

Jadłospisy za okres od dnia 2026-03-30 do dnia 2026-04-05 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- Podstawowa/Ogólna	SIE- Podstawowa wzbogacona	SIE- Położnicza podstawowa	SIE- Położnicza łatwostrawna	SIE- Z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów
2026-03-30 poniedziałek	Śniadanie	<p>Platki jęczmienne na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU JĘCZ.</u>) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<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>) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy parzony w osłonce niejadalnej 50 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Jabłko 150 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml</p>	<p>Platki jęczmienne na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU JĘCZ.</u>) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy parzony w osłonce niejadalnej 50 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g</p>	<p>Platki jęczmienne na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU JĘCZ.</u>) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 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>) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy parzony w osłonce niejadalnej 50 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g</p>	<p>Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 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>) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy parzony w osłonce niejadalnej 50 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml</p>	
	II ŚN		Jabłko 150 g	Jabłko pieczone 150 g	Jabłko 150 g	
	Obiad	<p>Brokułowa z ryżem () 300 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Gulasz warzywny z ciecierzycą* 150 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 180 g Marchew gotowana z olejem () 100 g Surówka z selera i jabłka () 100 g (<u>MLE, SEL.</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml</p>	<p>Brokułowa z ryżem () 300 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Pierogi leniwe 300 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>) Mus z jablek () b/c 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml</p>	<p>Brokułowa z ryżem () 300 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Gulasz warzywny z ciecierzycą* 150 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 180 g Marchew gotowana z olejem () 100 g Surówka z selera i jabłka b/c () 100 g (<u>MLE, SEL.</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml</p>		
	PD		<p>Podplomyki b/c 20 g (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)</p>		<p>Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt Pieczywo chrupkie ekstrudowane-żytnie 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)</p>	
Kolacja	<p>Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Paszтет rybno- warzywny (Morszczuk) 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u>) Schab Benedykta wp parzony z dodatkiem wody 25 g (<u>GLU PSZ, SOJ, SEL, może zawierać: JAJ, OZI, MLE, GOR, SEZ.</u>) Rzodkiew biała 80 g Sałata zielona 20 g</p>	<p>Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Paszтет rybno- warzywny (Morszczuk) 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u>) Schab Benedykta wp parzony z dodatkiem wody 25 g (<u>GLU PSZ, SOJ, SEL, może zawierać: JAJ, OZI, MLE, GOR, SEZ.</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g</p>	<p>Kawa zbożowa b/c 250 ml (<u>GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 100 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>) Schab Benedykta wp parzony z dodatkiem wody 25 g (<u>GLU PSZ, SOJ, SEL, może zawierać: JAJ, OZI, MLE, GOR, SEZ.</u>) Rzodkiew biała 80 g Sałata zielona 20 g</p>			

Jadłospisy za okres od dnia 2026-03-30 do dnia 2026-04-05 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- Podstawowa/Ogólna	SIE- Podstawowa wzbogacona	SIE- Położnicza podstawowa	SIE- Położnicza łatwostrawna	SIE- Z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów
2026-03-30 poniedziałek	PN	Wafle ryżowe 30 g Dżem 25 g 1 szt				Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Szynka zielonogórska- wieprzowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 25 g (SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR.) Sałata zielona 10 g
		Wartość energetyczna: 2301.27 kcal; Białko ogółem: 86.68 g; Tłuszcz: 59.42 g; Kw. tł. nasy.: 24.17 g; Węglowodany ogółem: 385.71 g; W tym cukry: 101.44 g; Błonnik pok.: 46.35 g; Sól: 8.67 g; WW: 34.07 Por; Ener z B.: 15.07 %; Ener z W.: 67.04 %; Ener. z T.: 23.24 %; Potas: 4785.63 mg; Sód: 3464.64 mg;	Wartość energetyczna: 2501.07 kcal; Białko ogółem: 97.18 g; Tłuszcz: 64.11 g; Kw. tł. nasy.: 26.57 g; Węglowodany ogółem: 418.11 g; W tym cukry: 124.09 g; Błonnik pok.: 46.80 g; Sól: 8.82 g; WW: 37.31 Por; Ener z B.: 15.54 %; Ener z W.: 66.87 %; Ener. z T.: 23.07 %; Potas: 5054.13 mg; Sód: 3535.14 mg;		Wartość energetyczna: 2501.44 kcal; Białko ogółem: 106.31 g; Tłuszcz: 64.09 g; Kw. tł. nasy.: 28.38 g; Węglowodany ogółem: 396.90 g; W tym cukry: 107.96 g; Błonnik pok.: 24.41 g; Sól: 7.27 g; WW: 37.41 Por; Ener z B.: 17.00 %; Ener z W.: 63.47 %; Ener. z T.: 23.06 %; Potas: 3127.15 mg; Sód: 2916.90 mg;	Wartość energetyczna: 2151.64 kcal; Białko ogółem: 87.19 g; Tłuszcz: 59.42 g; Kw. tł. nasy.: 24.18 g; Węglowodany ogółem: 362.70 g; W tym cukry: 51.94 g; Błonnik pok.: 58.40 g; Sól: 9.05 g; WW: 30.45 Por; Ener z B.: 16.21 %; Ener z W.: 67.43 %; Ener. z T.: 24.85 %; Potas: 4885.65 mg; Sód: 3619.95 mg;
2026-03-31 wtorek	Śniadanie	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Twarożek 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 Banan 150 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Twarożek 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 Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Twarożek 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	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Twarożek 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	Maślanka 150 ml (MLE.) Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Twarożek 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 Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml
	II ŚN			Banan 150 g	Jabłko 150 g	
	Obiad	Pieczarkowa z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, S02.) Makaron 180 g (GLU PSZ.) Szynka wieprzowa gotowana 100 g Sos szpinakowy* 80 ml (GLU PSZ.) Dynia duszona z olejem* 100 g (GLU PSZ.) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml	Pieczarkowa z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, S02.) Makaron 180 g (GLU PSZ.) Szynka wieprzowa gotowana 100 g Sos szpinakowy* 80 ml (GLU PSZ.) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g Dynia duszona z olejem* 100 g (GLU PSZ.) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml	Solferino () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Makaron 180 g (GLU PSZ.) Pulpet wieprzowy 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos szpinakowy* 80 ml (GLU PSZ.) Dynia duszona z olejem* 100 g (GLU PSZ.) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml	Pieczarkowa z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, S02.) Makaron pełnoziarnisty 180 g (GLU PSZ.) Szynka wieprzowa gotowana 100 g Sos szpinakowy* 80 ml (GLU PSZ.) Dynia duszona z olejem* 100 g (GLU PSZ.) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml	

Jadłospisy za okres od dnia 2026-03-30 do dnia 2026-04-05 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- Podstawowa/Ogólna	SIE- Podstawowa wzbogacona	SIE- Położnicza podstawowa	SIE- Położnicza łatwostrawna	SIE- Z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów
2026-03-31 wtorek	PD			Jogurt brzoskwinowy 150g 1 szt (MLE) Ciasto drożdżowe 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE)		Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło extra 82% 5 g (MLE) Szynka gotowana wieprzowa wędzona parzona, zawiera wodę dodaną, w siatce niejadalnej 20 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU OW) Sałata zielona 20 g
	Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Galaretką drobiową z udźcem z kurczaka () 200 g (SEL) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 25 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR) Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Galaretką drobiową z udźcem z kurczaka () 200 g (SEL) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 25 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR) Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Galaretką drobiową z udźcem z kurczaka () 200 g (SEL) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 25 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Galaretką drobiową z udźcem z kurczaka () 200 g (SEL) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 25 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR) Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g	
	PN	Mus- przecier owocowy jablko 100g (tubka) 1 szt				
		Wartość energetyczna: 2260.09 kcal; Białko ogółem: 113.53 g; Tłuszcz: 52.98 g; Kw. tł. nasy.: 22.61 g; Węglowodany ogółem: 356.06 g; W tym cukry: 104.02 g; Błonnik pok.: 30.77 g; Sól: 8.06 g; WW: 32.51 Por; Ener z B.: 20.09 %; Ener z W.: 63.02 %; Ener. z T.: 21.10 %; Potas: 4168.70 mg; Sód: 3219.46 mg;	Wartość energetyczna: 2641.59 kcal; Białko ogółem: 122.28 g; Tłuszcz: 58.48 g; Kw. tł. nasy.: 25.61 g; Węglowodany ogółem: 403.71 g; W tym cukry: 132.17 g; Błonnik pok.: 19.92 g; Sól: 8.57 g; WW: 37.16 Por; Ener z B.: 18.52 %; Ener z W.: 61.13 %; Ener. z T.: 19.92 %; Potas: 4468.70 mg; Sód: 3431.96 mg;	Wartość energetyczna: 2786.69 kcal; Białko ogółem: 118.99 g; Tłuszcz: 65.87 g; Kw. tł. nasy.: 26.81 g; Węglowodany ogółem: 418.15 g; W tym cukry: 136.31 g; Błonnik pok.: 26.69 g; Sól: 7.13 g; WW: 39.23 Por; Ener z B.: 17.08 %; Ener z W.: 60.02 %; Ener. z T.: 21.28 %; Potas: 4520.71 mg; Sód: 2860.05 mg;	Wartość energetyczna: 2153.66 kcal; Białko ogółem: 119.29 g; Tłuszcz: 56.96 g; Kw. tł. nasy.: 23.50 g; Węglowodany ogółem: 332.72 g; W tym cukry: 47.54 g; Błonnik pok.: 46.18 g; Sól: 11.15 g; WW: 28.63 Por; Ener z B.: 22.16 %; Ener z W.: 61.80 %; Ener. z T.: 23.80 %; Potas: 4161.18 mg; Sód: 4453.02 mg;	
2026-04-01 środa	Śniadanie	Makaron na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Szynka zielonogórska- wieprzowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 50 g (SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR) Ser żółty 25 g (MLE) Sałatka jarzynowa () 100 g (JAJ, MLE, SEL, GOR) Sałata zielona 20 g	Makaron na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Chleb razowy żytnio-pszenny 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) Ser żółty 25 g (MLE) Sałatka jarzynowa () 100 g (JAJ, MLE, SEL, GOR) Sałata zielona 20 g	Makaron na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) 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 dod. b.sojowego i wody 25 g (SOJ) Sałatka jarzynowa - dieta () 100 g (MLE, SEL) Sałata zielona 20 g	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Szynka zielonogórska- wieprzowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 50 g (SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR) Ser żółty 25 g (MLE) Sałatka jarzynowa - dieta () 100 g (MLE, SEL) Sałata zielona 20 g	

Jadłospisy za okres od dnia 2026-03-30 do dnia 2026-04-05 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- Podstawowa/Ogólna	SIE- Podstawowa wzbogacona	SIE- Położnicza podstawowa	SIE- Położnicza łatwostrawna	SIE- Z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów
II ŚN			Mandarynka 150 g		Jabłko pieczone 150 g	Jabłko 150 g
Obiad		Grycikowa () 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Kotlet mielony drobiowy 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Ziemniaki gotowane () 180 g Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 100 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Grycikowa () 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki gotowane () 180 g Kotlet mielony drobiowy 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Ziemniaki gotowane () 180 g Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 100 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Grycikowa () 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Kotlet mielony drobiowy 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Ziemniaki gotowane () 180 g Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 100 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Ryżowa () 300 ml (MLE, SEL.) Zrazik drobiowy z udźca pieczony mielony 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Ziemniaki gotowane () 180 g Sos jarzynowy () 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 100 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Grycikowa () 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Zrazik drobiowy z udźca pieczony mielony 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Ziemniaki gotowane () 180 g Sos jarzynowy () 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 100 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml
PD			Budyń o smaku waniliowym z/c 200 ml (MLE.)			Sok pomidorowy 0,3l 1 szt
2026-04-01 środa	Kolacja		Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Pasta z soczewicy czerwonej 80 g Połędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 25 g (SOJ.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g		Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Połędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 25 g (SOJ.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Pasta z soczewicy czerwonej 80 g Połędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 25 g (SOJ.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g
	PN		Mleko Smakowe UHT 1,5% tł 0,2l 1 szt (MLE.) Biszkopty 30 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JĘCZ.)			Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalanej 25 g (SOJ, SEL, może zawierać: MLE, GOR.) Sałata zielona 10 g
		Wartość energetyczna: 2637.71 kcal; Białko ogółem: 101.03 g; Tłuszcz: 84.29 g; Kw. tł. nasy.: 28.04 g; Węglowodany ogółem: 404.80 g; W tym cukry: 81.74 g; Błonnik pok.: 35.35 g; Sól: 8.16 g; WW: 36.98 Por; Ener z B.: 15.32 %; Ener z W.: 61.39 %; Ener. z T.: 28.76 %; Potas: 4301.95 mg; Sód: 3261.52 mg;	Wartość energetyczna: 2839.11 kcal; Białko ogółem: 107.70 g; Tłuszcz: 88.31 g; Kw. tł. nasy.: 30.42 g; Węglowodany ogółem: 439.36 g; W tym cukry: 106.74 g; Błonnik pok.: 35.39 g; Sól: 8.38 g; WW: 40.45 Por; Ener z B.: 15.17 %; Ener z W.: 61.90 %; Ener. z T.: 28.00 %; Potas: 4585.89 mg; Sód: 3350.18 mg;	Wartość energetyczna: 2542.10 kcal; Białko ogółem: 101.20 g; Tłuszcz: 67.87 g; Kw. tł. nasy.: 25.29 g; Węglowodany ogółem: 405.04 g; W tym cukry: 107.00 g; Błonnik pok.: 24.23 g; Sól: 8.07 g; WW: 38.14 Por; Ener z B.: 15.92 %; Ener z W.: 63.73 %; Ener. z T.: 24.03 %; Potas: 4040.32 mg; Sód: 3235.77 mg;	Wartość energetyczna: 2251.33 kcal; Białko ogółem: 95.42 g; Tłuszcz: 70.51 g; Kw. tł. nasy.: 26.70 g; Węglowodany ogółem: 343.93 g; W tym cukry: 43.52 g; Błonnik pok.: 38.51 g; Sól: 10.65 g; WW: 30.51 Por; Ener z B.: 16.95 %; Ener z W.: 61.11 %; Ener. z T.: 28.19 %; Potas: 4492.99 mg; Sód: 4268.46 mg;	

Jadłospisy za okres od dnia 2026-03-30 do dnia 2026-04-05 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- Podstawowa/Ogólna	SIE- Podstawowa wzbogacona	SIE- Położnicza podstawowa	SIE- Położnicza łatwostrawna	SIE- Z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów
2026-04-02 czwartek	Śniadanie	<p>Płatki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<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>) Szynekowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt (<u>MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE.</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Banan 150 g</p>	<p>Płatki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<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>) Szynekowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt (<u>MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE.</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g</p>	<p>Płatki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 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>) Szynekowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt (<u>MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE.</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g</p>	<p>Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<u>MLE.</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 50 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>) Szynekowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt (<u>MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE.</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g</p>	
	II ŚN		Banan 150 g			Jabłko 150 g
	Obiad	<p>Barszcz biały z ziemniakami () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT.</u>) Risotto (ryż brązowy) z mięsem wieprzowym i warzywami () 300 g (<u>SEL.</u>) Fasolka szparagowa z wody* 100 g Surówka z marchwi i selera () 100 g (<u>MLE, SEL.</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml</p>	<p>Ziemniaczana () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Risotto z mięsem wieprzowym i warzywami () 300 g (<u>SEL.</u>) Fasolka szparagowa z wody* 100 g Surówka z marchwi i selera () 100 g (<u>MLE, SEL.</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml</p>			<p>Barszcz biały z ziemniakami () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT.</u>) Risotto (ryż brązowy) z mięsem wieprzowym i warzywami () 300 g (<u>SEL.</u>) Fasolka szparagowa z wody* 100 g Surówka z marchwi i selera b/c () 100 g (<u>MLE, SEL.</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml</p>
	PD		<p>Maślanka truskawkowa 150 ml (<u>MLE.</u>) Herbatniki 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u>)</p>			<p>Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) Płatki owsiane 20 g (<u>GLU OW.</u>)</p>
Kolacja	<p>Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Makaron z serem 300 g (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Mus z jabłek () z/c 100 g</p>	<p>Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Pierogi z serem* 300 g (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Mus z jabłek () z/c 100 g</p>			<p>Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Twarożek 80 g (<u>MLE.</u>) Szynek Delikatesowa z kurczaka produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 25 g (<u>może zawierać: MLE, GOR.</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g</p>	

Jadłospisy za okres od dnia 2026-03-30 do dnia 2026-04-05 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- Podstawowa/Ogólna	SIE- Podstawowa wzbogacona	SIE- Położnicza podstawowa	SIE- Położnicza łatwostrawna	SIE- Z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów
2026-04-02 czwartek	PN	Bułka maślana 1 szt 1 szt (<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 JĘCZ.</u>)
		Wartość energetyczna: 2628.72 kcal; Białko ogółem: 101.95 g; Tłuszcz: 61.09 g; Kw. tł. nasy.: 23.97 g; Węglowodany ogółem: 437.43 g; W tym cukry: 116.97 g; Błonnik pok.: 38.89 g; Sól: 6.00 g; WW: 40.02 Por; Ener z B.: 15.51 %; Ener z W.: 66.56 %; Ener. z T.: 20.92 %; Potas: 4178.42 mg; Sód: 2396.24 mg;	Wartość energetyczna: 2870.52 kcal; Białko ogółem: 109.21 g; Tłuszcz: 66.64 g; Kw. tł. nasy.: 25.89 g; Węglowodany ogółem: 478.47 g; W tym cukry: 127.02 g; Błonnik pok.: 39.28 g; Sól: 6.37 g; WW: 44.10 Por; Ener z B.: 15.22 %; Ener z W.: 66.67 %; Ener. z T.: 20.89 %; Potas: 4215.32 mg; Sód: 2545.04 mg;	Wartość energetyczna: 3070.71 kcal; Białko ogółem: 117.59 g; Tłuszcz: 70.80 g; Kw. tł. nasy.: 26.44 g; Węglowodany ogółem: 511.88 g; W tym cukry: 115.41 g; Błonnik pok.: 44.18 g; Sól: 6.40 g; WW: 47.02 Por; Ener z B.: 15.32 %; Ener z W.: 66.68 %; Ener. z T.: 20.75 %; Potas: 3984.40 mg; Sód: 2561.75 mg;	Wartość energetyczna: 3100.09 kcal; Białko ogółem: 117.45 g; Tłuszcz: 70.36 g; Kw. tł. nasy.: 25.65 g; Węglowodany ogółem: 520.59 g; W tym cukry: 113.21 g; Błonnik pok.: 36.97 g; Sól: 6.50 g; WW: 48.65 Por; Ener z B.: 15.15 %; Ener z W.: 67.17 %; Ener. z T.: 20.43 %; Potas: 3759.96 mg; Sód: 2601.09 mg;	Wartość energetyczna: 2148.77 kcal; Białko ogółem: 95.44 g; Tłuszcz: 62.13 g; Kw. tł. nasy.: 26.85 g; Węglowodany ogółem: 335.74 g; W tym cukry: 53.61 g; Błonnik pok.: 50.48 g; Sól: 6.77 g; WW: 28.67 Por; Ener z B.: 17.77 %; Ener z W.: 62.50 %; Ener. z T.: 26.02 %; Potas: 4275.74 mg; Sód: 2703.79 mg;
2026-04-03 piątek	Śniadanie	Kasza manna na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Serek wiejski lekki 3% tł 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) Dżem 25 g 1 szt Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Jabłko 150 g	Kasza manna na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Serek wiejski lekki 3% tł 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) Dżem 25 g 1 szt Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Kasza manna na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>) Chleb mieszany żytnio-pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Serek wiejski lekki 3% tł 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) Dżem 25 g 1 szt Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Kasza manna na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Serek wiejski lekki 3% tł 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) Dżem 25 g 1 szt Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g	Maślanka 150 ml (<u>MLE.</u>) Kawa zbożowa b/c 250 ml (<u>GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 100 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>) Ser żółty 25 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g
	II ŚN		Jabłko 150 g	Jabłko pieczone 150 g	Jabłko 150 g	
	Obiad	Dyniowa z makaronem () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ryba pieczona (Morszczuk) 120 g (<u>RYB.</u>) Sos cytrynowy 80 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Ziemniaki gotowane () 180 g Szpinak gotowany z olejem* 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Surówka z kapusty czerwonej z olejem 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml	Dyniowa z makaronem () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 180 g Ryba pieczona (Morszczuk) 120 g (<u>RYB.</u>) Sos cytrynowy 80 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Surówka z kapusty czerwonej z olejem 100 g Szpinak gotowany z olejem* 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml	Dyniowa z makaronem () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 180 g Ryba pieczona (Morszczuk) 120 g (<u>RYB.</u>) Sos cytrynowy 80 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Szpinak gotowany z olejem* 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 100 g (<u>SEL.</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml	Dyniowa z makaronem () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 180 g Ryba pieczona (Morszczuk) 120 g (<u>RYB.</u>) Sos cytrynowy 80 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Szpinak gotowany z olejem* 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml	
PD		Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) Mieszanka studencka 30 g (<u>OZI, ORZ.</u>)	Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) Biszkopty 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JĘCZ.</u>)	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt		

Jadłospisy za okres od dnia 2026-03-30 do dnia 2026-04-05 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- Podstawowa/Ogólna	SIE- Podstawowa wzbogacona	SIE- Położnicza podstawowa	SIE- Położnicza łatwostrawna	SIE- Z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów
2026-04-03 piątek	Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Pasta z jaj z natką pietruszki i cebulą 80 g (JAJ, MLE, GOR.) Hummus 50 g (SEZ.) Ogórek kiszony 80 g Salata zielona 20 g		Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 50 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 jaj z natką pietruszki i cebulą 80 g (JAJ, MLE, GOR.) Miód (25g) 1 szt Ogórek kiszony 80 g Salata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 80 g (JAJ, MLE.) Miód (25g) 1 szt Pomidor 80 g Salata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 80 g (JAJ, MLE.) Hummus 50 g (SEZ.) Ogórek kiszony 80 g Salata zielona 20 g
	PN	Przecier owocowy jabłko-truskawka 100g 1 szt Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 30 g				Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Twarożek z ziołami 40 g (MLE.) Salata zielona 10 g
		Wartość energetyczna: 2641.43 kcal; Białko ogółem: 121.23 g; Tłuszcz: 83.28 g; Kw. tł. nasy.: 24.08 g; Węglowodany ogółem: 374.11 g; W tym cukry: 105.17 g; Błonnik pok.: 31.39 g; Sól: 9.12 g; WW: 34.33 Por; Ener z B.: 18.36 %; Ener z W.: 56.65 %; Ener. z T.: 28.38 %; Potas: 4383.22 mg; Sód: 3635.62 mg;	Wartość energetyczna: 2903.03 kcal; Białko ogółem: 133.53 g; Tłuszcz: 95.73 g; Kw. tł. nasy.: 26.48 g; Węglowodany ogółem: 405.61 g; W tym cukry: 127.82 g; Błonnik pok.: 31.84 g; Sól: 9.44 g; WW: 37.48 Por; Ener z B.: 18.40 %; Ener z W.: 55.89 %; Ener. z T.: 29.68 %; Potas: 4651.72 mg; Sód: 3774.82 mg;	Wartość energetyczna: 2816.78 kcal; Białko ogółem: 129.26 g; Tłuszcz: 82.18 g; Kw. tł. nasy.: 25.18 g; Węglowodany ogółem: 420.59 g; W tym cukry: 147.07 g; Błonnik pok.: 31.84 g; Sól: 8.64 g; WW: 38.98 Por; Ener z B.: 18.36 %; Ener z W.: 59.73 %; Ener. z T.: 26.26 %; Potas: 4663.22 mg; Sód: 3456.57 mg;	Wartość energetyczna: 2770.54 kcal; Białko ogółem: 130.24 g; Tłuszcz: 69.74 g; Kw. tł. nasy.: 24.53 g; Węglowodany ogółem: 432.36 g; W tym cukry: 157.48 g; Błonnik pok.: 28.15 g; Sól: 7.37 g; WW: 40.61 Por; Ener z B.: 18.80 %; Ener z W.: 62.42 %; Ener. z T.: 22.65 %; Potas: 4808.82 mg; Sód: 2954.40 mg;	Wartość energetyczna: 2339.33 kcal; Białko ogółem: 127.03 g; Tłuszcz: 84.31 g; Kw. tł. nasy.: 27.78 g; Węglowodany ogółem: 306.63 g; W tym cukry: 46.09 g; Błonnik pok.: 40.14 g; Sól: 11.53 g; WW: 26.64 Por; Ener z B.: 21.72 %; Ener z W.: 52.43 %; Ener. z T.: 32.43 %; Potas: 4522.87 mg; Sód: 4610.01 mg;
2026-04-04 sobota	Śniadanie	Ryż na mleku 300 ml (MLE.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Ser żółty 50 g (MLE.) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 25 g (SOJ.) Salata zielona 20 g Pomidor 80 g Banan 150 g	Ryż na mleku 300 ml (MLE.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Ser żółty 50 g (MLE.) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 25 g (SOJ.) Salata zielona 20 g Pomidor 80 g	Ryż na mleku 300 ml (MLE.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Ser żółty 50 g (MLE.) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 25 g (SOJ.) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g	Ryż na mleku 300 ml (MLE.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 25 g (SOJ.) Serek homo. naturalny 80 g (MLE.) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 25 g (SOJ.) Ser żółty 50 g (MLE.) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g
	II ŚN	Banan 150 g				Jabłko 150 g

Jadłospisy za okres od dnia 2026-03-30 do dnia 2026-04-05 KUCHNIA SIEDLCE

	SIE- Podstawowa/Ogólna	SIE- Podstawowa wzbogacona	SIE- Położnicza podstawowa	SIE- Położnicza łatwostrawna	SIE- Z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów
2026-04-04 sobota	Obiad	Selerowa z ziemniakami - dieta () 300 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Makaron pełnoziarnisty 180 g (<u>GLU PSZ.</u>) Gulasz warzywny z tofu dieta* 150 g (<u>GLU PSZ, SOJ, SEL.</u>) Surówka z marchwi i selera z olejem b/c () 100 g (<u>SEL.</u>) Ogórek kiszony z cebulką z olejem 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Jarzynowa z ziemniakami () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Makaron pełnoziarnisty 180 g (<u>GLU PSZ.</u>) Gulasz warzywny z tofu dieta* 150 g (<u>GLU PSZ, SOJ, SEL.</u>) Surówka z marchwi i selera z olejem b/c () 100 g (<u>SEL.</u>) Ogórek kiszony z cebulką z olejem 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami - dieta () 300 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Makaron 180 g (<u>GLU PSZ.</u>) Gulasz warzywny z tofu dieta* 150 g (<u>GLU PSZ, SOJ, SEL.</u>) Surówka z marchwi i selera z olejem b/c () 200 g (<u>SEL.</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami - dieta () 300 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Makaron pełnoziarnisty 180 g (<u>GLU PSZ.</u>) Gulasz warzywny z tofu dieta* 150 g (<u>GLU PSZ, SOJ, SEL.</u>) Surówka z marchwi i selera z olejem b/c () 100 g (<u>SEL.</u>) Ogórek kiszony z cebulką z olejem 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml
		PD	Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt		
2026-04-04 sobota	Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa, wędzona, z wodą dodaną. 50 g (<u>SOJ.</u>) Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt (<u>MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE.</u>) Surówka z rzodkwi i czarnuszki 80 g Salata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa, wędzona, z wodą dodaną. 50 g (<u>SOJ.</u>) Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt (<u>MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE.</u>) Salata zielona 20 g Surówka z rzodkwi i czarnuszki 80 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa, wędzona, z wodą dodaną. 50 g (<u>SOJ.</u>) Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt (<u>MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE.</u>) Salata zielona 20 g Pomidor 80 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa, wędzona, z wodą dodaną. 50 g (<u>SOJ.</u>) Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt (<u>MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE.</u>) Surówka z rzodkwi i czarnuszki 80 g Salata zielona 20 g
		PN	Ciasto drożdżowe 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>)		
	Wartość energetyczna: 2501.46 kcal; Białko ogółem: 84.01 g; Tłuszcz: 75.88 g; Kw. tł. nasy.: 31.45 g; Węglowodany ogółem: 376.34 g; W tym cukry: 99.25 g; Błonnik pok.: 40.58 g; Sól: 10.69 g; WW: 33.71 Por; Ener z B.: 13.43 %; Ener z W.: 60.18 %; Ener. z T.: 27.30 %; Potas: 3807.16 mg; Sód: 4269.71 mg;	Wartość energetyczna: 2577.46 kcal; Białko ogółem: 84.61 g; Tłuszcz: 76.08 g; Kw. tł. nasy.: 31.65 g; Węglowodany ogółem: 394.54 g; W tym cukry: 116.05 g; Błonnik pok.: 40.58 g; Sól: 10.75 g; WW: 35.51 Por; Ener z B.: 13.13 %; Ener z W.: 61.23 %; Ener. z T.: 26.57 %; Potas: 3807.16 mg; Sód: 4293.71 mg;	Wartość energetyczna: 2576.96 kcal; Białko ogółem: 84.59 g; Tłuszcz: 76.02 g; Kw. tł. nasy.: 31.65 g; Węglowodany ogółem: 393.47 g; W tym cukry: 115.13 g; Błonnik pok.: 38.40 g; Sól: 10.64 g; WW: 35.60 Por; Ener z B.: 13.13 %; Ener z W.: 61.07 %; Ener. z T.: 26.55 %; Potas: 3685.03 mg; Sód: 4248.43 mg;	Wartość energetyczna: 2501.60 kcal; Białko ogółem: 85.17 g; Tłuszcz: 57.51 g; Kw. tł. nasy.: 21.32 g; Węglowodany ogółem: 406.14 g; W tym cukry: 120.42 g; Błonnik pok.: 34.36 g; Sól: 8.09 g; WW: 37.33 Por; Ener z B.: 13.62 %; Ener z W.: 64.94 %; Ener. z T.: 20.69 %; Potas: 3897.13 mg; Sód: 3229.56 mg;	Wartość energetyczna: 2164.87 kcal; Białko ogółem: 84.71 g; Tłuszcz: 80.36 g; Kw. tł. nasy.: 32.40 g; Węglowodany ogółem: 323.79 g; W tym cukry: 47.62 g; Błonnik pok.: 52.19 g; Sól: 10.96 g; WW: 27.19 Por; Ener z B.: 15.65 %; Ener z W.: 59.83 %; Ener. z T.: 33.41 %; Potas: 3772.68 mg; Sód: 4375.26 mg;

Jadłospisy za okres od dnia 2026-03-30 do dnia 2026-04-05 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- Podstawowa/Ogólna	SIE- Podstawowa wzbogacona	SIE- Położnicza podstawowa	SIE- Położnicza łatwostrawna	SIE- Z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów
2026-04-05 niedziela	Śniadanie	Platki pszenne 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 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 Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g Jabłko 150 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Sernik 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE,</u>)	Platki pszenne 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 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 Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Sernik 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE,</u>)	Platki pszenne na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ,</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Sałata zielona 20 g Papryka świeża 80 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Sernik 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE,</u>)	Platki pszenne 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 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ,</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Sernik 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE,</u>)	Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<u>MLE,</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ,</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Ciasto drożdżowe b/c 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>)
	II ŚN		Jabłko 150 g	Jabłko pieczone 150 g	Jabłko 150 g	
	Obiad	Żurek z ziemniakami () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT,</u>) Schab duszony 100 g Sos własny () 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Ziemniaki gotowane () 180 g Surówka z kapusty białej z olejem () 100 g Buraczki gotowane 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Żurek z ziemniakami () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT,</u>) Ziemniaki gotowane () 180 g Schab duszony 100 g Sos własny () 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Ziemniaki gotowane () 180 g Surówka z kapusty białej z olejem () 100 g Buraczki gotowane 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Żurek z ziemniakami () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT,</u>) Schab duszony 100 g Sos własny () 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Ziemniaki gotowane () 180 g Buraczki gotowane 100 g Surówka z kapusty białej z olejem () 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Wielowarzywna z ziemniakami () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Schab duszony 100 g Sos własny () 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Ziemniaki gotowane () 180 g Buraczki gotowane 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Wielowarzywna z ziemniakami () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Schab duszony 100 g Sos własny () 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Ziemniaki gotowane () 180 g Surówka z kapusty białej z olejem b/c () 100 g Buraczki gotowane 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml
	PD		Kisiel o smaku wiśniowym z jabłkiem z/c 200 ml			Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt Pieczywo chrupkie ekstrudowane-żytnie 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u>)
Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Szynka zielonogórska- wieprzowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 50 g (<u>SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR,</u>) Sałatka jarzynowa - dieta () 200 g (<u>MLE, SEL,</u>) Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Szynka zielonogórska- wieprzowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 50 g (<u>SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR,</u>) Sałatka jarzynowa - dieta () 200 g (<u>MLE, SEL,</u>) Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Szynka zielonogórska- wieprzowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 50 g (<u>SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR,</u>) Sałatka jarzynowa - dieta () 200 g (<u>MLE, SEL,</u>) Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Szynka zielonogórska- wieprzowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 50 g (<u>SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR,</u>) Sałatka jarzynowa - dieta () 200 g (<u>MLE, SEL,</u>) Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Szynka zielonogórska- wieprzowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 50 g (<u>SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR,</u>) Sałatka jarzynowa - dieta () 200 g (<u>MLE, SEL,</u>) Sałata zielona 20 g	

Jadłospisy za okres od dnia 2026-03-30 do dnia 2026-04-05 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- Podstawowa/Ogólna	SIE- Podstawowa wzbogacona	SIE- Położnicza podstawowa	SIE- Położnicza łatwostrawna	SIE- Z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów
2026-04-05 niedziela	PN	Przecier owocowy jabłko-truskawka 100g 1 szt				Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Ser żółty 25 g (MLE.) Sałata zielona 10 g
		Wartość energetyczna: 2380.25 kcal; Białko ogółem: 106.37 g; Tłuszcz: 54.79 g; Kw. tł. nasy.: 22.82 g; Węglowodany ogółem: 397.25 g; W tym cukry: 102.68 g; Błonnik pok.: 41.50 g; Sól: 8.53 g; WW: 35.55 Por; Ener z B.: 17.88 %; Ener z W.: 66.76 %; Ener. z T.: 20.72 %; Potas: 5637.43 mg; Sód: 3417.16 mg;	Wartość energetyczna: 2527.65 kcal; Białko ogółem: 106.57 g; Tłuszcz: 54.95 g; Kw. tł. nasy.: 22.98 g; Węglowodany ogółem: 434.74 g; W tym cukry: 128.74 g; Błonnik pok.: 42.33 g; Sól: 8.57 g; WW: 39.23 Por; Ener z B.: 16.87 %; Ener z W.: 68.80 %; Ener. z T.: 19.56 %; Potas: 5638.89 mg; Sód: 3434.90 mg;	Wartość energetyczna: 2497.91 kcal; Białko ogółem: 108.28 g; Tłuszcz: 51.26 g; Kw. tł. nasy.: 22.63 g; Węglowodany ogółem: 422.36 g; W tym cukry: 124.31 g; Błonnik pok.: 32.81 g; Sól: 7.94 g; WW: 38.89 Por; Ener z B.: 17.34 %; Ener z W.: 67.63 %; Ener. z T.: 18.47 %; Potas: 5384.00 mg; Sód: 3183.89 mg;	Wartość energetyczna: 2501.98 kcal; Białko ogółem: 112.48 g; Tłuszcz: 61.72 g; Kw. tł. nasy.: 27.77 g; Węglowodany ogółem: 393.27 g; W tym cukry: 53.36 g; Błonnik pok.: 53.40 g; Sól: 8.75 g; WW: 33.98 Por; Ener z B.: 17.98 %; Ener z W.: 62.87 %; Ener. z T.: 22.20 %; Potas: 5633.45 mg; Sód: 3503.34 mg;	

Jadłospisy za okres od dnia 2026-03-30 do dnia 2026-04-05 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- Z ogr. łatwoprzyswajalnych węgl. b/ml	SIE- Cukrzyca lekko strawna	SIE- Płynna 3x/Płynna wzb. 5x	SIE- Płynna wzbogacona b/ml	SIE- Papkowata
2026-03-30 poniedziałek	Śniadanie	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 50 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 Szyńka z piersią kurczaka-wędł.z drob.gr.rozd.parzo.w ost.niejadalnej 50 g (<u>SOJ.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy parzony w osłonce niejadalnej 50 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Płynna śniadanie mleczna-SIED 500 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Płynna śniadanie bezmleczna-SIED 500 ml (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Kasza manna na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy parzony w osłonce niejadalnej mielona 25 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.</u>) Pasta z jaj 80 g (<u>JAJ, MLE.</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 100 g (<u>SEL.</u>)
	II ŚN	Jabłko 150 g	Jabłko pieczone 150 g	Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)	Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml	Jabłko pieczone 150 g
	Obiad	Brokułowa z ryżem (bez mleka) () 300 ml (<u>SEL.</u>) Gulasz warzywny z ciecierzycą* 150 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 180 g Marchew gotowana z olejem () 100 g Surówka z selera i jabłka z olejem b/c 100 g (<u>SEL.</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml	Brokułowa z ryżem () 300 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Gulasz warzywny z tofu dieta* 150 g (<u>GLU PSZ, SOJ, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 180 g Marchew gotowana z olejem () 100 g Surówka z selera i jabłka b/c () 100 g (<u>MLE, 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		Brokułowa z ryżem () 300 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane puree () 180 g (<u>MLE.</u>) Pulpet drobiowy rozdrobniony 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos ziołowy () 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Marchew gotowana z olejem () 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml
	PD	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt Pieczywo chrupkie ekstrudowane-żytnie 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>)	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt Podplomyki b/c 20 g (<u>GLU PSZ, MLE.</u>)	Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml		Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)
	Kolacja	Kawa zbożowa b/c 250 ml (<u>GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 100 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>) Szyńka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 25 g (<u>SOJ.</u>) Rzodkiew biała 80 g Sałata zielona 20 g	Kawa zbożowa b/c 250 ml (<u>GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 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>) Schab Benedykta wp parzony z dodatkiem wody 25 g (<u>GLU PSZ, SOJ, SEL, może zawierać: JAJ, OZI, MLE, GOR, SEZ.</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Płynna kolacja *()-SIED 500 ml (<u>SEL.</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml		Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Paszтет rybno- warzywny (Morszczuk) 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u>) Schab Benedykta wp parzony z dodatkiem wody mielona 25 g (<u>GLU PSZ, SOJ, SEL, może zawierać: JAJ, OZI, MLE, GOR, SEZ.</u>) Szpinak gotowany z olejem* 100 g (<u>GLU PSZ.</u>)

Jadłospisy za okres od dnia 2026-03-30 do dnia 2026-04-05 KUCHNIA SIEDLCE

	SIE- Z ogr. łatwoprzyswajalnych węgl. b/ml	SIE- Cukrzyca lekko strawna	SIE- Płynna 3x/Płynna wzb. 5x	SIE- Płynna wzbogacona b/ml	SIE- Papkowata	
2026-03-30 poniedziałek	PN	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Połędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 25 g (SOJ.) Salata zielona 10 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Szynka zielonogórska- wieprzowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 25 g (SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR.) Salata zielona 10 g	Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml	Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt	
		Wartość energetyczna: 1976.00 kcal; Białko ogółem: 80.67 g; Tłuszcz: 52.89 g; Kw. tł. nasy.: 11.23 g; Węglowodany ogółem: 350.61 g; W tym cukry: 43.82 g; Błonnik pok.: 56.69 g; Sól: 9.08 g; WW: 29.47 Por; Ener z B.: 16.33 %; Ener z W.: 70.97 %; Ener. z T.: 24.09 %; Potas: 4435.23 mg; Sód: 3626.89 mg;	Wartość energetyczna: 2159.80 kcal; Białko ogółem: 85.89 g; Tłuszcz: 60.56 g; Kw. tł. nasy.: 24.33 g; Węglowodany ogółem: 345.13 g; W tym cukry: 46.89 g; Błonnik pok.: 40.14 g; Sól: 9.89 g; WW: 30.45 Por; Ener z B.: 15.91 %; Ener z W.: 63.92 %; Ener. z T.: 25.24 %; Potas: 4171.91 mg; Sód: 3950.31 mg;	Wartość energetyczna: 2191.36 kcal; Białko ogółem: 93.50 g; Tłuszcz: 80.06 g; Kw. tł. nasy.: 17.98 g; Węglowodany ogółem: 288.58 g; W tym cukry: 90.19 g; Błonnik pok.: 29.72 g; Sól: 2.24 g; WW: 25.68 Por; Ener z B.: 17.07 %; Ener z W.: 52.68 %; Ener. z T.: 32.88 %; Potas: 5321.85 mg; Sód: 874.82 mg;	Wartość energetyczna: 1993.49 kcal; Białko ogółem: 73.99 g; Tłuszcz: 68.81 g; Kw. tł. nasy.: 8.76 g; Węglowodany ogółem: 283.86 g; W tym cukry: 81.22 g; Błonnik pok.: 29.75 g; Sól: 1.61 g; WW: 25.20 Por; Ener z B.: 14.85 %; Ener z W.: 56.96 %; Ener. z T.: 31.07 %; Potas: 4456.95 mg; Sód: 628.85 mg;	Wartość energetyczna: 2542.20 kcal; Białko ogółem: 113.57 g; Tłuszcz: 73.05 g; Kw. tł. nasy.: 27.57 g; Węglowodany ogółem: 384.31 g; W tym cukry: 129.98 g; Błonnik pok.: 36.49 g; Sól: 8.52 g; WW: 34.77 Por; Ener z B.: 17.87 %; Ener z W.: 60.47 %; Ener. z T.: 25.86 %; Potas: 5034.44 mg; Sód: 3412.19 mg;
2026-03-31 wtorek	Śniadanie	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Hummus 80 g (SEZ.) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 25 g Salata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml	Maślanka 150 ml (MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Twarożek 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.) Salata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa 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	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Twarożek 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.) Kalafior gotowany* 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml
	II ŚN	Jabłko 150 g	Jabłko pieczone 150 g	Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml	Banan 150 g	
	Obiad	Pieczarkowa z ziemniakami (bez mleka) () 300 ml (GLU PSZ, SEL, S02.) Makaron pełnoziarnisty 180 g (GLU PSZ.) Szynka wieprzowa gotowana 100 g Sos szpinakowy* 80 ml (GLU PSZ.) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g Dynia duszona z olejem* 100 g (GLU PSZ.) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml	Solferino () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Makaron 180 g (GLU PSZ.) Szynka wieprzowa gotowana 100 g Sos szpinakowy* 80 ml (GLU PSZ.) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g Dynia duszona z olejem* 100 g (GLU PSZ.) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml	Płynna obiad*()-SIED 500 ml (SEL.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Solferino () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane puree () 180 g (MLE.) Pulpet wieprzowy rozdrobniony 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos szpinakowy* 80 ml (GLU PSZ.) Dynia duszona z olejem* 200 g (GLU PSZ.) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml	

Jadłospisy za okres od dnia 2026-03-30 do dnia 2026-04-05 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- Z ogr. łatwoprzyswajalnych węgl. b/ml	SIE- Cukrzyca lekko strawna	SIE- Płynna 3x/Płynna wzb. 5x	SIE- Płynna wzbogacona b/ml	SIE- Papkowata
2026-03-31 wtorek	PD	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 20 g (SOJ.) Salata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Szynka gotowana wieprzowa wędzona parzona, zawiera wodę dodaną, w siatce niejadalnej 20 g (SOJ. może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU OW.) Salata zielona 20 g	Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml		Jogurt brzoskwiowy 150g 1 szt (MLE.)
	Kolacja	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Galaretki drobiowa z udźcem z kurczaka () 200 g (SEL.) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodak.wody w osł.niejad 25 g Ogórek kiszony 80 g Salata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Galaretki drobiowa z udźcem z kurczaka () 200 g (SEL.) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 25 g (SOJ. może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g	Płynna kolacja *(-)-SIED 500 ml (SEL.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml		Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Serek a'la homogenizowany z ziołami 80 g (MLE.) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona mielona 25 g (SOJ. może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 100 g (SEL.)
	PN	Pieczewo chrupkie ekstrudowane-żytnie 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Sok pomidorowy 0,3l 1 szt	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt Wafle ryżowe 20 g	Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml		Mus- przecier owocowy jabłko 100g (tubka) 1 szt
			Wartość energetyczna: 2283.32 kcal; Białko ogółem: 106.88 g; Tłuszcz: 77.03 g; Kw. tł. nasy.: 16.03 g; Węglowodany ogółem: 330.11 g; W tym cukry: 37.42 g; Błonnik pok.: 46.18 g; Sól: 12.62 g; WW: 28.34 Por; Ener z B.: 18.72 %; Ener z W.: 57.83 %; Ener. z T.: 30.36 %; Potas: 3826.15 mg; Sód: 5035.12 mg;	Wartość energetyczna: 2219.88 kcal; Białko ogółem: 118.12 g; Tłuszcz: 55.91 g; Kw. tł. nasy.: 23.45 g; Węglowodany ogółem: 331.52 g; W tym cukry: 46.48 g; Błonnik pok.: 29.31 g; Sól: 10.49 g; WW: 30.19 Por; Ener z B.: 21.28 %; Ener z W.: 59.74 %; Ener. z T.: 22.67 %; Potas: 3754.81 mg; Sód: 4186.69 mg;	Wartość energetyczna: 2200.29 kcal; Białko ogółem: 87.25 g; Tłuszcz: 77.06 g; Kw. tł. nasy.: 16.19 g; Węglowodany ogółem: 304.00 g; W tym cukry: 100.88 g; Błonnik pok.: 29.75 g; Sól: 2.05 g; WW: 27.26 Por; Ener z B.: 15.86 %; Ener z W.: 55.27 %; Ener. z T.: 31.52 %; Potas: 5023.45 mg; Sód: 801.65 mg;	Wartość energetyczna: 1993.49 kcal; Białko ogółem: 73.99 g; Tłuszcz: 68.81 g; Kw. tł. nasy.: 8.76 g; Węglowodany ogółem: 283.86 g; W tym cukry: 81.22 g; Błonnik pok.: 29.75 g; Sól: 1.61 g; WW: 25.20 Por; Ener z B.: 14.85 %; Ener z W.: 56.96 %; Ener. z T.: 31.07 %; Potas: 4456.95 mg; Sód: 628.85 mg;
2026-04-01 środa	Śniadanie	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 75 g (SOJ.) Sałatka jarzynowa z olejem () 100 g (SEL.) Salata zielona 20 g	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 100 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 dod. b.sojowego i wody 25 g (SOJ.) Sałatka jarzynowa - dieta () 100 g (MLE, SEL.) 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	Platki ryżowe błyskawiczne na mleku 300 g (MLE.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka zielonogórska- wieprzowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa mielona 75 g (SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR.) Kalafior gotowany* 100 g

Jadłospisy za okres od dnia 2026-03-30 do dnia 2026-04-05 KUCHNIA SIEDLCE

	SIE- Z ogr. łatwoprzyswajalnych węgl. b/ml	SIE- Cukrzyca lekko strawna	SIE- Płynna 3x/Płynna wzb. 5x	SIE- Płynna wzbogacona b/ml	SIE- Papkowata
II ŚN	Jabłko 150 g	Jabłko pieczone 150 g	Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml		Jabłko pieczone 1szt. 1 szt
Obiad	Grysikowa () 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki gotowane () 180 g Zrazik drobiowy z udźca pieczony mielony 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos jarzynowy () 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 100 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml		Płynna obiad*(-)-SIED 500 ml (SEL.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml		Grysikowa () 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki gotowane puree () 180 g (MLE.) Zrazik drobiowy z udźca pieczony mielony 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos jarzynowy () 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml
PD	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt		Budyń o smaku waniliowym b/c 200 ml (MLE.)	Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml	Budyń o smaku waniliowym b/c 200 ml (MLE.)
2026-04-01 środa Kolacja	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Połędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 25 g (SOJ.) Pasta z soczewicy czerwonej 80 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Połędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 25 g (SOJ.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Płynna kolacja*(-)-SIED 500 ml (SEL.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml		Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Połędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona mielona 25 g (SOJ.) Pasta z jaj 80 g (JAJ, 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 Szynka z piersią kurczaka-wędl.z drob.gr.rozd.parzo.w ost.niejadalnej 25 g (SOJ.) Sałata zielona 10 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona,w osłonce niejadalanej 25 g (SOJ, SEL, może zawierać: MLE, GOR.) Sałata zielona 10 g	Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml		Biszkopty 30 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JECZ.) Mleko Smakowe UHT 1,5% tł 0,2l 1 szt (MLE.)
	Wartość energetyczna: 2165.59 kcal; Białko ogółem: 89.18 g; Tłuszcz: 66.63 g; Kw. tł. nasy.: 11.76 g; Węglowodany ogółem: 344.09 g; W tym cukry: 45.36 g; Błonnik pok.: 38.85 g; Sól: 11.02 g; WW: 30.58 Por; Ener z B.: 16.47 %; Ener z W.: 63.56 %; Ener z T.: 27.69 %; Potas: 4230.56 mg; Sód: 4412.50 mg;	Wartość energetyczna: 2107.36 kcal; Białko ogółem: 87.03 g; Tłuszcz: 62.67 g; Kw. tł. nasy.: 22.79 g; Węglowodany ogółem: 319.56 g; W tym cukry: 38.85 g; Błonnik pok.: 26.96 g; Sól: 11.54 g; WW: 29.15 Por; Ener z B.: 16.52 %; Ener z W.: 60.66 %; Ener. z T.: 26.76 %; Potas: 3563.99 mg; Sód: 4623.39 mg;	Wartość energetyczna: 2276.16 kcal; Białko ogółem: 93.86 g; Tłuszcz: 81.09 g; Kw. tł. nasy.: 18.58 g; Węglowodany ogółem: 307.19 g; W tym cukry: 102.24 g; Błonnik pok.: 29.76 g; Sól: 2.22 g; WW: 27.58 Por; Ener z B.: 16.50 %; Ener z W.: 53.98 %; Ener. z T.: 32.06 %; Potas: 5305.65 mg; Sód: 868.92 mg;	Wartość energetyczna: 1993.49 kcal; Białko ogółem: 73.99 g; Tłuszcz: 68.81 g; Kw. tł. nasy.: 8.76 g; Węglowodany ogółem: 283.86 g; W tym cukry: 81.22 g; Błonnik pok.: 29.75 g; Sól: 1.61 g; WW: 25.20 Por; Ener z B.: 14.85 %; Ener z W.: 56.96 %; Ener. z T.: 31.07 %; Potas: 4456.95 mg; Sód: 628.85 mg;	Wartość energetyczna: 2532.72 kcal; Białko ogółem: 109.17 g; Tłuszcz: 69.38 g; Kw. tł. nasy.: 26.74 g; Węglowodany ogółem: 387.05 g; W tym cukry: 94.69 g; Błonnik pok.: 21.15 g; Sól: 8.21 g; WW: 36.57 Por; Ener z B.: 17.24 %; Ener z W.: 61.13 %; Ener. z T.: 24.65 %; Potas: 3523.74 mg; Sód: 3283.52 mg;

Jadłospisy za okres od dnia 2026-03-30 do dnia 2026-04-05 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- Z ogr. łatwoprzyswajalnych węgl. b/ml	SIE- Cukrzyca lekko strawna	SIE- Płynna 3x/Płynna wzb. 5x	SIE- Płynna wzbogacona b/ml	SIE- Papkowata
2026-04-02 czwartek	Śniadanie	Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 25 g (SOJ.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt (MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE.) 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 z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad mielona 50 g Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt (MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE.) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (SEL.)
	II ŚN	Jabłko 150 g	Jabłko pieczone 150 g	Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml		Banan 150 g
	Obiad	Ziemniaczana (bez mleka) () 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Risotto (ryż brązowy) z mięsem wieprzowym i warzywami () 300 g (SEL.) Fasolka szparagowa z wody* 100 g Surówka z marchwi i selera z olejem b/c () 100 g (SEL.) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml	Ziemniaczana () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Risotto z mięsem wieprzowym i warzywami () 300 g (SEL.) Fasolka szparagowa z wody* 100 g Surówka z marchwi i selera b/c () 100 g (MLE, SEL.) 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.) Ryż na sypko 200 g Sos pomidorowy 80 ml (GLU PSZ.) Pulpet wieprzowy rozdrobniony 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Marchew gotowana z olejem () 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml
	PD	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 20 g Sałata zielona 20 g	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.) Płatki owsiane 20 g (GLU OW.)	Maślanka truskawkowa 150 ml (MLE.)	Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml	Maślanka truskawkowa 150 ml (MLE.)
	Kolacja	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Połędwica Sopotcka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 75 g (SOJ.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka Delikatesowa z kurczaka produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 25 g (może zawierać: MLE, GOR.) Twarożek 80 g (MLE.) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g	Płynna kolacja *()-SIED 500 ml (SEL.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml		Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka Delikatesowa z kurczaka produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej mielona 25 g (może zawierać: MLE, GOR.) Twarożek 80 g (MLE.) Kalafior gotowany* 100 g

Jadłospisy za okres od dnia 2026-03-30 do dnia 2026-04-05 KUCHNIA SIEDLCE

	SIE- Z ogr. łatwoprzyswajalnych węgl. b/ml	SIE- Cukrzyca lekko strawna	SIE- Płynna 3x/Płynna wzb. 5x	SIE- Płynna wzbogacona b/ml	SIE- Papkowata
2026-04-02 czwartek	PN Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt Pieczywo chrupkie ekstrudowane-żytnie 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JEĆZ.</u>)	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt Podplomyki b/c 20 g (<u>GLU PSZ, MLE.</u>)	Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml		Mus- przecier owocowy jabłko 100g (tubka) 1 szt
	Wartość energetyczna: 2060.54 kcal; Białko ogółem: 85.94 g; Tłuszcz: 54.80 g; Kw. tł. nasy.: 12.52 g; Węglowodany ogółem: 338.41 g; W tym cukry: 40.14 g; Błonnik pok.: 48.62 g; Sól: 9.92 g; WW: 29.09 Por; Ener z B.: 16.68 %; Ener z W.: 65.69 %; Ener. z T.: 23.94 %; Potas: 3712.98 mg; Sód: 3958.00 mg;	Wartość energetyczna: 2157.55 kcal; Białko ogółem: 93.29 g; Tłuszcz: 60.69 g; Kw. tł. nasy.: 25.89 g; Węglowodany ogółem: 331.90 g; W tym cukry: 48.79 g; Błonnik pok.: 33.67 g; Sól: 7.32 g; WW: 29.94 Por; Ener z B.: 17.30 %; Ener z W.: 61.53 %; Ener. z T.: 25.32 %; Potas: 3632.79 mg; Sód: 2927.14 mg;	Wartość energetyczna: 2212.36 kcal; Białko ogółem: 92.00 g; Tłuszcz: 79.31 g; Kw. tł. nasy.: 17.69 g; Węglowodany ogółem: 297.28 g; W tym cukry: 83.89 g; Błonnik pok.: 29.72 g; Sól: 2.15 g; WW: 26.58 Por; Ener z B.: 16.63 %; Ener z W.: 53.75 %; Ener. z T.: 32.26 %; Potas: 5021.85 mg; Sód: 840.32 mg;	Wartość energetyczna: 1993.49 kcal; Białko ogółem: 73.99 g; Tłuszcz: 68.81 g; Kw. tł. nasy.: 8.76 g; Węglowodany ogółem: 283.86 g; W tym cukry: 81.22 g; Błonnik pok.: 29.75 g; Sól: 1.61 g; WW: 25.20 Por; Ener z B.: 14.85 %; Ener z W.: 56.96 %; Ener. z T.: 13.07 %; Potas: 4456.95 mg; Sód: 628.85 mg;	Wartość energetyczna: 2558.00 kcal; Białko ogółem: 102.51 g; Tłuszcz: 66.80 g; Kw. tł. nasy.: 28.17 g; Węglowodany ogółem: 407.19 g; W tym cukry: 111.81 g; Błonnik pok.: 32.27 g; Sól: 7.52 g; WW: 37.53 Por; Ener z B.: 16.03 %; Ener z W.: 63.67 %; Ener. z T.: 23.50 %; Potas: 4000.03 mg; Sód: 3008.64 mg;
2026-04-03 piątek	Śniadanie Kawa zbożowa b/c 250 ml (<u>GLU ŻYT, GLU JEĆZ.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 100 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 Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g	Maślanka 150 ml (<u>MLE.</u>) Kawa zbożowa b/c 250 ml (<u>GLU ŻYT, GLU JEĆZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 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>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 25 g Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g	Płynna śniadanie mleczna-SIED 500 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Płynna śniadanie bezmleczna-SIED 500 ml (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Kasza manna na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JEĆZ.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Twarożek 80 g (<u>MLE.</u>) Dżem 25 g 1 szt Marchew gotowana z olejem () 100 g
	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 Dyniowa z makaronem (bez mleka) () 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 180 g Ryba pieczona (Morszczuk) 120 g (<u>RYB.</u>) Sos cytrynowy (bez mleka) 80 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 100 g Szpinak gotowany z olejem* 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml	Dyniowa z makaronem () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 180 g Ryba pieczona (Morszczuk) 120 g (<u>RYB.</u>) Sos cytrynowy 80 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Szpinak gotowany z olejem* 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 100 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	Dyniowa z makaronem () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane puree () 180 g (<u>MLE.</u>) Ryba pieczona (Morszczuk) rozdrobniona 120 g (<u>RYB.</u>) Sos cytrynowy 80 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Szpinak gotowany z olejem* 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 100 g (<u>SEL.</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	
PD	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt	Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)	Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml	Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)	

Jadłospisy za okres od dnia 2026-03-30 do dnia 2026-04-05 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- Z ogr. łatwoprzyswajalnych węgl. b/ml	SIE- Cukrzyca lekko strawna	SIE- Płynna 3x/Płynna wzb. 5x	SIE- Płynna wzbogacona b/ml	SIE- Papkowata
2026-04-03 piątek	Kolacja	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Hummus 50 g (SEZ.) Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 80 g (JAJ, MLE.) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalnej 25 g (SOJ, SEL, może zawierać: MLE, GOR.)	Płynna kolacja *(-)-SIED 500 ml (SEL.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml		Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 80 g (JAJ, MLE.) Miód (25g) 1 szt 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 Szynka z piersią kurczaka-wędł.z drob.gr.rozd.parzo.w osł.niejadalnej 25 g (SOJ.) Sałata zielona 10 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Twarożek z ziołami 40 g (MLE.) Sałata zielona 10 g	Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml		Przecier owocowy jabłko-truskawka 100g 1 szt
		Wartość energetyczna: 2048.40 kcal; Białko ogółem: 104.43 g; Tłuszcz: 70.53 g; Kw. tł. nasy.: 13.23 g; Węglowodany ogółem: 293.13 g; W tym cukry: 33.91 g; Błonnik pok.: 40.10 g; Sól: 11.93 g; WW: 25.22 Por; Ener z B.: 20.39 %; Ener z W.: 57.24 %; Ener. z T.: 30.99 %; Potas: 4145.25 mg; Sód: 4764.18 mg;	Wartość energetyczna: 2219.29 kcal; Białko ogółem: 122.90 g; Tłuszcz: 64.87 g; Kw. tł. nasy.: 22.02 g; Węglowodany ogółem: 307.54 g; W tym cukry: 46.44 g; Błonnik pok.: 30.46 g; Sól: 11.57 g; WW: 27.72 Por; Ener z B.: 22.15 %; Ener z W.: 55.43 %; Ener. z T.: 26.31 %; Potas: 4117.01 mg; Sód: 4618.49 mg;	Wartość energetyczna: 2300.22 kcal; Białko ogółem: 101.91 g; Tłuszcz: 84.84 g; Kw. tł. nasy.: 20.98 g; Węglowodany ogółem: 300.47 g; W tym cukry: 107.90 g; Błonnik pok.: 30.19 g; Sól: 2.32 g; WW: 26.90 Por; Ener z B.: 17.72 %; Ener z W.: 52.25 %; Ener. z T.: 33.19 %; Potas: 5572.55 mg; Sód: 918.08 mg;	Wartość energetyczna: 1993.49 kcal; Białko ogółem: 73.99 g; Tłuszcz: 68.81 g; Kw. tł. nasy.: 8.76 g; Węglowodany ogółem: 283.86 g; W tym cukry: 81.22 g; Błonnik pok.: 29.75 g; Sól: 1.61 g; WW: 25.20 Por; Ener z B.: 14.85 %; Ener z W.: 56.96 %; Ener. z T.: 31.07 %; Potas: 4456.95 mg; Sód: 628.85 mg;	Wartość energetyczna: 2610.38 kcal; Białko ogółem: 124.22 g; Tłuszcz: 69.04 g; Kw. tł. nasy.: 26.51 g; Węglowodany ogółem: 395.49 g; W tym cukry: 152.50 g; Błonnik pok.: 32.76 g; Sól: 6.76 g; WW: 36.35 Por; Ener z B.: 19.03 %; Ener z W.: 60.60 %; Ener. z T.: 23.80 %; Potas: 5070.43 mg; Sód: 2706.33 mg;
2026-04-04 sobota	Śniadanie	Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 100 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 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 25 g (SOJ.) Serek homo. naturalny 80 g (MLE.) 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	Ryż na mleku 300 ml (MLE.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 25 g (SOJ.) Serek homo. naturalny 80 g (MLE.) Marchew gotowana z olejem () 100 g
	II ŚN	Jabłko 150 g	Jabłko pieczone 150 g	Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml		Banan 150 g

Jadłospisy za okres od dnia 2026-03-30 do dnia 2026-04-05 KUCHNIA SIEDLCE

	SIE- Z ogr. łatwoprzyswajalnych węgl. b/ml	SIE- Cukrzyca lekko strawna	SIE- Płynna 3x/Płynna wzb. 5x	SIE- Płynna wzbogacona b/ml	SIE- Papkowata	
2026-04-04 sobota	Obiad	Selerowa z ziemniakami - dieta () 300 ml (MLE, SEL.) Makaron pełnoziarnisty 180 g (GLU PSZ.) Gulasz warzywny z tofu dieta* 150 g (GLU PSZ, SOJ, SEL.) Ogórek kiszony z cebulką z olejem 100 g Surówka z marchwi i selera z olejem b/c () 100 g (SEL.) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami - dieta () 300 ml (MLE, SEL.) Makaron 180 g (GLU PSZ.) Gulasz warzywny z tofu dieta* 150 g (GLU PSZ, SOJ, SEL.) Surówka z marchwi i selera z olejem b/c () 200 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	Selerowa z ziemniakami - dieta () 300 ml (MLE, SEL.) Makaron 180 g (GLU PSZ.) Gulasz warzywny z tofu dieta* rozdrobniony 150 g (GLU PSZ, SOJ, SEL.) Marchew gotowana z olejem () 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	
	PD	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt		Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml		
	Kolacja	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa, wędzona, z wodą dodaną. 75 g (SOJ.) Surówka z rzodkwi i czarnuszki 80 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa, wędzona, z wodą dodaną. 50 g (SOJ.) Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt (MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Płynna kolacja*(-)-SIED 500 ml (SEL.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt (MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE.) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa, wędzona, z wodą dodaną, mielona 25 g (SOJ.) 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 drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 25 g Sałata zielona 10 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Baton szynkowy z kurczątkiem 25 g (może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.) Sałata zielona 10 g	Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml		Sok jabłkowy 100 % 0,2l w kartoniku 1 szt Biszkopty b/ml 30 g (GLU PSZ, JAJ.)
		Wartość energetyczna: 1893.45 kcal; Białko ogółem: 79.12 g; Tłuszcz: 57.60 g; Kw. tł. nasy.: 9.81 g; Węglowodany ogółem: 312.36 g; W tym cukry: 41.81 g; Błonnik pok.: 52.19 g; Sól: 12.03 g; WW: 26.07 Por; Ener z B.: 16.72 %; Ener z W.: 65.99 %; Ener. z T.: 27.38 %; Potas: 3466.43 mg; Sód: 4797.56 mg;	Wartość energetyczna: 2109.51 kcal; Białko ogółem: 82.18 g; Tłuszcz: 60.99 g; Kw. tł. nasy.: 22.10 g; Węglowodany ogółem: 335.49 g; W tym cukry: 48.39 g; Błonnik pok.: 39.82 g; Sól: 9.63 g; WW: 29.56 Por; Ener z B.: 15.58 %; Ener z W.: 63.61 %; Ener. z T.: 26.02 %; Potas: 3332.15 mg; Sód: 3843.11 mg;	Wartość energetyczna: 2200.29 kcal; Białko ogółem: 87.25 g; Tłuszcz: 77.06 g; Kw. tł. nasy.: 16.19 g; Węglowodany ogółem: 304.00 g; W tym cukry: 100.88 g; Błonnik pok.: 29.75 g; Sól: 2.05 g; WW: 27.26 Por; Ener z B.: 15.86 %; Ener z W.: 55.27 %; Ener. z T.: 31.52 %; Potas: 5023.45 mg; Sód: 801.65 mg;	Wartość energetyczna: 1993.49 kcal; Białko ogółem: 73.99 g; Tłuszcz: 68.81 g; Kw. tł. nasy.: 8.76 g; Węglowodany ogółem: 283.86 g; W tym cukry: 81.22 g; Błonnik pok.: 29.75 g; Sól: 1.61 g; WW: 25.20 Por; Ener z B.: 14.85 %; Ener z W.: 56.96 %; Ener. z T.: 31.07 %; Potas: 4456.95 mg; Sód: 628.85 mg;	Wartość energetyczna: 2477.09 kcal; Białko ogółem: 78.92 g; Tłuszcz: 57.36 g; Kw. tł. nasy.: 20.32 g; Węglowodany ogółem: 433.70 g; W tym cukry: 140.56 g; Błonnik pok.: 37.14 g; Sól: 7.37 g; WW: 39.72 Por; Ener z B.: 12.74 %; Ener z W.: 70.03 %; Ener. z T.: 20.84 %; Potas: 4021.72 mg; Sód: 2949.41 mg;

Jadłospisy za okres od dnia 2026-03-30 do dnia 2026-04-05 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- Z ogr. łatwoprzyswajalnych węgl. b/ml	SIE- Cukrzyca lekko strawna	SIE- Płynna 3x/Płynna wzb. 5x	SIE- Płynna wzbogacona b/ml	SIE- Papkowata
2026-04-05 niedziela	Śniadanie	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 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 Sałata zielona 20 g Papryka świeża 80 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Ciasto drożdżowe b/c 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>)	Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<u>MLE.</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Ciasto drożdżowe b/c 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>)	Płynna śniadanie mleczna-SIED 500 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Płynna śniadanie bezmleczna-SIED 500 ml (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Płatki pszenne na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Jajko gotowane kl M mielone 1 szt (<u>JAJ.</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona mielona 50 g Dyńia z wody 100 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Semik 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE.</u>)
	II ŚN	Jabłko 150 g	Jabłko pieczone 150 g	Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<u>MLE.</u>)	Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml	Jabłko pieczone 150 g
	Obiad	Wielowarzywna z ziemniakami (bez mleka) () 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Schab duszony 100 g Sos własny () 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 180 g Surówka z kapusty białej z olejem b/c () 100 g Buraczki gotowane 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml	Wielowarzywna z ziemniakami () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Schab duszony 100 g Sos własny () 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 180 g Buraczki gotowane 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml	Płynna obiad*()-SIED 500 ml (<u>SEL.</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml		Wielowarzywna z ziemniakami () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 180 g Pulpet wieprzowy rozdrobniony 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos własny () 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Buraczki gotowane 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml
	PD	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt Pieczywo chrupkie ekstrudowane-żytnie 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt Podpłomyki b/c 20 g (<u>GLU PSZ, MLE.</u>)	Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml		
	Kolacja	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynka z piersią kurczaka-wędł.z drob.gr.rozd.parzo.w osł.niejadalnej 50 g (<u>SOJ.</u>) Sałatka jarzynowa z olejem () 200 g (<u>SEL.</u>) Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Szynka zielonogórska- wieprzowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 50 g (<u>SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR.</u>) Sałata zielona 20 g Sałatka jarzynowa - dieta () 200 g (<u>MLE, SEL.</u>)	Płynna kolacja *()-SIED 500 ml (<u>SEL.</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml		Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Szynka zielonogórska- wieprzowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa mielona 50 g (<u>SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR.</u>) Sałatka jarzynowa - dieta () 200 g (<u>MLE, SEL.</u>)

Jadłospisy za okres od dnia 2026-03-30 do dnia 2026-04-05 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- Z ogr. łatwoprzyswajalnych węgl. b/ml	SIE- Cukrzyca lekko strawna	SIE- Płynna 3x/Płynna wzb. 5x	SIE- Płynna wzbogacona b/ml	SIE- Papkowata
2026-04-05 niedziela	PN	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYTI) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% # 5 g Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ) Salata zielona 10 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYTI) Masło extra 82% 5 g (MLE) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ) Salata zielona 10 g	Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml		Przecier owocowy jabłko-truskawka 100g 1 szt
		Wartość energetyczna: 2500.53 kcal; Białko ogółem: 106.65 g; Tłuszcz: 68.96 g; Kw. tł. nasy.: 15.70 g; Węglowodany ogółem: 393.60 g; W tym cukry: 47.59 g; Błonnik pok.: 54.08 g; Sól: 8.54 g; WW: 33.94 Por; Ener z B.: 17.06 %; Ener z W.: 62.96 %; Ener. z T.: 24.82 %; Potas: 5648.30 mg; Sód: 3408.55 mg;	Wartość energetyczna: 2472.66 kcal; Białko ogółem: 110.84 g; Tłuszcz: 55.10 g; Kw. tł. nasy.: 23.91 g; Węglowodany ogółem: 379.53 g; W tym cukry: 48.90 g; Błonnik pok.: 35.97 g; Sól: 9.25 g; WW: 34.20 Por; Ener z B.: 17.93 %; Ener z W.: 61.40 %; Ener. z T.: 20.06 %; Potas: 5042.67 mg; Sód: 3703.29 mg;	Wartość energetyczna: 2151.36 kcal; Białko ogółem: 90.50 g; Tłuszcz: 79.06 g; Kw. tł. nasy.: 17.38 g; Węglowodany ogółem: 283.98 g; W tym cukry: 87.99 g; Błonnik pok.: 29.72 g; Sól: 2.10 g; WW: 25.28 Por; Ener z B.: 16.83 %; Ener z W.: 52.80 %; Ener. z T.: 33.07 %; Potas: 5143.85 mg; Sód: 820.32 mg;	Wartość energetyczna: 1993.49 kcal; Białko ogółem: 73.99 g; Tłuszcz: 68.81 g; Kw. tł. nasy.: 8.76 g; Węglowodany ogółem: 283.86 g; W tym cukry: 81.22 g; Błonnik pok.: 29.75 g; Sól: 1.61 g; WW: 25.20 Por; Ener z B.: 14.85 %; Ener z W.: 56.96 %; Ener. z T.: 31.07 %; Potas: 4456.95 mg; Sód: 628.85 mg;	Wartość energetyczna: 2494.97 kcal; Białko ogółem: 100.03 g; Tłuszcz: 54.91 g; Kw. tł. nasy.: 23.95 g; Węglowodany ogółem: 418.78 g; W tym cukry: 116.89 g; Błonnik pok.: 32.84 g; Sól: 8.42 g; WW: 38.46 Por; Ener z B.: 16.04 %; Ener z W.: 67.14 %; Ener. z T.: 19.81 %; Potas: 5217.20 mg; Sód: 3371.96 mg;

Jadłospisy za okres od dnia 2026-03-30 do dnia 2026-04-05 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- Papkowata b/ml	SIE- Łatwo strawna	SIE- Bezmleczna	SIE- Niskotłuszczowa	SIE- O kontr. zaw.kwasów tłuszczowych
2026-03-30 poniedziałek	Sniadanie	Kasza manna na wodzie 300 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 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>) Jajko gotowane kl M mielone 1 szt (<u>JAJ.</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 100 g (<u>SEL.</u>)	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU JĘCZ.</u>) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<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>) Sniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy parzony w osłonce niejadalnej 50 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Jabłko pieczone 150 g	Kasza manna na wodzie 300 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, 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 Szynka z piersią kurczaka-wędł.z drob.gr.rozd.parzo.w osł.niejadalnej 50 g (<u>SOJ.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Jabłko pieczone 150 g	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU JĘCZ.</u>) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml 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>) Sniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy parzony w osłonce niejadalnej 50 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.</u>) Miód (25g) 1 szt Pomidor b/skórki 80 g Sałata zielona 20 g Jabłko pieczone 150 g	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU JĘCZ.</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 50 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 Sniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy parzony w osłonce niejadalnej 50 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g
	II ŚN	Jabłko pieczone 150 g				Jabłko 150 g
	Obiad	Brokułowa z ryżem (bez mleka) () 300 ml (<u>SEL.</u>) Ziemniaki gotowane puree (bez mleka) () 180 g Pulpet drobiowy rozdrobniony 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos ziołowy () 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Marchew gotowana z olejem () 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Brokułowa z ryżem () 300 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Gulasz warzywny z tofu dieta* 150 g (<u>GLU PSZ, SOJ, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 180 g Marchew gotowana z olejem () 100 g Surówka z selera i jabłka () 100 g (<u>MLE, SEL.</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Brokułowa z ryżem (bez mleka) () 300 ml (<u>SEL.</u>) Gulasz warzywny z tofu dieta* 150 g (<u>GLU PSZ, SOJ, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 180 g Marchew gotowana z olejem () 100 g Surówka z selera i jabłka z olejem b/c 100 g (<u>SEL.</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Brokułowa z ryżem () 300 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Gulasz warzywny z tofu dieta* 150 g (<u>GLU PSZ, SOJ, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 180 g Marchew gotowana z olejem () 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Brokułowa z ryżem () 300 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Gulasz warzywny z ciecierzycą* 150 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 180 g Marchew gotowana z olejem () 100 g Surówka z selera i jabłka b/c () 100 g (<u>MLE, SEL.</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml
	PD	Galaretko o smaku brzoskwiniowym 200 g				Podplomyki b/c 20 g (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)
	Kolacja	Kawa zbożowa z/c 250 ml (<u>GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 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>) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody mielona 25 g (<u>SOJ.</u>) Szpinak gotowany z olejem* 100 g (<u>GLU PSZ.</u>)	Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 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>) Schab Benedykta wp parzony z dodatkiem wody 25 g (<u>GLU PSZ, SOJ, SEL, może zawierać: JAJ, OZI, MLE, GOR, SEZ.</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Kawa zbożowa z/c 250 ml (<u>GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 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>) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 25 g (<u>SOJ.</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Paszтет rybno- warzywny (Morszczuk) 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u>) Schab Benedykta wp parzony z dodatkiem wody 25 g (<u>GLU PSZ, SOJ, SEL, może zawierać: JAJ, OZI, MLE, GOR, SEZ.</u>) Pomidor b/skórki 80 g Sałata zielona 20 g	Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 100 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>) Schab Benedykta wp parzony z dodatkiem wody 25 g (<u>GLU PSZ, SOJ, SEL, może zawierać: JAJ, OZI, MLE, GOR, SEZ.</u>) Rzodkiew biała 80 g Sałata zielona 20 g

Jadłospisy za okres od dnia 2026-03-30 do dnia 2026-04-05 KUCHNIA SIEDLCE

	SIE- Papkowata b/ml	SIE- Łatwo strawna	SIE- Bezmleczna	SIE- Niskotłuszczowa	SIE- O kontr. zaw.kwasów tłuszczowych	
2026-03-30 poniedziałek	PN	Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt				Wafle ryżowe 30 g Dżem 25 g 1 szt
		Wartość energetyczna: 2223.53 kcal; Białko ogółem: 93.59 g; Tłuszcz: 57.19 g; Kw. tł. nasy.: 11.68 g; Węglowodany ogółem: 367.22 g; W tym cukry: 114.18 g; Błonnik pok.: 35.85 g; Sól: 8.55 g; WW: 33.13 Por; Ener z B.: 16.84 %; Ener z W.: 66.06 %; Ener. z T.: 23.15 %; Potas: 4091.77 mg; Sód: 3414.41 mg;	Wartość energetyczna: 2340.03 kcal; Białko ogółem: 88.79 g; Tłuszcz: 61.66 g; Kw. tł. nasy.: 24.47 g; Węglowodany ogółem: 380.64 g; W tym cukry: 99.60 g; Błonnik pok.: 36.94 g; Sól: 8.73 g; WW: 34.53 Por; Ener z B.: 15.18 %; Ener z W.: 65.07 %; Ener. z T.: 23.71 %; Potas: 4546.39 mg; Sód: 3483.00 mg;	Wartość energetyczna: 2013.30 kcal; Białko ogółem: 75.01 g; Tłuszcz: 49.85 g; Kw. tł. nasy.: 10.08 g; Węglowodany ogółem: 349.07 g; W tym cukry: 76.12 g; Błonnik pok.: 33.65 g; Sól: 8.05 g; WW: 31.68 Por; Ener z B.: 14.90 %; Ener z W.: 69.35 %; Ener. z T.: 22.28 %; Potas: 3777.33 mg; Sód: 3212.75 mg;	Wartość energetyczna: 2286.06 kcal; Białko ogółem: 84.32 g; Tłuszcz: 49.01 g; Kw. tł. nasy.: 16.41 g; Węglowodany ogółem: 397.45 g; W tym cukry: 121.25 g; Błonnik pok.: 34.32 g; Sól: 7.89 g; WW: 36.54 Por; Ener z B.: 14.75 %; Ener z W.: 69.54 %; Ener. z T.: 19.30 %; Potas: 4582.37 mg; Sód: 3164.72 mg;	Wartość energetyczna: 2394.15 kcal; Białko ogółem: 97.32 g; Tłuszcz: 64.02 g; Kw. tł. nasy.: 20.23 g; Węglowodany ogółem: 399.49 g; W tym cukry: 106.73 g; Błonnik pok.: 52.14 g; Sól: 8.44 g; WW: 34.95 Por; Ener z B.: 16.26 %; Ener z W.: 66.75 %; Ener. z T.: 24.07 %; Potas: 5343.75 mg; Sód: 3377.64 mg;
2026-03-31 wtorek	Śniadanie	Kasza kukurydziana na wodzie 300 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona mielona 75 g Kalafor gotowany* 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Twarożek 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 Banan 150 g	Kasza kukurydziana na wodzie 300 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 25 g Dżem 25 g 1 szt Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Banan 150 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 5 g (MLE) Twarożek 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) Sałata zielona 20 g Pomidor b/skórki 80 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Banan 150 g	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE) Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Twarożek 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) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml
	II ŚN	Banan 150 g				Banan 150 g
	Obiad	Solferino (bez mleka) () 300 ml (GLU PSZ, SEL) Ziemniaki gotowane puree (bez mleka) () 180 g Pulpet wieprzowy rozdrobniony 100 g (GLU PSZ, JAJ) Sos szpinakowy* 80 ml (GLU PSZ) Dyńa duszona z olejem* 200 g (GLU PSZ) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml	Solferino () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Szynka wieprzowa gotowana 100 g Makaron 180 g (GLU PSZ) Sos szpinakowy* 80 ml (GLU PSZ) Dyńa duszona z olejem* 100 g (GLU PSZ) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml	Solferino (bez mleka) () 300 ml (GLU PSZ, SEL) Makaron 180 g (GLU PSZ) Szynka wieprzowa gotowana 100 g Sos szpinakowy* 80 ml (GLU PSZ) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g Dyńa duszona z olejem* 100 g (GLU PSZ) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml	Solferino () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Makaron 180 g (GLU PSZ) Szynka wieprzowa gotowana 100 g Sos szpinakowy* 80 ml (GLU PSZ) Dyńa duszona z olejem* 200 g (GLU PSZ) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml	Pieczarkowa z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, S02) Makaron 180 g (GLU PSZ) Szynka wieprzowa gotowana 100 g Sos szpinakowy* 80 ml (GLU PSZ) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g Dyńa duszona z olejem* 100 g (GLU PSZ) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml

Jadłospisy za okres od dnia 2026-03-30 do dnia 2026-04-05 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- Papkowata b/ml	SIE- Łatwo strawna	SIE- Bezmleczna	SIE- Niskotłuszczowa	SIE- O kontr. zaw.kwasów tłuszczowych
2026-03-31 wtorek	PD	Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml				Ciasto drożdżowe 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>) Jogurt brzoskwinowy 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)
	Kolacja	Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad mielona 50 g Miód (25g) 1 szt Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 100 g (<u>SEL.</u>)	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Galaretką drobiowa z udźcem z kurczaka () 200 g (<u>SEL.</u>) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 25 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Galaretką 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 Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Galaretką drobiowa z udźcem z kurczaka () 200 g (<u>SEL.</u>) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 25 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Pomidor b/skórki 80 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Galaretką drobiowa z udźcem z kurczaka () 200 g (<u>SEL.</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
2026-04-01 środa	PN	Mus- przecier owocowy jablko 100g (tubka) 1 szt				
	Śniadanie	Wartość energetyczna: 2352.73 kcal; Białko ogółem: 84.50 g; Tłuszcz: 50.56 g; Kw. tł. nasy.: 12.81 g; Węglowodany ogółem: 405.48 g; W tym cukry: 132.27 g; Błonnik pok.: 30.28 g; Sól: 8.50 g; WW: 37.48 Por; Ener z B.: 14.37 %; Ener z W.: 68.94 %; Ener. z T.: 19.34 %; Potas: 4650.26 mg; Sód: 3396.36 mg;	Wartość energetyczna: 2329.74 kcal; Białko ogółem: 116.78 g; Tłuszcz: 53.11 g; Kw. tł. nasy.: 22.62 g; Węglowodany ogółem: 361.09 g; W tym cukry: 108.01 g; Błonnik pok.: 25.25 g; Sól: 6.49 g; WW: 33.67 Por; Ener z B.: 20.05 %; Ener z W.: 62.00 %; Ener. z T.: 20.52 %; Potas: 4375.63 mg; Sód: 2593.29 mg;	Wartość energetyczna: 2165.37 kcal; Białko ogółem: 93.81 g; Tłuszcz: 47.62 g; Kw. tł. nasy.: 12.42 g; Węglowodany ogółem: 356.10 g; W tym cukry: 102.12 g; Błonnik pok.: 25.25 g; Sól: 6.59 g; WW: 33.18 Por; Ener z B.: 17.33 %; Ener z W.: 65.78 %; Ener. z T.: 19.79 %; Potas: 3930.23 mg; Sód: 2628.10 mg;	Wartość energetyczna: 2297.46 kcal; Białko ogółem: 120.27 g; Tłuszcz: 44.28 g; Kw. tł. nasy.: 17.10 g; Węglowodany ogółem: 365.18 g; W tym cukry: 111.26 g; Błonnik pok.: 23.49 g; Sól: 5.78 g; WW: 34.31 Por; Ener z B.: 20.94 %; Ener z W.: 63.58 %; Ener. z T.: 17.35 %; Potas: 4573.14 mg; Sód: 2318.95 mg;	Wartość energetyczna: 2495.27 kcal; Białko ogółem: 122.34 g; Tłuszcz: 58.38 g; Kw. tł. nasy.: 19.27 g; Węglowodany ogółem: 375.24 g; W tym cukry: 105.21 g; Błonnik pok.: 37.02 g; Sól: 8.18 g; WW: 33.83 Por; Ener z B.: 19.61 %; Ener z W.: 60.15 %; Ener. z T.: 21.06 %; Potas: 4742.13 mg; Sód: 3270.07 mg;
		Platki ryżowe na wodzie 300 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, 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>) Kalańfort gotowany* 100 g	Makaron na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) 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>) Sałatka jarzynowa - dieta () 100 g (<u>MLE, SEL.</u>) Jabłko pieczone 150 g Sałata zielona 20 g	Platki ryżowe na wodzie 300 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, 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>) Sałatka jarzynowa z olejem () 100 g (<u>SEL.</u>) Jabłko pieczone 150 g Sałata zielona 20 g	Makaron na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 5 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>) Dzem 25 g 1 szt Pomidor b/skórki 80 g Sałata zielona 20 g Jabłko pieczone 150 g	Makaron na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g 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>) Sałatka jarzynowa - dieta () 100 g (<u>MLE, SEL.</u>) Sałata zielona 20 g

Jadłospisy za okres od dnia 2026-03-30 do dnia 2026-04-05 KUCHNIA SIEDLCE

	SIE- Papkowata b/ml	SIE- Łatwo strawna	SIE- Bezmleczna	SIE- Niskotłuszczowa	SIE- O kontr. zaw.kwasów tłuszczowych
II ŚN	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt				Mandarynka 150 g
Obiad	Grycikowa () 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki gotowane puree (bez mleka) () 180 g Zrazik drobiowy z udźca pieczony mielony 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos jarzynowy () 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Grycikowa () 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Zrazik drobiowy z udźca pieczony mielony 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Ziemniaki gotowane () 180 g Sos jarzynowy () 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 100 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Grycikowa () 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki gotowane () 180 g Zrazik drobiowy z udźca pieczony mielony 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos jarzynowy () 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 100 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Grycikowa () 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki gotowane () 180 g Zrazik drobiowy z udźca pieczony mielony 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos jarzynowy () 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Grycikowa () 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki gotowane () 180 g Zrazik drobiowy z udźca pieczony mielony 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos jarzynowy () 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 100 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml
PD	Galaretka o smaku brzoskwiowym 200 g				Budyń o smaku waniliowym z/c 200 ml (MLE.)
2026-04-01 środa Kolejacja	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Połędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona mielona 25 g (SOJ.) Jajko gotowane kl M mielone 1 szt (JAJ.) Brokuł gotowany* 100 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Połędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 25 g (SOJ.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Połędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 25 g (SOJ.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Miód (25g) 1 szt Połędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g (SOJ.) Pomidor b/skórki 80 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Połędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 25 g (SOJ.) Pasta z soczewicy czerwonej 80 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.)	Mleko Smakowe UHT 1,5% tł 0,2l 1 szt (MLE.) Biszkopty 30 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JĘCZ.)	Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt Wafle ryżowe 30 g	Mleko Smakowe UHT 1,5% tł 0,2l 1 szt (MLE.) Biszkopty 30 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JĘCZ.)	
	Wartość energetyczna: 2263.91 kcal; Białko ogółem: 89.70 g; Tłuszcz: 52.35 g; Kw. tł. nasy.: 10.46 g; Węglowodany ogółem: 371.79 g; W tym cukry: 98.77 g; Błonnik pok.: 21.11 g; Sól: 7.74 g; WW: 35.07 Por; Ener z B.: 15.85 %; Ener z W.: 65.69 %; Ener z T.: 20.81 %; Potas: 2783.03 mg; Sód: 3100.73 mg;	Wartość energetyczna: 2329.52 kcal; Białko ogółem: 94.62 g; Tłuszcz: 63.08 g; Kw. tł. nasy.: 22.81 g; Węglowodany ogółem: 369.30 g; W tym cukry: 81.61 g; Błonnik pok.: 24.22 g; Sól: 7.82 g; WW: 34.54 Por; Ener z B.: 16.25 %; Ener z W.: 63.41 %; Ener z T.: 24.37 %; Potas: 3746.94 mg; Sód: 3140.13 mg;	Wartość energetyczna: 2271.63 kcal; Białko ogółem: 82.94 g; Tłuszcz: 58.18 g; Kw. tł. nasy.: 11.15 g; Węglowodany ogółem: 372.95 g; W tym cukry: 80.11 g; Błonnik pok.: 25.59 g; Sól: 7.63 g; WW: 34.79 Por; Ener z B.: 14.60 %; Ener z W.: 65.67 %; Ener z T.: 23.05 %; Potas: 3435.84 mg; Sód: 3060.23 mg;	Wartość energetyczna: 2218.84 kcal; Białko ogółem: 89.10 g; Tłuszcz: 47.47 g; Kw. tł. nasy.: 15.68 g; Węglowodany ogółem: 375.91 g; W tym cukry: 103.09 g; Błonnik pok.: 17.52 g; Sól: 6.62 g; WW: 36.12 Por; Ener z B.: 16.06 %; Ener z W.: 67.77 %; Ener z T.: 19.26 %; Potas: 3215.36 mg; Sód: 2670.57 mg;	Wartość energetyczna: 2517.55 kcal; Białko ogółem: 105.06 g; Tłuszcz: 66.98 g; Kw. tł. nasy.: 17.84 g; Węglowodany ogółem: 409.33 g; W tym cukry: 91.58 g; Błonnik pok.: 34.62 g; Sól: 8.25 g; WW: 37.54 Por; Ener z B.: 16.69 %; Ener z W.: 65.04 %; Ener z T.: 23.94 %; Potas: 4785.53 mg; Sód: 3306.59 mg;

Jadłospisy za okres od dnia 2026-03-30 do dnia 2026-04-05 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- Papkowata b/ml	SIE- Łatwo strawna	SIE- Bezmleczna	SIE- Niskotłuszczowa	SIE- O kontr. zaw.kwasów tłuszczowych
2026-04-02 czwartek	Śniadanie	<p>Płatki owsiane na wodzie 300 ml (GLU OW.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 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 mielona 50 g Dżem 25 g 1 szt Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (SEL.)</p>	<p>Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt (MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Banan 150 g</p>	<p>Płatki owsiane na wodzie 300 ml (GLU OW.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) 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 50 g Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 25 g (SOJ.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Banan 150 g</p>	<p>Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (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 Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt (MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE.) Pomidor b/skórki 80 g Sałata zielona 20 g Banan 150 g</p>	<p>Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt (MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g</p>
	II ŚN	Banan 150 g				Banan 150 g
	Obiad	<p>Ziemniaczana (bez mleka) () 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Ryż na sypko 200 g Pulpet wieprzowy rozdrobniony 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos pomidorowy 80 ml (GLU PSZ.) Marchew gotowana z olejem () 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml</p>	<p>Ziemniaczana () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Risotto z mięsem wieprzowym i warzywami () 300 g (SEL.) Fasolka szparagowa z wody* 100 g Surówka z marchwi i selera () 100 g (MLE, SEL.) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml</p>	<p>Ziemniaczana (bez mleka) () 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Risotto z mięsem wieprzowym i warzywami () 300 g (SEL.) Fasolka szparagowa z wody* 100 g Surówka z marchwi i selera z olejem () 100 g (SEL.) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml</p>	<p>Ziemniaczana () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Risotto z mięsem wieprzowym i warzywami () 300 g (SEL.) Fasolka szparagowa z wody* 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml</p>	<p>Barszcz biały z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT.) Risotto (ryż brązowy) z mięsem wieprzowym i warzywami () 300 g (SEL.) Fasolka szparagowa z wody* 100 g Surówka z marchwi i selera b/c () 100 g (MLE, SEL.) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml</p>
	PD	Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml				Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.) Płatki owsiane 20 g (GLU OW.)
	Kolacja	<p>Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Połędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona mielona 75 g (SOJ.) Kalafior gotowany* 100 g</p>	<p>Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Makaron z serem 300 g (GLU PSZ, MLE.) Mus z jabłek () z/c 100 g</p>	<p>Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Połędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 75 g (SOJ.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g</p>	<p>Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Makaron z serem 300 g (GLU PSZ, MLE.) Mus z jabłek () z/c 100 g</p>	<p>Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Makaron z serem b/c 300 g (GLU PSZ, MLE.) Mus z jabłek () b/c 100 g</p>

Jadłospisy za okres od dnia 2026-03-30 do dnia 2026-04-05 KUCHNIA SIEDLCE

	SIE- Papkowata b/ml	SIE- Łatwo strawna	SIE- Bezmleczna	SIE- Niskotłuszczowa	SIE- O kontr. zaw.kwasów tłuszczowych	
2026-04-02 czwartek	PN	Mus- przecier owocowy jabłko 100g (tubka) 1 szt	Bułka maślana 1 szt 1 szt (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>)	Mus- przecier owocowy jabłko 100g (tubka) 1 szt	Bułka maślana 1 szt 1 szt (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>)	
		Wartość energetyczna: 2334.53 kcal; Białko ogółem: 78.90 g; Tłuszcz: 51.13 g; Kw. tł. nasy.: 12.10 g; Węglowodany ogółem: 411.03 g; W tym cukry: 122.83 g; Błonnik pok.: 32.29 g; Sól: 8.39 g; WW: 37.93 Por; Ener z B.: 13.52 %; Ener z W.: 70.43 %; Ener. z T.: 19.71 %; Potas: 3540.36 mg; Sód: 3355.74 mg;	Wartość energetyczna: 2658.10 kcal; Białko ogółem: 101.81 g; Tłuszcz: 60.65 g; Kw. tł. nasy.: 23.19 g; Węglowodany ogółem: 446.14 g; W tym cukry: 114.77 g; Błonnik pok.: 31.68 g; Sól: 6.10 g; WW: 41.65 Por; Ener z B.: 15.32 %; Ener z W.: 67.14 %; Ener. z T.: 20.53 %; Potas: 3953.98 mg; Sód: 2435.59 mg;	Wartość energetyczna: 2112.52 kcal; Białko ogółem: 76.97 g; Tłuszcz: 50.00 g; Kw. tł. nasy.: 11.20 g; Węglowodany ogółem: 357.61 g; W tym cukry: 93.61 g; Błonnik pok.: 29.53 g; Sól: 8.50 g; WW: 33.01 Por; Ener z B.: 14.57 %; Ener z W.: 67.71 %; Ener. z T.: 21.30 %; Potas: 3575.80 mg; Sód: 3399.82 mg;	Wartość energetyczna: 2318.72 kcal; Białko ogółem: 90.66 g; Tłuszcz: 49.00 g; Kw. tł. nasy.: 17.99 g; Węglowodany ogółem: 395.08 g; W tym cukry: 114.12 g; Błonnik pok.: 26.50 g; Sól: 3.82 g; WW: 37.18 Por; Ener z B.: 15.64 %; Ener z W.: 68.15 %; Ener. z T.: 19.02 %; Potas: 3705.72 mg; Sód: 1527.41 mg;	Wartość energetyczna: 2607.16 kcal; Białko ogółem: 111.20 g; Tłuszcz: 65.96 g; Kw. tł. nasy.: 22.95 g; Węglowodany ogółem: 416.31 g; W tym cukry: 80.75 g; Błonnik pok.: 42.80 g; Sól: 6.05 g; WW: 37.49 Por; Ener z B.: 17.06 %; Ener z W.: 63.87 %; Ener. z T.: 22.77 %; Potas: 4691.79 mg; Sód: 2418.26 mg;
2026-04-03 piątek	Śniadanie	Kasza manna na wodzie 300 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Kawa zbożowa z/c 250 ml (<u>GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 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 50 g Dżem 25 g 1 szt Marchew gotowana z olejem () 100 g	Kasza manna na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 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>) Dżem 25 g 1 szt Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Jabłko pieczone 150 g	Kasza manna na wodzie 300 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Kawa zbożowa z/c 250 ml (<u>GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 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 Dżem 25 g 1 szt Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Jabłko pieczone 150 g	Kasza manna na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Kawa zbożowa z/c 250 ml (<u>GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Serek wiejski lekki 3% tł 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) Dżem 25 g 1 szt Sałata zielona 20 g Pomidor b/skórki 80 g Jabłko pieczone 150 g	Kasza manna na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Serek wiejski lekki 3% tł 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) Dżem 25 g 1 szt Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g
	II ŚN	Jabłko pieczone 150 g			Jabłko pieczone 150 g	
	Obiad	Dyniowa z makaronem (bez mleka) () 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane puree (bez mleka) () 180 g Ryba pieczona (Morszczuk) rozdrobniona 120 g (<u>RYB.</u>) Sos cytrynowy (bez mleka) 80 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Szpinak gotowany z olejem* 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 100 g (<u>SEL.</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Dyniowa z makaronem () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 180 g Ryba pieczona (Morszczuk) 120 g (<u>RYB.</u>) Sos cytrynowy 80 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Szpinak gotowany z olejem* 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 100 g (<u>SEL.</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Dyniowa z makaronem (bez mleka) () 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 180 g Ryba pieczona (Morszczuk) 120 g (<u>RYB.</u>) Sos cytrynowy (bez mleka) 80 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Szpinak gotowany z olejem* 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 100 g (<u>SEL.</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Dyniowa z makaronem () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 180 g Ryba pieczona (Morszczuk) 120 g (<u>RYB.</u>) Sos cytrynowy 80 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Szpinak gotowany z olejem* 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 100 g (<u>SEL.</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Dyniowa z makaronem () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 180 g Ryba pieczona (Morszczuk) 120 g (<u>RYB.</u>) Sos cytrynowy 80 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 100 g Szpinak gotowany z olejem* 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml
PD	Galaretko o smaku truskawkowym 200 g				Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)	

Jadłospisy za okres od dnia 2026-03-30 do dnia 2026-04-05 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- Papkowata b/ml	SIE- Łatwo strawna	SIE- Bezmleczna	SIE- Niskotłuszczowa	SIE- O kontr. zaw.kwasów tłuszczowych
2026-04-03 piątek	Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Jajko gotowane kl M mielone 1 szt (JAJ.) Miód (25g) 1 szt Brokuł gotowany* 100 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 80 g (JAJ, MLE.) Miód (25g) 1 szt Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Miód (25g) 1 szt Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Szynka z pierśią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalanej 50 g (SOJ, SEL, może zawierać: MLE, GOR.) Miód (25g) 1 szt Pomidor b/skórki 80 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 80 g (JAJ, MLE.) Hummus 50 g (SEZ.) Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g
	PN	Przecier owocowy jablko-truskawka 100g 1 szt			Przecier owocowy jablko-truskawka 100g 1 szt Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 30 g	
		Wartość energetyczna: 2271.39 kcal; Białko ogółem: 95.74 g; Tłuszcz: 51.10 g; Kw. tł. nasy.: 10.10 g; Węglowodany ogółem: 375.90 g; W tym cukry: 106.38 g; Błonnik pok.: 32.07 g; Sól: 7.14 g; WW: 34.37 Por; Ener z B.: 16.86 %; Ener z W.: 66.20 %; Ener. z T.: 20.25 %; Potas: 4024.81 mg; Sód: 2860.23 mg;	Wartość energetyczna: 2561.74 kcal; Białko ogółem: 119.74 g; Tłuszcz: 64.16 g; Kw. tł. nasy.: 21.89 g; Węglowodany ogółem: 392.16 g; W tym cukry: 126.13 g; Błonnik pok.: 27.70 g; Sól: 7.07 g; WW: 36.59 Por; Ener z B.: 18.70 %; Ener z W.: 61.23 %; Ener. z T.: 22.54 %; Potas: 4540.32 mg; Sód: 2823.90 mg;	Wartość energetyczna: 2192.31 kcal; Białko ogółem: 93.19 g; Tłuszcz: 48.91 g; Kw. tł. nasy.: 10.01 g; Węglowodany ogółem: 361.28 g; W tym cukry: 102.62 g; Błonnik pok.: 27.47 g; Sól: 6.61 g; WW: 33.47 Por; Ener z B.: 17.00 %; Ener z W.: 65.92 %; Ener. z T.: 20.08 %; Potas: 3862.74 mg; Sód: 2632.55 mg;	Wartość energetyczna: 2351.13 kcal; Białko ogółem: 112.41 g; Tłuszcz: 46.38 g; Kw. tł. nasy.: 12.49 g; Węglowodany ogółem: 385.11 g; W tym cukry: 118.86 g; Błonnik pok.: 26.08 g; Sól: 6.90 g; WW: 36.17 Por; Ener z B.: 19.13 %; Ener z W.: 65.52 %; Ener. z T.: 17.75 %; Potas: 4263.32 mg; Sód: 2768.03 mg;	Wartość energetyczna: 2593.87 kcal; Białko ogółem: 129.85 g; Tłuszcz: 80.36 g; Kw. tł. nasy.: 19.24 g; Węglowodany ogółem: 371.81 g; W tym cukry: 108.82 g; Błonnik pok.: 36.78 g; Sól: 8.78 g; WW: 33.62 Por; Ener z B.: 20.02 %; Ener z W.: 57.34 %; Ener. z T.: 27.88 %; Potas: 4946.31 mg; Sód: 3517.58 mg;
2026-04-04 sobota	Śniadanie	Kasza kukurydziana na wodzie 300 ml Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody mielona 75 g (SOJ.) Marchew gotowana z olejem () 100 g	Ryż na mleku 300 ml (MLE.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 25 g (SOJ.) Serek homo. naturalny 80 g (MLE.) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Banan 150 g	Kasza kukurydziana na wodzie 300 ml Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU 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.) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Banan 150 g	Ryż na mleku 300 ml (MLE.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 25 g (SOJ.) Serek homo. naturalny 80 g (MLE.) Pomidor b/skórki 80 g Sałata zielona 20 g Banan 150 g	Ryż na mleku 300 ml (MLE.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 100 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 25 g (SOJ.) Serek homo. naturalny 80 g (MLE.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g
	II ŚN	Banan 150 g				Banan 150 g

Jadłospisy za okres od dnia 2026-03-30 do dnia 2026-04-05 KUCHNIA SIEDLCE

	SIE- Papkowata b/ml	SIE- Łatwo strawna	SIE- Bezmleczna	SIE- Niskotłuszczowa	SIE- O kontr. zaw.kwasów tłuszczowych	
2026-04-04 sobota	Obiad	Selerowa z ziemniakami (bez mleka) () 300 ml (SEL.) Makaron 180 g (GLU PSZ.) Gulasz warzywny z tofu dieta* rozdrobniony 150 g (GLU PSZ, SOJ, SEL.) Marchew gotowana z olejem () 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami - dieta () 300 ml (MLE, SEL.) Makaron 180 g (GLU PSZ.) Gulasz warzywny z tofu dieta* 150 g (GLU PSZ, SOJ, SEL.) Surówka z marchwi i selera z olejem b/c () 200 g (SEL.) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami (bez mleka) () 300 ml (SEL.) Makaron 180 g (GLU PSZ.) Gulasz warzywny z tofu dieta* 150 g (GLU PSZ, SOJ, SEL.) Surówka z marchwi i selera z olejem b/c () 200 g (SEL.) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami - dieta () 300 ml (MLE, SEL.) Makaron 180 g (GLU PSZ.) Gulasz warzywny z tofu dieta* 150 g (GLU PSZ, SOJ, SEL.) Marchew gotowana z olejem () 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami - dieta () 300 ml (MLE, SEL.) Gulasz warzywny z tofu dieta* 150 g (GLU PSZ, SOJ, SEL.) Makaron pełnoziarnisty 180 g (GLU PSZ.) Ogórek kiszony z cebulką z olejem 100 g Surówka z marchwi i selera z olejem b/c () 100 g (SEL.) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml
	PD	Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml			Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt	
	Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU 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 mielona 75 g Brokuł gotowany* 100 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa,wędzona,z wodą dodaną. 50 g (SOJ.) Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt (MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE.) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa,wędzona,z wodą dodaną. 75 g (SOJ.) Salata zielona 20 g Pomidor 80 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa,wędzona,z wodą dodaną. 50 g (SOJ.) 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 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa,wędzona,z wodą dodaną. 50 g (SOJ.) Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt (MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE.) Surówka z rzodkwi i czarnuszki 80 g Salata zielona 20 g
	PN	Sok jabłkowy 100 % 0,2l w kartoniku 1 szt Biszkopty b/ml 30 g (GLU PSZ, JAJ.)	Ciasto drożdżowe 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE.)	Sok jabłkowy 100 % 0,2l w kartoniku 1 szt Biszkopty b/ml 30 g (GLU PSZ, JAJ.)	Ciasto drożdżowe 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE.)	
		Wartość energetyczna: 2294.84 kcal; Białko ogółem: 74.19 g; Tłuszcz: 46.31 g; Kw. tł. nasy.: 8.07 g; Węglowodany ogółem: 418.33 g; W tym cukry: 127.89 g; Błonnik pok.: 37.12 g; Sól: 9.85 g; WW: 38.15 Por; Ener z B.: 12.93 %; Ener z W.: 72.92 %; Ener. z T.: 18.16 %; Potas: 3652.57 mg; Sód: 3940.10 mg;	Wartość energetyczna: 2425.60 kcal; Białko ogółem: 84.57 g; Tłuszcz: 57.31 g; Kw. tł. nasy.: 21.12 g; Węglowodany ogółem: 387.94 g; W tym cukry: 103.62 g; Błonnik pok.: 34.36 g; Sól: 8.03 g; WW: 35.53 Por; Ener z B.: 13.95 %; Ener z W.: 63.97 %; Ener. z T.: 21.26 %; Potas: 3897.13 mg; Sód: 3205.56 mg;	Wartość energetyczna: 2175.78 kcal; Białko ogółem: 75.87 g; Tłuszcz: 47.28 g; Kw. tł. nasy.: 7.95 g; Węglowodany ogółem: 383.01 g; W tym cukry: 105.77 g; Błonnik pok.: 33.64 g; Sól: 9.59 g; WW: 35.08 Por; Ener z B.: 13.95 %; Ener z W.: 70.41 %; Ener. z T.: 19.56 %; Potas: 3527.98 mg; Sód: 3831.65 mg;	Wartość energetyczna: 2358.42 kcal; Białko ogółem: 86.75 g; Tłuszcz: 47.79 g; Kw. tł. nasy.: 15.52 g; Węglowodany ogółem: 388.01 g; W tym cukry: 106.40 g; Błonnik pok.: 31.64 g; Sól: 7.34 g; WW: 35.86 Por; Ener z B.: 14.71 %; Ener z W.: 65.81 %; Ener. z T.: 18.24 %; Potas: 3948.21 mg; Sód: 2943.98 mg;	Wartość energetyczna: 2315.84 kcal; Białko ogółem: 82.67 g; Tłuszcz: 63.13 g; Kw. tł. nasy.: 15.41 g; Węglowodany ogółem: 366.82 g; W tym cukry: 89.09 g; Błonnik pok.: 45.68 g; Sól: 9.35 g; WW: 32.26 Por; Ener z B.: 14.28 %; Ener z W.: 63.36 %; Ener. z T.: 24.54 %; Potas: 4080.59 mg; Sód: 3726.62 mg;

Jadłospisy za okres od dnia 2026-03-30 do dnia 2026-04-05 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- Papkowata b/ml	SIE- Łatwo strawna	SIE- Bezmleczna	SIE- Niskotłuszczowa	SIE- O kontr. zaw.kwasów tłuszczowych
2026-04-05 niedziela	Śniadanie	Płatki pszenne na wodzie 300 ml (<u>GLU PSZ,</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Jajko gotowane kl M mielone 1 szt (<u>JAJ,</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona mielona 50 g Dyńka z wody 100 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Ciasto drożdżowe b/c 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>)	Płatki pszenne na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ,</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Jabłko pieczone 150 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Sernik 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE,</u>)	Płatki pszenne na wodzie 300 ml (<u>GLU PSZ,</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ,</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Jabłko pieczone 150 g Ciasto drożdżowe b/c 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>)	Płatki pszenne na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE,</u>) Twaróg półtłusty 80 g (<u>MLE,</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 25 g Pomidor b/skórki 80 g Sałata zielona 20 g Jabłko pieczone 150 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Sernik 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE,</u>)	Płatki pszenne na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 100 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 Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Sernik 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE,</u>)
	II ŚN	Jabłko pieczone 150 g				Jabłko 150 g
	Obiad	Wielowarzywna z ziemniakami (bez mleka) () 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Ziemniaki gotowane () 180 g Pulpet wieprzowy rozdrobniony 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>) Sos własny () 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Buraczki gotowane 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Wielowarzywna z ziemniakami () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Ziemniaki gotowane () 180 g Schab duszony 100 g Sos własny () 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Ziemniaki gotowane () 180 g Buraczki gotowane 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Wielowarzywna z ziemniakami (bez mleka) () 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Schab duszony 100 g Sos własny () 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Ziemniaki gotowane () 180 g Buraczki gotowane 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Wielowarzywna z ziemniakami () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Schab duszony 100 g Sos własny () 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Ziemniaki gotowane () 180 g Buraczki gotowane 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Wielowarzywna z ziemniakami () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Schab duszony 100 g Sos własny () 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Ziemniaki gotowane () 180 g Buraczki gotowane 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml
	PD	Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml				Kisiel o smaku wiśniowym z jabłkiem z/c 200 ml
	Kolacja	Herbata czarna granulowana 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>) 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 (<u>SOJ,</u>) Sałatka jarzynowa z olejem () 200 g (<u>SEL,</u>)	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Szynka zielonogórska- wieprzowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 50 g (<u>SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR,</u>) Sałatka jarzynowa - dieta () 200 g (<u>MLE, SEL,</u>) Sałata zielona 20 g	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>) 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>) Sałatka jarzynowa z olejem () 200 g (<u>SEL,</u>) Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 5 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>) Sałatka jarzynowa - dieta () 200 g (<u>MLE, SEL,</u>) Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynka zielonogórska- wieprzowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 50 g (<u>SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR,</u>) Sałatka jarzynowa - dieta () 200 g (<u>MLE, SEL,</u>) Sałata zielona 20 g

Jadłospisy za okres od dnia 2026-03-30 do dnia 2026-04-05 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- Papkowata b/ml	SIE- Łatwo strawna	SIE- Bezmleczna	SIE- Niskotłuszczowa	SIE- O kontr. zaw.kwasów tłuszczowych
2026-04-05 niedziela	PN	Przecier owocowy jablko-truskawka 100g 1 szt				
		Wartość energetyczna: 2520.05 kcal; Białko ogółem: 88.39 g; Tłuszcz: 59.45 g; Kw. tł. nasy.: 14.32 g; Węglowodany ogółem: 408.52 g; W tym cukry: 94.60 g; Błonnik pok.: 33.52 g; Sól: 8.63 g; WW: 37.40 Por; Ener z B.: 14.03 %; Ener z W.: 64.84 %; Ener. z T.: 21.23 %; Potas: 4936.25 mg; Sód: 3452.07 mg;	Wartość energetyczna: 2350.51 kcal; Białko ogółem: 108.08 g; Tłuszcz: 51.10 g; Kw. tł. nasy.: 22.47 g; Węglowodany ogółem: 384.87 g; W tym cukry: 98.25 g; Błonnik pok.: 31.98 g; Sól: 7.90 g; WW: 35.21 Por; Ener z B.: 18.39 %; Ener z W.: 65.50 %; Ener. z T.: 19.57 %; Potas: 5382.54 mg; Sód: 3166.16 mg;	Wartość energetyczna: 2375.59 kcal; Białko ogółem: 96.44 g; Tłuszcz: 55.65 g; Kw. tł. nasy.: 12.85 g; Węglowodany ogółem: 374.60 g; W tym cukry: 75.95 g; Błonnik pok.: 32.66 g; Sól: 8.11 g; WW: 34.16 Por; Ener z B.: 16.24 %; Ener z W.: 63.08 %; Ener. z T.: 21.08 %; Potas: 5101.59 mg; Sód: 3246.27 mg;	Wartość energetyczna: 2269.66 kcal; Białko ogółem: 114.50 g; Tłuszcz: 41.18 g; Kw. tł. nasy.: 17.53 g; Węglowodany ogółem: 378.37 g; W tym cukry: 93.16 g; Błonnik pok.: 30.44 g; Sól: 6.47 g; WW: 34.86 Por; Ener z B.: 20.18 %; Ener z W.: 66.68 %; Ener. z T.: 16.33 %; Potas: 5506.10 mg; Sód: 2601.69 mg;	Wartość energetyczna: 2326.99 kcal; Białko ogółem: 106.30 g; Tłuszcz: 51.70 g; Kw. tł. nasy.: 16.38 g; Węglowodany ogółem: 398.71 g; W tym cukry: 101.54 g; Błonnik pok.: 45.52 g; Sól: 7.73 g; WW: 35.27 Por; Ener z B.: 18.27 %; Ener z W.: 68.54 %; Ener. z T.: 20.00 %; Potas: 5841.81 mg; Sód: 3090.15 mg;

Jadłospisy za okres od dnia 2026-03-30 do dnia 2026-04-05 KUCHNIA SIEDLCE

	SIE- Bogatobiałkowa	SIE- Bogatobiałkowa bezmleczna	SIE- Niskobiałkowa do 50 g białka	SIE- Niskobiałkowa do 30 g białka	SIE- Kleikowa	
2026-03-30 poniedziałek	Śniadanie	<p>Platki jęczmienne na mleku 300 ml (MLE, GLU JĘCZ.)</p> <p>Herbata czarna granulowana z/c 250 ml</p> <p>Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.)</p> <p>Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.)</p> <p>Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.)</p> <p>Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy parzony w osłonce niejadalnej 50 g (może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.)</p> <p>Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.)</p> <p>Pomidor 80 g</p> <p>Salata zielona 20 g</p>	<p>Kasza manna na wodzie 300 ml (GLU PSZ.)</p> <p>Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.)</p> <p>Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.)</p> <p>Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g</p> <p>Szynka z piersią kurczaka-wędł.z drob.gr.rozd.parzo.w osł.niejadalnej 50 g (SOJ.)</p> <p>Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.)</p> <p>Pomidor 80 g</p> <p>Salata zielona 20 g</p>	<p>Herbata czarna granulowana z/c 250 ml</p> <p>Chleb bezglutenowy 100 g (SEZ, może zawierać: ORZ.)</p> <p>Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.)</p> <p>Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy parzony w osłonce niejadalnej 20 g (może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.)</p> <p>Dżem 25 g 2 szt</p> <p>Pomidor 80 g</p> <p>Salata zielona 20 g</p> <p>Jabłko pieczone 150 g</p>	<p>Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.)</p> <p>Chleb bezglutenowy 100 g (SEZ, może zawierać: ORZ.)</p> <p>Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy parzony w osłonce niejadalnej 20 g (może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.)</p> <p>Dżem 25 g 2 szt</p> <p>Pomidor 80 g</p> <p>Salata zielona 20 g</p> <p>Herbata czarna granulowana z/c 250 ml</p> <p>Jabłko pieczone 150 g</p>	<p>Kleik ryżowy na wodzie 200 g</p> <p>Herbata czarna granulowana z/c 250 ml</p> <p>Suchary b/c 30 g (GLU PSZ, SOJ, MLE.)</p>
	II ŚN	<p>Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml (MLE.)</p> <p>Jabłko pieczone 150 g</p>	<p>Jabłko pieczone 150 g</p> <p>Galaretka o smaku brzoskwiowym 200 g</p>			
	Obiad	<p>Brokułowa z ryżem () 300 ml (MLE, SEL.)</p> <p>Gulasz warzywny z tofu dieta* 150 g (GLU PSZ, SOJ, SEL.)</p> <p>Ziemniaki gotowane () 180 g</p> <p>Marchew gotowana z olejem () 100 g</p> <p>Surówka z selera i jabłka () 100 g (MLE, SEL.)</p> <p>Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml</p>	<p>Brokułowa z ryżem (bez mleka) () 300 ml (SEL.)</p> <p>Gulasz warzywny z tofu dieta* 150 g (GLU PSZ, SOJ, SEL.)</p> <p>Ziemniaki gotowane () 180 g</p> <p>Marchew gotowana z olejem () 100 g</p> <p>Surówka z selera i jabłka z olejem b/c 100 g (SEL.)</p> <p>Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml</p>	<p>Brokułowa z ryżem () 300 ml (MLE, SEL.)</p> <p>Gulasz warzywny z tofu dieta* 150 g (GLU PSZ, SOJ, SEL.)</p> <p>Ziemniaki gotowane () 180 g</p> <p>Marchew gotowana z olejem () 200 g</p> <p>Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml</p>		<p>Kleik ryżowy na wodzie 300 g</p> <p>Herbata czarna ekspresowa z/c 500 ml</p> <p>Suchary b/c 30 g (GLU PSZ, SOJ, MLE.)</p>
	PD	<p>Podplomyki b/c 20 g (GLU PSZ, MLE.)</p> <p>Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (MLE.)</p>	<p>Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.)</p> <p>Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g</p> <p>Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 20 g</p> <p>Salata zielona 10 g</p>			
	Kolacja	<p>Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)</p> <p>Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.)</p> <p>Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.)</p> <p>Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.)</p> <p>Paszтет rybno- warzywny (Morszczuk) 80 g (GLU PSZ, JAJ, RYB.)</p> <p>Schab Benedykta wp parzony z dodatkiem wody 25 g (GLU PSZ, SOJ, SEL, może zawierać: JAJ, OZI, MLE, GOR, SEZ.)</p> <p>Pomidor 80 g</p> <p>Salata zielona 20 g</p>	<p>Kawa zbożowa z/c 250 ml (GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)</p> <p>Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.)</p> <p>Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.)</p> <p>Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g</p> <p>Paszтет rybno- warzywny (Morszczuk) 80 g (GLU PSZ, JAJ, RYB.)</p> <p>Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 25 g (SOJ.)</p> <p>Pomidor 80 g</p> <p>Salata zielona 20 g</p>	<p>Herbata czarna granulowana z/c 250 ml</p> <p>Chleb bezglutenowy 100 g (SEZ, może zawierać: ORZ.)</p> <p>Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.)</p> <p>Paszтет rybno- warzywny (Morszczuk) 80 g (GLU PSZ, JAJ, RYB.)</p> <p>Miód (25g) 1 szt</p> <p>Pomidor 80 g</p> <p>Salata zielona 20 g</p>	<p>Herbata czarna granulowana z/c 250 ml</p> <p>Chleb bezglutenowy 100 g (SEZ, może zawierać: ORZ.)</p> <p>Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.)</p> <p>Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 20 g (SOJ.)</p> <p>Miód (25g) 2 szt</p> <p>Pomidor 80 g</p> <p>Salata zielona 20 g</p>	<p>Kleik ryżowy na wodzie 200 g</p> <p>Herbata czarna granulowana z/c 250 ml</p> <p>Suchary b/c 30 g (GLU PSZ, SOJ, MLE.)</p>

Jadłospisy za okres od dnia 2026-03-30 do dnia 2026-04-05 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- Bogatobiałkowa	SIE- Bogatobiałkowa bezmleczna	SIE- Niskobiałkowa do 50 g białka	SIE- Niskobiałkowa do 30 g białka	SIE- Kleikowa
2026-03-30 poniedziałek	PN	Wafle ryżowe 30 g Dżem 25 g 1 szt				Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
		Wartość energetyczna: 2741.23 kcal; Białko ogółem: 105.96 g; Tłuszcz: 70.37 g; Kw. tł. nasy.: 29.26 g; Węglowodany ogółem: 447.60 g; W tym cukry: 147.25 g; Błonnik pok.: 37.43 g; Sól: 9.10 g; WW: 41.23 Por; Ener z B.: 15.46 %; Ener z W.: 65.31 %; Ener. z T.: 23.11 %; Potas: 5098.82 mg; Sód: 3642.17 mg;	Wartość energetyczna: 2295.59 kcal; Białko ogółem: 86.13 g; Tłuszcz: 55.02 g; Kw. tł. nasy.: 11.53 g; Węglowodany ogółem: 398.70 g; W tym cukry: 95.41 g; Błonnik pok.: 35.49 g; Sól: 9.39 g; WW: 36.45 Por; Ener z B.: 15.01 %; Ener z W.: 69.47 %; Ener. z T.: 21.57 %; Potas: 3795.12 mg; Sód: 3748.13 mg;	Wartość energetyczna: 1998.20 kcal; Białko ogółem: 45.32 g; Tłuszcz: 49.66 g; Kw. tł. nasy.: 14.42 g; Węglowodany ogółem: 363.25 g; W tym cukry: 118.89 g; Błonnik pok.: 35.83 g; Sól: 3.72 g; WW: 32.93 Por; Ener z B.: 9.07 %; Ener z W.: 72.71 %; Ener. z T.: 22.37 %; Potas: 3783.10 mg; Sód: 1482.46 mg;	Wartość energetyczna: 1947.56 kcal; Białko ogółem: 31.47 g; Tłuszcz: 46.43 g; Kw. tł. nasy.: 13.58 g; Węglowodany ogółem: 371.29 g; W tym cukry: 137.01 g; Błonnik pok.: 34.31 g; Sól: 3.38 g; WW: 33.92 Por; Ener z B.: 6.46 %; Ener z W.: 76.26 %; Ener. z T.: 21.46 %; Potas: 3465.56 mg; Sód: 1344.53 mg;	Wartość energetyczna: 887.22 kcal; Białko ogółem: 19.86 g; Tłuszcz: 7.47 g; Kw. tł. nasy.: 0.18 g; Węglowodany ogółem: 184.88 g; W tym cukry: 34.15 g; Błonnik pok.: 2.73 g; Sól: 0.25 g; WW: 18.29 Por; Ener z B.: 8.95 %; Ener z W.: 83.35 %; Ener. z T.: 7.57 %; Potas: 159.20 mg; Sód: 97.35 mg;
2026-03-31 wtorek	Śniadanie	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE,) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ,) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Twarożek 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,) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Kasza kukurydziana na wodzie 300 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (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 25 g Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ,) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 100 g (SEZ, może zawierać: ORZ,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 30 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,) Dżem 25 g 2 szt Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Banan 150 g	Chleb bezglutenowy 100 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. 20 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,) Dżem 25 g 2 szt Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Banan 150 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Kleik ryżowy na wodzie 200 g Suchary b/c 30 g (GLU PSZ, SOJ, MLE,) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml
	II ŚN	Banan 150 g Jogurt brzoskwiowy 150g 1 szt (MLE,)	Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml Banan 150 g			
	Obiad	Solferino () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Makaron 180 g (GLU PSZ,) Szynka wieprzowa gotowana 100 g Sos szpinakowy* 80 ml (GLU PSZ,) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g Dyńa duszona z olejem* 100 g (GLU PSZ,) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml	Solferino (bez mleka) () 300 ml (GLU PSZ, SEL,) Makaron 180 g (GLU PSZ,) Szynka wieprzowa gotowana 100 g Sos szpinakowy* 80 ml (GLU PSZ,) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g Dyńa duszona z olejem* 100 g (GLU PSZ,) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml	Solferino () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Makaron 180 g (GLU PSZ,) Szynka wieprzowa gotowana 50 g Sos szpinakowy* 80 ml (GLU PSZ,) Dyńa duszona z olejem* 100 g (GLU PSZ,) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml	Solferino (bez mleka) () 300 ml (GLU PSZ, SEL,) Makaron bezglutenowy niskobiałkowy PKU 180 g Szynka wieprzowa gotowana 30 g Sos szpinakowy* 80 ml (GLU PSZ,) Dyńa duszona z olejem* 100 g (GLU PSZ,) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Herbata czarna ekspresowa z/c 500 ml Suchary b/c 30 g (GLU PSZ, SOJ, MLE,)

Jadłospisy za okres od dnia 2026-03-30 do dnia 2026-04-05 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- Bogatobiałkowa	SIE- Bogatobiałkowa bezmleczna	SIE- Niskobiałkowa do 50 g białka	SIE- Niskobiałkowa do 30 g białka	SIE- Kleikowa
2026-03-31 wtorek	PD	Serek homogenizowany o smaku waniliowym 140g 1 szt (MLE,) Ciasto drożdżowe 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE,)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 20 g (SOJ,) Sałata zielona 10 g			
	Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ,) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Galaretki drobiowa z udźcem z kurczaka () 200 g (SEL,) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 25 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ,) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Galaretki drobiowa z udźcem z kurczaka () 200 g (SEL,) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dod.at.wody w osł.niejad 25 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Chleb bezglutenowy 100 g (SEZ, może zawierać: ORZ,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 25 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,) Miód (25g) 2 szt Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 100 g (SEZ, może zawierać: ORZ,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 20 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,) Miód (25g) 2 szt Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Kleik ryżowy na wodzie 200 g Suchary b/c 30 g (GLU PSZ, SOJ, MLE,)
2026-04-01 środa	PN	Mus- przecier owocowy jabłko 100g (tubka) 1 szt				Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	Śniadanie	Wartość energetyczna: 2849.84 kcal; Białko ogółem: 132.39 g; Tłuszcz: 62.67 g; Kw. tł. nasy.: 28.28 g; Węglowodany ogółem: 427.50 g; W tym cukry: 153.10 g; Błonnik pok.: 26.48 g; Sól: 7.11 g; WW: 40.22 Por; Ener z B.: 18.58 %; Ener z W.: 60.00 %; Ener. z T.: 19.79 %; Potas: 4675.63 mg; Sód: 2849.79 mg;	Wartość energetyczna: 2478.29 kcal; Białko ogółem: 107.01 g; Tłuszcz: 57.54 g; Kw. tł. nasy.: 15.22 g; Węglowodany ogółem: 400.97 g; W tym cukry: 109.84 g; Błonnik pok.: 27.12 g; Sól: 8.18 g; WW: 37.41 Por; Ener z B.: 17.27 %; Ener z W.: 64.72 %; Ener. z T.: 20.90 %; Potas: 4016.42 mg; Sód: 3264.87 mg;	Wartość energetyczna: 2025.71 kcal; Białko ogółem: 50.40 g; Tłuszcz: 43.25 g; Kw. tł. nasy.: 14.31 g; Węglowodany ogółem: 371.09 g; W tym cukry: 146.14 g; Błonnik pok.: 24.31 g; Sól: 2.28 g; WW: 34.81 Por; Ener z B.: 9.95 %; Ener z W.: 73.27 %; Ener. z T.: 19.21 %; Potas: 3046.74 mg; Sód: 918.15 mg;	Wartość energetyczna: 1906.29 kcal; Białko ogółem: 32.29 g; Tłuszcz: 40.74 g; Kw. tł. nasy.: 14.26 g; Węglowodany ogółem: 362.71 g; W tym cukry: 146.51 g; Błonnik pok.: 23.09 g; Sól: 1.97 g; WW: 34.07 Por; Ener z B.: 6.78 %; Ener z W.: 76.11 %; Ener. z T.: 19.23 %; Potas: 2815.79 mg; Sód: 795.23 mg;	Wartość energetyczna: 887.22 kcal; Białko ogółem: 19.86 g; Tłuszcz: 7.47 g; Kw. tł. nasy.: 0.18 g; Węglowodany ogółem: 184.88 g; W tym cukry: 34.15 g; Błonnik pok.: 2.73 g; Sól: 0.25 g; WW: 18.29 Por; Ener z B.: 8.95 %; Ener z W.: 83.35 %; Ener. z T.: 7.57 %; Potas: 159.20 mg; Sód: 97.35 mg;
		Makaron na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE,) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ,) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU 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 dod. b.sojowego i wody 25 g (SOJ,) Sałatka jarzynowa - dieta () 100 g (MLE, SEL,) Sałata zielona 20 g	Płatki ryżowe na wodzie 300 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ,) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 75 g (SOJ,) Sałatka jarzynowa z olejem () 100 g (SEL,) Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 100 g (SEZ, może zawierać: ORZ,) Masło extra 82% 15 g (MLE,) Szynka zielonogórska- wieprzowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 50 g (SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR,) Dżem 25 g 1 szt Sałatka jarzynowa z olejem () 100 g (SEL,) Jabłko pieczone 150 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 100 g (SEZ, może zawierać: ORZ,) Masło extra 82% 15 g (MLE,) Szynka zielonogórska- wieprzowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 20 g (SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR,) Dżem 25 g 2 szt Sałatka jarzynowa z olejem () 100 g (SEL,) Jabłko pieczone 150 g Sałata zielona 20 g	Kleik ryżowy na wodzie 200 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Suchary b/c 30 g (GLU PSZ, SOJ, MLE,)

Jadłospisy za okres od dnia 2026-03-30 do dnia 2026-04-05 KUCHNIA SIEDLCE

	SIE- Bogatobiałkowa	SIE- Bogatobiałkowa bezmleczna	SIE- Niskobiałkowa do 50 g białka	SIE- Niskobiałkowa do 30 g białka	SIE- Kleikowa
II ŚN	Jabłko pieczone 150 g Galaretka o smaku brzoskwiowym 200 g				
Obiad	Grycikowa () 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki gotowane () 180 g Zrazik drobiowy z udźca pieczony mielony 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos jarzynowy () 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 100 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Grycikowa () 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki gotowane () 180 g Zrazik drobiowy z udźca pieczony mielony 50 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos jarzynowy () 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 100 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Grycikowa () 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Zrazik drobiowy z udźca pieczony mielony 30 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos jarzynowy () 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki gotowane () 180 g Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 100 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Grycikowa () 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Zrazik drobiowy z udźca pieczony mielony 30 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos jarzynowy () 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki gotowane () 180 g Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 100 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Herbata czarna granulowana z/c 500 ml Suchary b/c 30 g (GLU PSZ, SOJ, MLE.)
PD	Budyń o smaku waniliowym z/c 200 ml (MLE.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 25 g Sałata zielona 10 g			
2026-04-01 środa Kolejacja	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Połudwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g (SOJ.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Połudwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g (SOJ.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 100 g (SEZ, może zawierać: ORZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Połudwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 25 g (SOJ.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 100 g (SEZ, może zawierać: ORZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Połudwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 20 g (SOJ.) Miód (25g) 2 szt Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Kleik ryżowy na wodzie 200 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Suchary b/c 30 g (GLU PSZ, SOJ, MLE.)
PN	Mleko Smakowe UHT 1,5% tł 0,2l 1 szt (MLE.) Biszkopty 30 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JĘCZ.)	Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt Wafle ryżowe 30 g		Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	Wartość energetyczna: 2683.52 kcal; Białko ogółem: 108.58 g; Tłuszcz: 67.66 g; Kw. tł. nasy.: 25.41 g; Węglowodany ogółem: 432.75 g; W tym cukry: 134.07 g; Błonnik pok.: 24.26 g; Sól: 8.71 g; WW: 40.91 Por; Ener z B.: 16.19 %; Ener z W.: 64.50 %; Ener z T.: 22.69 %; Potas: 4030.87 mg; Sód: 3491.22 mg;	Wartość energetyczna: 2615.87 kcal; Białko ogółem: 98.16 g; Tłuszcz: 64.04 g; Kw. tł. nasy.: 12.85 g; Węglowodany ogółem: 432.43 g; W tym cukry: 107.92 g; Błonnik pok.: 27.43 g; Sól: 9.73 g; WW: 40.55 Por; Ener z B.: 15.01 %; Ener z W.: 66.12 %; Ener z T.: 22.03 %; Potas: 3453.93 mg; Sód: 3898.79 mg;	Wartość energetyczna: 2020.52 kcal; Białko ogółem: 49.52 g; Tłuszcz: 59.03 g; Kw. tł. nasy.: 18.87 g; Węglowodany ogółem: 337.35 g; W tym cukry: 85.29 g; Błonnik pok.: 27.10 g; Sól: 3.76 g; WW: 31.08 Por; Ener z B.: 9.80 %; Ener z W.: 66.78 %; Ener z T.: 26.29 %; Potas: 3107.99 mg; Sód: 1510.36 mg;	Wartość energetyczna: 1945.87 kcal; Białko ogółem: 31.99 g; Tłuszcz: 48.66 g; Kw. tł. nasy.: 16.28 g; Węglowodany ogółem: 359.76 g; W tym cukry: 132.84 g; Błonnik pok.: 26.06 g; Sól: 2.72 g; WW: 33.51 Por; Ener z B.: 6.58 %; Ener z W.: 73.95 %; Ener z T.: 22.51 %; Potas: 2991.65 mg; Sód: 1100.39 mg;	Wartość energetyczna: 887.22 kcal; Białko ogółem: 19.66 g; Tłuszcz: 7.47 g; Kw. tł. nasy.: 0.18 g; Węglowodany ogółem: 184.88 g; W tym cukry: 34.15 g; Błonnik pok.: 2.73 g; Sól: 0.19 g; WW: 18.29 Por; Ener z B.: 8.86 %; Ener z W.: 83.35 %; Ener z T.: 7.57 %; Potas: 127.46 mg; Sód: 75.53 mg;

Jadłospisy za okres od dnia 2026-03-30 do dnia 2026-04-05 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- Bogatobiałkowa	SIE- Bogatobiałkowa bezmleczna	SIE- Niskobiałkowa do 50 g białka	SIE- Niskobiałkowa do 30 g białka	SIE- Kleikowa
2026-04-02 czwartek	Śniadanie	<p>Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt (MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g</p>	<p>Płatki owsiane na wodzie 300 ml (GLU OW.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) 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 osł.niejad 50 g Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 25 g (SOJ.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g</p>	<p>Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 100 g (SEZ, może zawierać: ORZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt (MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE.) Dżem 25 g 2 [Por] x 2 szt Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Banan 150 g</p>	<p>Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 100 g (SEZ, może zawierać: ORZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Dżem 25 g 2 szt Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Banan 150 g</p>	<p>Kleik ryżowy na wodzie 200 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Suchary b/c 30 g (GLU PSZ, SOJ, MLE.)</p>
	II ŚN	Banan 150 g				
	Obiad	<p>Ziemiaczana () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Risotto z mięsem wieprzowym i warzywami () 300 g (SEL.) Fasolka szparagowa z wody* 100 g Surówka z marchwi i selera () 100 g (MLE, SEL.) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml</p>	<p>Ziemiaczana (bez mleka) () 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Risotto z mięsem wieprzowym i warzywami () 300 g (SEL.) Fasolka szparagowa z wody* 100 g Surówka z marchwi i selera z olejem () 100 g (SEL.) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml</p>	<p>Ziemiaczana (bez mleka) () 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Risotto z mięsem wieprzowym i warzywami () 200 g (SEL.) Fasolka szparagowa z wody* 100 g Surówka z marchwi i selera () 100 g (MLE, SEL.) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml</p>	<p>Ziemiaczana (bez mleka) () 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Risotto z mięsem wieprzowym i warzywami () 150 g (SEL.) Fasolka szparagowa z wody* 100 g Surówka z marchwi i selera () 100 g (MLE, SEL.) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml</p>	<p>Kleik ryżowy na wodzie 300 g Herbata czarna granulowana z/c 500 ml Suchary b/c 30 g (GLU PSZ, SOJ, MLE.)</p>
	PD	<p>Maślanka truskawkowa 150 ml (MLE.) Herbatniki 30 g (GLU PSZ, SOJ, MLE.)</p>	<p>Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 20 g Sałata zielona 20 g</p>			
Kolacja	<p>Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Makaron z serem 300 g (GLU PSZ, MLE.) Mus z jabłek () z/c 100 g</p>	<p>Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Poledwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 75 g (SOJ.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g</p>	<p>Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 100 g (SEZ, może zawierać: ORZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynka Delikatesowa z kurczaka produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 30 g (może zawierać: MLE, GOR.) Miód (25g) 2 szt Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g</p>	<p>Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 100 g (SEZ, może zawierać: ORZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynka Delikatesowa z kurczaka produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 20 g (może zawierać: MLE, GOR.) Miód (25g) 2 szt Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g</p>	<p>Kleik ryżowy na wodzie 200 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Suchary b/c 30 g (GLU PSZ, SOJ, MLE.)</p>	

Jadłospisy za okres od dnia 2026-03-30 do dnia 2026-04-05 KUCHNIA SIEDLCE

	SIE- Bogatobiałkowa	SIE- Bogatobiałkowa bezmleczna	SIE- Niskobiałkowa do 50 g białka	SIE- Niskobiałkowa do 30 g białka	SIE- Kleikowa	
2026-04-02 czwartek	PN	Bułka maślana 1 szt 1 szt (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>)	Mus- przecier owocowy jabłko 100g (tubka) 1 szt Biszkopty b/ml 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>)	Bułka maślana 1 szt 1 szt (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>)	Mus- przecier owocowy jabłko 100g (tubka) 1 szt	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
		Wartość energetyczna: 2899.90 kcal; Białko ogółem: 109.07 g; Tłuszcz: 66.20 g; Kw. tł. nasy.: 25.11 g; Węglowodany ogółem: 487.18 g; W tym cukry: 124.82 g; Błonnik pok.: 32.07 g; Sól: 6.47 g; WW: 45.73 Por; Ener z B.: 15.04 %; Ener z W.: 67.20 %; Ener. z T.: 20.54 %; Potas: 3990.88 mg; Sód: 2584.39 mg;	Wartość energetyczna: 2418.23 kcal; Białko ogółem: 86.57 g; Tłuszcz: 57.33 g; Kw. tł. nasy.: 12.66 g; Węglowodany ogółem: 410.41 g; W tym cukry: 94.04 g; Błonnik pok.: 31.56 g; Sól: 9.82 g; WW: 38.08 Por; Ener z B.: 14.32 %; Ener z W.: 67.89 %; Ener. z T.: 21.34 %; Potas: 3611.98 mg; Sód: 3926.58 mg;	Wartość energetyczna: 2389.78 kcal; Białko ogółem: 47.73 g; Tłuszcz: 62.53 g; Kw. tł. nasy.: 25.43 g; Węglowodany ogółem: 427.70 g; W tym cukry: 163.36 g; Błonnik pok.: 29.88 g; Sól: 3.06 g; WW: 40.21 Por; Ener z B.: 7.99 %; Ener z W.: 71.59 %; Ener. z T.: 23.55 %; Potas: 3341.58 mg; Sód: 1226.60 mg;	Wartość energetyczna: 1897.50 kcal; Białko ogółem: 30.83 g; Tłuszcz: 48.05 g; Kw. tł. nasy.: 19.69 g; Węglowodany ogółem: 351.19 g; W tym cukry: 148.41 g; Błonnik pok.: 27.28 g; Sól: 1.67 g; WW: 32.70 Por; Ener z B.: 6.50 %; Ener z W.: 74.03 %; Ener. z T.: 22.79 %; Potas: 3088.46 mg; Sód: 674.07 mg;	Wartość energetyczna: 887.22 kcal; Białko ogółem: 19.66 g; Tłuszcz: 7.47 g; Kw. tł. nasy.: 0.18 g; Węglowodany ogółem: 184.88 g; W tym cukry: 34.15 g; Błonnik pok.: 2.73 g; Sól: 0.19 g; WW: 18.29 Por; Ener z B.: 8.86 %; Ener z W.: 83.35 %; Ener. z T.: 7.57 %; Potas: 127.46 mg; Sód: 75.53 mg;
2026-04-03 piątek	Śniadanie	Kasza manna na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 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>) Dżem 25 g 1 szt Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g	Kasza manna na wodzie 300 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Kawa zbożowa z/c 250 ml (<u>GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 75 g Dżem 25 g 1 szt Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Kawa zbożowa z/c 250 ml (<u>GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>) Chleb bezglutenowy 100 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 Sałata zielona 20 g Jabłko pieczone 150 g	Kawa zbożowa z/c 250 ml (<u>GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>) Chleb bezglutenowy 100 g (<u>SEZ, może zawierać: ORZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Dżem 25 g 2 szt Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Jabłko pieczone 150 g	Kleik ryżowy na wodzie 200 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Suchary b/c 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u>)
	II ŚN	Jabłko pieczone 150 g Galaretko o smaku truskawkowym 200 g				
	Obiad	Dyniowa z makaronem () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 180 g Ryba pieczona (Morszczuk) 120 g (<u>RYB.</u>) Sos cytrynowy 80 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Szpinak gotowany z olejem* 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 100 g (<u>SEL.</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Dyniowa z makaronem (bez mleka) () 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 180 g Ryba pieczona (Morszczuk) 120 g (<u>RYB.</u>) Sos cytrynowy (bez mleka) 80 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Szpinak gotowany z olejem* 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 100 g (<u>SEL.</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Dyniowa z makaronem () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 180 g Ryba pieczona (Morszczuk) 40 g (<u>RYB.</u>) Sos cytrynowy 80 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Szpinak gotowany z olejem* 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 100 g (<u>SEL.</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Dyniowa z makaronem () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 180 g Ryba pieczona (Morszczuk) 30 g (<u>RYB.</u>) Sos cytrynowy 80 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Szpinak gotowany z olejem* 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 100 g (<u>SEL.</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Herbata czarna ekspresowa z/c 500 ml Suchary b/c 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u>)
	PD	Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)	Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml			

Jadłospisy za okres od dnia 2026-03-30 do dnia 2026-04-05 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- Bogatobiałkowa	SIE- Bogatobiałkowa bezmleczna	SIE- Niskobiałkowa do 50 g białka	SIE- Niskobiałkowa do 30 g białka	SIE- Kleikowa
2026-04-03 piątek	Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 80 g (JAJ, MLE.) Miód (25g) 1 szt Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Miód (25g) 1 szt Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 100 g (SEZ, może zawierać: ORZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 80 g (JAJ, MLE.) Miód (25g) 1 szt Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 100 g (SEZ, może zawierać: ORZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka z pierśią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalanej 20 g (SOJ, SEL, może zawierać: MLE, GOR.) Miód (25g) 2 szt Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Kleik ryżowy na wodzie 200 g Suchary b/c 30 g (GLUPSZ, SOJ, MLE.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml
	PN	Przecier owocowy jabłko-truskawka 100g 1 szt Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 30 g		Przecier owocowy jabłko-truskawka 100g 1 szt		Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
		Wartość energetyczna: 2815.08 kcal; Białko ogółem: 130.82 g; Tłuszcz: 67.91 g; Kw. tł. nasy.: 24.29 g; Węglowodany ogółem: 439.16 g; W tym cukry: 148.78 g; Błonnik pok.: 28.15 g; Sól: 7.22 g; WW: 41.30 Por; Ener z B.: 18.59 %; Ener z W.: 62.40 %; Ener. z T.: 21.71 %; Potas: 4808.82 mg; Sód: 2907.74 mg;	Wartość energetyczna: 2447.06 kcal; Białko ogółem: 100.90 g; Tłuszcz: 49.54 g; Kw. tł. nasy.: 10.19 g; Węglowodany ogółem: 415.36 g; W tym cukry: 119.82 g; Błonnik pok.: 27.50 g; Sól: 7.29 g; WW: 38.88 Por; Ener z B.: 16.49 %; Ener z W.: 67.90 %; Ener. z T.: 18.22 %; Potas: 3864.34 mg; Sód: 2916.82 mg;	Wartość energetyczna: 1946.05 kcal; Białko ogółem: 49.42 g; Tłuszcz: 55.14 g; Kw. tł. nasy.: 18.25 g; Węglowodany ogółem: 327.69 g; W tym cukry: 112.01 g; Błonnik pok.: 29.42 g; Sól: 2.97 g; WW: 29.95 Por; Ener z B.: 10.16 %; Ener z W.: 67.35 %; Ener. z T.: 25.50 %; Potas: 3422.01 mg; Sód: 1181.81 mg;	Wartość energetyczna: 1877.74 kcal; Białko ogółem: 33.88 g; Tłuszcz: 46.12 g; Kw. tł. nasy.: 15.54 g; Węglowodany ogółem: 346.48 g; W tym cukry: 130.24 g; Błonnik pok.: 29.37 g; Sól: 2.42 g; WW: 31.90 Por; Ener z B.: 7.22 %; Ener z W.: 73.81 %; Ener. z T.: 22.11 %; Potas: 3225.73 mg; Sód: 961.06 mg;	Wartość energetyczna: 887.22 kcal; Białko ogółem: 19.86 g; Tłuszcz: 7.47 g; Kw. tł. nasy.: 0.18 g; Węglowodany ogółem: 184.88 g; W tym cukry: 34.15 g; Błonnik pok.: 2.73 g; Sól: 0.25 g; WW: 18.29 Por; Ener z B.: 8.95 %; Ener z W.: 83.35 %; Ener. z T.: 7.57 %; Potas: 159.20 mg; Sód: 97.35 mg;
2026-04-04 sobota	Śniadanie	Ryż na mleku 300 ml (MLE.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 25 g (SOJ.) Serek homo. naturalny 80 g (MLE.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Kasza kukurydziana na wodzie 300 ml Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 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 Sałata zielona 20 g	Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 100 g (SEZ, może zawierać: ORZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 25 g (SOJ.) Miód (25g) 1 szt Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Banan 150 g	Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Masło extra 82% 15 g (MLE.) Chleb bezglutenowy 100 g (SEZ, może zawierać: ORZ.) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 25 g (SOJ.) Miód (25g) 1 szt Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Banan 150 g	Kleik ryżowy na wodzie 200 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Suchary b/c 30 g (GLUPSZ, SOJ, MLE.)
	II ŚN	Banan 150 g Koktajl bananowy 200 ml (MLE.)	Banan 150 g Galaretka o smaku brzoskwiowym 200 g			

Jadłospisy za okres od dnia 2026-03-30 do dnia 2026-04-05 KUCHNIA SIEDLCE

	SIE- Bogatobiałkowa	SIE- Bogatobiałkowa bezmleczna	SIE- Niskobiałkowa do 50 g białka	SIE- Niskobiałkowa do 30 g białka	SIE- Kleikowa	
2026-04-04 sobota	Obiad	Selerowa z ziemniakami - dieta () 300 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Makaron 180 g (<u>GLU PSZ.</u>) Gulasz warzywny z tofu dieta* 150 g (<u>GLU PSZ, SOJ, SEL.</u>) Surówka z marchwi i selera z olejem b/c () 200 g (<u>SEL.</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami (bez mleka) () 300 ml (<u>SEL.</u>) Makaron 180 g (<u>GLU PSZ.</u>) Gulasz warzywny z tofu dieta* 150 g (<u>GLU PSZ, SOJ, SEL.</u>) Surówka z marchwi i selera z olejem b/c () 200 g (<u>SEL.</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami - dieta () 300 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Makaron 180 g (<u>GLU PSZ.</u>) Gulasz warzywny z tofu dieta* 80 g (<u>GLU PSZ, SOJ, SEL.</u>) Surówka z marchwi i selera z olejem b/c () 200 g (<u>SEL.</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami (bez mleka) () 300 ml (<u>SEL.</u>) Gulasz warzywny z tofu dieta* 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, SEL.</u>) Makaron 180 g (<u>GLU PSZ.</u>) Surówka z marchwi i selera z olejem b/c () 200 g (<u>SEL.</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Herbata czarna ekspresowa z/c 500 ml Suchary b/c 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u>)
	PD	Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt	Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml			
	Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 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. 50 g (<u>SOJ.</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 z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa, wędzona, z wodą dodaną. 75 g (<u>SOJ.</u>) Salata zielona 20 g Pomidor 80 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 100 g (<u>SEZ, może zawierać: ORZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt (<u>MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE.</u>) Dżem 25 g 1 szt Pomidor 80 g Salata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 100 g (<u>SEZ, może zawierać: ORZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Dżem 25 g 2 szt Pomidor 80 g Salata zielona 20 g	Kleik ryżowy na wodzie 200 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Suchary b/c 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u>)
	PN	Ciasto drożdżowe 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>)	Sok jabłkowy 100 % 0,2l w kartoniku 1 szt Biszkopty b/ml 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>)	Ciasto drożdżowe 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>)	Sok jabłkowy 100 % 0,2l w kartoniku 1 szt	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
		Wartość energetyczna: 2656.07 kcal; Białko ogółem: 91.87 g; Tłuszcz: 60.97 g; Kw. tł. nasy.: 23.35 g; Węglowodany ogółem: 430.61 g; W tym cukry: 141.16 g; Błonnik pok.: 35.18 g; Sól: 8.31 g; WW: 39.69 Por; Ener z B.: 13.84 %; Ener z W.: 64.85 %; Ener. z T.: 20.66 %; Potas: 4369.39 mg; Sód: 3318.75 mg;	Wartość energetyczna: 2404.38 kcal; Białko ogółem: 80.06 g; Tłuszcz: 47.28 g; Kw. tł. nasy.: 7.95 g; Węglowodany ogółem: 435.33 g; W tym cukry: 150.23 g; Błonnik pok.: 33.67 g; Sól: 9.67 g; WW: 40.33 Por; Ener z B.: 13.32 %; Ener z W.: 72.42 %; Ener. z T.: 17.70 %; Potas: 3529.58 mg; Sód: 3862.32 mg;	Wartość energetyczna: 2125.61 kcal; Białko ogółem: 36.80 g; Tłuszcz: 54.57 g; Kw. tł. nasy.: 19.43 g; Węglowodany ogółem: 364.19 g; W tym cukry: 116.49 g; Błonnik pok.: 34.60 g; Sól: 2.96 g; WW: 33.16 Por; Ener z B.: 6.93 %; Ener z W.: 68.53 %; Ener. z T.: 23.10 %; Potas: 3238.15 mg; Sód: 1180.64 mg;	Wartość energetyczna: 1896.46 kcal; Białko ogółem: 29.03 g; Tłuszcz: 45.64 g; Kw. tł. nasy.: 15.19 g; Węglowodany ogółem: 360.98 g; W tym cukry: 139.23 g; Błonnik pok.: 33.27 g; Sól: 2.33 g; WW: 32.98 Por; Ener z B.: 6.12 %; Ener z W.: 76.14 %; Ener. z T.: 21.66 %; Potas: 3150.66 mg; Sód: 930.82 mg;	Wartość energetyczna: 887.22 kcal; Białko ogółem: 19.86 g; Tłuszcz: 7.47 g; Kw. tł. nasy.: 0.18 g; Węglowodany ogółem: 184.88 g; W tym cukry: 34.15 g; Błonnik pok.: 2.73 g; Sól: 0.25 g; WW: 18.29 Por; Ener z B.: 8.95 %; Ener z W.: 83.35 %; Ener. z T.: 7.57 %; Potas: 159.20 mg; Sód: 97.35 mg;

Jadłospisy za okres od dnia 2026-03-30 do dnia 2026-04-05 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- Bogatobiałkowa	SIE- Bogatobiałkowa bezmleczna	SIE- Niskobiałkowa do 50 g białka	SIE- Niskobiałkowa do 30 g białka	SIE- Kleikowa
2026-04-05 niedziela	Śniadanie	Platki pszenne na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYTI.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Sernik 50 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE.)	Platki pszenne na wodzie 300 ml (GLU PSZ.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYTI.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Ciasto drożdżowe b/c 50 g (GLU PSZ, JAJ.)	Chleb bezglutenowy 100 g (SEZ, może zawierać: ORZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Dżem 25 g 1 szt Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Jabłko pieczone 150 g Sernik 30 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE.)	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 100 g (SEZ, może zawierać: ORZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 20 g Dżem 25 g 2 szt Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Jabłko pieczone 150 g	Kleik ryżowy na wodzie 200 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Suchary b/c 30 g (GLU PSZ, SOJ, MLE.)
	II ŚN	Jabłko pieczone 150 g Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.)	Jabłko pieczone 150 g Galaretka o smaku truskawkowym 200 g			
	Obiad	Wielowarzywna z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Schab duszony 100 g Sos własny () 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki gotowane () 180 g Buraczki gotowane 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Wielowarzywna z ziemniakami (bez mleka) () 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Schab duszony 100 g Sos własny () 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki gotowane () 180 g Buraczki gotowane 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Wielowarzywna z ziemniakami (bez mleka) () 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki gotowane () 180 g Schab duszony 30 g Sos własny () 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Buraczki gotowane 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Wielowarzywna z ziemniakami (bez mleka) () 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki gotowane () 180 g Jajko sadzone kl M 1 szt (JAJ, MLE.) Buraczki gotowane 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Herbata czarna granulowana z/c 500 ml Suchary b/c 30 g (GLU PSZ, SOJ, MLE.)
	PD	Budyń o smaku waniliowym z/c 200 ml (MLE.)	Kisiel o smaku wiśniowym z jabłkiem z/c 200 ml			
	Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYTI.) 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.) Sałatka jarzynowa - dieta () 200 g (MLE, SEL.) Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYTI.) 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.) Sałatka jarzynowa z olejem () 200 g (SEL.) Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb bezglutenowy 100 g (SEZ, może zawierać: ORZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynka zielonogórska- wieprzowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 50 g (SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR.) Sałatka jarzynowa z olejem () 200 g (SEL.) Sałata zielona 20 g	Chleb bezglutenowy 100 g (SEZ, może zawierać: ORZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynka zielonogórska- wieprzowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 20 g (SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR.) Miód (25g) 1 szt Sałatka jarzynowa z olejem () 200 g (SEL.) Sałata zielona 20 g	Kleik ryżowy na wodzie 200 g Suchary b/c 30 g (GLU PSZ, SOJ, MLE.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml

Jadłospisy za okres od dnia 2026-03-30 do dnia 2026-04-05 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- Bogatobiałkowa	SIE- Bogatobiałkowa bezmleczna	SIE- Niskobiałkowa do 50 g białka	SIE- Niskobiałkowa do 30 g białka	SIE- Kleikowa
2026-04-05 niedziela	PN	Przecier owocowy jabłko-truskawka 100g 1 szt				Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
		Wartość energetyczna: 2641.91 kcal; Białko ogółem: 121.05 g; Tłuszcz: 58.13 g; Kw. tł. nasy.: 26.65 g; Węglowodany ogółem: 428.73 g; W tym cukry: 129.55 g; Błonnik pok.: 32.02 g; Sól: 8.37 g; WW: 39.58 Por; Ener z B.: 18.33 %; Ener z W.: 64.91 %; Ener. z T.: 19.80 %; Potas: 5966.47 mg; Sód: 3349.32 mg;	Wartość energetyczna: 2653.33 kcal; Białko ogółem: 99.62 g; Tłuszcz: 55.81 g; Kw. tł. nasy.: 13.01 g; Węglowodany ogółem: 441.10 g; W tym cukry: 102.01 g; Błonnik pok.: 33.49 g; Sól: 8.15 g; WW: 40.74 Por; Ener z B.: 15.02 %; Ener z W.: 66.50 %; Ener. z T.: 18.93 %; Potas: 5103.06 mg; Sód: 3277.33 mg;	Wartość energetyczna: 2020.54 kcal; Białko ogółem: 48.80 g; Tłuszcz: 59.10 g; Kw. tł. nasy.: 21.58 g; Węglowodany ogółem: 340.65 g; W tym cukry: 82.62 g; Błonnik pok.: 32.64 g; Sól: 3.15 g; WW: 30.82 Por; Ener z B.: 9.66 %; Ener z W.: 67.44 %; Ener. z T.: 26.32 %; Potas: 4524.57 mg; Sód: 1265.68 mg;	Wartość energetyczna: 2035.88 kcal; Białko ogółem: 34.53 g; Tłuszcz: 57.26 g; Kw. tł. nasy.: 22.34 g; Węglowodany ogółem: 363.47 g; W tym cukry: 119.97 g; Błonnik pok.: 32.48 g; Sól: 2.88 g; WW: 33.18 Por; Ener z B.: 6.78 %; Ener z W.: 71.41 %; Ener. z T.: 25.31 %; Potas: 4360.81 mg; Sód: 1158.67 mg;	Wartość energetyczna: 887.22 kcal; Białko ogółem: 19.66 g; Tłuszcz: 7.47 g; Kw. tł. nasy.: 0.18 g; Węglowodany ogółem: 184.88 g; W tym cukry: 34.15 g; Błonnik pok.: 2.73 g; Sól: 0.19 g; WW: 18.29 Por; Ener z B.: 8.86 %; Ener z W.: 83.35 %; Ener. z T.: 7.57 %; Potas: 127.46 mg; Sód: 75.53 mg;

Jadłospisy za okres od dnia 2026-03-30 do dnia 2026-04-05 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- Kleikowa rozszerzona	SIE- Dzieci 1-3 lat Podstawowa	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż podstawa	SIE- Bogatoresztkowa	SIE- Bezglutenowa	
2026-03-30 poniedziałek	Śniadanie	Kleik ryżowy na wodzie 200 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Suchary b/c 30 g (<u>GLUPSZ, SOJ, MLE,</u>)	Płatki jęczmienne na mleku 250 ml (<u>MLE, GLU JEĆZ,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy parzony w osłonce niejadalnej 25 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR,</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ,</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU JEĆZ,</u>) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 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>) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy parzony w osłonce niejadalnej 50 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR,</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ,</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU JEĆZ,</u>) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 50 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>) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy parzony w osłonce niejadalnej 50 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR,</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ,</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Ryż na mleku 300 ml (<u>MLE,</u>) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 100 g (<u>SEZ, może zawierać: ORZ,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Szynka z piersią kurczaka-wędł.z drob.gr.rozd.parzo.w osł.niejadalnej 50 g (<u>SOJ,</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ,</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Jabłko 150 g	
	II ŚN	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Suchary b/c 15 g (<u>GLUPSZ, SOJ, MLE,</u>) Kleik ryżowy na wodzie 200 g	Jabłko 150 g				
	Obiad	Ryżowa (bez mleka) () 300 ml (<u>SEL,</u>) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Brokułowa z ryżem () 250 ml (<u>MLE, SEL,</u>) Pierogi leniwe 200 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>) Mus z jabłek () b/c 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Brokułowa z ryżem () 300 ml (<u>MLE, SEL,</u>) Pierogi leniwe 300 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>) Mus z jabłek () b/c 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Brokułowa z ryżem () 300 ml (<u>MLE, SEL,</u>) Gulasz warzywny z ciecierzycą * 150 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Ziemniaki gotowane () 180 g Marchew gotowana z olejem () 100 g Surówka z selera i jabłka () 100 g (<u>MLE, SEL,</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Brokułowa z ryżem () 300 ml (<u>MLE, SEL,</u>) Gulasz warzywny z ciecierzycą (bez glutenu) * 150 g (<u>SEL,</u>) Ziemniaki gotowane () 180 g Marchew gotowana z olejem () 100 g Surówka z selera i jabłka () 100 g (<u>MLE, SEL,</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	
	PD	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Suchary b/c 15 g (<u>GLUPSZ, SOJ, MLE,</u>) Kleik ryżowy na wodzie 200 g	Podplomyki b/c 20 g (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (<u>MLE,</u>)		Pieczywo chrupkie ekstrudowane-żytnie 30 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT, GLU JEĆZ,</u>) Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (<u>MLE,</u>)		
	Kolacja	Kleik ryżowy na wodzie 200 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Suchary b/c 30 g (<u>GLUPSZ, SOJ, MLE,</u>)	Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JEĆZ,</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Paszтет rybno- warzywny (Morszczuk) 40 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB,</u>) Schab Benedykta wp parzony z dodatkiem wody 25 g (<u>GLU PSZ, SOJ, SEL, może zawierać: JAJ, OZI, MLE, GOR, SEZ,</u>) Rzodkiew biała 80 g Sałata zielona 20 g	Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JEĆZ,</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 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>) Schab Benedykta wp parzony z dodatkiem wody 25 g (<u>GLU PSZ, SOJ, SEL, może zawierać: JAJ, OZI, MLE, GOR, SEZ,</u>) Rzodkiew biała 80 g Sałata zielona 20 g	Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JEĆZ,</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 100 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>) Schab Benedykta wp parzony z dodatkiem wody 25 g (<u>GLU PSZ, SOJ, SEL, może zawierać: JAJ, OZI, MLE, GOR, SEZ,</u>) Rzodkiew biała 80 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 100 g (<u>SEZ, może zawierać: ORZ,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 75 g (<u>SOJ,</u>) Rzodkiew biała 80 g Sałata zielona 20 g	

Jadłospisy za okres od dnia 2026-03-30 do dnia 2026-04-05 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- Kleikowa rozszerzona	SIE- Dzieci 1-3 lat Podstawowa	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż podstawa	SIE- Bogatoresztkowa	SIE- Bezglutenowa
2026-03-30 poniedziałek	PN	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Wafle ryżowe 30 g Dżem 25 g 1 szt			
		Wartość energetyczna: 1065.96 kcal; Białko ogółem: 22.96 g; Tłuszcz: 7.83 g; Kw. tł. nasy.: 0.25 g; Węglowodany ogółem: 226.66 g; W tym cukry: 44.09 g; Błonnik pok.: 4.91 g; Sól: 0.67 g; WW: 22.27 Por; Ener z B.: 8.61 %; Ener z W.: 85.05 %; Ener. z T.: 6.61 %; Potas: 286.12 mg; Sód: 267.12 mg;	Wartość energetyczna: 1941.75 kcal; Białko ogółem: 79.53 g; Tłuszcz: 52.66 g; Kw. tł. nasy.: 24.84 g; Węglowodany ogółem: 304.90 g; W tym cukry: 103.63 g; Błonnik pok.: 20.91 g; Sól: 4.38 g; WW: 28.58 Por; Ener z B.: 16.38 %; Ener z W.: 62.81 %; Ener. z T.: 24.41 %; Potas: 2658.28 mg; Sód: 1763.74 mg;	Wartość energetyczna: 2507.98 kcal; Białko ogółem: 106.81 g; Tłuszcz: 64.18 g; Kw. tł. nasy.: 28.39 g; Węglowodany ogółem: 398.96 g; W tym cukry: 107.83 g; Błonnik pok.: 26.57 g; Sól: 7.28 g; WW: 37.41 Por; Ener z B.: 17.04 %; Ener z W.: 63.63 %; Ener. z T.: 23.03 %; Potas: 3184.29 mg; Sód: 2924.03 mg;	Wartość energetyczna: 2506.17 kcal; Białko ogółem: 97.44 g; Tłuszcz: 64.05 g; Kw. tł. nasy.: 26.69 g; Węglowodany ogółem: 428.61 g; W tym cukry: 125.90 g; Błonnik pok.: 54.45 g; Sól: 8.69 g; WW: 37.62 Por; Ener z B.: 15.55 %; Ener z W.: 68.41 %; Ener. z T.: 23.00 %; Potas: 5333.13 mg; Sód: 3483.14 mg;	Wartość energetyczna: 2057.01 kcal; Białko ogółem: 61.00 g; Tłuszcz: 58.01 g; Kw. tł. nasy.: 18.73 g; Węglowodany ogółem: 354.84 g; W tym cukry: 90.91 g; Błonnik pok.: 38.38 g; Sól: 6.03 g; WW: 31.82 Por; Ener z B.: 11.86 %; Ener z W.: 69.00 %; Ener. z T.: 25.38 %; Potas: 3920.63 mg; Sód: 2405.71 mg;
2026-03-31 wtorek	Śniadanie	Kleik ryżowy na wodzie 200 g Suchary b/c 30 g (GLU PSZ, SOJ, MLE,) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Kasza kukurydziana na mleku 250 ml (MLE,) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 25 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,) Twarożek 80 g (MLE,) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE,) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ,) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Twarożek 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,) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE,) Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Twarożek 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,) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE,) Chleb bezglutenowy 100 g (SEZ, może zawierać: ORZ,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Twarożek 80 g (MLE,) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 25 g Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Banan 150 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml
	II ŚN	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Suchary b/c 15 g (GLU PSZ, SOJ, MLE,) Kleik ryżowy na wodzie 200 g	Banan 150 g			
	Obiad	Marchewkowa z ziemniakami (bez mleka) 300 g (GLU PSZ, SEL,) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Pieczarkowa z ziemniakami () 250 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, S02,) Makaron 90 g (GLU PSZ,) Szynka wieprzowa gotowana 50 g Sos szpinakowy* 80 ml (GLU PSZ,) Dyńa duszona z olejem* 50 g (GLU PSZ,) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 50 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Pieczarkowa z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, S02,) Makaron 180 g (GLU PSZ,) Szynka wieprzowa gotowana 100 g Sos szpinakowy* 80 ml (GLU PSZ,) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g Dyńa duszona z olejem* 100 g (GLU PSZ,) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Pieczarkowa z ziemniakami (bez glutenu)*() 300 ml (MLE, SEL, S02,) Makaron bezglutenowy 180 g Szynka wieprzowa gotowana 100 g Sos szpinakowy (bez glutenu)* 80 ml Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g Dyńa z wody 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	

Jadłospisy za okres od dnia 2026-03-30 do dnia 2026-04-05 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- Kleikowa rozszerzona	SIE- Dzieci 1-3 lat Podstawowa	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż podstawa	SIE- Bogatoresztkowa	SIE- Bezglutenowa
2026-03-31 wtorek	PD	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Suchary b/c 15 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE,</u>) Kleik ryżowy na wodzie 200 g	Serek homogenizowany o smaku waniliowym 140g 1 szt (<u>MLE,</u>) Ciasto drożdżowe 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>)		Jogurt brzoskwinowy 150g 1 szt (<u>MLE,</u>) Ciasto drożdżowe 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>)	
	Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Kleik ryżowy na wodzie 200 g Suchary b/c 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE,</u>)	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 25 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,</u>) Serek a'la homogenizowany z ziołami 40 g (<u>MLE,</u>) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Serek a'la homogenizowany z ziołami 80 g (<u>MLE,</u>) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 25 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Galaretką drobiowa z udźcem z kurczaka () 200 g (<u>SEL,</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 z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 100 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>) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g
	PN	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Mus- przecier owocowy jabłko 100g (tubka) 1 szt			
		Wartość energetyczna: 1061.16 kcal; Białko ogółem: 23.08 g; Tłuszcz: 7.81 g; Kw. tł. nasy.: 0.25 g; Węglowodany ogółem: 226.10 g; W tym cukry: 45.55 g; Błonnik pok.: 6.20 g; Sól: 0.73 g; WW: 22.07 Por; Ener z B.: 8.70 %; Ener z W.: 85.23 %; Ener. z T.: 6.63 %; Potas: 619.27 mg; Sód: 290.86 mg;	Wartość energetyczna: 2013.93 kcal; Białko ogółem: 88.34 g; Tłuszcz: 44.71 g; Kw. tł. nasy.: 22.88 g; Węglowodany ogółem: 295.16 g; W tym cukry: 120.67 g; Błonnik pok.: 15.48 g; Sól: 3.67 g; WW: 28.12 Por; Ener z B.: 17.54 %; Ener z W.: 58.62 %; Ener. z T.: 19.98 %; Potas: 2955.82 mg; Sód: 1469.47 mg;	Wartość energetyczna: 2678.94 kcal; Białko ogółem: 124.89 g; Tłuszcz: 56.94 g; Kw. tł. nasy.: 26.69 g; Węglowodany ogółem: 402.79 g; W tym cukry: 128.09 g; Błonnik pok.: 22.93 g; Sól: 5.71 g; WW: 38.09 Por; Ener z B.: 18.65 %; Ener z W.: 60.14 %; Ener. z T.: 19.13 %; Potas: 3776.81 mg; Sód: 2288.78 mg;	Wartość energetyczna: 2614.59 kcal; Białko ogółem: 122.48 g; Tłuszcz: 58.88 g; Kw. tł. nasy.: 25.61 g; Węglowodany ogółem: 403.71 g; W tym cukry: 133.77 g; Błonnik pok.: 37.02 g; Sól: 8.11 g; WW: 36.66 Por; Ener z B.: 18.74 %; Ener z W.: 61.76 %; Ener. z T.: 20.27 %; Potas: 4747.70 mg; Sód: 3247.96 mg;	Wartość energetyczna: 2194.51 kcal; Białko ogółem: 95.96 g; Tłuszcz: 57.06 g; Kw. tł. nasy.: 21.92 g; Węglowodany ogółem: 335.14 g; W tym cukry: 101.53 g; Błonnik pok.: 26.21 g; Sól: 5.88 g; WW: 30.87 Por; Ener z B.: 17.49 %; Ener z W.: 61.09 %; Ener. z T.: 23.40 %; Potas: 3722.01 mg; Sód: 2340.52 mg;
2026-04-01 środa	Śniadanie	Kleik ryżowy na wodzie 200 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Suchary b/c 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE,</u>)	Makaron na mleku 250 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Ser żółty 25 g (<u>MLE,</u>) Szynka zielonogórska- wieprzowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 25 g (<u>SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR,</u>) Sałatka jarzynowa () 100 g (<u>JAJ, MLE, SEL, GOR,</u>) Sałata zielona 20 g	Makaron na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Ser żółty 25 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>) Sałatka jarzynowa () 100 g (<u>JAJ, MLE, SEL, GOR,</u>) Sałata zielona 20 g	Makaron na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (<u>GLU PSZ, GLU 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>) Ser żółty 25 g (<u>MLE,</u>) Sałatka jarzynowa () 100 g (<u>JAJ, MLE, SEL, GOR,</u>) Sałata zielona 20 g	Kasza jaglana na mleku 300 ml (<u>MLE,</u>) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 100 g (<u>SEZ, może zawierać: ORZ,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Ser żółty 25 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>) Sałatka jarzynowa () 100 g (<u>JAJ, MLE, SEL, GOR,</u>) Mandarynka 150 g Sałata zielona 20 g

Jadłospisy za okres od dnia 2026-03-30 do dnia 2026-04-05 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- Kleikowa rozszerzona	SIE- Dzieci 1-3 lat Podstawowa	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż podstawa	SIE- Bogatoresztkowa	SIE- Bezglutenowa
2026-04-01 środa	II ŚN	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Suchary b/c 15 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE,</u>) Kleik ryżowy na wodzie 200 g	Mandarynka 150 g			
	Obiad	Grycikowa () 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Grycikowa () 250 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Ziemniaki gotowane () 90 g Zrazik drobiowy z udźca pieczony mielony 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>) Sos jarzynowy () 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 50 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 50 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Grycikowa () 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Ziemniaki gotowane () 180 g Kotlet mielony drobiowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 100 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Ryżowa () 300 ml (<u>MLE, SEL,</u>) Ziemniaki gotowane () 180 g Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony (bez glutenu) 100 g (<u>JAJ,</u>) Sos jarzynowy (bez glutenu) () 80 ml (<u>SEL,</u>) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 100 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	
	PD	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Suchary b/c 15 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE,</u>) Kleik ryżowy na wodzie 200 g	Budyń o smaku waniliowym z/c 200 ml (<u>MLE,</u>)			
	Kolacja	Kleik ryżowy na wodzie 200 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Suchary b/c 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE,</u>)	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Połędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 25 g (<u>SOJ,</u>) Pasta z soczewicy czerwonej 40 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Pasta z soczewicy czerwonej 80 g Połędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 25 g (<u>SOJ,</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb razowy pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Pasta z soczewicy czerwonej 80 g Połędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 25 g (<u>SOJ,</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 100 g (<u>SEZ, może zawierać: ORZ,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Miód (25g) 1 szt Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ,</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g
	PN	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Mleko Smakowe UHT 1,5% tł 0,2l 1 szt (<u>MLE,</u>) Biszkopty 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JĘCZ,</u>)			Mleko Smakowe UHT 1,5% tł 0,2l 1 szt (<u>MLE,</u>) Wafle ryżowe 30 g
	Wartość energetyczna: 1067.54 kcal; Białko ogółem: 23.42 g; Tłuszcz: 7.96 g; Kw. tł. nasy.: 0.25 g; Węglowodany ogółem: 226.17 g; W tym cukry: 44.06 g; Błonnik pok.: 4.93 g; Sól: 0.64 g; WW: 22.20 Por; Ener z B.: 8.77 %; Ener z W.: 84.74 %; Ener. z T.: 6.71 %; Potas: 271.37 mg; Sód: 255.53 mg;	Wartość energetyczna: 2019.20 kcal; Białko ogółem: 75.16 g; Tłuszcz: 63.95 g; Kw. tł. nasy.: 26.95 g; Węglowodany ogółem: 304.47 g; W tym cukry: 100.06 g; Błonnik pok.: 18.98 g; Sól: 5.15 g; WW: 28.64 Por; Ener z B.: 14.89 %; Ener z W.: 60.32 %; Ener. z T.: 28.50 %; Potas: 3126.16 mg; Sód: 2054.83 mg;	Wartość energetyczna: 2872.61 kcal; Białko ogółem: 110.40 g; Tłuszcz: 88.31 g; Kw. tł. nasy.: 30.39 g; Węglowodany ogółem: 439.26 g; W tym cukry: 107.14 g; Błonnik pok.: 31.34 g; Sól: 7.96 g; WW: 40.90 Por; Ener z B.: 15.37 %; Ener z W.: 61.17 %; Ener. z T.: 27.67 %; Potas: 4558.39 mg; Sód: 3186.18 mg;	Wartość energetyczna: 2806.19 kcal; Białko ogółem: 109.40 g; Tłuszcz: 88.31 g; Kw. tł. nasy.: 30.42 g; Węglowodany ogółem: 429.78 g; W tym cukry: 99.26 g; Błonnik pok.: 35.39 g; Sól: 8.38 g; WW: 39.50 Por; Ener z B.: 15.59 %; Ener z W.: 61.26 %; Ener. z T.: 28.32 %; Potas: 4721.72 mg; Sód: 3350.09 mg;	Wartość energetyczna: 2392.20 kcal; Białko ogółem: 84.68 g; Tłuszcz: 72.86 g; Kw. tł. nasy.: 27.59 g; Węglowodany ogółem: 363.59 g; W tym cukry: 90.72 g; Błonnik pok.: 27.35 g; Sól: 4.60 g; WW: 33.67 Por; Ener z B.: 14.16 %; Ener z W.: 60.80 %; Ener. z T.: 27.41 %; Potas: 3803.84 mg; Sód: 1830.26 mg;	

Jadłospisy za okres od dnia 2026-03-30 do dnia 2026-04-05 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- Kleikowa rozszerzona	SIE- Dzieci 1-3 lat Podstawowa	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż podstawa	SIE- Bogatoresztkowa	SIE- Bezglutenowa	
2026-04-02 czwartek	Śniadanie	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Kleik ryżowy na wodzie 200 g Suchary b/c 30 g (GLU PSZ, SOJ, MLE,)	Płatki owsiane na mleku 250 ml (MLE, GLU OW,) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt (MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE,) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW,) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ,) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt (MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE,) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW,) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt (MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE,) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE,) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 100 g (SEZ, może zawierać: ORZ,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt (MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE,) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Banan 150 g	
	II ŚN	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Suchary b/c 15 g (GLU PSZ, SOJ, MLE,) Kleik ryżowy na wodzie 200 g	Banan 150 g				
	Obiad	Ziemniaczana (bez mleka) () 300 ml (GLU PSZ, SEL,) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Barszcz biały z ziemniakami () 250 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT,) Risotto (ryż brązowy) z mięsem wieprzowym i warzywami () 200 g (SEL,) Fasolka szparagowa z wody* 50 g Surówka z marchwi i selera () 50 g (MLE, SEL,) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Barszcz biały z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT,) Risotto (ryż brązowy) z mięsem wieprzowym i warzywami () 300 g (SEL,) Fasolka szparagowa z wody* 100 g Surówka z marchwi i selera () 100 g (MLE, SEL,) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Ziemniaczana (bez glutenu) () 300 ml (MLE, SEL,) Risotto (ryż brązowy) z mięsem wieprzowym i warzywami () 300 g (SEL,) Fasolka szparagowa z wody* 100 g Surówka z marchwi i selera () 100 g (MLE, SEL,) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml		
	PD	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Suchary b/c 15 g (GLU PSZ, SOJ, MLE,) Kleik ryżowy na wodzie 200 g	Maślanka truskawkowa 100 ml (MLE,) Herbatniki 30 g (GLU PSZ, SOJ, MLE,)	Maślanka truskawkowa 150 ml (MLE,) Herbatniki 30 g (GLU PSZ, SOJ, MLE,)			
	Kolacja	Kleik ryżowy na wodzie 200 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Suchary b/c 30 g (GLU PSZ, SOJ, MLE,)	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Pierogi z serem* 200 g (GLU PSZ, MLE,) Mus z jabłek () z/c 50 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Pierogi z serem* 300 g (GLU PSZ, MLE,) Mus z jabłek () z/c 100 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Makaron z serem 300 g (GLU PSZ, MLE,) Mus z jabłek () z/c 100 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Makaron bezglutenowy z serem 300 g (MLE,) Mus z jabłek () z/c 100 g	

Jadłospisy za okres od dnia 2026-03-30 do dnia 2026-04-05 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- Kleikowa rozszerzona	SIE- Dzieci 1-3 lat Podstawowa	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż podstawa	SIE- Bogatoresztkowa	SIE- Bezglutenowa
2026-04-02 czwartek	PN	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Bulka maślana 1 szt 1 szt (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>)			Mus- przecier owocowy jabłko 100g (tubka) 1 szt
		Wartość energetyczna: 1139.04 kcal; Białko ogółem: 24.68 g; Tłuszcz: 7.87 g; Kw. tł. nasy.: 0.24 g; Węglowodany ogółem: 244.19 g; W tym cukry: 44.54 g; Błonnik pok.: 7.01 g; Sól: 0.67 g; WW: 23.82 Por; Ener z B.: 8.67 %; Ener z W.: 85.75 %; Ener. z T.: 6.22 %; Potas: 1040.31 mg; Sód: 266.21 mg;	Wartość energetyczna: 2345.89 kcal; Białko ogółem: 83.68 g; Tłuszcz: 56.07 g; Kw. tł. nasy.: 21.70 g; Węglowodany ogółem: 389.16 g; W tym cukry: 102.49 g; Błonnik pok.: 28.63 g; Sól: 4.25 g; WW: 36.26 Por; Ener z B.: 14.27 %; Ener z W.: 66.36 %; Ener. z T.: 21.51 %; Potas: 3054.12 mg; Sód: 1701.18 mg;	Wartość energetyczna: 3070.71 kcal; Białko ogółem: 117.59 g; Tłuszcz: 70.80 g; Kw. tł. nasy.: 26.44 g; Węglowodany ogółem: 511.88 g; W tym cukry: 115.41 g; Błonnik pok.: 44.18 g; Sól: 6.40 g; WW: 47.02 Por; Ener z B.: 15.32 %; Ener z W.: 66.68 %; Ener. z T.: 20.75 %; Potas: 3984.40 mg; Sód: 2561.75 mg;	Wartość energetyczna: 2817.12 kcal; Białko ogółem: 109.31 g; Tłuszcz: 66.84 g; Kw. tł. nasy.: 25.89 g; Węglowodany ogółem: 468.49 g; W tym cukry: 117.84 g; Błonnik pok.: 41.83 g; Sól: 6.14 g; WW: 42.85 Por; Ener z B.: 15.52 %; Ener z W.: 66.52 %; Ener. z T.: 21.35 %; Potas: 4354.62 mg; Sód: 2452.94 mg;	Wartość energetyczna: 2335.33 kcal; Białko ogółem: 80.53 g; Tłuszcz: 56.95 g; Kw. tł. nasy.: 21.23 g; Węglowodany ogółem: 390.79 g; W tym cukry: 119.30 g; Błonnik pok.: 34.99 g; Sól: 3.62 g; WW: 35.74 Por; Ener z B.: 13.79 %; Ener z W.: 66.94 %; Ener. z T.: 21.95 %; Potas: 3743.65 mg; Sód: 1446.76 mg;
2026-04-03 piątek	Śniadanie	Kleik ryżowy na wodzie 200 g Suchary b/c 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE,</u>) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Kasza manna na mleku 250 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Kakao z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE,</u>) Bulka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Serek wiejski lekki 3% tł 150g 1 szt (<u>MLE,</u>) Dżem 25 g 1 szt Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g	Kasza manna na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Kakao z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE,</u>) Bulka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Dżem 25 g 1 szt Serek wiejski lekki 3% tł 150g 1 szt (<u>MLE,</u>) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g	Kasza manna na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JEĆZ,</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Serek wiejski lekki 3% tł 150g 1 szt (<u>MLE,</u>) Dżem 25 g 1 szt Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Kasza manna na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Wafle ryżowe 60 g Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Serek wiejski lekki 3% tł 150g 1 szt (<u>MLE,</u>) Dżem 25 g 1 szt Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Jabłko 150 g
	II ŚN	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Suchary b/c 15 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE,</u>) Kleik ryżowy na wodzie 200 g	Jabłko 150 g			
	Obiad	Grycikowa () 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Dyniowa z makaronem () 250 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Ziemniaki gotowane () 90 g Ryba pieczona (Morszczuk) 60 g (<u>RYB,</u>) Sos cytrynowy 80 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Szpinak gotowany z olejem* 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 50 g (<u>SEL,</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Dyniowa z makaronem () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Ziemniaki gotowane () 180 g Ryba pieczona (Morszczuk) 120 g (<u>RYB,</u>) Sos cytrynowy 80 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Surówka z kapusty czerwonej z olejem 100 g Szpinak gotowany z olejem* 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Dyniowa z makaronem (bez glutenu) () 300 ml (<u>MLE, SEL,</u>) Ziemniaki gotowane () 180 g Ryba pieczona (Morszczuk) 120 g (<u>RYB,</u>) Sos cytrynowy (bez glutenu) 80 ml (<u>MLE,</u>) Surówka z kapusty czerwonej z olejem 100 g Szpinak gotowany z olejem (bez glutenu)* 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	
PD	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Suchary b/c 15 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE,</u>) Kleik ryżowy na wodzie 200 g	Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (<u>MLE,</u>)				

Jadłospisy za okres od dnia 2026-03-30 do dnia 2026-04-05 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- Kleikowa rozszerzona	SIE- Dzieci 1-3 lat Podstawowa	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż podstawa	SIE- Bogatoresztkowa	SIE- Bezglutenowa
2026-04-03 piątek	Kolacja	Kleik ryżowy na wodzie 200 g Suchary b/c 30 g (GLU PSZ, SOJ, MLE,) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Pasta z jaj z natką pietruszki i cebulą 40 g (JAJ, MLE, GOR,) Hummus 25 g (SEZ,) Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ,) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Pasta z jaj z natką pietruszki i cebulą 80 g (JAJ, MLE, GOR,) Hummus 50 g (SEZ,) Sałata zielona 20 g Ogórek kiszony 80 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Pasta z jaj z natką pietruszki i cebulą 80 g (JAJ, MLE, GOR,) Hummus 50 g (SEZ,) Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 100 g (SEZ, może zawierać: ORZ,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Pasta z jaj z natką pietruszki i cebulą 80 g (JAJ, MLE, GOR,) Hummus 50 g (SEZ,) Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g
	PN	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Przecier owocowy jabłko-truskawka 100g 1 szt Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 30 g			
			Wartość energetyczna: 1067.54 kcal; Białko ogółem: 23.52 g; Tłuszcz: 7.96 g; Kw. tł. nasy.: 0.25 g; Węglowodany ogółem: 226.17 g; W tym cukry: 44.06 g; Błonnik pok.: 4.93 g; Sól: 0.67 g; WW: 22.20 Por; Ener z B.: 8.81 %; Ener z W.: 84.74 %; Ener z T.: 6.71 %; Potas: 287.24 mg; Sód: 266.44 mg;	Wartość energetyczna: 2047.12 kcal; Białko ogółem: 92.84 g; Tłuszcz: 63.56 g; Kw. tł. nasy.: 23.09 g; Węglowodany ogółem: 286.18 g; W tym cukry: 123.79 g; Błonnik pok.: 17.67 g; Sól: 6.23 g; WW: 27.03 Por; Ener z B.: 18.14 %; Ener z W.: 55.92 %; Ener z T.: 27.94 %; Potas: 3269.97 mg; Sód: 2495.83 mg;	Wartość energetyczna: 2837.81 kcal; Białko ogółem: 134.08 g; Tłuszcz: 88.16 g; Kw. tł. nasy.: 27.42 g; Węglowodany ogółem: 393.23 g; W tym cukry: 131.37 g; Błonnik pok.: 25.34 g; Sól: 9.13 g; WW: 36.94 Por; Ener z B.: 18.90 %; Ener z W.: 55.43 %; Ener z T.: 27.96 %; Potas: 4613.06 mg; Sód: 3656.64 mg;	Wartość energetyczna: 2737.43 kcal; Białko ogółem: 129.53 g; Tłuszcz: 87.43 g; Kw. tł. nasy.: 26.48 g; Węglowodany ogółem: 392.11 g; W tym cukry: 129.42 g; Błonnik pok.: 36.94 g; Sól: 8.81 g; WW: 35.63 Por; Ener z B.: 18.93 %; Ener z W.: 57.30 %; Ener z T.: 28.75 %; Potas: 4930.72 mg; Sód: 3522.12 mg;
2026-04-04 sobota	Śniadanie	Kleik ryżowy na wodzie 200 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Suchary b/c 30 g (GLU PSZ, SOJ, MLE,)	Kasza manna na mleku 250 ml (GLU PSZ, MLE,) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 25 g (SOJ,) Ser żółty 25 g (MLE,) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Kasza manna na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE,) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ,) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Ser żółty 50 g (MLE,) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 25 g (SOJ,) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Ryż na mleku 300 ml (MLE,) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Ser żółty 50 g (MLE,) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 25 g (SOJ,) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Ryż na mleku 300 ml (MLE,) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 100 g (SEZ, może zawierać: ORZ,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 25 g (SOJ,) Ser żółty 50 g (MLE,) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Banan 150 g
	II ŚN	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Suchary b/c 15 g (GLU PSZ, SOJ, MLE,) Kleik ryżowy na wodzie 200 g	Banan 150 g			

Jadłospisy za okres od dnia 2026-03-30 do dnia 2026-04-05 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- Kleikowa rozszerzona	SIE- Dzieci 1-3 lat Podstawowa	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż podstawa	SIE- Bogatoresztkowa	SIE- Bezglutenowa	
2026-04-04 sobota	Obiad	Selerowa z ziemniakami (bez mleka) () 300 ml (SEL.) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami - dieta () 250 ml (MLE, SEL.) Makaron 90 g (GLU PSZ.) Gulasz warzywny z tofu dieta* 80 g (GLU PSZ, SOJ, SEL.) Surówka z marchwi i selera z olejem b/c () 100 g (SEL.) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami - dieta () 300 ml (MLE, SEL.) Makaron 180 g (GLU PSZ.) Gulasz warzywny z tofu dieta* 150 g (GLU PSZ, SOJ, SEL.) Surówka z marchwi i selera z olejem b/c () 200 g (SEL.) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami - dieta () 300 ml (MLE, SEL.) Makaron pełnoziarnisty 180 g (GLU PSZ.) Gulasz warzywny z tofu dieta* 150 g (GLU PSZ, SOJ, SEL.) Ogórek kiszony z cebulką z olejem 100 g Surówka z marchwi i selera z olejem b/c () 100 g (SEL.) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami - dieta () 300 ml (MLE, SEL.) Makaron bezglutenowy 180 g Gulasz warzywny z tofu dieta* (bez glutenu) 150 g (SOJ, SEL.) Ogórek kiszony z cebulką z olejem 100 g Surówka z marchwi i selera z olejem b/c () 100 g (SEL.) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	
	PD	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Suchary b/c 15 g (GLU PSZ, SOJ, MLE.) Kleik ryżowy na wodzie 200 g	Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt				
	Kolacja	Kleik ryżowy na wodzie 200 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Suchary b/c 30 g (GLU PSZ, SOJ, MLE.)	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa, wędzona, z wodą dodaną. 25 g (SOJ.) Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt (MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa, wędzona, z wodą dodaną. 50 g (SOJ.) Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt (MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE.) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa, wędzona, z wodą dodaną. 50 g (SOJ.) Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt (MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE.) Surówka z rzodkwi i czarnuszki 80 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 100 g (SEZ, może zawierać: ORZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa, wędzona, z wodą dodaną. 50 g (SOJ.) Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt (MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE.) Surówka z rzodkwi i czarnuszki 80 g Sałata zielona 20 g	
	PN	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ciasto drożdżowe 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE.)				Sok jabłkowy 100 % 0,2l w kartoniku 1 szt
		Wartość energetyczna: 1116.14 kcal; Białko ogółem: 24.70 g; Tłuszcz: 7.97 g; Kw. tł. nasy.: 0.25 g; Węglowodany ogółem: 239.38 g; W tym cukry: 45.83 g; Błonnik pok.: 9.17 g; Sól: 0.81 g; WW: 23.13 Por; Ener z B.: 8.85 %; Ener z W.: 85.79 %; Ener. z T.: 6.43 %; Potas: 1067.17 mg; Sód: 323.07 mg;	Wartość energetyczna: 1875.53 kcal; Białko ogółem: 58.08 g; Tłuszcz: 50.23 g; Kw. tł. nasy.: 24.39 g; Węglowodany ogółem: 284.77 g; W tym cukry: 109.33 g; Błonnik pok.: 22.05 g; Sól: 5.17 g; WW: 26.42 Por; Ener z B.: 12.39 %; Ener z W.: 60.73 %; Ener. z T.: 24.10 %; Potas: 3037.07 mg; Sód: 2066.92 mg;	Wartość energetyczna: 2611.61 kcal; Białko ogółem: 87.61 g; Tłuszcz: 70.48 g; Kw. tł. nasy.: 31.22 g; Węglowodany ogółem: 403.30 g; W tym cukry: 120.39 g; Błonnik pok.: 34.34 g; Sól: 9.10 g; WW: 37.02 Por; Ener z B.: 13.42 %; Ener z W.: 61.77 %; Ener. z T.: 24.29 %; Potas: 3896.06 mg; Sód: 3633.95 mg;	Wartość energetyczna: 2510.56 kcal; Białko ogółem: 84.81 g; Tłuszcz: 76.48 g; Kw. tł. nasy.: 31.65 g; Węglowodany ogółem: 384.56 g; W tym cukry: 107.67 g; Błonnik pok.: 45.68 g; Sól: 10.29 g; WW: 34.01 Por; Ener z B.: 13.51 %; Ener z W.: 61.27 %; Ener. z T.: 27.42 %; Potas: 4085.96 mg; Sód: 4109.61 mg;	Wartość energetyczna: 2337.60 kcal; Białko ogółem: 63.24 g; Tłuszcz: 80.12 g; Kw. tł. nasy.: 30.14 g; Węglowodany ogółem: 358.72 g; W tym cukry: 110.28 g; Błonnik pok.: 32.66 g; Sól: 7.49 g; WW: 32.74 Por; Ener z B.: 10.82 %; Ener z W.: 61.38 %; Ener. z T.: 30.85 %; Potas: 3328.48 mg; Sód: 2990.97 mg;	

Jadłospisy za okres od dnia 2026-03-30 do dnia 2026-04-05 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- Kleikowa rozszerzona	SIE- Dzieci 1-3 lat Podstawowa	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż podstawa	SIE- Bogatoresztkowa	SIE- Bezglutenowa	
2026-04-05 niedziela	Śniadanie	Kleik ryżowy na wodzie 200 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Suchary b/c 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE,</u>)	Płatki pszenne na mleku 250 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ,</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 25 g Papryka świeża 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Sernik 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE,</u>)	Płatki pszenne na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ,</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Papryka świeża 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Sernik 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE,</u>)	Płatki pszenne na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Chleb razowy żytnio-pszeny 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ,</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Papryka świeża 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Sernik 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE,</u>)	Kasza jaglana na mleku 300 ml (<u>MLE,</u>) Chleb bezglutenowy 100 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 Papryka świeża 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Jabłko 150 g	
	II ŚN	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Suchary b/c 15 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE,</u>) Kleik ryżowy na wodzie 200 g	Jabłko 150 g				
	Obiad	Wielowarzywna z ziemniakami (bez mleka) () 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Wielowarzywna z ziemniakami () 250 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Schab duszony 50 g Sos własny () 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Ziemniaki gotowane () 90 g Buraczki gotowane 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Wielowarzywna z ziemniakami () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Schab duszony 100 g Sos własny () 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Ziemniaki gotowane () 180 g Surówka z kapusty białej z olejem () 100 g Buraczki gotowane 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml		Wielowarzywna z ziemniakami (bez glutenu) () 300 ml (<u>MLE, SEL,</u>) Schab duszony 100 g Sos własny (bez glutenu) 80 ml Ziemniaki gotowane () 180 g Buraczki gotowane 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	
	PD	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Suchary b/c 15 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE,</u>) Kleik ryżowy na wodzie 200 g	Kisiel o smaku wiśniowym z jabłkiem z/c 200 ml				
	Kolacja	Kleik ryżowy na wodzie 200 g Suchary b/c 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE,</u>) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Szynka zielonogórska- wieprzowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 30 g (<u>SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR,</u>) Salatka jarzynowa - dieta () 200 g (<u>MLE, SEL,</u>) Salata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Szynka zielonogórska- wieprzowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 50 g (<u>SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR,</u>) Salatka jarzynowa - dieta () 200 g (<u>MLE, SEL,</u>) Salata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszeny 100 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>) Salatka jarzynowa - dieta () 200 g (<u>MLE, SEL,</u>) Salata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 100 g (<u>SEZ, może zawierać: ORZ,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Szynka zielonogórska- wieprzowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 50 g (<u>SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR,</u>) Salatka jarzynowa - dieta () 200 g (<u>MLE, SEL,</u>) Salata zielona 20 g	

Jadłospisy za okres od dnia 2026-03-30 do dnia 2026-04-05 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- Kleikowa rozszerzona	SIE- Dzieci 1-3 lat Podstawowa	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż podstawa	SIE- Bogatoresztkowa	SIE- Bezglutenowa
2026-04-05 niedziela	PN	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt		Przecier owocowy jablko-truskawka 100g 1 szt		
		Wartość energetyczna: 1109.11 kcal; Białko ogółem: 24.45 g; Tłuszcz: 7.90 g; Kw. tł. nasy.: 0.25 g; Węglowodany ogółem: 236.77 g; W tym cukry: 44.89 g; Błonnik pok.: 6.86 g; Sól: 0.67 g; WW: 23.08 Por; Ener z B.: 8.82 %; Ener z W.: 85.39 %; Ener. z T.: 6.41 %; Potas: 892.34 mg; Sód: 266.36 mg;	Wartość energetyczna: 1886.55 kcal; Białko ogółem: 72.20 g; Tłuszcz: 42.64 g; Kw. tł. nasy.: 20.03 g; Węglowodany ogółem: 318.13 g; W tym cukry: 115.91 g; Błonnik pok.: 25.22 g; Sól: 4.54 g; WW: 29.31 Por; Ener z B.: 15.31 %; Ener z W.: 67.45 %; Ener. z T.: 20.34 %; Potas: 3935.48 mg; Sód: 1824.00 mg;	Wartość energetyczna: 2544.91 kcal; Białko ogółem: 108.96 g; Tłuszcz: 54.75 g; Kw. tł. nasy.: 22.92 g; Węglowodany ogółem: 426.65 g; W tym cukry: 126.31 g; Błonnik pok.: 34.75 g; Sól: 7.90 g; WW: 39.21 Por; Ener z B.: 17.13 %; Ener z W.: 67.06 %; Ener. z T.: 19.36 %; Potas: 5329.73 mg; Sód: 3169.36 mg;	Wartość energetyczna: 2436.99 kcal; Białko ogółem: 106.56 g; Tłuszcz: 55.35 g; Kw. tł. nasy.: 22.95 g; Węglowodany ogółem: 418.27 g; W tym cukry: 119.83 g; Błonnik pok.: 46.45 g; Sól: 7.64 g; WW: 37.16 Por; Ener z B.: 17.49 %; Ener z W.: 68.65 %; Ener. z T.: 20.44 %; Potas: 5775.56 mg; Sód: 3057.27 mg;	Wartość energetyczna: 2172.84 kcal; Białko ogółem: 88.84 g; Tłuszcz: 53.87 g; Kw. tł. nasy.: 20.39 g; Węglowodany ogółem: 349.98 g; W tym cukry: 98.23 g; Błonnik pok.: 33.48 g; Sól: 4.88 g; WW: 31.61 Por; Ener z B.: 16.35 %; Ener z W.: 64.43 %; Ener. z T.: 22.31 %; Potas: 5249.02 mg; Sód: 1952.24 mg;

Jadłospisy za okres od dnia 2026-03-30 do dnia 2026-04-05 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- Wegetariańska	SIE- Pooperacyjna	SIE- Dzieci 1-3 lat Łatwo strawna	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż łatwostrawna	SIE- Z ogr.subst.pobudz.wydz.soków żołądkowych
2026-03-30 poniedziałek	Sniadanie	<p>Platki jęczmienne na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU JĘCZ.</u>) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka graham-pszena 50g 1 szt (<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>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Jabłko 150 g</p>	<p>Platki jęczmienne na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU JĘCZ.</u>) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy parzony w osłonce niejadalnej 50 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.</u>) Miód (25g) 1 szt</p>	<p>Platki jęczmienne na mleku 250 ml (<u>MLE, GLU JĘCZ.</u>) Herbata czarna granulowana z/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>) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy parzony w osłonce niejadalnej 25 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g</p>	<p>Platki jęczmienne na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU JĘCZ.</u>) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<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>) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy parzony w osłonce niejadalnej 50 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g</p>	<p>Platki jęczmienne na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU JĘCZ.</u>) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 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>) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy parzony w osłonce niejadalnej 50 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.</u>) Miód (25g) 1 szt Pomidor b/skórki 80 g Sałata zielona 20 g Jabłko pieczone 150 g</p>
	II ŚN			Jabłko pieczone 150 g		
	Obiad	<p>Brokułowa z ryżem () 300 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Gulasz warzywny z ciecierzycą * 150 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 180 g Marchew gotowana z olejem () 100 g Surówka z selera i jabłka () 100 g (<u>MLE, SEL.</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml</p>	<p>Ryżowa (bez mleka) () 300 ml (<u>SEL.</u>) Pulpet drobiowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos ziołowy () 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 180 g Marchew gotowana z olejem () 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml</p>	<p>Brokułowa z ryżem () 250 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Pierogi leniwe 200 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>) Mus z jabłek () b/c 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml</p>	<p>Brokułowa z ryżem () 300 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Pierogi leniwe 300 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>) Mus z jabłek () b/c 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml</p>	<p>Brokułowa z ryżem () 300 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Pulpet drobiowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos ziołowy () 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 180 g Marchew gotowana z olejem () 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml</p>
	PD		Podplomyki b/c 20 g (<u>GLU PSZ, MLE.</u>)	Podplomyki b/c 20 g (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)		
	Kolacja	<p>Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Paszтет rybno- warzywny (Morszczuk) 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u>) Ser żółty 25 g (<u>MLE.</u>) Rzodkiew biała 80 g Sałata zielona 20 g</p>	<p>Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 75 g (<u>SOJ.</u>)</p>	<p>Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Paszтет rybno- warzywny (Morszczuk) 40 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u>) Schab Benedykta wp parzony z dodatkiem wody 25 g (<u>GLU PSZ, SOJ, SEL, może zawierać: JAJ, OZI, MLE, GOR, SEZ.</u>) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g</p>	<p>Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 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>) Schab Benedykta wp parzony z dodatkiem wody 25 g (<u>GLU PSZ, SOJ, SEL, może zawierać: JAJ, OZI, MLE, GOR, SEZ.</u>) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g</p>	<p>Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 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>) Schab Benedykta wp parzony z dodatkiem wody 25 g (<u>GLU PSZ, SOJ, SEL, może zawierać: JAJ, OZI, MLE, GOR, SEZ.</u>) Pomidor b/skórki 80 g Sałata zielona 20 g</p>

Jadłospisy za okres od dnia 2026-03-30 do dnia 2026-04-05 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- Wegetariańska	SIE- Pooperacyjna	SIE- Dzieci 1-3 lat Łatwo strawna	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż łatwostrawna	SIE- Z ogr.subst.pobudz.wydz.soków żołądkowych
2026-03-30 poniedziałek	PN	Wafle ryżowe 30 g Dżem 25 g 1 szt				
		Wartość energetyczna: 2379.37 kcal; Białko ogółem: 97.19 g; Tłuszcz: 62.37 g; Kw. tł. nasy.: 28.32 g; Węglowodany ogółem: 388.42 g; W tym cukry: 104.17 g; Błonnik pok.: 46.35 g; Sól: 7.50 g; WW: 34.35 Por; Ener z B.: 16.34 %; Ener z W.: 65.30 %; Ener. z T.: 23.59 %; Potas: 4878.83 mg; Sód: 2993.24 mg;	Wartość energetyczna: 2266.77 kcal; Białko ogółem: 84.79 g; Tłuszcz: 53.80 g; Kw. tł. nasy.: 19.85 g; Węglowodany ogółem: 380.06 g; W tym cukry: 103.91 g; Błonnik pok.: 27.23 g; Sól: 7.98 g; WW: 35.49 Por; Ener z B.: 14.96 %; Ener z W.: 67.07 %; Ener. z T.: 21.36 %; Potas: 3501.36 mg; Sód: 3205.65 mg;	Wartość energetyczna: 1935.21 kcal; Białko ogółem: 79.02 g; Tłuszcz: 52.58 g; Kw. tł. nasy.: 24.82 g; Węglowodany ogółem: 302.83 g; W tym cukry: 103.76 g; Błonnik pok.: 18.75 g; Sól: 4.37 g; WW: 28.58 Por; Ener z B.: 16.33 %; Ener z W.: 62.59 %; Ener. z T.: 24.45 %; Potas: 2601.14 mg; Sód: 1756.61 mg;	Wartość energetyczna: 2501.44 kcal; Białko ogółem: 106.31 g; Tłuszcz: 64.09 g; Kw. tł. nasy.: 28.38 g; Węglowodany ogółem: 396.90 g; W tym cukry: 107.96 g; Błonnik pok.: 24.41 g; Sól: 7.27 g; WW: 37.41 Por; Ener z B.: 17.00 %; Ener z W.: 63.47 %; Ener. z T.: 23.06 %; Potas: 3127.15 mg; Sód: 2916.90 mg;	Wartość energetyczna: 2418.49 kcal; Białko ogółem: 95.51 g; Tłuszcz: 60.06 g; Kw. tł. nasy.: 23.23 g; Węglowodany ogółem: 395.78 g; W tym cukry: 116.42 g; Błonnik pok.: 33.64 g; Sól: 8.45 g; WW: 36.36 Por; Ener z B.: 15.80 %; Ener z W.: 65.46 %; Ener. z T.: 22.35 %; Potas: 4502.48 mg; Sód: 3388.58 mg;
2026-03-31 wtorek	Śniadanie	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Twarożek 80 g (MLE.) Hummus 80 g (SEZ.) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Banan 150 g	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Twarożek 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.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Kasza kukurydziana na mleku 250 ml (MLE.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Twarożek 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 Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Twarożek 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 Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Twarożek 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.) Sałata zielona 20 g Pomidor b/skórki 80 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Banan 150 g
	II ŚN	Banan 150 g				
	Obiad	Pieczarkowa z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, S02.) Makaron ze szpinakiem i serem żółtym * 300 g (GLU PSZ, MLE.) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g Dyńia duszona z olejem* 100 g (GLU PSZ.) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Solferino () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Makaron 180 g (GLU PSZ.) Szynka wieprzowa gotowana 100 g Sos szpinakowy* 80 ml (GLU PSZ.) Dyńia duszona z olejem* 200 g (GLU PSZ.) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Solferino () 250 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Makaron 90 g (GLU PSZ.) Szynka wieprzowa gotowana 50 g Sos szpinakowy* 80 ml (GLU PSZ.) Dyńia duszona z olejem* 100 g (GLU PSZ.) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Solferino () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Makaron 180 g (GLU PSZ.) Szynka wieprzowa gotowana 100 g Sos szpinakowy* 80 ml (GLU PSZ.) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g Dyńia duszona z olejem* 100 g (GLU PSZ.) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Solferino () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Makaron 180 g (GLU PSZ.) Szynka wieprzowa gotowana 100 g Sos szpinakowy* 80 ml (GLU PSZ.) Dyńia duszona z olejem* 200 g (GLU PSZ.) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml

Jadłospisy za okres od dnia 2026-03-30 do dnia 2026-04-05 KUCHNIA SIEDLCE

	SIE- Wegetariańska	SIE- Pooperacyjna	SIE- Dzieci 1-3 lat Łatwo strawna	SIE- Dzieci powyżej 3 r.łat łatwostrawna	SIE- Z ogr.subst.pobudz.wydz.soków żołądkowych	
2026-03-31 wtorek	PD	Jogurt brzoskwinowy 150g 1 szt (<u>MLE</u>)	Serek homogenizowany o smaku waniliowym 140g 1 szt (<u>MLE</u>) Ciasto drożdżowe 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>)			
	Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Serek a'la homogenizowany z ziołami 80 g (<u>MLE</u>) Miód (25g) 1 szt Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 25 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR</u>) Serek a'la homogenizowany z ziołami 80 g (<u>MLE</u>)	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Serek a'la homogenizowany z ziołami 40 g (<u>MLE</u>) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 25 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 25 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR</u>) Serek a'la homogenizowany z ziołami 80 g (<u>MLE</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU 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>) Serek a'la homogenizowany z ziołami 80 g (<u>MLE</u>) Pomidor b/skórki 80 g Sałata zielona 20 g
2026-04-01 środa	PN	Mus- przecier owocowy jablko 100g (tubka) 1 szt	Pieczynko chrupkie kukurydziano ryżowe 30 g	Mus- przecier owocowy jablko 100g (tubka) 1 szt		
	Śniadanie	Wartość energetyczna: 2579.13 kcal; Białko ogółem: 87.48 g; Tłuszcz: 84.17 g; Kw. tł. nasy.: 29.41 g; Węglowodany ogółem: 388.15 g; W tym cukry: 123.03 g; Błonnik pok.: 28.90 g; Sól: 7.31 g; WW: 35.94 Por; Ener z B.: 13.57 %; Ener z W.: 60.20 %; Ener. z T.: 29.37 %; Potas: 3295.88 mg; Sód: 2932.07 mg;	Wartość energetyczna: 2457.86 kcal; Białko ogółem: 121.93 g; Tłuszcz: 54.39 g; Kw. tł. nasy.: 25.64 g; Węglowodany ogółem: 377.88 g; W tym cukry: 115.36 g; Błonnik pok.: 18.51 g; Sól: 4.78 g; WW: 36.03 Por; Ener z B.: 19.84 %; Ener z W.: 61.50 %; Ener. z T.: 19.92 %; Potas: 3957.99 mg; Sód: 1928.43 mg;	Wartość energetyczna: 2038.97 kcal; Białko ogółem: 89.30 g; Tłuszcz: 44.52 g; Kw. tł. nasy.: 22.88 g; Węglowodany ogółem: 300.00 g; W tym cukry: 123.45 g; Błonnik pok.: 15.75 g; Sól: 3.65 g; WW: 28.58 Por; Ener z B.: 17.52 %; Ener z W.: 58.85 %; Ener. z T.: 19.65 %; Potas: 3182.99 mg; Sód: 1462.04 mg;	Wartość energetyczna: 2694.69 kcal; Białko ogółem: 125.57 g; Tłuszcz: 57.18 g; Kw. tł. nasy.: 26.70 g; Węglowodany ogółem: 405.87 g; W tym cukry: 130.04 g; Błonnik pok.: 23.37 g; Sól: 5.72 g; WW: 38.37 Por; Ener z B.: 18.64 %; Ener z W.: 60.25 %; Ener. z T.: 19.10 %; Potas: 3985.01 mg; Sód: 2290.06 mg;	Wartość energetyczna: 2320.10 kcal; Białko ogółem: 114.92 g; Tłuszcz: 50.60 g; Kw. tł. nasy.: 23.43 g; Węglowodany ogółem: 362.17 g; W tym cukry: 109.71 g; Błonnik pok.: 22.33 g; Sól: 5.19 g; WW: 34.06 Por; Ener z B.: 19.81 %; Ener z W.: 62.44 %; Ener. z T.: 19.63 %; Potas: 4073.01 mg; Sód: 2086.53 mg;
		Makaron na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Ser żółty 50 g (<u>MLE</u>) Dżem 25 g 1 szt Sałatka jarzynowa () 100 g (<u>JAJ, MLE, SEL, GOR</u>) Mandarynka 150 g Sałata zielona 20 g	Ryż na mleku 300 ml (<u>MLE</u>) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Szynka 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>)	Makaron na mleku 250 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Szynka zielonogórska- wieprzowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 25 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>) Sałatka jarzynowa - dieta () 100 g (<u>MLE, SEL</u>) Sałata zielona 20 g	Makaron na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) 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>) Sałatka jarzynowa - dieta () 100 g (<u>MLE, SEL</u>) Sałata zielona 20 g	Makaron na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) 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 b/skórki 80 g Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Sałata zielona 20 g

Jadłospisy za okres od dnia 2026-03-30 do dnia 2026-04-05 KUCHNIA SIEDLCE

	SIE- Wegetariańska	SIE- Pooperacyjna	SIE- Dzieci 1-3 lat Łatwo strawna	SIE- Dzieci powyżej 3 r.łatwostrawna	SIE- Z ogr.subst.pobudz.wydz.soków żołądkowych
II ŚN		Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Jabłko pieczone 150 g		
Obiad	Grycikowa () 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kotlety gryczane z ciecierz. () 300 g (<u>GLU PSZ.</u>) Sos jarzynowy () 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Salatka z buraczków i jabłka z olejem () 100 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Grycikowa () 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 180 g Zrazik drobiowy z udźca pieczony mielony 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos jarzynowy () 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Grycikowa () 250 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 90 g Zrazik drobiowy z udźca pieczony mielony 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos jarzynowy () 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Salatka z buraczków i jabłka z olejem () 50 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 50 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Grycikowa () 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 180 g Zrazik drobiowy z udźca pieczony mielony 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos jarzynowy () 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Salatka z buraczków i jabłka z olejem () 100 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Grycikowa () 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 180 g Zrazik drobiowy z udźca pieczony mielony 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos jarzynowy () 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml
PD	Budyń o smaku waniliowym z/c 200 ml (<u>MLE.</u>)				
2026-04-01 środa Kolejacja	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Pasta z soczewicy czerwonej 80 g Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Salata zielona 20 g Pomidor 80 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Połędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g (<u>SOJ.</u>) Miód (25g) 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Połędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 25 g (<u>SOJ.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Połędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 25 g (<u>SOJ.</u>) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Miód (25g) 1 szt Połędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g (<u>SOJ.</u>) Pomidor b/skórki 80 g Salata zielona 20 g
PN	Mleko Smakowe UHT 1,5% tł 0,2l 1 szt (<u>MLE.</u>) Biszkopty 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JĘCZ.</u>)	Biszkopty 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JĘCZ.</u>)	Mleko Smakowe UHT 1,5% tł 0,2l 1 szt (<u>MLE.</u>) Biszkopty 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JĘCZ.</u>)		
	Wartość energetyczna: 3053.71 kcal; Białko ogółem: 97.13 g; Tłuszcz: 117.97 g; Kw. tł. nasy.: 34.14 g; Węglowodany ogółem: 440.29 g; W tym cukry: 94.72 g; Błonnik pok.: 41.61 g; Sól: 6.71 g; WW: 39.84 Por; Ener z B.: 12.72 %; Ener z W.: 57.67 %; Ener. z T.: 34.77 %; Potas: 3325.46 mg; Sód: 2677.95 mg;	Wartość energetyczna: 2322.33 kcal; Białko ogółem: 88.00 g; Tłuszcz: 61.15 g; Kw. tł. nasy.: 21.36 g; Węglowodany ogółem: 374.55 g; W tym cukry: 119.48 g; Błonnik pok.: 17.39 g; Sól: 7.57 g; WW: 35.80 Por; Ener z B.: 15.16 %; Ener z W.: 64.51 %; Ener. z T.: 23.70 %; Potas: 3599.40 mg; Sód: 3039.50 mg;	Wartość energetyczna: 1875.56 kcal; Białko ogółem: 74.07 g; Tłuszcz: 52.07 g; Kw. tł. nasy.: 22.46 g; Węglowodany ogółem: 294.89 g; W tym cukry: 100.39 g; Błonnik pok.: 16.92 g; Sól: 5.16 g; WW: 27.85 Por; Ener z B.: 15.80 %; Ener z W.: 62.89 %; Ener. z T.: 24.99 %; Potas: 2948.13 mg; Sód: 2070.33 mg;	Wartość energetyczna: 2530.92 kcal; Białko ogółem: 101.29 g; Tłuszcz: 67.11 g; Kw. tł. nasy.: 25.20 g; Węglowodany ogółem: 403.86 g; W tym cukry: 106.61 g; Błonnik pok.: 24.26 g; Sól: 8.05 g; WW: 38.01 Por; Ener z B.: 16.01 %; Ener z W.: 63.83 %; Ener. z T.: 23.86 %; Potas: 4030.87 mg; Sód: 3228.79 mg;	Wartość energetyczna: 2271.03 kcal; Białko ogółem: 88.09 g; Tłuszcz: 60.59 g; Kw. tł. nasy.: 21.16 g; Węglowodany ogółem: 366.13 g; W tym cukry: 98.56 g; Błonnik pok.: 21.62 g; Sól: 8.22 g; WW: 34.49 Por; Ener z B.: 15.51 %; Ener z W.: 64.49 %; Ener. z T.: 24.01 %; Potas: 3755.86 mg; Sód: 3301.35 mg;

Jadłospisy za okres od dnia 2026-03-30 do dnia 2026-04-05 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- Wegetariańska	SIE- Pooperacyjna	SIE- Dzieci 1-3 lat Łatwo strawna	SIE- Dzieci powyżej 3 r.łat łatwostrawna	SIE- Z ogr.subst.pobudz.wydz.soków zołądkowych
2026-04-02 czwartek	Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 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 80 g (<u>SEZ.</u>) Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt (<u>MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE.</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 z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt (<u>MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE.</u>) Sałata zielona 20 g	Płatki owsiane na mleku 250 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/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 kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt (<u>MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE.</u>) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g	Płatki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt (<u>MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE.</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Płatki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt (<u>MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE.</u>) Pomidor b/skórki 80 g Sałata zielona 20 g Banan 150 g
	II ŚN	Banan 150 g				
	Obiad	Barszcz biały z ziemniakami () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT.</u>) Risotto wegetariańskie* 300 g (<u>SEL.</u>) Fasolka szparagowa z wody* 100 g Surówka z marchwi i selera () 100 g (<u>MLE, SEL.</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Ziemniaczana () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ryż na sypko 180 g Sos własny () 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Pulpet wieprzowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Marchew gotowana z olejem () 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Ziemniaczana () 250 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Risotto z mięsem wieprzowym i warzywami () 150 g (<u>SEL.</u>) Fasolka szparagowa z wody* 50 g Surówka z marchwi i selera () 50 g (<u>MLE, SEL.</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Ziemniaczana () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Risotto z mięsem wieprzowym i warzywami () 300 g (<u>SEL.</u>) Fasolka szparagowa z wody* 100 g Surówka z marchwi i selera () 100 g (<u>MLE, SEL.</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Ziemniaczana () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Risotto z mięsem wieprzowym i warzywami () 300 g (<u>SEL.</u>) Marchew gotowana z olejem () 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml
	PD		Maślanka truskawkowa 150 ml (<u>MLE.</u>)	Maślanka truskawkowa 100 ml (<u>MLE.</u>) Herbatniki 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u>)	Maślanka truskawkowa 150 ml (<u>MLE.</u>) Herbatniki 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u>)	
Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Makaron z serem 300 g (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Mus z jabłek () z/c 100 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Szynka Delikatesowa z kurczaka produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 25 g (<u>może zawierać: MLE, GOR.</u>) Twarożek 80 g (<u>MLE.</u>)	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Pierogi z serem* 200 g (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Mus z jabłek () z/c 50 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Pierogi z serem* 300 g (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Mus z jabłek () z/c 100 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Makaron z serem 300 g (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Mus z jabłek () z/c 100 g	

Jadłospisy za okres od dnia 2026-03-30 do dnia 2026-04-05 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- Wegetariańska	SIE- Pooperacyjna	SIE- Dzieci 1-3 lat Łatwo strawna	SIE- Dzieci powyżej 3 r.łat łatwostrawna	SIE- Z ogr.subst.pobudz.wydz.soków żołądkowych
2026-04-02 czwartek	PN	Bulka maślana 1 szt 1 szt (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>)				
		Wartość energetyczna: 2686.37 kcal; Białko ogółem: 84.36 g; Tłuszcz: 70.81 g; Kw. tł. nasy.: 22.49 g; Węglowodany ogółem: 445.89 g; W tym cukry: 117.39 g; Błonnik pok.: 39.82 g; Sól: 5.91 g; WW: 40.77 Por; Ener z B.: 12.56 %; Ener z W.: 66.39 %; Ener. z T.: 23.72 %; Potas: 3921.68 mg; Sód: 2357.67 mg;	Wartość energetyczna: 2712.80 kcal; Białko ogółem: 109.61 g; Tłuszcz: 68.80 g; Kw. tł. nasy.: 29.42 g; Węglowodany ogółem: 430.81 g; W tym cukry: 100.74 g; Błonnik pok.: 26.12 g; Sól: 7.40 g; WW: 40.62 Por; Ener z B.: 16.16 %; Ener z W.: 63.52 %; Ener. z T.: 22.82 %; Potas: 3690.72 mg; Sód: 2968.20 mg;	Wartość energetyczna: 2262.90 kcal; Białko ogółem: 79.59 g; Tłuszcz: 51.99 g; Kw. tł. nasy.: 20.44 g; Węglowodany ogółem: 382.02 g; W tym cukry: 101.20 g; Błonnik pok.: 24.50 g; Sól: 4.19 g; WW: 35.98 Por; Ener z B.: 14.07 %; Ener z W.: 67.53 %; Ener. z T.: 20.68 %; Potas: 2859.84 mg; Sód: 1674.47 mg;	Wartość energetyczna: 3100.09 kcal; Białko ogółem: 117.45 g; Tłuszcz: 70.36 g; Kw. tł. nasy.: 25.65 g; Węglowodany ogółem: 520.59 g; W tym cukry: 113.21 g; Błonnik pok.: 36.97 g; Sól: 6.50 g; WW: 48.65 Por; Ener z B.: 15.15 %; Ener z W.: 67.17 %; Ener. z T.: 20.43 %; Potas: 3759.96 mg; Sód: 2601.09 mg;	Wartość energetyczna: 2686.12 kcal; Białko ogółem: 99.96 g; Tłuszcz: 64.20 g; Kw. tł. nasy.: 22.88 g; Węglowodany ogółem: 448.14 g; W tym cukry: 117.48 g; Błonnik pok.: 33.77 g; Sól: 6.24 g; WW: 41.54 Por; Ener z B.: 14.89 %; Ener z W.: 66.73 %; Ener. z T.: 21.51 %; Potas: 4029.77 mg; Sód: 2495.05 mg;
2026-04-03 piątek	Śniadanie	Kasza manna na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JE CZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Serek wiejski lekki 3% tł 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) Dżem 25 g 1 szt Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Jabłko 150 g	Kasza manna na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bulka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Serek wiejski lekki 3% tł 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) Dżem 25 g 1 szt	Kasza manna na mleku 250 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Kakao z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE.</u>) Bulka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Serek wiejski lekki 3% tł 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) Dżem 25 g 1 szt Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g	Kasza manna na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Kakao z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE.</u>) Bulka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Serek wiejski lekki 3% tł 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) Dżem 25 g 1 szt Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g	Kasza manna na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JE CZ.</u>) Bulka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Serek wiejski lekki 3% tł 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) Dżem 25 g 1 szt Pomidor b/skórki 80 g Sałata zielona 20 g Jabłko pieczone 150 g
	II ŚN	Jabłko pieczone 150 g				
	Obiad	Dyniowa z makaronem () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 180 g Ryba pieczona (Morszczuk) 120 g (<u>RYB.</u>) Sos cytrynowy 80 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Surówka z kapusty czerwonej z olejem 100 g Szpinak gotowany z olejem* 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Dyniowa z makaronem () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 180 g Ryba pieczona (Morszczuk) 120 g (<u>RYB.</u>) Sos cytrynowy 80 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Szpinak gotowany z olejem* 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 100 g (<u>SEL.</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Dyniowa z makaronem () 250 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 90 g Ryba pieczona (Morszczuk) 60 g (<u>RYB.</u>) Sos cytrynowy 40 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Szpinak gotowany z olejem* 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 50 g (<u>SEL.</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Dyniowa z makaronem () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 180 g Ryba pieczona (Morszczuk) 120 g (<u>RYB.</u>) Sos cytrynowy 80 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Szpinak gotowany z olejem* 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 100 g (<u>SEL.</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Dyniowa z makaronem () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 180 g Ryba pieczona (Morszczuk) 120 g (<u>RYB.</u>) Sos cytrynowy 80 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g (<u>SEL.</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml
PD	Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)					

Jadłospisy za okres od dnia 2026-03-30 do dnia 2026-04-05 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- Wegetariańska	SIE- Pooperacyjna	SIE- Dzieci 1-3 lat Łatwo strawna	SIE- Dzieci powyżej 3 r.łatwostrawna	SIE- Z ogr.subst.pobudz.wydz.soków żałdkowych
2026-04-03 piątek	Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Pasta z jaj z natką pietruszki i cebulą 80 g (JAJ, MLE, GOR.) Hummus 50 g (SEZ.) Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Twaróg półtłusty 100 g (MLE.) Miód (25g) 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 40 g (JAJ, MLE.) Miód (25g) 1 szt Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 80 g (JAJ, MLE.) Miód (25g) 1 szt Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU 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.) Miód (25g) 1 szt Pomidor b/skórki 80 g Sałata zielona 20 g
	PN	Przecier owocowy jablko-truskawka 100g 1 szt Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 30 g	Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 30 g		Przecier owocowy jablko-truskawka 100g 1 szt Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 30 g	
		Wartość energetyczna: 2655.43 kcal; Białko ogółem: 121.98 g; Tłuszcz: 83.08 g; Kw. tł. nasy.: 24.08 g; Węglowodany ogółem: 373.56 g; W tym cukry: 104.87 g; Błonnik pok.: 28.84 g; Sól: 9.35 g; WW: 34.53 Por; Ener z B.: 18.37 %; Ener z W.: 56.27 %; Ener. z T.: 28.16 %; Potas: 4311.72 mg; Sód: 3727.62 mg;	Wartość energetyczna: 2503.54 kcal; Białko ogółem: 130.00 g; Tłuszcz: 60.71 g; Kw. tł. nasy.: 22.31 g; Węglowodany ogółem: 376.72 g; W tym cukry: 127.57 g; Błonnik pok.: 23.76 g; Sól: 5.95 g; WW: 35.56 Por; Ener z B.: 20.77 %; Ener z W.: 60.19 %; Ener. z T.: 21.82 %; Potas: 4104.55 mg; Sód: 2390.72 mg;	Wartość energetyczna: 2003.20 kcal; Białko ogółem: 90.62 g; Tłuszcz: 52.46 g; Kw. tł. nasy.: 21.96 g; Węglowodany ogółem: 303.71 g; W tym cukry: 145.33 g; Błonnik pok.: 18.11 g; Sól: 4.36 g; WW: 28.77 Por; Ener z B.: 18.09 %; Ener z W.: 60.64 %; Ener. z T.: 23.57 %; Potas: 3450.89 mg; Sód: 1751.37 mg;	Wartość energetyczna: 2711.12 kcal; Białko ogółem: 129.99 g; Tłuszcz: 69.24 g; Kw. tł. nasy.: 25.26 g; Węglowodany ogółem: 411.38 g; W tym cukry: 152.73 g; Błonnik pok.: 28.25 g; Sól: 7.28 g; WW: 38.50 Por; Ener z B.: 19.18 %; Ener z W.: 60.70 %; Ener. z T.: 22.99 %; Potas: 4937.16 mg; Sód: 2916.92 mg;	Wartość energetyczna: 2507.12 kcal; Białko ogółem: 113.59 g; Tłuszcz: 58.31 g; Kw. tł. nasy.: 19.84 g; Węglowodany ogółem: 399.57 g; W tym cukry: 130.55 g; Błonnik pok.: 30.83 g; Sól: 8.09 g; WW: 37.04 Por; Ener z B.: 18.12 %; Ener z W.: 63.75 %; Ener. z T.: 20.93 %; Potas: 4575.32 mg; Sód: 3229.95 mg;
2026-04-04 sobota	Śniadanie	Ryż na mleku 300 ml (MLE.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Miód (25g) 1 szt Ser żółty 50 g (MLE.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Banan 150 g	Ryż na mleku 300 ml (MLE.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 25 g (SOJ.) Serek homo. naturalny 80 g (MLE.)	Kasza manna na mleku 250 ml (GLU PSZ, MLE.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 25 g (SOJ.) Serek homo. naturalny 40 g (MLE.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Kasza manna na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 25 g (SOJ.) Serek homo. naturalny 80 g (MLE.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Ryż na mleku 300 ml (MLE.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 25 g (SOJ.) Serek homo. naturalny 80 g (MLE.) Sałata zielona 20 g Pomidor b/skórki 80 g Banan 150 g
	II ŚN			Banan 150 g		

Jadłospisy za okres od dnia 2026-03-30 do dnia 2026-04-05 KUCHNIA SIEDLCE

	SIE- Wegetariańska	SIE- Pooperacyjna	SIE- Dzieci 1-3 lat Łatwo strawna	SIE- Dzieci powyżej 3 r.łat ławostrawna	SIE- Z ogr.subst.pobudz.wydz.soków żołądkowych	
2026-04-04 sobota	Obiad	Selerowa z ziemniakami - dieta () 300 ml (MLE, SEL.) Makaron pełnoziarnisty 180 g (GLU PSZ.) Gulasz warzywny z tofu dieta* 150 g (GLU PSZ, SOJ, SEL.) Ogórek kiszony z cebulką z olejem 100 g Surówka z marchwi i selera z olejem b/c () 100 g (SEL.) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami - dieta () 300 ml (MLE, SEL.) Pierogi z serem* 300 g (GLU PSZ, MLE.) Mus z jabłek () z/c 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami - dieta () 250 ml (MLE, SEL.) Makaron 90 g (GLU PSZ.) Gulasz warzywny z tofu dieta* 80 g (GLU PSZ, SOJ, SEL.) Surówka z marchwi i selera z olejem b/c () 100 g (SEL.) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami - dieta () 300 ml (MLE, SEL.) Makaron 180 g (GLU PSZ.) Gulasz warzywny z tofu dieta* 150 g (GLU PSZ, SOJ, SEL.) Surówka z marchwi i selera z olejem b/c () 200 g (SEL.) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami - dieta () 300 ml (MLE, SEL.) Pierogi z serem* 300 g (GLU PSZ, MLE.) Mus z jabłek () z/c 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml
	PD		Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml	Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt		
2026-04-04 sobota	Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt (MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE.) Pasta z soczewicy czerwonej 80 g Surówka z rzodkwi i czarnuszki 80 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa, wędzona, z wodą dodaną. 50 g (SOJ.) Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt (MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa, wędzona, z wodą dodaną. 25 g (SOJ.) Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt (MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa, wędzona, z wodą dodaną. 50 g (SOJ.) Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt (MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa, wędzona, z wodą dodaną. 50 g (SOJ.) Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt (MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE.) Pomidor b/skórki 80 g Sałata zielona 20 g
	PN	Ciasto drożdżowe 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE.)				
	Wartość energetyczna: 2671.20 kcal; Białko ogółem: 80.05 g; Tłuszcz: 77.69 g; Kw. tł. nasy.: 31.44 g; Węglowodany ogółem: 420.59 g; W tym cukry: 119.45 g; Błonnik pok.: 44.49 g; Sól: 8.23 g; WW: 37.78 Por; Ener z B.: 11.99 %; Ener z W.: 62.98 %; Ener. z T.: 26.17 %; Potas: 4259.66 mg; Sód: 3290.83 mg;	Wartość energetyczna: 2671.58 kcal; Białko ogółem: 102.51 g; Tłuszcz: 50.55 g; Kw. tł. nasy.: 23.47 g; Węglowodany ogółem: 441.10 g; W tym cukry: 104.56 g; Błonnik pok.: 23.70 g; Sól: 6.10 g; WW: 42.01 Por; Ener z B.: 15.35 %; Ener z W.: 66.04 %; Ener. z T.: 17.03 %; Potas: 2136.72 mg; Sód: 2450.84 mg;	Wartość energetyczna: 1817.88 kcal; Białko ogółem: 57.08 g; Tłuszcz: 43.80 g; Kw. tł. nasy.: 19.44 g; Węglowodany ogółem: 285.15 g; W tym cukry: 109.33 g; Błonnik pok.: 22.05 g; Sól: 4.66 g; WW: 26.46 Por; Ener z B.: 12.56 %; Ener z W.: 62.74 %; Ener. z T.: 21.68 %; Potas: 3037.07 mg; Sód: 1864.32 mg;	Wartość energetyczna: 2496.31 kcal; Białko ogółem: 85.61 g; Tłuszcz: 57.63 g; Kw. tł. nasy.: 21.32 g; Węglowodany ogółem: 404.05 g; W tym cukry: 120.39 g; Błonnik pok.: 34.34 g; Sól: 8.09 g; WW: 37.10 Por; Ener z B.: 13.72 %; Ener z W.: 64.74 %; Ener. z T.: 20.78 %; Potas: 3896.06 mg; Sód: 3228.75 mg;	Wartość energetyczna: 2592.99 kcal; Białko ogółem: 101.93 g; Tłuszcz: 50.79 g; Kw. tł. nasy.: 23.61 g; Węglowodany ogółem: 424.88 g; W tym cukry: 91.57 g; Błonnik pok.: 27.95 g; Sól: 6.72 g; WW: 39.93 Por; Ener z B.: 15.72 %; Ener z W.: 65.54 %; Ener. z T.: 17.63 %; Potas: 2566.02 mg; Sód: 2701.01 mg;	

Jadłospisy za okres od dnia 2026-03-30 do dnia 2026-04-05 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- Wegetariańska	SIE- Pooperacyjna	SIE- Dzieci 1-3 lat Łatwo strawna	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż łatwostrawna	SIE- Z ogr.subst.pobudz.wydz.soków żołądkowych	
2026-04-05 niedziela	Śniadanie	<p>Platki pszenne na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE,) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ,) Twaróg półtłusty 80 g (MLE,) Sałata zielona 20 g Papryka świeża 80 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Jabłko 150 g Sernik 50 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE,)</p>	<p>Platki pszenne na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE,) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Twarózek 80 g (MLE,) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 25 g Sałata drożdżowe b/c 50 g (GLU PSZ, JAJ,)</p>	<p>Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ,) Platki pszenne na mleku 250 ml (GLU PSZ, MLE,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ,) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 25 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Sernik 50 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE,)</p>	<p>Platki pszenne na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE,) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ,) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ,) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Sernik 50 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE,)</p>	<p>Platki pszenne na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE,) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ,) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Twaróg półtłusty 80 g (MLE,) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 25 g Pomidor b/skórki 80 g Sałata zielona 20 g Jabłko pieczone 150 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Ciasto drożdżowe b/c 50 g (GLU PSZ, JAJ,)</p>	
	II ŚN	Jabłko pieczone 150 g					
	Obiad	<p>Wielowarzywna z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Pierogi ukraińskie () 300 g (GLU PSZ, JAJ, MLE,) Buraczki gotowane 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml</p>	<p>Wielowarzywna z ziemniakami (bez mleka) () 300 ml (GLU PSZ, SEL,) Ziemniaki gotowane () 180 g Pulpet wieprzowy 100 g (GLU PSZ, JAJ,) Sos własny () 80 ml (GLU PSZ, SEL,) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g (SEL,) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml</p>	<p>Wielowarzywna z ziemniakami () 250 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Schab duszony 60 g Sos własny () 80 ml (GLU PSZ, SEL,) Ziemniaki gotowane () 90 g Buraczki gotowane 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml</p>	<p>Wielowarzywna z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Schab duszony 100 g Sos własny () 80 ml (GLU PSZ, SEL,) Ziemniaki gotowane () 180 g Buraczki gotowane 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml</p>	<p>Wielowarzywna z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Ziemniaki gotowane () 180 g Schab duszony 100 g Sos własny () 80 ml (GLU PSZ, SEL,) Buraczki gotowane 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml</p>	
	PD		Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml	Kisiel o smaku wiśniowym z jabłkiem z/c 200 ml			
Kolacja	<p>Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Hummus 80 g (SEZ,) Sałatka jarzynowa - dieta () 200 g (MLE, SEL,) Sałata zielona 20 g</p>	<p>Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Szynka zielonogórska- wieprzowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 75 g (SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR,)</p>	<p>Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Szynka zielonogórska- wieprzowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 30 g (SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR,) Sałatka jarzynowa - dieta () 200 g (MLE, SEL,) Sałata zielona 20 g</p>	<p>Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ,) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Szynka zielonogórska- wieprzowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 50 g (SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR,) Sałatka jarzynowa - dieta () 200 g (MLE, SEL,) Sałata zielona 20 g</p>			

Jadłospisy za okres od dnia 2026-03-30 do dnia 2026-04-05 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- Wegetariańska	SIE- Pooperacyjna	SIE- Dzieci 1-3 lat Łatwo strawna	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż łatwostrawna	SIE- Z ogr.subst.pobudz.wydz.soków żołądkowych
2026-04-05 niedziela	PN	Przecier owocowy jabłko-truskawka 100g 1 szt	Wafle ryżowe 30 g	Przecier owocowy jabłko-truskawka 100g 1 szt		
		Wartość energetyczna: 2887.47 kcal; Białko ogółem: 99.25 g; Tłuszcz: 88.41 g; Kw. tł. nasy.: 26.66 g; Węglowodany ogółem: 451.19 g; W tym cukry: 106.36 g; Błonnik pok.: 40.63 g; Sól: 6.69 g; WW: 41.05 Por; Ener z B.: 13.75 %; Ener z W.: 62.50 %; Ener. z T.: 27.56 %; Potas: 4815.73 mg; Sód: 2678.61 mg;	Wartość energetyczna: 2557.31 kcal; Białko ogółem: 103.03 g; Tłuszcz: 56.22 g; Kw. tł. nasy.: 23.52 g; Węglowodany ogółem: 398.64 g; W tym cukry: 95.17 g; Błonnik pok.: 30.04 g; Sól: 7.66 g; WW: 36.98 Por; Ener z B.: 16.12 %; Ener z W.: 62.35 %; Ener. z T.: 19.79 %; Potas: 4308.01 mg; Sód: 3055.98 mg;	Wartość energetyczna: 1892.16 kcal; Białko ogółem: 74.89 g; Tłuszcz: 43.31 g; Kw. tł. nasy.: 20.24 g; Węglowodany ogółem: 314.91 g; W tym cukry: 113.61 g; Błonnik pok.: 24.21 g; Sól: 4.58 g; WW: 29.06 Por; Ener z B.: 15.83 %; Ener z W.: 66.57 %; Ener. z T.: 20.60 %; Potas: 3973.80 mg; Sód: 1839.46 mg;	Wartość energetyczna: 2497.91 kcal; Białko ogółem: 108.28 g; Tłuszcz: 51.26 g; Kw. tł. nasy.: 22.63 g; Węglowodany ogółem: 422.36 g; W tym cukry: 124.31 g; Błonnik pok.: 32.81 g; Sól: 7.94 g; WW: 38.89 Por; Ener z B.: 17.34 %; Ener z W.: 67.63 %; Ener. z T.: 18.47 %; Potas: 5384.00 mg; Sód: 3183.89 mg;	Wartość energetyczna: 2470.88 kcal; Białko ogółem: 110.52 g; Tłuszcz: 46.83 g; Kw. tł. nasy.: 22.23 g; Węglowodany ogółem: 391.92 g; W tym cukry: 100.58 g; Błonnik pok.: 31.94 g; Sól: 7.40 g; WW: 36.00 Por; Ener z B.: 17.89 %; Ener z W.: 63.44 %; Ener. z T.: 17.06 %; Potas: 5396.77 mg; Sód: 2970.58 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,