaki gotowane () 160 g Szynka wieprzowa gotowana 100 g Sos własny () 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Dynia z wody 150 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml
	PD			
	Kolacja	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Ser żółty 50 g (<u>MLE,</u>) Miód (25g) 1 szt Pomidor 80 g Salata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Pasta z kalafiora z natką pietruszki 80 g Tofu 50 g (<u>SOJ,</u>) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 90 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Szynka zielonogórska- wieprzowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 50 g (<u>SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR,</u>) Miód (25g) 1 szt
	PN	Przecier owocowy jabłko-truskawka 120g 1 szt		Biszkopty b/ml 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>)
	Wartość energetyczna: 2118.40 kcal; Białko ogółem: 87.56 g; Tłuszcz: 52.83 g; Kw. tł. nasy.: 27.69 g; Węglowodany ogółem: 351.52 g; W tym cukry: 105.74 g; Błonnik pok.: 40.46 g; Sól: 5.68 g; WW: 31.13 Por; Ener z B.: 16.53 %; Ener z W.: 66.38 %; Ener. z T.: 22.44 %; Potas: 3036.37 mg; Sód: 2268.83 mg;	Wartość energetyczna: 1852.36 kcal; Białko ogółem: 64.45 g; Tłuszcz: 45.89 g; Kw. tł. nasy.: 7.61 g; Węglowodany ogółem: 325.52 g; W tym cukry: 72.30 g; Błonnik pok.: 46.38 g; Sól: 4.95 g; WW: 27.93 Por; Ener z B.: 13.92 %; Ener z W.: 70.29 %; Ener. z T.: 22.29 %; Potas: 2870.47 mg; Sód: 1966.28 mg;	Wartość energetyczna: 1969.37 kcal; Białko ogółem: 98.51 g; Tłuszcz: 41.28 g; Kw. tł. nasy.: 20.71 g; Węglowodany ogółem: 308.95 g; W tym cukry: 73.54 g; Błonnik pok.: 18.07 g; Sól: 5.43 g; WW: 29.13 Por; Ener z B.: 20.01 %; Ener z W.: 62.75 %; Ener. z T.: 18.86 %; Potas: 3843.43 mg; Sód: 2172.49 mg;	

		SIE- D01/WE Wegetariańska	SIE- D04 Wegańska	SIE- Pooperacyjna
2026-04-15 środa	Śniadanie	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (<u>MLE.</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Paszтет rybno- warzywny (Morszczuk) 100 g (<u>GLU PSZ. JAJ. RYB.</u>) Banan 150 g Ogórek kiszony 80 g Salata zielona 20 g	Kasza kukurydziana na wodzie 300 ml Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Pasta z fasoli 100 g Ogórek kiszony 80 g Salata zielona 20 g	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (<u>MLE.</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 90 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Połędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g (<u>SOJ.</u>) Dżem 25 g 1 szt
	II ŚN		Banan 150 g	
	Obiad	Pieczarkowa z makaronem () 300 ml (<u>GLU PSZ. MLE. SEL. SO2.</u>) Ziemniaki gotowane () 160 g Kotlet z jaj 100 g (<u>GLU PSZ. JAJ.</u>) Sos pietruszkowy 80 ml (<u>GLU PSZ. MLE. SEL.</u>) Fasolka szparagowa z wody* 75 g Surówka z marchwi z olejem b/c () 75 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Jarzynowa z makaronem (bez mleka) () 300 ml (<u>GLU PSZ. SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 160 g Falafele klopsiki z ciecierzycy 100 g (<u>GLU PSZ. SEL.</u>) Sos pietruszkowy (bez mleka) 80 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Fasolka szparagowa z wody* 75 g Surówka z marchwi z olejem b/c () 75 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Jarzynowa z makaronem (bez mleka) () 300 ml (<u>GLU PSZ. SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 160 g Zrazik drobiowy z udźca pieczony mielony 100 g (<u>GLU PSZ. JAJ.</u>) Sos pietruszkowy 80 ml (<u>GLU PSZ. MLE. SEL.</u>) Marchew gotowana z olejem () 150 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml
	PD			
	Kolacja	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Paszтет sojowy z pomidorami 80 g (<u>SOJ. GOR.</u>) Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt (<u>MLE. może zawierać: RYB. OZI. MLE.</u>) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Paszтет sojowy z pomidorami 80 g (<u>SOJ. GOR.</u>) Dżem 25 g 1 szt Pomidor 80 g Salata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 90 g (<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>)
	PN	Ciasto drożdżowe 50 g (<u>GLU PSZ. JAJ. MLE.</u>)	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt Pieczywo chrupkie ekstrudowane-żytnie 30 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT. GLU JĘCZ.</u>)	Ciasto drożdżowe 50 g (<u>GLU PSZ. JAJ. MLE.</u>)
		Wartość energetyczna: 2522.15 kcal; Białko ogółem: 88.84 g; Tłuszcz: 82.32 g; Kw. tł. nasy.: 25.66 g; Węglowodany ogółem: 355.62 g; W tym cukry: 74.03 g; Błonnik pok.: 33.73 g; Sól: 8.86 g; WW: 32.20 Por; Ener z B.: 14.09 %; Ener z W.: 56.40 %; Ener. z T.: 29.37 %; Potas: 4010.31 mg; Sód: 3546.21 mg;	Wartość energetyczna: 2245.89 kcal; Białko ogółem: 69.36 g; Tłuszcz: 63.28 g; Kw. tł. nasy.: 9.18 g; Węglowodany ogółem: 385.46 g; W tym cukry: 65.24 g; Błonnik pok.: 44.22 g; Sól: 9.80 g; WW: 34.29 Por; Ener z B.: 12.35 %; Ener z W.: 68.65 %; Ener. z T.: 25.36 %; Potas: 3970.91 mg; Sód: 3985.14 mg;	Wartość energetyczna: 2162.12 kcal; Białko ogółem: 80.86 g; Tłuszcz: 54.87 g; Kw. tł. nasy.: 19.14 g; Węglowodany ogółem: 324.07 g; W tym cukry: 83.04 g; Błonnik pok.: 21.48 g; Sól: 5.60 g; WW: 30.42 Por; Ener z B.: 14.96 %; Ener z W.: 59.95 %; Ener. z T.: 22.84 %; Potas: 3487.31 mg; Sód: 2249.86 mg;

Oznaczenia wskaźników odż.:

Wartość energetyczna - Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal],
Białko ogółem - Białko ogółemwg rozp. 1169/2011,
Tłuszcz - Tłuszcz,
Węglowodany ogółem - Węglowodany ogółem,
Sód - Sód,
Sól - Sól,
Potas - Potas,
Kw. tł. nasy. - Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem,
Błonnik pok. - Błonnik pokarmowy,
Ener z B. - % energii z białka,
Ener. z T. - % energii z tłuszczu,
Ener z W. - % energii z węglowodanów,
W tym cukry - w tym cukry,
WW - WW,