

Jadłospisy za okres od dnia 2026-06-05 do dnia 2026-06-14 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- D01 Podstawowa	SIE- C01 Podstawowa	SIE- C02 Łatwostrawna	SIE- C03 Z ogr.łatwoprzyswajalnych wegl.	SIE- D03 Z ogr. łatwoprzyswajalnych węglowodanów	
2026-06-05 piątek	Sniadanie	Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Serek wiejski lekki 3% tł 150g 1 szt (<u>MLE,</u>) Powidła śliwkowe 25 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Jabłko 150 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Serek wiejski lekki 3% tł 150g 1 szt (<u>MLE,</u>) Powidła śliwkowe 25 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenna długa krojona 40 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Serek wiejski lekki 3% tł 150g 1 szt (<u>MLE,</u>) Miód (25g) 1 szt Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE,</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 90 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Serek wiejski lekki 3% tł 150g 1 szt (<u>MLE,</u>) Hummus zielony z ciecierzycy 25 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g		
	II ŚN		Jabłko 150 g	Jabłko pieczone 150 g		Jabłko 150 g	
	Obiad	Krupnik jęczmienny () 300 ml (<u>MLE, SEL, GLU JĘCZ,</u>) Ziemniaki gotowane () 160 g Ryba pieczona (Morszczuk) 120 g (<u>RYB,</u>) Sos koperkowy * 80 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Surówka z kapusty młodej z olejem () 75 g Warzywa po grecku () 75 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Krupnik jęczmienny () 300 ml (<u>MLE, SEL, GLU JĘCZ,</u>) Ziemniaki gotowane () 160 g Pulpet rybny (Morszczuk) 120 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB,</u>) Sos koperkowy * 80 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Warzywa po grecku () 150 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Krupnik jęczmienny () 300 ml (<u>MLE, SEL, GLU JĘCZ,</u>) Ziemniaki gotowane () 160 g Pulpet rybny (Morszczuk) 120 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB,</u>) Sos koperkowy * 80 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Warzywa po grecku () 150 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml			
	PD		Kisiel o smaku truskawkowym z/c 200 ml (<u>może zawierać: GLU PSZ, SEL, GOR,</u>)		Sok pomidorowy 0,3l 1 szt Wafle ryżowe 30 g		
	Kolacja	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ,</u>) Ser żółty 50 g (<u>MLE,</u>) Ogórek świeży 80 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ,</u>) Ser żółty 50 g (<u>MLE,</u>) Ogórek świeży 80 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 40 g (<u>GLU PSZ,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ,</u>) Dżem 25 g 1 szt Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 90 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ,</u>) Ser żółty 50 g (<u>MLE,</u>) Ogórek świeży 80 g Sałata zielona 20 g		
	PN		Przecier owocowy jabłko-truskawka 120g 1 szt		Pieczyczo chrupkie ekstrudowane-żytnie 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u>) Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt		

Jadłospisy za okres od dnia 2026-06-05 do dnia 2026-06-14 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- D01 Podstawowa	SIE- C01 Podstawowa	SIE- C02 Łatwostrawna	SIE- C03 Z ogr.łatwoprzyswajalnych wegl.	SIE- D03 Z ogr.łatwoprzyswajalnych węglowodanów
2026-06-05 piątek		Wartość energetyczna: 2188.70 kcal; Białko ogółem: 113.24 g; Tłuszcz: 69.43 g; Kw. tł. nasy.: 28.60 g; Węglowodany ogółem: 303.03 g; W tym cukry: 81.08 g; Błonnik pok.: 28.47 g; Sól: 7.22 g; WW: 27.39 Por; Ener z B.: 20.70 %; Ener z W.: 55.38 %; Ener. z T.: 28.55 %; Potas: 3870.88 mg; Sód: 2882.74 mg;	Wartość energetyczna: 2340.83 kcal; Białko ogółem: 113.29 g; Tłuszcz: 69.43 g; Kw. tł. nasy.: 28.60 g; Węglowodany ogółem: 341.05 g; W tym cukry: 111.37 g; Błonnik pok.: 28.50 g; Sól: 7.27 g; WW: 31.21 Por; Ener z B.: 19.36 %; Ener z W.: 58.28 %; Ener. z T.: 26.70 %; Potas: 3872.75 mg; Sód: 2904.20 mg;	Wartość energetyczna: 2296.18 kcal; Białko ogółem: 97.61 g; Tłuszcz: 51.43 g; Kw. tł. nasy.: 18.62 g; Węglowodany ogółem: 378.94 g; W tym cukry: 132.90 g; Błonnik pok.: 24.63 g; Sól: 6.38 g; WW: 35.53 Por; Ener z B.: 17.00 %; Ener z W.: 66.01 %; Ener. z T.: 20.16 %; Potas: 3759.03 mg; Sód: 2548.90 mg;	Wartość energetyczna: 2282.27 kcal; Białko ogółem: 114.27 g; Tłuszcz: 71.03 g; Kw. tł. nasy.: 27.96 g; Węglowodany ogółem: 333.81 g; W tym cukry: 45.31 g; Błonnik pok.: 41.11 g; Sól: 9.41 g; WW: 29.24 Por; Ener z B.: 20.03 %; Ener z W.: 58.51 %; Ener. z T.: 28.01 %; Potas: 3932.69 mg; Sód: 3754.02 mg;	Wartość energetyczna: 2114.87 kcal; Białko ogółem: 109.41 g; Tłuszcz: 68.84 g; Kw. tł. nasy.: 27.51 g; Węglowodany ogółem: 300.87 g; W tym cukry: 44.89 g; Błonnik pok.: 40.12 g; Sól: 7.30 g; WW: 26.04 Por; Ener z B.: 20.69 %; Ener z W.: 56.91 %; Ener. z T.: 29.30 %; Potas: 3932.69 mg; Sód: 2911.62 mg;
2026-06-06 sobota	Śniadanie	Platki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW,) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,) Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt (MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE,) Rzodkiew biała 80 g Sałata zielona 20 g Banan 150 g	Platki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW,) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,) Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt (MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE,) Rzodkiew biała 80 g Sałata zielona 20 g	Platki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW,) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Bulka pszenna długa krojona 40 g (GLU PSZ,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,) Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt (MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE,) Pasta z cukinii i marchewki 80 g Sałata zielona 20 g	Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE,) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 90 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,) Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt (MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE,) Rzodkiew biała 80 g Sałata zielona 20 g	
	II ŚN	Banan 150 g			Jabłko 150 g	
	Obiad	Koperkowa z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Ryż na sypko (brązowy) 160 g Kociołek meksykański z kurczakiem i fasolą 150 g (SEL,) Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c () 75 g Buraczki gotowane () 75 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Koperkowa z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Ryż na sypko (brązowy) 160 g Kociołek meksykański z kurczakiem i fasolą 150 g (SEL,) Buraczki gotowane () 75 g Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c () 75 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Solferino () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Ryż na sypko 160 g Potrawka drobiowa () 150 g (GLU PSZ, SEL,) Buraczki gotowane () 75 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c () 75 g	Koperkowa z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Ryż na sypko (brązowy) 160 g Kociołek meksykański z kurczakiem i fasolą 150 g (SEL,) Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c () 75 g Buraczki gotowane () 75 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml	
	PD	Maślanka 200 ml (MLE,)			Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt Pieczywo chrupkie ekstrudowane-żytnie 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JECZ,)	

Jadłospisy za okres od dnia 2026-06-05 do dnia 2026-06-14 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- D01 Podstawowa	SIE- C01 Podstawowa	SIE- C02 Łatwostrawna	SIE- C03 Z ogr.łatwoprzyswajalnych wegl.	SIE- D03 Z ogr. łatwoprzyswajalnych węglowodanów
2026-06-06 sobota	Kolacja	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Pasta z twarogu z natką pietruszki 80 g (MLE.) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa,wędzona,z wodą dodaną. 25 g (SOJ.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa,wędzona,z wodą dodaną. 25 g (SOJ.) Pasta z twarogu z natką pietruszki 80 g (MLE.) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 40 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa,wędzona,z wodą dodaną. 25 g (SOJ.) Pasta z twarogu z natką pietruszki 80 g (MLE.) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 90 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Pasta z twarogu z natką pietruszki 80 g (MLE.) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa,wędzona,z wodą dodaną. 25 g (SOJ.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	
	PN	Przecier owocowy jabłko-banan 120g 1 szt			Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g Sałata zielona 10 g	
		Wartość energetyczna: 1963.36 kcal; Białko ogółem: 75.49 g; Tłuszcz: 48.99 g; Kw. tł. nasy.: 22.51 g; Węglowodany ogółem: 331.64 g; W tym cukry: 95.87 g; Błonnik pok.: 40.30 g; Sól: 6.45 g; WW: 29.15 Por; Ener z B.: 15.38 %; Ener z W.: 67.57 %; Ener. z T.: 22.46 %; Potas: 3840.23 mg; Sód: 2583.17 mg;	Wartość energetyczna: 2037.36 kcal; Białko ogółem: 82.09 g; Tłuszcz: 49.99 g; Kw. tł. nasy.: 23.19 g; Węglowodany ogółem: 341.04 g; W tym cukry: 105.27 g; Błonnik pok.: 40.30 g; Sól: 6.76 g; WW: 30.15 Por; Ener z B.: 16.12 %; Ener z W.: 66.96 %; Ener. z T.: 22.08 %; Potas: 4140.23 mg; Sód: 2703.17 mg;	Wartość energetyczna: 2160.91 kcal; Białko ogółem: 95.44 g; Tłuszcz: 52.53 g; Kw. tł. nasy.: 23.86 g; Węglowodany ogółem: 345.74 g; W tym cukry: 107.43 g; Błonnik pok.: 29.51 g; Sól: 7.02 g; WW: 31.75 Por; Ener z B.: 17.67 %; Ener z W.: 64.00 %; Ener. z T.: 21.88 %; Potas: 4199.13 mg; Sód: 2814.01 mg;	Wartość energetyczna: 1916.55 kcal; Białko ogółem: 78.99 g; Tłuszcz: 50.98 g; Kw. tł. nasy.: 23.60 g; Węglowodany ogółem: 326.91 g; W tym cukry: 49.26 g; Błonnik pok.: 50.57 g; Sól: 7.53 g; WW: 27.68 Por; Ener z B.: 16.49 %; Ener z W.: 68.23 %; Ener. z T.: 23.94 %; Potas: 3568.70 mg; Sód: 3014.16 mg;	Wartość energetyczna: 1748.25 kcal; Białko ogółem: 73.89 g; Tłuszcz: 50.50 g; Kw. tł. nasy.: 23.48 g; Węglowodany ogółem: 288.15 g; W tym cukry: 49.05 g; Błonnik pok.: 45.05 g; Sól: 7.20 g; WW: 24.33 Por; Ener z B.: 16.91 %; Ener z W.: 65.93 %; Ener. z T.: 26.00 %; Potas: 3568.70 mg; Sód: 2882.16 mg;
2026-06-07 niedziela	Śniadanie	Kasza jęczmienna na mleku 300 ml (MLE, GLU JĘCZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) 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 Rzodkiewka 80 g Sałata zielona 20 g Jabłko 150 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Kasza jęczmienna na mleku 300 ml (MLE, GLU JĘCZ.) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) 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 Rzodkiewka 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Kasza jęczmienna na mleku 300 ml (MLE, GLU JĘCZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 40 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka zielonogórska- wieprzowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 50 g (SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR.) Dżem 25 g 1 szt Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Maślanka 150 ml (MLE.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 90 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) 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.) Rzodkiewka 80 g Sałata zielona 20 g	
	II ŚN		Jabłko 150 g	Jabłko pieczone 150 g	Jabłko 150 g	

Jadłospisy za okres od dnia 2026-06-05 do dnia 2026-06-14 KUCHNIA SIEDLCE

	SIE- D01 Podstawowa	SIE- C01 Podstawowa	SIE- C02 Łatwostrawna	SIE- C03 Z ogr.łatwoprzyswajalnych wegl.	SIE- D03 Z ogr.łatwoprzyswajalnych węglowodanów	
2026-06-07 niedziela	Obiad	Pomidorowa z zacierką () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 160 g Schab duszony 100 g Sos własny () 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 75 g (<u>SEL.</u>) Mizeria 75 g (<u>MLE.</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Pomidorowa z zacierką () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 160 g Schab duszony 100 g Sos własny () 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Mizeria 75 g (<u>MLE.</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 75 g (<u>SEL.</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Ryżowa () 300 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 160 g Pulpet wieprzowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos własny () 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 150 g (<u>SEL.</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Pomidorowa z zacierką () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 160 g Schab duszony 100 g Sos własny () 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Mizeria 75 g (<u>MLE.</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 75 g (<u>SEL.</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml	
	PD		Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml (<u>MLE.</u>) Mieszanka studencka 30 g (<u>OZI, ORZ.</u>)	Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml (<u>MLE.</u>) Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 30 g	Chleb razowy żytnio-pszenno-żytniowy 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 20 g Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Salata zielona 20 g	
	Kolacja	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytniowy 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytniowy 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Ser mozzarella 50 g (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g Pasta z brokuła * 80 g Salata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenno-żytniowy 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytniowy 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Ser mozzarella 50 g (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g Pasta z brokuła * 80 g Salata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 40 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytniowy 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Ser mozzarella 50 g (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g Pasta z brokuła * 80 g Salata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenno-żytniowy 90 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Ser mozzarella 50 g (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g Pasta z brokuła * 80 g Salata zielona 20 g	
	PN	Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt Biszkopty b/c 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>)			Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt Pieczywo chrupkie ekstrudowane-żytnie 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)	
	Wartość energetyczna: 2119.61 kcal; Białko ogółem: 99.32 g; Tłuszcz: 60.64 g; Kw. tł. nasy.: 20.72 g; Węglowodany ogółem: 319.64 g; W tym cukry: 83.23 g; Błonnik pok.: 31.75 g; Sól: 7.31 g; WW: 28.74 Por; Ener z B.: 18.74 %; Ener z W.: 60.32 %; Ener. z T.: 25.75 %; Potas: 3992.05 mg; Sód: 2914.32 mg;	Wartość energetyczna: 2459.61 kcal; Białko ogółem: 110.19 g; Tłuszcz: 73.37 g; Kw. tł. nasy.: 23.11 g; Węglowodany ogółem: 367.70 g; W tym cukry: 108.23 g; Błonnik pok.: 31.79 g; Sól: 7.71 g; WW: 33.56 Por; Ener z B.: 17.92 %; Ener z W.: 59.80 %; Ener. z T.: 26.85 %; Potas: 4275.99 mg; Sód: 3071.68 mg;	Wartość energetyczna: 2509.12 kcal; Białko ogółem: 100.55 g; Tłuszcz: 69.69 g; Kw. tł. nasy.: 23.92 g; Węglowodany ogółem: 388.21 g; W tym cukry: 107.86 g; Błonnik pok.: 28.37 g; Sól: 7.87 g; WW: 36.04 Por; Ener z B.: 16.03 %; Ener z W.: 61.89 %; Ener. z T.: 25.00 %; Potas: 3957.89 mg; Sód: 3137.25 mg;	Wartość energetyczna: 2036.85 kcal; Białko ogółem: 107.29 g; Tłuszcz: 61.06 g; Kw. tł. nasy.: 20.44 g; Węglowodany ogółem: 305.68 g; W tym cukry: 44.35 g; Błonnik pok.: 44.95 g; Sól: 8.77 g; WW: 26.04 Por; Ener z B.: 21.07 %; Ener z W.: 60.03 %; Ener. z T.: 26.98 %; Potas: 4245.46 mg; Sód: 3496.77 mg;	Wartość energetyczna: 1860.25 kcal; Białko ogółem: 99.99 g; Tłuszcz: 55.54 g; Kw. tł. nasy.: 17.40 g; Węglowodany ogółem: 274.77 g; W tym cukry: 43.08 g; Błonnik pok.: 40.37 g; Sól: 7.70 g; WW: 23.41 Por; Ener z B.: 21.50 %; Ener z W.: 59.08 %; Ener. z T.: 26.87 %; Potas: 4068.53 mg; Sód: 3067.61 mg;	

Jadłospisy za okres od dnia 2026-06-05 do dnia 2026-06-14 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- D01 Podstawowa	SIE- C01 Podstawowa	SIE- C02 Łatwostrawna	SIE- C03 Z ogr.łatwoprzyswajalnych wegl.	SIE- D03 Z ogr.łatwoprzyswajalnych węglowodanów	
2026-06-08 poniedziałek	Śniadanie	Płatki pszenne na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa,wędzona,z wodą dodaną. 25 g (<u>SOJ.</u>) Ser żółty 50 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Arbuz 100 g	Płatki pszenne na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa,wędzona,z wodą dodaną. 25 g (<u>SOJ.</u>) Ser żółty 50 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Płatki pszenne na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa,wędzona,z wodą dodaną. 25 g (<u>SOJ.</u>) Serek homo. naturalny 80 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Maślanka 150 ml (<u>MLE.</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa,wędzona,z wodą dodaną. 25 g (<u>SOJ.</u>) Ser żółty 50 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g		
	II ŚN		Arbuz 100 g	Jabłko pieczone 150 g	Jabłko 150 g		
	Obiad	Fasolowa z ziemniakami () 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Makaron z serem 300 g (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Mus z jabłek () z/c 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Zupa wiosenna z cukinią i ziemniakami () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Makaron z serem 300 g (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Mus z jabłek () z/c 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Zupa wiosenna z cukinią i ziemniakami () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Kopytka ziemniaczane () 300 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos szpinakowy* 80 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Surówka z selera i marchwi z olejem () b/c 150 g (<u>SEL.</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Fasolowa z ziemniakami () 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Makaron pełnoziarnisty 160 g (<u>GLU PSZ.</u>) Pulpet drobiowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos szpinakowy* 80 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Surówka z selera i marchwi z olejem () b/c 150 g (<u>SEL.</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml		
	PD		Budyń o smaku waniliowym z/c 200 ml (<u>MLE.</u>) Mieszanka studencka 30 g (<u>OZI, ORZ.</u>)	Budyń o smaku waniliowym z/c 200 ml (<u>MLE.</u>) Biszkopty b/ml 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>)	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 20 g Sałata zielona 10 g		
Kolacja	Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona,w osłonce niejadalanej 50 g (<u>SOJ, SEL, może zawierać: MLE, GOR.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Sałata zielona 20 g Ćwikła z jabłkiem () 80 g	Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona,w osłonce niejadalanej 50 g (<u>SOJ, SEL, może zawierać: MLE, GOR.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Ćwikła z jabłkiem () 80 g Sałata zielona 20 g	Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 40 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona,w osłonce niejadalanej 50 g (<u>SOJ, SEL, może zawierać: MLE, GOR.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Sałata zielona 20 g Ćwikła z jabłkiem () 80 g	Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 90 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona,w osłonce niejadalanej 50 g (<u>SOJ, SEL, może zawierać: MLE, GOR.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Sałata zielona 20 g Ćwikła z jabłkiem b/c () 80 g			

Jadłospisy za okres od dnia 2026-06-05 do dnia 2026-06-14 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- D01 Podstawowa	SIE- C01 Podstawowa	SIE- C02 Łatwostrawna	SIE- C03 Z ogr.łatwoprzyswajalnych wegl.	SIE- D03 Z ogr. łatwoprzyswajalnych węglowodanów
2026-06-08 poniedziałek	PN	Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 30 g			Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,3l 1 szt Pieczywo chrupkie ekstrudowane-żytnie 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	
		Wartość energetyczna: 2345.30 kcal; Białko ogółem: 99.09 g; Tłuszcz: 61.06 g; Kw. tł. nasy.: 31.22 g; Węglowodany ogółem: 374.06 g; W tym cukry: 88.82 g; Błonnik pok.: 29.96 g; Sól: 7.41 g; WW: 34.38 Por; Ener z B.: 16.90 %; Ener z W.: 63.80 %; Ener. z T.: 23.43 %; Potas: 2893.88 mg; Sód: 2959.70 mg;	Wartość energetyczna: 2579.37 kcal; Białko ogółem: 104.46 g; Tłuszcz: 70.48 g; Kw. tł. nasy.: 33.38 g; Węglowodany ogółem: 406.38 g; W tym cukry: 113.46 g; Błonnik pok.: 25.69 g; Sól: 7.80 g; WW: 38.04 Por; Ener z B.: 16.20 %; Ener z W.: 63.02 %; Ener. z T.: 24.59 %; Potas: 2941.35 mg; Sód: 3119.06 mg;	Wartość energetyczna: 2639.72 kcal; Białko ogółem: 90.96 g; Tłuszcz: 60.57 g; Kw. tł. nasy.: 21.51 g; Węglowodany ogółem: 452.89 g; W tym cukry: 103.30 g; Błonnik pok.: 34.54 g; Sól: 8.44 g; WW: 41.88 Por; Ener z B.: 13.78 %; Ener z W.: 68.63 %; Ener. z T.: 20.65 %; Potas: 4716.01 mg; Sód: 3372.24 mg;	Wartość energetyczna: 2338.66 kcal; Białko ogółem: 106.38 g; Tłuszcz: 77.26 g; Kw. tł. nasy.: 30.96 g; Węglowodany ogółem: 348.18 g; W tym cukry: 49.65 g; Błonnik pok.: 54.38 g; Sól: 9.01 g; WW: 29.45 Por; Ener z B.: 18.20 %; Ener z W.: 59.55 %; Ener. z T.: 29.73 %; Potas: 4020.37 mg; Sód: 3604.62 mg;	Wartość energetyczna: 2164.21 kcal; Białko ogółem: 99.26 g; Tłuszcz: 71.76 g; Kw. tł. nasy.: 27.92 g; Węglowodany ogółem: 317.66 g; W tym cukry: 48.52 g; Błonnik pok.: 49.99 g; Sól: 7.94 g; WW: 26.85 Por; Ener z B.: 18.35 %; Ener z W.: 58.71 %; Ener. z T.: 29.84 %; Potas: 3861.53 mg; Sód: 3176.00 mg;
2026-06-09 wtorek	Śniadanie	Zacierka na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 25 g Twarożek z koperkiem 80 g (MLE) Rzepa biała 80 g Sałata zielona 20 g Jabłko 150 g	Zacierka na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 25 g Twarożek z koperkiem 80 g (MLE) Rzepa biała 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Zacierka na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 40 g (GLU PSZ,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 25 g Twarożek z koperkiem 80 g (MLE) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE) Chleb razowy żytnio-pszenny 90 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 25 g Twarożek z koperkiem 80 g (MLE) Rzepa biała 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	
	II ŚN		Jabłko 150 g	Jabłko pieczone 150 g	Jabłko 150 g	
	Obiad	Ogórkowa z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryż na sypko (brązowy) 160 g Karczek pieczony 100 g (GLU PSZ,) Sos meksykański 80 g (GLU PSZ,) Surówka z kapusty białej z olejem () 75 g Buraczki gotowane () 75 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Ogórkowa z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Karczek pieczony 100 g (GLU PSZ,) Sos meksykański 80 g (GLU PSZ,) Ryż na sypko (brązowy) 160 g Surówka z kapusty białej z olejem () 75 g Buraczki gotowane () 75 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Brokułowa z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Szynka wieprzowa gotowana 100 g Sos własny () 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Ryż na sypko 160 g Buraczki gotowane () 150 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Ogórkowa z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Szynka wieprzowa gotowana 100 g Sos własny () 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Ryż na sypko (brązowy) 160 g Surówka z kapusty białej z olejem b/c () 75 g Buraczki gotowane () 75 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml	
	PD	Drożdżówka mini 50g 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE)			Sok pomidorowy 0,3l 1 szt Pieczywo chrupkie ekstrudowane-żytnie 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	

Jadłospisy za okres od dnia 2026-06-05 do dnia 2026-06-14 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- D01 Podstawowa	SIE- C01 Podstawowa	SIE- C02 Łatwostrawna	SIE- C03 Z ogr.łatwoprzyswajalnych wegl.	SIE- D03 Z ogr. łatwoprzyswajalnych węglowodanów
2026-06-09 wtorek	Kolacja	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Miód (25g) 1 szt Szynka zielonogórska- wieprzowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 50 g (SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR.) Pasta warzywna () 80 g (SEL.) Sałata lodowa 20 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Miód (25g) 1 szt Szynka zielonogórska- wieprzowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 50 g (SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR.) Pasta warzywna () 80 g (SEL.) Sałata lodowa 20 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 40 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Miód (25g) 1 szt Szynka zielonogórska- wieprzowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 50 g (SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR.) Pasta warzywna () 80 g (SEL.) Sałata lodowa 20 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 90 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g Szynka zielonogórska- wieprzowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 50 g (SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR.) Pasta warzywna () 80 g (SEL.) Sałata lodowa 20 g	
	PN	Przecier owocowy jabłko-truskawka 120g 1 szt			Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g Sałata zielona 5 g	
		Wartość energetyczna: 2225.16 kcal; Białko ogółem: 93.37 g; Tłuszcz: 68.26 g; Kw. tł. nasy.: 27.67 g; Węglowodany ogółem: 333.97 g; W tym cukry: 101.34 g; Błonnik pok.: 37.52 g; Sól: 6.86 g; WW: 29.62 Por; Ener z B.: 16.78 %; Ener z W.: 60.04 %; Ener. z T.: 27.61 %; Potas: 3671.93 mg; Sód: 2739.78 mg;	Wartość energetyczna: 2368.16 kcal; Białko ogółem: 95.82 g; Tłuszcz: 71.99 g; Kw. tł. nasy.: 27.67 g; Węglowodany ogółem: 351.47 g; W tym cukry: 101.34 g; Błonnik pok.: 37.52 g; Sól: 7.01 g; WW: 31.37 Por; Ener z B.: 16.19 %; Ener z W.: 59.37 %; Ener. z T.: 27.36 %; Potas: 3671.93 mg; Sód: 2799.78 mg;	Wartość energetyczna: 2228.25 kcal; Białko ogółem: 101.41 g; Tłuszcz: 50.62 g; Kw. tł. nasy.: 21.37 g; Węglowodany ogółem: 351.38 g; W tym cukry: 100.55 g; Błonnik pok.: 25.49 g; Sól: 6.32 g; WW: 32.59 Por; Ener z B.: 18.21 %; Ener z W.: 63.08 %; Ener. z T.: 20.45 %; Potas: 3670.63 mg; Sód: 2528.28 mg;	Wartość energetyczna: 2031.92 kcal; Białko ogółem: 103.77 g; Tłuszcz: 55.33 g; Kw. tł. nasy.: 23.66 g; Węglowodany ogółem: 319.09 g; W tym cukry: 50.97 g; Błonnik pok.: 48.59 g; Sól: 10.58 g; WW: 27.05 Por; Ener z B.: 20.43 %; Ener z W.: 62.82 %; Ener. z T.: 24.51 %; Potas: 3842.26 mg; Sód: 4228.79 mg;	Wartość energetyczna: 1869.02 kcal; Białko ogółem: 98.91 g; Tłuszcz: 53.35 g; Kw. tł. nasy.: 23.24 g; Węglowodany ogółem: 286.09 g; W tym cukry: 50.76 g; Błonnik pok.: 46.04 g; Sól: 8.15 g; WW: 24.00 Por; Ener z B.: 21.17 %; Ener z W.: 61.23 %; Ener. z T.: 25.69 %; Potas: 3842.26 mg; Sód: 3256.79 mg;
2026-06-10 środa	Śniadanie	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Paszтет rybno- warzywny (Morszczuk) 80 g (GLU PSZ, JAJ, RYB.) Poledwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g (SOJ.) Ogórek świeży 80 g Sałata zielona 20 g Banan 150 g	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Paszтет rybno- warzywny (Łosoś) 80 g (GLU PSZ, JAJ, RYB.) Poledwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g (SOJ.) Ogórek świeży 80 g Sałata zielona 20 g	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 40 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Poledwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g (SOJ.) Paszтет rybno- warzywny (Łosoś) 80 g (GLU PSZ, JAJ, RYB.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Maślanka 150 ml (MLE.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 90 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Paszтет rybno- warzywny (Łosoś) 80 g (GLU PSZ, JAJ, RYB.) Poledwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g (SOJ.) Ogórek świeży 80 g Sałata zielona 20 g	Maślanka 150 ml (MLE.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 90 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Paszтет rybno- warzywny (Morszczuk) 80 g (GLU PSZ, JAJ, RYB.) Poledwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g (SOJ.) Ogórek świeży 80 g Sałata zielona 20 g
	II ŚN	Banan 150 g			Jabłko 150 g	

Jadłospisy za okres od dnia 2026-06-05 do dnia 2026-06-14 KUCHNIA SIEDLCE

	SIE- D01 Podstawowa	SIE- C01 Podstawowa	SIE- C02 Łatwostrawna	SIE- C03 Z ogr.łatwoprzyswajalnych wegl.	SIE- D03 Z ogr. łatwoprzyswajalnych węglowodanów
2026-06-10 -środa	Obiad	Pieczarkowa z makaronem () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, S02.</u>) Ziemniaki gotowane () 160 g Zrazik drobiowy z udźca pieczony mielony 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos pietruszkowy 80 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Fasolka szparagowa z wody* 75 g Surówka z marchwi z olejem b/c () 75 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Pieczarkowa z makaronem () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, S02.</u>) Zrazik drobiowy z udźca pieczony mielony 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos pietruszkowy 80 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 160 g Fasolka szparagowa z wody* 75 g Surówka z marchwi z olejem b/c () 75 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Jarzynowa z makaronem dieta () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Ziemniaki gotowane () 160 g Sos pietruszkowy 80 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Surówka z marchwi z olejem b/c () 75 g Fasolka szparagowa z wody* 75 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Pieczarkowa z makaronem () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, S02.</u>) Zrazik drobiowy z udźca pieczony mielony 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Ziemniaki gotowane () 160 g Sos pietruszkowy 80 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Fasolka szparagowa z wody* 75 g Surówka z marchwi z olejem b/c () 75 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml
		PD	Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) Podplomyki b/c 20 g (<u>GLU PSZ, MLE.</u>)	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Szynka z piersią kurczaka-wędł.z drob.gr.rozd.parzo.w osł.niejadalnej 20 g (<u>SOJ.</u>) Sałata zielona 20 g	
2026-06-10 -środa	Kolejacja	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Schab Ojca Grzegorza-wędłina wieprzowa wędzona,parzona,z dod.wody,białka wp 50 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt (<u>MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE.</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Schab Ojca Grzegorza-wędłina wieprzowa wędzona,parzona,z dod.wody,białka wp 50 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt (<u>MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE.</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bulka pszenna długa krojona 40 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt (<u>MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE.</u>) Schab Ojca Grzegorza-wędłina wieprzowa wędzona,parzona,z dod.wody,białka wp 50 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 90 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Schab Ojca Grzegorza-wędłina wieprzowa wędzona,parzona,z dod.wody,białka wp 50 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt (<u>MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE.</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g
		PN	Ciasto drożdżowe 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>)	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt Pieczywo chrupkie ekstrudowane-żytnie 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)	
	Wartość energetyczna: 2297.72 kcal; Białko ogółem: 98.43 g; Tłuszcz: 63.26 g; Kw. tł. nasy.: 23.58 g; Węglowodany ogółem: 331.25 g; W tym cukry: 75.21 g; Błonnik pok.: 29.73 g; Sól: 7.08 g; WW: 30.24 Por; Ener z B.: 17.13 %; Ener z W.: 57.67 %; Ener. z T.: 24.78 %; Potas: 4131.13 mg; Sód: 2835.61 mg;	Wartość energetyczna: 2559.44 kcal; Białko ogółem: 109.40 g; Tłuszcz: 76.77 g; Kw. tł. nasy.: 27.39 g; Węglowodany ogółem: 354.95 g; W tym cukry: 81.51 g; Błonnik pok.: 29.73 g; Sól: 7.22 g; WW: 32.58 Por; Ener z B.: 17.10 %; Ener z W.: 55.47 %; Ener. z T.: 27.00 %; Potas: 4515.97 mg; Sód: 2889.79 mg;	Wartość energetyczna: 2476.13 kcal; Białko ogółem: 111.27 g; Tłuszcz: 64.16 g; Kw. tł. nasy.: 26.50 g; Węglowodany ogółem: 353.46 g; W tym cukry: 81.97 g; Błonnik pok.: 25.35 g; Sól: 7.35 g; WW: 32.96 Por; Ener z B.: 17.97 %; Ener z W.: 57.10 %; Ener. z T.: 23.32 %; Potas: 4535.08 mg; Sód: 2944.57 mg;	Wartość energetyczna: 2177.73 kcal; Białko ogółem: 100.96 g; Tłuszcz: 76.31 g; Kw. tł. nasy.: 26.03 g; Węglowodany ogółem: 316.50 g; W tym cukry: 43.17 g; Błonnik pok.: 41.13 g; Sól: 9.62 g; WW: 27.61 Por; Ener z B.: 18.54 %; Ener z W.: 58.13 %; Ener. z T.: 31.54 %; Potas: 4126.02 mg; Sód: 3849.28 mg;	Wartość energetyczna: 1911.76 kcal; Białko ogółem: 92.55 g; Tłuszcz: 59.56 g; Kw. tł. nasy.: 20.78 g; Węglowodany ogółem: 285.29 g; W tym cukry: 42.07 g; Błonnik pok.: 36.55 g; Sól: 8.66 g; WW: 24.94 Por; Ener z B.: 19.36 %; Ener z W.: 59.69 %; Ener. z T.: 28.04 %; Potas: 3864.25 mg; Sód: 3462.32 mg;

Jadłospisy za okres od dnia 2026-06-05 do dnia 2026-06-14 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- D01 Podstawowa	SIE- C01 Podstawowa	SIE- C02 Łatwostrawna	SIE- C03 Z ogr.łatwoprzyswajalnych wegl.	SIE- D03 Z ogr. łatwoprzyswajalnych węglowodanów
2026-06-11 czwartek	Śniadanie	<p>Płatki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka graham-pszena 50g 1 szt (<u>GLU PSZ,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Ser żółty 25 g (<u>MLE.</u>) Sałatka wiosenna 200 g Sałata zielona 20 g Jabłko 150 g</p>	<p>Płatki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Bułka graham-pszena 50g 1 szt (<u>GLU PSZ,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Ser żółty 25 g (<u>MLE.</u>) Sałatka wiosenna 200 g Sałata zielona 20 g</p>	<p>Płatki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 25 g (<u>SOJ.</u>) Sałatka wiosenna - diety 200 g Sałata zielona 20 g</p>	<p>Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Bułka graham-pszena 50g 1 szt (<u>GLU PSZ,</u>) Chleb razowy żytnio-pszeny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Ser żółty 25 g (<u>MLE.</u>) Sałatka wiosenna 200 g Sałata zielona 20 g</p>	
	II ŚN		Jabłko 150 g	Jabłko pieczone 150 g	Jabłko 150 g	
	Obiad	<p>Barszcz biały z ziemniakami () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT.</u>) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami* 300 g (<u>SEL, GLU JĘCZ.</u>) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 75 g Dyńa duszona z marchewką * 75 g (<u>GLU PSZ,</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>) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami* 300 g (<u>SEL, GLU JĘCZ.</u>) Dyńa duszona z marchewką * 75 g (<u>GLU PSZ,</u>) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 75 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml</p>	<p>Ziemniaczana () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) 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>Barszcz biały z ziemniakami () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT.</u>) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami* 300 g (<u>SEL, GLU JĘCZ.</u>) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 150 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml</p>	
	PD		Biszkoty b/ml 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)		Chleb razowy żytnio-pszeny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 20 g Sałata zielona 20 g	
Kolacja	<p>Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Gulaszowa z mięsem drobiowym- dieta () 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Banan 150 g</p>	<p>Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Gulaszowa z mięsem drobiowym- dieta () 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Banan 150 g</p>	<p>Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Gulaszowa z mięsem drobiowym- dieta () 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Banan 150 g</p>	<p>Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Gulaszowa z mięsem drobiowym- dieta () 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Chleb razowy żytnio-pszeny 90 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>)</p>		

Jadłospisy za okres od dnia 2026-06-05 do dnia 2026-06-14 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- D01 Podstawowa	SIE- C01 Podstawowa	SIE- C02 Łatwostrawna	SIE- C03 Z ogr.łatwoprzyswajalnych wegl.	SIE- D03 Z ogr. łatwoprzyswajalnych węglowodanów
2026-06-11 czwartek	PN		Wafle ryżowe 30 g Dżem 25 g 1 szt		Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt Pieczywo chrupkie ekstrudowane-żytnie 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	
		Wartość energetyczna: 2314.44 kcal; Białko ogółem: 87.65 g; Tłuszcz: 59.00 g; Kw. tł. nasy.: 20.45 g; Węglowodany ogółem: 383.28 g; W tym cukry: 99.07 g; Błonnik pok.: 39.33 g; Sól: 6.52 g; WW: 34.49 Por; Ener z B.: 15.15 %; Ener z W.: 66.24 %; Ener. z T.: 22.94 %; Potas: 4966.55 mg; Sód: 2627.59 mg;	Wartość energetyczna: 2555.94 kcal; Białko ogółem: 105.08 g; Tłuszcz: 66.38 g; Kw. tł. nasy.: 20.45 g; Węglowodany ogółem: 409.68 g; W tym cukry: 99.07 g; Błonnik pok.: 39.33 g; Sól: 6.56 g; WW: 37.18 Por; Ener z B.: 16.44 %; Ener z W.: 64.11 %; Ener. z T.: 23.38 %; Potas: 4966.55 mg; Sód: 2643.59 mg;	Wartość energetyczna: 2620.56 kcal; Białko ogółem: 100.92 g; Tłuszcz: 64.42 g; Kw. tł. nasy.: 15.89 g; Węglowodany ogółem: 432.50 g; W tym cukry: 97.24 g; Błonnik pok.: 30.05 g; Sól: 6.23 g; WW: 40.48 Por; Ener z B.: 15.40 %; Ener z W.: 66.02 %; Ener. z T.: 22.12 %; Potas: 4398.35 mg; Sód: 2498.41 mg;	Wartość energetyczna: 2139.40 kcal; Białko ogółem: 90.25 g; Tłuszcz: 61.22 g; Kw. tł. nasy.: 21.90 g; Węglowodany ogółem: 348.67 g; W tym cukry: 45.42 g; Błonnik pok.: 50.45 g; Sól: 7.38 g; WW: 29.81 Por; Ener z B.: 16.87 %; Ener z W.: 65.19 %; Ener. z T.: 25.76 %; Potas: 4683.66 mg; Sód: 2973.22 mg;	Wartość energetyczna: 1961.98 kcal; Białko ogółem: 83.51 g; Tłuszcz: 55.61 g; Kw. tł. nasy.: 18.79 g; Węglowodany ogółem: 317.37 g; W tym cukry: 44.32 g; Błonnik pok.: 45.87 g; Sól: 6.16 g; WW: 27.14 Por; Ener z B.: 17.02 %; Ener z W.: 64.70 %; Ener. z T.: 25.51 %; Potas: 4506.73 mg; Sód: 2480.86 mg;
2026-06-12 piątek	Śniadanie	Kasza manna na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE.) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Dżem 25 g 1 szt Serek wiejski lekki 3% tł 150g 1 szt (MLE.) Rzodkiewka 80 g Sałata zielona 20 g Arbuz 100 g	Kasza manna na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE.) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Dżem 25 g 1 szt Serek wiejski lekki 3% tł 150g 1 szt (MLE.) Rzodkiewka 80 g Sałata zielona 20 g	Kasza manna na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE.) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 40 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Serek wiejski lekki 3% tł 150g 1 szt (MLE.) Dżem 25 g 1 szt Rzodkiewka 80 g Sałata zielona 20 g	Maślanka 150 ml (MLE.) Kawa zbożowa b/c 250 ml (GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Chleb razowy żytnio-pszenny 90 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Serek wiejski lekki 3% tł 150g 1 szt (MLE.) Hummus z ciecierzycy 50 g Rzodkiewka 80 g Sałata zielona 20 g	
	II ŚN		Arbuz 100 g	Przecier owocowy jabłko-banan 120g 1 szt	Jabłko 150 g	
	Obiad	Szpinakowa z zacierką () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane () 160 g Ryba pieczona (Morszczuk) 120 g (RYB.) Sos koperkowy () 80 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Surówka z kapusty czerwonej z olejem 75 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 75 g (SEL.) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Szpinakowa z zacierką () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane () 160 g Pulpet rybny (Morszczuk) 120 g (GLU PSZ, JAJ, RYB.) Sos koperkowy () 80 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 150 g (SEL.) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Szpinakowa z zacierką () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane () 160 g Pulpet rybny (Morszczuk) 120 g (GLU PSZ, JAJ, RYB.) Sos koperkowy () 80 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 150 g (SEL.) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml		
PD		Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.)		Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Twarożek z koperkiem 30 g (MLE.) Sałata zielona 20 g		

Jadłospisy za okres od dnia 2026-06-05 do dnia 2026-06-14 KUCHNIA SIEDLCE

	SIE- D01 Podstawowa	SIE- C01 Podstawowa	SIE- C02 Łatwostrawna	SIE- C03 Z ogr.łatwoprzyswajalnych wegl.	SIE- D03 Z ogr. łatwoprzyswajalnych węglowodanów	
2026-06-12 piątek	Kolejacja	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Serek homo z natką pietruszki 50 g (MLE.) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Serek homo z natką pietruszki 50 g (MLE.) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 40 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Serek homo z natką pietruszki 50 g (MLE.) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 90 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Serek homo z natką pietruszki 50 g (MLE.) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g	
	PN	Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt Biszkopty b/ml 30 g (GLU PSZ, JAJ.)			Sok pomidorowy 0,3l 1 szt Pieczywo chrupkie ekstrudowane-żytnie 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	
	Wartość energetyczna: 2225.22 kcal; Białko ogółem: 115.85 g; Tłuszcz: 59.44 g; Kw. tł. nasy.: 20.43 g; Węglowodany ogółem: 330.89 g; W tym cukry: 95.32 g; Błonnik pok.: 28.99 g; Sól: 6.48 g; WW: 30.23 Por; Ener z B.: 20.83 %; Ener z W.: 59.48 %; Ener. z T.: 24.04 %; Potas: 4302.05 mg; Sód: 2581.35 mg;	Wartość energetyczna: 2315.22 kcal; Białko ogółem: 122.15 g; Tłuszcz: 62.44 g; Kw. tł. nasy.: 22.22 g; Węglowodany ogółem: 340.19 g; W tym cukry: 101.62 g; Błonnik pok.: 28.99 g; Sól: 6.72 g; WW: 31.13 Por; Ener z B.: 21.10 %; Ener z W.: 58.77 %; Ener. z T.: 24.27 %; Potas: 4602.05 mg; Sód: 2675.85 mg;	Wartość energetyczna: 2407.92 kcal; Białko ogółem: 117.99 g; Tłuszcz: 61.18 g; Kw. tł. nasy.: 22.20 g; Węglowodany ogółem: 363.86 g; W tym cukry: 103.16 g; Błonnik pok.: 26.92 g; Sól: 7.11 g; WW: 33.74 Por; Ener z B.: 19.60 %; Ener z W.: 60.44 %; Ener. z T.: 22.87 %; Potas: 4155.95 mg; Sód: 2826.63 mg;	Wartość energetyczna: 2175.76 kcal; Białko ogółem: 113.86 g; Tłuszcz: 62.00 g; Kw. tł. nasy.: 20.37 g; Węglowodany ogółem: 331.77 g; W tym cukry: 48.65 g; Błonnik pok.: 45.51 g; Sól: 9.11 g; WW: 28.69 Por; Ener z B.: 20.93 %; Ener z W.: 60.99 %; Ener. z T.: 25.64 %; Potas: 4290.36 mg; Sód: 3634.51 mg;	Wartość energetyczna: 1983.25 kcal; Białko ogółem: 105.35 g; Tłuszcz: 55.71 g; Kw. tł. nasy.: 16.70 g; Węglowodany ogółem: 299.95 g; W tym cukry: 46.52 g; Błonnik pok.: 40.90 g; Sól: 8.49 g; WW: 25.96 Por; Ener z B.: 21.25 %; Ener z W.: 60.50 %; Ener. z T.: 25.28 %; Potas: 4075.51 mg; Sód: 3384.56 mg;	
2026-06-13 sobota	Śniadanie	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (MLE, GLU JĘCZ.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Południca Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g (SOJ.) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 25 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Banan 150 g	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (MLE, GLU JĘCZ.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Południca Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g (SOJ.) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 25 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (MLE, GLU JĘCZ.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 40 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Południca Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g (SOJ.) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 25 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 90 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Południca Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g (SOJ.) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 25 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g	
	II ŚN	Banan 150 g			Jabłko 150 g	
Obiad	Koperkowa z ryżem () 300 ml (MLE, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 160 g (GLU JĘCZ.) Gulasz wieprzowy 150 g (GLU PSZ.) Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c () 75 g Buraczki gotowane drobno tarte () 75 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml		Koperkowa z ryżem () 300 ml (MLE, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 160 g (GLU JĘCZ.) Gulasz wieprzowy- dieta 150 g (GLU PSZ.) Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c () 75 g Buraczki gotowane drobno tarte () 75 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Koperkowa z ryżem () 300 ml (MLE, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 160 g (GLU JĘCZ.) Gulasz wieprzowy- dieta 150 g (GLU PSZ.) Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c () 75 g Buraczki gotowane drobno tarte() b/c 75 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml		

Jadłospisy za okres od dnia 2026-06-05 do dnia 2026-06-14 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- D01 Podstawowa	SIE- C01 Podstawowa	SIE- C02 Łatwostrawna	SIE- C03 Z ogr.łatwoprzyswajalnych wegl.	SIE- D03 Z ogr. łatwoprzyswajalnych węglowodanów	
2026-06-13 sobota	PD		Biskopki b/ml 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml (<u>MLE.</u>)		Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt Pieczywo chrupkie ekstrudowane-żytnie 30 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)		
	Kolacja	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Paszтет z soczewicy () 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Ser mozzarella 25 g (<u>MLE.</u>) Ogórek świeży 80 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Paszтет z soczewicy () 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Ser mozzarella 25 g (<u>MLE.</u>) Ogórek świeży 80 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 40 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa,wędzona,z wodą dodaną. 50 g (<u>SOJ.</u>) Ser mozzarella 25 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 90 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Paszтет z soczewicy () 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Ser mozzarella 25 g (<u>MLE.</u>) Ogórek świeży 80 g Sałata zielona 20 g		
2026-06-14 niedziela	PN	Bułka maślana 1 szt 1 szt (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>)				Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Szynka z piersią kurczaka-wędl.z drob.gr.rozd.parzo.w ost.niejadalnej 25 g (<u>SOJ.</u>) Sałata zielona 5 g	
	Śniadanie	Wartość energetyczna: 2497.54 kcal; Białko ogółem: 102.13 g; Tłuszcz: 73.76 g; Kw. tł. nasy.: 23.76 g; Węglowodany ogółem: 384.44 g; W tym cukry: 83.42 g; Błonnik pok.: 36.14 g; Sól: 7.94 g; WW: 34.80 Por; Ener z B.: 16.36 %; Ener z W.: 61.57 %; Ener. z T.: 26.58 %; Potas: 3687.82 mg; Sód: 3174.63 mg;	Wartość energetyczna: 2815.94 kcal; Białko ogółem: 111.23 g; Tłuszcz: 79.92 g; Kw. tł. nasy.: 26.15 g; Węglowodany ogółem: 440.90 g; W tym cukry: 108.42 g; Błonnik pok.: 36.18 g; Sól: 8.17 g; WW: 40.45 Por; Ener z B.: 15.80 %; Ener z W.: 62.63 %; Ener. z T.: 25.54 %; Potas: 3971.75 mg; Sód: 3263.29 mg;	Wartość energetyczna: 2615.49 kcal; Białko ogółem: 110.00 g; Tłuszcz: 68.26 g; Kw. tł. nasy.: 25.12 g; Węglowodany ogółem: 407.80 g; W tym cukry: 106.42 g; Błonnik pok.: 26.19 g; Sól: 9.60 g; WW: 38.22 Por; Ener z B.: 16.82 %; Ener z W.: 62.37 %; Ener. z T.: 23.49 %; Potas: 3481.45 mg; Sód: 3838.73 mg;	Wartość energetyczna: 2240.88 kcal; Białko ogółem: 99.22 g; Tłuszcz: 73.69 g; Kw. tł. nasy.: 24.02 g; Węglowodany ogółem: 343.62 g; W tym cukry: 46.54 g; Błonnik pok.: 47.32 g; Sól: 7.60 g; WW: 29.55 Por; Ener z B.: 17.71 %; Ener z W.: 61.34 %; Ener. z T.: 29.60 %; Potas: 3438.07 mg; Sód: 3038.11 mg;	Wartość energetyczna: 2072.58 kcal; Białko ogółem: 94.12 g; Tłuszcz: 73.21 g; Kw. tł. nasy.: 23.90 g; Węglowodany ogółem: 304.86 g; W tym cukry: 46.33 g; Błonnik pok.: 41.80 g; Sól: 7.27 g; WW: 26.20 Por; Ener z B.: 18.17 %; Ener z W.: 58.84 %; Ener. z T.: 31.79 %; Potas: 3438.07 mg; Sód: 2906.11 mg;	
II ŚN		Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (<u>MLE.</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Twaróg półtłusty 80 g (<u>MLE.</u>) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 25 g (<u>SOJ.</u>) Rzepa biała 80 g Sałata zielona 20 g Jabłko 150 g	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (<u>MLE.</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Twaróg półtłusty 80 g (<u>MLE.</u>) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 25 g (<u>SOJ.</u>) Rzepa biała 80 g Sałata zielona 20 g	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (<u>MLE.</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 40 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 25 g (<u>SOJ.</u>) Twaróg półtłusty 80 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<u>MLE.</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 90 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Twaróg półtłusty 80 g (<u>MLE.</u>) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 25 g (<u>SOJ.</u>) Rzepa biała 80 g Sałata zielona 20 g		
			Jabłko 150 g	Przecier owocowy jabłko-banan 120g 1 szt	Jabłko 150 g		

Jadłospisy za okres od dnia 2026-06-05 do dnia 2026-06-14 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- D01 Podstawowa	SIE- C01 Podstawowa	SIE- C02 Łatwostrawna	SIE- C03 Z ogr.łatwoprzyswajalnych wegl.	SIE- D03 Z ogr. łatwoprzyswajalnych węglowodanów
2026-06-14 niedziela	Obiad	Rosół z makaronem () 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki gotowane () 160 g Ćwiartka z kurczaka pieczona 130 g Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 75 g Brokuł gotowany* 75 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml		Rosół z makaronem () 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki gotowane () 160 g Ćwiartka z kurczaka gotowana 130 g Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 75 g Brokuł gotowany* 75 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml		Rosół z makaronem () 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki gotowane () 160 g Ćwiartka z kurczaka pieczona 130 g Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 75 g Brokuł gotowany* 75 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml
	PD		Kisiel o smaku truskawkowym z jabłkiem b/c 200 ml (może zawierać: GLU PSZ, SEL, GOR.)		Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Połędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 20 g (SOJ.) Sałata zielona 20 g	
	Kolacja	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Dżem 25 g 1 szt Szynka z piersią kurczaka-wędł.z drob.gr.rozd.parzo.w osl.niejadalnej 50 g (SOJ.) Pasta marchewkowo-pomidorowa 80 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Dżem 25 g 1 szt Szynka z piersią kurczaka-wędł.z drob.gr.rozd.parzo.w osl.niejadalnej 50 g (SOJ.) Pasta marchewkowo-pomidorowa 80 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 40 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Dżem 25 g 1 szt Szynka z piersią kurczaka-wędł.z drob.gr.rozd.parzo.w osl.niejadalnej 50 g (SOJ.) Pasta marchewkowo-pomidorowa 80 g Sałata zielona 20 g		Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 90 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka z piersią kurczaka-wędł.z drob.gr.rozd.parzo.w osl.niejadalnej 75 g (SOJ.) Pasta marchewkowo-pomidorowa 80 g Sałata zielona 20 g
	PN		Mleko Smakowe UHT 1,5% tł 0,2l 1 szt (MLE.) Podplomyki b/c 20 g (GLU PSZ, MLE.)			Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt Pieczywo chrupkie ekstrudowane-żytnie 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)
		Wartość energetyczna: 2358.74 kcal; Białko ogółem: 125.07 g; Tłuszcz: 81.92 g; Kw. tł. nasy.: 30.75 g; Węglowodany ogółem: 316.04 g; W tym cukry: 71.12 g; Błonnik pok.: 30.92 g; Sól: 7.53 g; WW: 28.57 Por; Ener. z B.: 21.21 %; Ener z W.: 53.60 %; Ener. z T.: 31.26 %; Potas: 4375.97 mg; Sód: 3013.45 mg;	Wartość energetyczna: 2452.94 kcal; Białko ogółem: 125.27 g; Tłuszcz: 82.08 g; Kw. tł. nasy.: 30.91 g; Węglowodany ogółem: 340.23 g; W tym cukry: 83.87 g; Błonnik pok.: 31.74 g; Sól: 7.57 g; WW: 30.91 Por; Ener. z B.: 20.43 %; Ener z W.: 55.48 %; Ener. z T.: 30.11 %; Potas: 4377.17 mg; Sód: 3031.05 mg;	Wartość energetyczna: 2470.56 kcal; Białko ogółem: 126.83 g; Tłuszcz: 78.72 g; Kw. tł. nasy.: 30.60 g; Węglowodany ogółem: 341.69 g; W tym cukry: 84.39 g; Błonnik pok.: 24.74 g; Sól: 7.39 g; WW: 31.76 Por; Ener. z B.: 20.54 %; Ener z W.: 55.32 %; Ener. z T.: 28.68 %; Potas: 4018.70 mg; Sód: 2965.88 mg;	Wartość energetyczna: 2252.49 kcal; Białko ogółem: 124.02 g; Tłuszcz: 83.65 g; Kw. tł. nasy.: 30.54 g; Węglowodany ogółem: 309.29 g; W tym cukry: 46.38 g; Błonnik pok.: 45.54 g; Sól: 8.72 g; WW: 26.42 Por; Ener. z B.: 22.02 %; Ener z W.: 54.92 %; Ener. z T.: 33.42 %; Potas: 4574.52 mg; Sód: 3489.86 mg;	Wartość energetyczna: 2077.92 kcal; Białko ogółem: 117.93 g; Tłuszcz: 78.18 g; Kw. tł. nasy.: 27.47 g; Węglowodany ogółem: 277.64 g; W tym cukry: 45.28 g; Błonnik pok.: 40.96 g; Sól: 7.64 g; WW: 23.71 Por; Ener. z B.: 22.70 %; Ener z W.: 53.45 %; Ener. z T.: 33.86 %; Potas: 4397.59 mg; Sód: 3057.91 mg;

Jadłospisy za okres od dnia 2026-06-05 do dnia 2026-06-14 KUCHNIA SIEDLCE

	SIE- D03/ML Z ogr. łatwoprzyswajalnych węgl. b/ml	SIE- D03/D02 Z ogr. łatwoprzy. węgl. lekkostrawna	SIE- D12 Płynna wzmocniona	SIE- D12/ML Płynna wzmocniona b/ml	SIE- D10 Przetarta	
2026-06-05 piątek	Śniadanie	Chleb razowy żytnio-pszenny 90 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szyńka z piersią kurczaka-wędl.z drob.gr.rozd.parzo.w osł.niejadalnej 50 g (SOJ.) Hummus zielony z ciecierzycy 50 g Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szyńka z piersią kurczaka-wędl.z drob.gr.rozd.parzo.w osł.niejadalnej 25 g (SOJ.) Serek wiejski lekki 3% tł 150g 1 szt (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	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE.) Bułka pszenna długa krojona 40 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Twarożek 80 g (MLE.) Miód (25g) 1 szt Cukinia pieczona z olejem * 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	II ŚN	Jabłko 150 g	Jabłko pieczone 150 g	Budyń o smaku śmietankowym b/c 200 ml (MLE.)	Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml (może zawierać: GLU PSZ, SEL, GOR.)	Jabłko pieczone 150 g
	Obiad	Krupnik jęczmienny (bez mleka) () 300 ml (SEL, GLU JEĆZ.) Ziemniaki gotowane () 160 g Pulpet rybny (Morszczuk) 120 g (GLU PSZ, JAJ, RYB.) Sos koperkowy *(bez mleka) 80 ml (GLU PSZ.) Surówka z kapusty młodej z olejem () 75 g Warzywa po grecku () 75 g (GLU PSZ, SEL.) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml	Krupnik jęczmienny () 300 ml (MLE, SEL, GLU JEĆZ.) Ziemniaki gotowane () 160 g Pulpet rybny (Morszczuk) 120 g (GLU PSZ, JAJ, RYB.) Sos koperkowy * 80 ml (GLU PSZ, MLE.) Warzywa po grecku () 150 g (GLU PSZ, SEL.) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml	Płynna obiad*()-SIED 500 ml (SEL.) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml		Ryżowa () 300 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane puree () 160 g (MLE.) Pulpet rybny (Morszczuk) rozdrobniony 120 g (GLU PSZ, JAJ, RYB.) Sos koperkowy * 80 ml (GLU PSZ, MLE.) Warzywa po grecku () 150 g (GLU PSZ, SEL.) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml
	PD					
	Kolacja	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 90 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Jajko gotowane kl M 2 szt (JAJ.) Ogórek świeży 80 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Szyńka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 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 b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 40 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Dżem 25 g 1 szt Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 100 g (SEL.)
PN	Pieczewo chrupkie ekstrudowane-żytnie 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JEĆZ.) Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Połędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 25 g (SOJ.) Sałata zielona 10 g	Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml (może zawierać: GLU PSZ, SEL, GOR.)		Przecier owocowy jabłko-truskawka 120g 1 szt	

Jadłospisy za okres od dnia 2026-06-05 do dnia 2026-06-14 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- D03/ML Z ogr. łatwoprzyswajalnych węgl. b/ml	SIE- D03/D02 Z ogr. łatwoprzy. węgl. lekkostrawna	SIE- D12 Płynna wzmocniona	SIE- D12/ML Płynna wzmocniona b/ml	SIE- D10 Przetarta
2026-06-05 piątek		Wartość energetyczna: 1912.80 kcal; Białko ogółem: 88.32 g; Tłuszcz: 57.65 g; Kw. tł. nasy.: 11.92 g; Węglowodany ogółem: 307.58 g; W tym cukry: 35.20 g; Błonnik pok.: 42.77 g; Sól: 6.77 g; WW: 26.45 Por; Ener z B.: 18.47 %; Ener z W.: 64.32 %; Ener. z T.: 27.13 %; Potas: 3689.75 mg; Sód: 2697.92 mg;	Wartość energetyczna: 1995.18 kcal; Białko ogółem: 103.88 g; Tłuszcz: 56.93 g; Kw. tł. nasy.: 20.78 g; Węglowodany ogółem: 293.51 g; W tym cukry: 44.18 g; Błonnik pok.: 27.65 g; Sól: 9.42 g; WW: 26.55 Por; Ener z B.: 20.83 %; Ener z W.: 58.84 %; Ener. z T.: 25.68 %; Potas: 3622.70 mg; Sód: 3761.16 mg;	Wartość energetyczna: 2185.38 kcal; Białko ogółem: 94.00 g; Tłuszcz: 81.13 g; Kw. tł. nasy.: 18.58 g; Węglowodany ogółem: 284.53 g; W tym cukry: 86.28 g; Błonnik pok.: 30.28 g; Sól: 2.17 g; WW: 25.25 Por; Ener z B.: 17.21 %; Ener z W.: 52.08 %; Ener. z T.: 33.41 %; Potas: 5320.16 mg; Sód: 847.65 mg;	Wartość energetyczna: 1902.72 kcal; Białko ogółem: 74.13 g; Tłuszcz: 68.85 g; Kw. tł. nasy.: 8.76 g; Węglowodany ogółem: 261.20 g; W tym cukry: 65.26 g; Błonnik pok.: 30.26 g; Sól: 1.56 g; WW: 22.87 Por; Ener z B.: 15.58 %; Ener z W.: 54.91 %; Ener. z T.: 32.57 %; Potas: 4471.46 mg; Sód: 607.59 mg;	Wartość energetyczna: 2180.60 kcal; Białko ogółem: 94.43 g; Tłuszcz: 56.04 g; Kw. tł. nasy.: 20.98 g; Węglowodany ogółem: 344.08 g; W tym cukry: 105.44 g; Błonnik pok.: 28.39 g; Sól: 6.06 g; WW: 31.58 Por; Ener z B.: 17.32 %; Ener z W.: 63.12 %; Ener. z T.: 23.13 %; Potas: 4052.32 mg; Sód: 2414.13 mg;
2026-06-06 sobota	Śniadanie	Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 90 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 75 g (SOJ.) Rzodkiew biała 80 g Sałata zielona 20 g	Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy,grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt (MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE.) Pasta z cukinii i marchewki 80 g Sałata zielona 20 g	Płynna śniadanie mleczna-SIED 500 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Płynna śniadanie bezmleczna-SIED 500 ml (GLU PSZ, JAJ.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 40 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy,grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej, mielona 50 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt (MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE.) Pasta z cukinii i marchewki 100 g
	II ŚN	Jabłko 150 g	Jabłko pieczone 150 g	Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml (może zawierać: GLU PSZ, SEL, GOR.)	Banan 150 g	
	Obiad	Koperkowa z ziemniakami (bez mleka) () 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Ryż na sypko (brązowy) 160 g Kociulek meksykański z kurczakiem i fasolą 150 g (SEL.) Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c () 75 g Buraczki gotowane () 75 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml	Koperkowa z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryż na sypko 160 g Potrawka drobiowa () 150 g (GLU PSZ, SEL.) Buraczki gotowane () 75 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c () 75 g	Płynna obiad*()-SIED 500 ml (SEL.) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml	Koperkowa z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryż na sypko 160 g Potrawka drobiowa () rozdrobniona 150 g (GLU PSZ, SEL.) Buraczki gotowane () 150 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	
	PD					

Jadłospisy za okres od dnia 2026-06-05 do dnia 2026-06-14 KUCHNIA SIEDLCE

	SIE- D03/ML Z ogr. łatwoprzyswajalnych węgl. b/ml	SIE- D03/D02 Z ogr. łatwoprzy. węgl. lekkostrawna	SIE- D12 Płynna wzmocniona	SIE- D12/ML Płynna wzmocniona b/ml	SIE- D10 Przetarta	
2026-06-06 sobota	Kołacja PN	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 90 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynka z piersią kurczaka-wędł.z drob.gr.rozd.parzo.w osł.niejadalnej 75 g (SOJ.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Pasta z twarogu z natką pietruszki 80 g (MLE.) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa,wędzona,z wodą dodaną. 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 b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 40 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa,wędzona,z wodą dodaną, mielona 25 g (SOJ.) Twarożek 80 g (MLE.) Brokuł gotowany* 100 g	
		Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g Sałata zielona 10 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g Sałata zielona 10 g	Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml (może zawierać: GLU PSZ, SEL, GOR.)	Przecier owocowy jabłko-banan 120g 1 szt	
	Wartość energetyczna: 1581.83 kcal; Białko ogółem: 65.08 g; Tłuszcz: 46.82 g; Kw. tł. nasy.: 9.69 g; Węglowodany ogółem: 280.81 g; W tym cukry: 41.60 g; Błonnik pok.: 45.00 g; Sól: 8.86 g; WW: 23.59 Por; Ener z B.: 16.46 %; Ener z W.: 71.01 %; Ener. z T.: 26.64 %; Potas: 3326.48 mg; Sód: 3540.56 mg;	Wartość energetyczna: 1890.26 kcal; Białko ogółem: 83.99 g; Tłuszcz: 52.03 g; Kw. tł. nasy.: 24.12 g; Węglowodany ogółem: 292.64 g; W tym cukry: 45.55 g; Błonnik pok.: 27.72 g; Sól: 8.66 g; WW: 26.51 Por; Ener z B.: 17.77 %; Ener z W.: 61.93 %; Ener. z T.: 24.77 %; Potas: 2997.19 mg; Sód: 3472.34 mg;	Wartość energetyczna: 2109.52 kcal; Białko ogółem: 87.39 g; Tłuszcz: 77.10 g; Kw. tł. nasy.: 16.19 g; Węglowodany ogółem: 281.34 g; W tym cukry: 84.92 g; Błonnik pok.: 30.26 g; Sól: 2.00 g; WW: 24.93 Por; Ener z B.: 16.57 %; Ener z W.: 53.35 %; Ener. z T.: 32.89 %; Potas: 5037.96 mg; Sód: 780.39 mg;	Wartość energetyczna: 1902.72 kcal; Białko ogółem: 74.13 g; Tłuszcz: 68.85 g; Kw. tł. nasy.: 8.76 g; Węglowodany ogółem: 261.20 g; W tym cukry: 65.26 g; Błonnik pok.: 30.26 g; Sól: 1.56 g; WW: 22.87 Por; Ener z B.: 15.58 %; Ener z W.: 54.91 %; Ener. z T.: 32.57 %; Potas: 4471.46 mg; Sód: 607.59 mg;	Wartość energetyczna: 2094.20 kcal; Białko ogółem: 91.13 g; Tłuszcz: 50.53 g; Kw. tł. nasy.: 23.02 g; Węglowodany ogółem: 336.54 g; W tym cukry: 98.98 g; Błonnik pok.: 29.29 g; Sól: 6.95 g; WW: 30.70 Por; Ener z B.: 17.41 %; Ener z W.: 64.28 %; Ener. z T.: 21.71 %; Potas: 3964.39 mg; Sód: 2789.72 mg;	
2026-06-07 niedziela	Śniadanie II ŚN	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 90 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 75 g (SOJ.) Rzodkiewka 80 g Sałata zielona 20 g	Maślanka 150 ml (MLE.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka zielonogórska- wieprzowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 50 g (SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR.) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 25 g (SOJ.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Płynna śniadanie mleczna-SIED 500 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Płynna śniadanie bezmleczna-SIED 500 ml (GLU PSZ, JAJ.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Kasza jęczmienna na mleku 300 ml (MLE, GLU JĘCZ.) Bułka pszenna długa krojona 40 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka zielonogórska- wieprzowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa mielona 50 g (SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR.) Dżem 25 g 1 szt Pasta z brokuła * 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
		Jabłko 150 g	Jabłko pieczone 150 g	Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml (może zawierać: GLU PSZ, SEL, GOR.)	Jabłko pieczone 150 g	

Jadłospisy za okres od dnia 2026-06-05 do dnia 2026-06-14 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- D03/ML Z ogr. łatwoprzyswajalnych węgl. b/ml	SIE- D03/D02 Z ogr. łatwoprzy. węgl. lekkostrawna	SIE- D12 Płynna wzmocniona	SIE- D12/ML Płynna wzmocniona b/ml	SIE- D10 Przetarta
2026-06-07 niedziela	Obiad	Pomidorowa z zacierką (bez mleka) () 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki gotowane () 160 g Schab duszony 100 g Sos własny () 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 150 g (SEL.) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml	Pomidorowa z zacierką () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane () 160 g Schab duszony 100 g Sos własny () 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 150 g (SEL.) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml	Płynna obiad*(-)-SIED 500 ml (SEL.) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml		Pomidorowa z zacierką () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane puree () 160 g (MLE.) Pulpet wieprzowy rozdrobniony 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos własny () 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 150 g (SEL.) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml
	PD					
2026-06-07 niedziela	Kolacja	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 90 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Pasta z brokuła * 80 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Ser mozzarella 50 g (MLE.) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g Pasta z brokuła * 80 g Sałata zielona 20 g	Płynna kolacja *(-)-SIED 500 ml (SEL.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml		Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 40 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Serek a'la homogenizowany 80 g (MLE.) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad mielona 25 g Ćwikła z jabłkiem () 100 g
	PN	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt Pieczywo chrupkie ekstrudowane-żytnie 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt Wafle ryżowe 20 g	Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml (może zawierać: GLU PSZ, SEL, GOR.)		Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt Biszkopty b/c 30 g (GLU PSZ, JAJ.)
		Wartość energetyczna: 1766.62 kcal; Białko ogółem: 94.27 g; Tłuszcz: 50.05 g; Kw. tł. nasy.: 11.06 g; Węglowodany ogółem: 272.34 g; W tym cukry: 38.80 g; Błonnik pok.: 44.09 g; Sól: 9.12 g; WW: 22.82 Por; Ener. z B.: 21.34 %; Ener. z W.: 61.66 %; Ener. z T.: 25.50 %; Potas: 4089.30 mg; Sód: 3630.28 mg;	Wartość energetyczna: 1899.27 kcal; Białko ogółem: 98.81 g; Tłuszcz: 55.98 g; Kw. tł. nasy.: 16.81 g; Węglowodany ogółem: 270.38 g; W tym cukry: 43.39 g; Błonnik pok.: 30.86 g; Sól: 8.46 g; WW: 23.94 Por; Ener. z B.: 20.81 %; Ener. z W.: 56.94 %; Ener. z T.: 26.53 %; Potas: 3704.03 mg; Sód: 3368.75 mg;	Wartość energetyczna: 2109.52 kcal; Białko ogółem: 87.39 g; Tłuszcz: 77.10 g; Kw. tł. nasy.: 16.19 g; Węglowodany ogółem: 281.34 g; W tym cukry: 84.92 g; Błonnik pok.: 30.26 g; Sól: 2.00 g; WW: 24.93 Por; Ener. z B.: 16.57 %; Ener. z W.: 53.35 %; Ener. z T.: 32.89 %; Potas: 5037.96 mg; Sód: 780.39 mg;	Wartość energetyczna: 1902.72 kcal; Białko ogółem: 74.13 g; Tłuszcz: 68.85 g; Kw. tł. nasy.: 8.76 g; Węglowodany ogółem: 261.20 g; W tym cukry: 65.26 g; Błonnik pok.: 30.26 g; Sól: 1.56 g; WW: 22.87 Por; Ener. z B.: 15.58 %; Ener. z W.: 54.91 %; Ener. z T.: 32.57 %; Potas: 4471.46 mg; Sód: 607.59 mg;	Wartość energetyczna: 2223.78 kcal; Białko ogółem: 94.47 g; Tłuszcz: 60.17 g; Kw. tł. nasy.: 23.74 g; Węglowodany ogółem: 345.19 g; W tym cukry: 95.90 g; Błonnik pok.: 29.93 g; Sól: 8.05 g; WW: 31.52 Por; Ener. z B.: 16.99 %; Ener. z W.: 62.09 %; Ener. z T.: 24.35 %; Potas: 4115.25 mg; Sód: 3206.97 mg;

Jadłospisy za okres od dnia 2026-06-05 do dnia 2026-06-14 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- D03/ML Z ogr. łatwoprzyswajalnych węgl. b/ml	SIE- D03/D02 Z ogr. łatwoprzy. węgl. lekkostrawna	SIE- D12 Płynna wzmocniona	SIE- D12/ML Płynna wzmocniona b/ml	SIE- D10 Przetarta
2026-06-08 poniedziałek	Śniadanie	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 75 g (SOJ.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Maślanka 150 ml (MLE.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa,wędzona,z wodą dodaną. 25 g (SOJ.) Serek homo. naturalny 80 g (MLE.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Płynna śniadanie mleczna-SIED 500 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Płynna śniadanie bezmleczna-SIED 500 ml (GLU PSZ, JAJ.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Płatki pszenne na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 40 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa,wędzona,z wodą dodaną. mielona 25 g (SOJ.) Serek homo. naturalny 80 g (MLE.) Kalafor gotowany* 100 g
	II ŚN	Jabłko 150 g	Jabłko pieczone 150 g	Budyń o smaku waniliowym b/c 200 ml (MLE.)	Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml (może zawierać: GLU PSZ, SEL, GOR.)	Jabłko pieczone 150 g
	Obiad	Fasolowa z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Makaron pełnoziarnisty 160 g (GLU PSZ.) Pulpet drobiowy 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos szpinakowy* 80 ml (GLU PSZ.) Surówka z selera i marchwi z olejem () b/c 150 g (SEL.) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml	Zupa wiosenna z cukinią i ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Makaron 160 g (GLU PSZ.) Pulpet drobiowy 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos szpinakowy* 80 ml (GLU PSZ.) Surówka z selera i marchwi z olejem () b/c 150 g (SEL.) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml	Płynna obiad*()-SIED 500 ml (SEL.) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml		Zupa wiosenna z cukinią i ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane puree () 160 g (MLE.) Pulpet drobiowy rozdrobniony 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos szpinakowy* 80 ml (GLU PSZ.) Marchew gotowana z olejem () 150 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml
	PD					
	Kolacja	Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 90 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynka z piersią kurczaka-wędł.z drob.gr.rozd.parzo.w osł.niejadalnej 50 g (SOJ.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Sałata zielona 20 g Ćwikła z jabłkiem b/c () 80 g	Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona,w osłonce niejadalnej 50 g (SOJ, SEL, może zawierać: MLE, GOR.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Sałata zielona 20 g Ćwikła z jabłkiem b/c () 80 g	Płynna kolacja *()-SIED 500 ml (SEL.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml		Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 40 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona,w osłonce niejadalnej mielona 50 g (SOJ, SEL, może zawierać: MLE, GOR.) Pasta z jaj 80 g (JAJ, MLE.) Ćwikła z jabłkiem () 100 g

Jadłospisy za okres od dnia 2026-06-05 do dnia 2026-06-14 KUCHNIA SIEDLCE

	SIE- D03/ML Z ogr. łatwoprzyswajalnych węgl. b/ml	SIE- D03/D02 Z ogr. łatwoprzy. węgl. lekkostrawna	SIE- D12 Płynna wzmocniona	SIE- D12/ML Płynna wzmocniona b/ml	SIE- D10 Przetarta
2026-06-08 poniedziałek	PN Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt Pieczywo chrupkie ekstrudowane-żytnie 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt	Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml (może zawierać: GLU PSZ, SEL, GOR.)		Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt
	Wartość energetyczna: 1943.19 kcal; Białko ogółem: 90.73 g; Tłuszcz: 60.14 g; Kw. tł. nasy.: 11.27 g; Węglowodany ogółem: 308.01 g; W tym cukry: 41.58 g; Błonnik pok.: 49.99 g; Sól: 7.95 g; WW: 25.90 Por; Ener z B.: 18.68 %; Ener z W.: 63.40 %; Ener. z T.: 27.85 %; Potas: 3631.53 mg; Sód: 3177.10 mg;	Wartość energetyczna: 1889.61 kcal; Białko ogółem: 84.81 g; Tłuszcz: 54.28 g; Kw. tł. nasy.: 17.80 g; Węglowodany ogółem: 285.65 g; W tym cukry: 59.97 g; Błonnik pok.: 28.88 g; Sól: 7.37 g; WW: 25.61 Por; Ener z B.: 17.95 %; Ener z W.: 60.47 %; Ener. z T.: 25.85 %; Potas: 3074.76 mg; Sód: 2950.38 mg;	Wartość energetyczna: 2185.38 kcal; Białko ogółem: 94.00 g; Tłuszcz: 81.13 g; Kw. tł. nasy.: 18.58 g; Węglowodany ogółem: 284.53 g; W tym cukry: 86.28 g; Błonnik pok.: 30.28 g; Sól: 2.17 g; WW: 25.25 Por; Ener z B.: 17.21 %; Ener z W.: 52.08 %; Ener. z T.: 33.41 %; Potas: 5320.16 mg; Sód: 847.65 mg;	Wartość energetyczna: 1902.72 kcal; Białko ogółem: 74.13 g; Tłuszcz: 68.85 g; Kw. tł. nasy.: 8.76 g; Węglowodany ogółem: 261.20 g; W tym cukry: 65.26 g; Błonnik pok.: 30.26 g; Sól: 1.56 g; WW: 22.87 Por; Ener z B.: 15.58 %; Ener z W.: 54.91 %; Ener. z T.: 32.57 %; Potas: 4471.46 mg; Sód: 607.59 mg;	Wartość energetyczna: 2096.90 kcal; Białko ogółem: 95.59 g; Tłuszcz: 56.47 g; Kw. tł. nasy.: 21.28 g; Węglowodany ogółem: 321.85 g; W tym cukry: 83.27 g; Błonnik pok.: 31.22 g; Sól: 7.97 g; WW: 28.92 Por; Ener z B.: 18.24 %; Ener z W.: 61.40 %; Ener. z T.: 24.24 %; Potas: 4376.49 mg; Sód: 3184.33 mg;
2026-06-09 wtorek	Śniadanie Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 90 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynekowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 75 g Rzepa biała 80 g Sałata zielona 20 g	Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynekowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 25 g Twarożek z koperkiem 80 g (MLE.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Płynna śniadanie mleczna-SIED 500 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Płynna śniadanie bezmleczna-SIED 500 ml (GLU PSZ, JAJ.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Zacierka na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE.) Bułka pszenna długa krojona 40 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynekowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona mielona 25 g Twarożek 80 g (MLE.) Dyńka z wody 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	II ŚN Jabłko 150 g	Jabłko pieczone 150 g	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.)	Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml (może zawierać: GLU PSZ, SEL, GOR.)	Jabłko pieczone 150 g
	Obiad Brokułowa z ziemniakami (bez mleka) () 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Szyńka wieprzowa gotowana 100 g Sos własny () 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Ryż na sypko (brązowy) 160 g Buraczki gotowane () 75 g Surówka z kapusty białej z olejem b/c () 75 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml	Brokułowa z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Szyńka wieprzowa gotowana 100 g Sos własny () 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Ryż na sypko 160 g Buraczki gotowane () 150 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml	Płynna obiad*()-SIED 500 ml (SEL.) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml		Brokułowa z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Klopsik wieprzowy rozdrobniony 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos własny () 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki gotowane puree () 160 g (MLE.) Buraczki gotowane () 150 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml
	PD				

Jadłospisy za okres od dnia 2026-06-05 do dnia 2026-06-14 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- D03/ML Z ogr. łatwoprzyswajalnych węgl. b/ml	SIE- D03/D02 Z ogr. łatwoprzy. węgl. lekkostrawna	SIE- D12 Płynna wzmocniona	SIE- D12/ML Płynna wzmocniona b/ml	SIE- D10 Przetarta
2026-06-09 wtorek	Kolacja	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszeniczny 90 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 75 g Pasta warzywna () 80 g (SEL.) Sałata lodowa 20 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g Szynka zielonogórska- wieprzowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 50 g (SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR.) Pasta warzywna () 80 g (SEL.) Sałata lodowa 20 g	Płynna kolacja *(-)-SIED 500 ml (SEL.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml		Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 40 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka zielonogórska- wieprzowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa mielona 50 g (SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR.) Miód (25g) 1 szt Pasta warzywna () 100 g (SEL.)
	PN	Chleb razowy żytnio-pszeniczny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g Sałata zielona 5 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g Sałata zielona 5 g	Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml (może zawierać: GLU PSZ, SEL, GOR.)		Przecier owocowy jabłko-truskawka 120g 1 szt
		Wartość energetyczna: 1776.59 kcal; Białko ogółem: 92.51 g; Tłuszcz: 47.78 g; Kw. tł. nasy.: 12.25 g; Węglowodany ogółem: 282.84 g; W tym cukry: 44.42 g; Błonnik pok.: 46.71 g; Sól: 9.44 g; WW: 23.54 Por; Ener z B.: 20.83 %; Ener z W.: 63.68 %; Ener. z T.: 24.20 %; Potas: 3735.59 mg; Sód: 3768.75 mg;	Wartość energetyczna: 1924.18 kcal; Białko ogółem: 99.16 g; Tłuszcz: 49.10 g; Kw. tł. nasy.: 22.81 g; Węglowodany ogółem: 291.68 g; W tym cukry: 49.23 g; Błonnik pok.: 28.44 g; Sól: 8.83 g; WW: 26.29 Por; Ener z B.: 20.61 %; Ener z W.: 60.63 %; Ener. z T.: 22.97 %; Potas: 3349.13 mg; Sód: 3531.10 mg;	Wartość energetyczna: 2100.58 kcal; Białko ogółem: 93.63 g; Tłuszcz: 80.10 g; Kw. tł. nasy.: 17.98 g; Węglowodany ogółem: 265.92 g; W tym cukry: 74.24 g; Błonnik pok.: 30.24 g; Sól: 2.18 g; WW: 23.35 Por; Ener z B.: 17.83 %; Ener z W.: 50.64 %; Ener. z T.: 34.32 %; Potas: 5336.36 mg; Sód: 853.55 mg;	Wartość energetyczna: 1902.72 kcal; Białko ogółem: 74.13 g; Tłuszcz: 68.85 g; Kw. tł. nasy.: 8.76 g; Węglowodany ogółem: 261.20 g; W tym cukry: 65.26 g; Błonnik pok.: 30.26 g; Sól: 1.56 g; WW: 22.87 Por; Ener z B.: 15.58 %; Ener z W.: 54.91 %; Ener. z T.: 32.57 %; Potas: 4471.46 mg; Sód: 607.59 mg;	Wartość energetyczna: 2180.64 kcal; Białko ogółem: 92.16 g; Tłuszcz: 54.58 g; Kw. tł. nasy.: 22.48 g; Węglowodany ogółem: 347.38 g; W tym cukry: 104.39 g; Błonnik pok.: 29.86 g; Sól: 6.94 g; WW: 31.67 Por; Ener z B.: 16.91 %; Ener z W.: 63.72 %; Ener. z T.: 22.53 %; Potas: 4645.76 mg; Sód: 2779.52 mg;
2026-06-10 środa	Śniadanie	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszeniczny 90 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Paszтет rybno- warzywny (Morszczuk) 80 g (GLU PSZ, JAJ, RYB.) Poledwica Sopotcka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g (SOJ.) Ogórek świeży 80 g Sałata zielona 20 g	Maślanka 150 ml (MLE.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Paszтет rybno- warzywny (Morszczuk) 80 g (GLU PSZ, JAJ, RYB.) Poledwica Sopotcka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g (SOJ.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Płynna śniadanie mleczna-SIED 500 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Płynna śniadanie bezmleczna-SIED 500 ml (GLU PSZ, JAJ.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 40 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Paszтет rybno- warzywny (Morszczuk) 80 g (GLU PSZ, JAJ, RYB.) Poledwica Sopotcka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona mielona 50 g (SOJ.) Kalaflor gotowany* 100 g
	II ŚN	Jabłko 150 g	Jabłko pieczone 150 g	Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml (MLE.)	Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml (może zawierać: GLU PSZ, SEL, GOR.)	Banan 150 g

Jadłospisy za okres od dnia 2026-06-05 do dnia 2026-06-14 KUCHNIA SIEDLCE

	SIE- D03/ML Z ogr. łatwoprzyswajalnych węgl. b/ml	SIE- D03/D02 Z ogr. łatwoprzy. węgl. lekkostrawna	SIE- D12 Płynna wzmocniona	SIE- D12/ML Płynna wzmocniona b/ml	SIE- D10 Przetarta
Obiad	Jarzynowa z makaronem (bez mleka) () 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Zrazik drobiowy z udźca pieczony mielony 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos pietruszkowy (bez mleka) 80 ml (GLU PSZ.) Ziemniaki gotowane () 160 g Surówka z marchwi z olejem b/c () 75 g Fasolka szparagowa z wody* 75 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml	Jarzynowa z makaronem diety () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Zrazik drobiowy z udźca pieczony mielony 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Ziemniaki gotowane () 160 g Sos pietruszkowy 80 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Surówka z marchwi z olejem b/c () 75 g Fasolka szparagowa z wody* 75 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml	Płynna obiad*(-)-SIED 500 ml (SEL.) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml		Jarzynowa z makaronem diety () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Zrazik drobiowy z udźca pieczony mielony 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos pietruszkowy 80 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane puree () 160 g (MLE.) Marchew gotowana z olejem () 150 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml
PD					
2026-06-10 środa Kolejacja	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 90 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 75 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona,parzona,z dod.wody,białka wp 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt (MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Płynna kolacja*(-)-SIED 500 ml (SEL.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml		Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 40 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt (MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE.) Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona,parzona,z dod.wody,białka wp mielony 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Brokuł gotowany* 100 g
PN	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt Pieczywo chrupkie ekstrudowane-żytnie 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt	Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml (może zawierać: GLU PSZ, SEL, GOR.)		Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt
	Wartość energetyczna: 1792.69 kcal; Białko ogółem: 88.80 g; Tłuszcz: 51.85 g; Kw. tł. nasy.: 10.51 g; Węglowodany ogółem: 277.35 g; W tym cukry: 34.78 g; Błonnik pok.: 37.08 g; Sól: 10.51 g; WW: 23.99 Por; Ener z B.: 19.81 %; Ener z W.: 61.88 %; Ener. z T.: 26.03 %; Potas: 3685.85 mg; Sód: 4200.16 mg;	Wartość energetyczna: 1843.05 kcal; Białko ogółem: 89.52 g; Tłuszcz: 58.41 g; Kw. tł. nasy.: 20.63 g; Węglowodany ogółem: 258.98 g; W tym cukry: 39.76 g; Błonnik pok.: 25.72 g; Sól: 9.44 g; WW: 23.41 Por; Ener z B.: 19.43 %; Ener z W.: 56.21 %; Ener. z T.: 28.52 %; Potas: 3514.76 mg; Sód: 3773.90 mg;	Wartość energetyczna: 2211.98 kcal; Białko ogółem: 94.00 g; Tłuszcz: 81.13 g; Kw. tł. nasy.: 18.58 g; Węglowodany ogółem: 291.18 g; W tym cukry: 92.94 g; Błonnik pok.: 30.28 g; Sól: 2.17 g; WW: 25.92 Por; Ener z B.: 17.00 %; Ener z W.: 52.65 %; Ener. z T.: 33.01 %; Potas: 5320.29 mg; Sód: 847.72 mg;	Wartość energetyczna: 1902.72 kcal; Białko ogółem: 74.13 g; Tłuszcz: 68.85 g; Kw. tł. nasy.: 8.76 g; Węglowodany ogółem: 261.20 g; W tym cukry: 65.26 g; Błonnik pok.: 30.26 g; Sól: 1.56 g; WW: 22.87 Por; Ener z B.: 15.58 %; Ener z W.: 54.91 %; Ener. z T.: 32.57 %; Potas: 4471.46 mg; Sód: 607.59 mg;	Wartość energetyczna: 2180.44 kcal; Białko ogółem: 98.67 g; Tłuszcz: 63.14 g; Kw. tł. nasy.: 23.22 g; Węglowodany ogółem: 323.78 g; W tym cukry: 89.95 g; Błonnik pok.: 28.56 g; Sól: 7.41 g; WW: 29.50 Por; Ener z B.: 18.10 %; Ener z W.: 59.40 %; Ener. z T.: 26.06 %; Potas: 4237.08 mg; Sód: 2970.93 mg;

Jadłospisy za okres od dnia 2026-06-05 do dnia 2026-06-14 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- D03/ML Z ogr. łatwoprzyswajalnych węgl. b/ml	SIE- D03/D02 Z ogr. łatwoprzy. węgl. lekkostrawna	SIE- D12 Płynna wzmocniona	SIE- D12/ML Płynna wzmocniona b/ml	SIE- D10 Przetarta
2026-06-11 czwartek	Śniadanie	Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% t 10 g Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 75 g (<u>SOJ.</u>) Sałatka wiosenna 200 g Sałata zielona 20 g	Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% t.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 25 g (<u>SOJ.</u>) Sałatka wiosenna - diety 200 g Sałata zielona 20 g	Płynna śniadanie mleczna-SIED 500 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Płynna śniadanie bezmleczna-SIED 500 ml (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Płatki ryżowe błyskawiczne na mleku 300 g (<u>MLE.</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% t.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. mielona 50 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody mielona 25 g (<u>SOJ.</u>) Marchew gotowana z olejem () 100 g
	II ŚN	Jabłko 150 g	Jabłko pieczone 150 g	Kefir 1,5% t 150g 1 Por (<u>MLE.</u>)	Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml (<u>może zawierać: GLU PSZ, SEL, GOR.</u>)	Jabłko pieczone 150 g
	Obiad	Ziemniaczana (bez mleka) () 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami* 300 g (<u>SEL, GLU JECZ.</u>) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 150 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml	Ziemniaczana () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami* 300 g (<u>SEL, GLU JECZ.</u>) Dyńa duszona z marchewką * 75 g (<u>GLU PSZ.</u>) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 75 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml	Płynna obiad*()-SIED 500 ml (<u>SEL.</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml		Ziemniaczana () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Pulpet wieprzowy rozdrobniony 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos pomidorowy 80 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Dyńa duszona z marchewką * 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Ziemniaki gotowane puree () 160 g (<u>MLE.</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml
	PD					
	Kolacja	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 90 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Gulaszowa z mięsem drobiowym- dieta () 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Gulaszowa z mięsem drobiowym- dieta () 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>)	Płynna kolacja *()-SIED 500 ml (<u>SEL.</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml		Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 40 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% t.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Serek a`la homogenizowany z ziołami 150 g (<u>MLE.</u>) Pasta marchewkowo-pomidorowa 100 g

Jadłospisy za okres od dnia 2026-06-05 do dnia 2026-06-14 KUCHNIA SIEDLCE

	SIE- D03/ML Z ogr. łatwoprzyswajalnych węgl. b/ml	SIE- D03/D02 Z ogr. łatwoprzy. węgl. lekkostrawna	SIE- D12 Płynna wzmocniona	SIE- D12/ML Płynna wzmocniona b/ml	SIE- D10 Przetarta
2026-06-11 czwartek	PN Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt Pieczywo chrupkie ekstrudowane-żytnie 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml (może zawierać: GLU PSZ, SEL, GOR.)		Mus- przecier owocowy jabłko 100g (tubka) 1 szt
	Wartość energetyczna: 1798.08 kcal; Białko ogółem: 74.80 g; Tłuszcz: 45.30 g; Kw. tł. nasy.: 8.03 g; Węglowodany ogółem: 307.93 g; W tym cukry: 37.29 g; Błonnik pok.: 45.49 g; Sól: 6.51 g; WW: 26.29 Por; Ener z B.: 16.64 %; Ener z W.: 68.50 %; Ener. z T.: 22.67 %; Potas: 4190.49 mg; Sód: 2618.38 mg;	Wartość energetyczna: 1984.67 kcal; Białko ogółem: 77.62 g; Tłuszcz: 60.39 g; Kw. tł. nasy.: 13.98 g; Węglowodany ogółem: 305.75 g; W tym cukry: 48.81 g; Błonnik pok.: 34.83 g; Sól: 6.84 g; WW: 27.02 Por; Ener z B.: 15.64 %; Ener z W.: 61.62 %; Ener. z T.: 27.39 %; Potas: 4084.64 mg; Sód: 2747.89 mg;	Wartość energetyczna: 2060.58 kcal; Białko ogółem: 90.63 g; Tłuszcz: 79.10 g; Kw. tł. nasy.: 17.38 g; Węglowodany ogółem: 261.32 g; W tym cukry: 72.04 g; Błonnik pok.: 30.24 g; Sól: 2.04 g; WW: 22.95 Por; Ener z B.: 17.59 %; Ener z W.: 50.73 %; Ener. z T.: 34.55 %; Potas: 5158.36 mg; Sód: 799.05 mg;	Wartość energetyczna: 1902.72 kcal; Białko ogółem: 74.13 g; Tłuszcz: 68.85 g; Kw. tł. nasy.: 8.76 g; Węglowodany ogółem: 261.20 g; W tym cukry: 65.26 g; Błonnik pok.: 30.26 g; Sól: 1.56 g; WW: 22.87 Por; Ener z B.: 15.58 %; Ener z W.: 54.91 %; Ener. z T.: 32.57 %; Potas: 4471.46 mg; Sód: 607.59 mg;	Wartość energetyczna: 2284.31 kcal; Białko ogółem: 105.61 g; Tłuszcz: 60.49 g; Kw. tł. nasy.: 25.29 g; Węglowodany ogółem: 347.05 g; W tym cukry: 87.53 g; Błonnik pok.: 30.58 g; Sól: 7.09 g; WW: 31.67 Por; Ener z B.: 18.49 %; Ener z W.: 60.77 %; Ener. z T.: 23.83 %; Potas: 4828.12 mg; Sód: 2831.47 mg;
2026-06-12 piątek	Śniadanie Chleb razowy żytnio-pszenny 90 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g Hummus z ciecierzycy 80 g Rzodkiewka 80 g Kawa zbożowa b/c 250 ml (GLU ŻYT, GLU JECZ.) Sałata zielona 20 g	Maślanka 150 ml (MLE.) Kawa zbożowa b/c 250 ml (GLU ŻYT, GLU JECZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Serek wiejski lekki 3% tł 150g 1 szt (MLE.) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Płynna śniadanie mleczna-SIED 500 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Płynna śniadanie bezmleczna-SIED 500 ml (GLU PSZ, JAJ.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Kasza manna na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE.) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Bułka pszenna długa krojona 40 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Dżem 25 g 1 szt Twarożek 80 g (MLE.) Dyńa z wody 100 g
	II ŚN Jabłko 150 g	Jabłko pieczone 150 g	Maślanka 150 ml (MLE.)	Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml (może zawierać: GLU PSZ, SEL, GOR.)	Przecier owocowy jabłko-banan 120g 1 szt
Obiad	Szpinakowa z zacierką (bez mleka) () 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki gotowane () 160 g Pulpet rybny (Morszczuk) 120 g (GLU PSZ, JAJ, RYB.) Sos koperkowy (bez mleka) 80 ml (GLU PSZ.) Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 75 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 75 g (SEL.) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml	Szpinakowa z zacierką () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane () 160 g Pulpet rybny (Morszczuk) 120 g (GLU PSZ, JAJ, RYB.) Sos koperkowy () 80 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 150 g (SEL.) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml	Płynna obiad*()-SIED 500 ml (SEL.) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml	Szpinakowa z zacierką () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane puree () 160 g (MLE.) Pulpet rybny (Morszczuk) rozdrobniony 120 g (GLU PSZ, JAJ, RYB.) Sos koperkowy () 80 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 150 g (SEL.) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	
	PD				

Jadłospisy za okres od dnia 2026-06-05 do dnia 2026-06-14 KUCHNIA SIEDLCE

	SIE- D03/ML Z ogr. łatwoprzyswajalnych węgl. b/ml	SIE- D03/D02 Z ogr. łatwoprzy. węgl. lekkostrawna	SIE- D12 Płynna wzmocniona	SIE- D12/ML Płynna wzmocniona b/ml	SIE- D10 Przetarta
2026-06-12 piątek	Kolacja Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 90 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Jajko gotowane kl M 2 szt (JAJ.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Serek homo z natką pietruszki 50 g (MLE.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Płynna kolacja *(-)-SIED 500 ml (SEL.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml		Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 40 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Jajko gotowane kl M mielone 1 szt (JAJ.) Serek homo z natką pietruszki 50 g (MLE.) Brokuł gotowany* 100 g
	PN Sok pomidorowy 0,3l 1 szt Pieczywo chrupkie ekstrudowane-żytnie 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt	Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml (może zawierać: GLU PSZ, SEL, GOR.)		Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt Biszkopty b/ml 30 g (GLU PSZ, JAJ.)
	Wartość energetyczna: 1888.56 kcal; Białko ogółem: 88.19 g; Tłuszcz: 56.09 g; Kw. tł. nasy.: 11.65 g; Węglowodany ogółem: 293.11 g; W tym cukry: 35.72 g; Błonnik pok.: 41.97 g; Sól: 8.28 g; WW: 25.08 Por; Ener z B.: 18.68 %; Ener z W.: 62.08 %; Ener. z T.: 26.73 %; Potas: 3890.89 mg; Sód: 3296.37 mg;	Wartość energetyczna: 1859.96 kcal; Białko ogółem: 102.47 g; Tłuszcz: 50.73 g; Kw. tł. nasy.: 16.56 g; Węglowodany ogółem: 266.97 g; W tym cukry: 44.80 g; Błonnik pok.: 26.94 g; Sól: 10.03 g; WW: 24.02 Por; Ener z B.: 22.04 %; Ener z W.: 57.41 %; Ener. z T.: 24.55 %; Potas: 3601.47 mg; Sód: 3992.94 mg;	Wartość energetyczna: 2066.08 kcal; Białko ogółem: 92.28 g; Tłuszcz: 77.85 g; Kw. tł. nasy.: 16.70 g; Węglowodany ogółem: 263.67 g; W tym cukry: 74.99 g; Błonnik pok.: 30.24 g; Sól: 2.17 g; WW: 23.20 Por; Ener z B.: 17.87 %; Ener z W.: 51.05 %; Ener. z T.: 33.91 %; Potas: 5261.36 mg; Sód: 849.05 mg;	Wartość energetyczna: 1902.72 kcal; Białko ogółem: 74.13 g; Tłuszcz: 68.85 g; Kw. tł. nasy.: 8.76 g; Węglowodany ogółem: 261.20 g; W tym cukry: 65.26 g; Błonnik pok.: 30.26 g; Sól: 1.56 g; WW: 22.87 Por; Ener z B.: 15.58 %; Ener z W.: 54.91 %; Ener. z T.: 32.57 %; Potas: 4471.46 mg; Sód: 607.59 mg;	Wartość energetyczna: 2313.82 kcal; Białko ogółem: 110.43 g; Tłuszcz: 57.20 g; Kw. tł. nasy.: 22.58 g; Węglowodany ogółem: 354.95 g; W tym cukry: 98.12 g; Błonnik pok.: 28.88 g; Sól: 6.47 g; WW: 32.53 Por; Ener z B.: 19.09 %; Ener z W.: 61.36 %; Ener. z T.: 22.25 %; Potas: 4022.93 mg; Sód: 2570.19 mg;
2026-06-13 sobota	Śniadanie Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 90 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Połędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 75 g (SOJ.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Połędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g (SOJ.) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 25 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Płynna śniadanie mleczna-SIED 500 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Płynna śniadanie bezmleczna-SIED 500 ml (GLU PSZ, JAJ.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (MLE, GLU JECZ.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 40 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Połędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona mielona 50 g (SOJ.) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona mielona 25 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Szpinak gotowany z olejem* 100 g (GLU PSZ.)
	II ŚN Jabłko 150 g	Jabłko pieczone 150 g	Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml (MLE.)	Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml (może zawierać: GLU PSZ, SEL, GOR.)	Banan 150 g
	Obiad Koperkowa z ryżem (bez mleka) () 300 ml (SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 160 g (GLU JECZ.) Gulasz wieprzowy- dieta 150 g (GLU PSZ.) Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c () 75 g Buraczki gotowane drobno tarte() b/c 75 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml	Koperkowa z ryżem () 300 ml (MLE, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 160 g (GLU JECZ.) Gulasz wieprzowy- dieta 150 g (GLU PSZ.) Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c () 75 g Buraczki gotowane drobno tarte() b/c 75 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml	Płynna obiad*(-)-SIED 500 ml (SEL.) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml		Koperkowa z ryżem () 300 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane puree () 160 g (MLE.) Gulasz wieprzowy- dieta rozdrobniony 150 g (GLU PSZ.) Buraczki gotowane drobno tarte () 150 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml

Jadłospisy za okres od dnia 2026-06-05 do dnia 2026-06-14 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- D03/ML Z ogr. łatwoprzyswajalnych węgl. b/ml	SIE- D03/D02 Z ogr. łatwoprzy. węgl. lekkostrawna	SIE- D12 Płynna wzmocniona	SIE- D12/ML Płynna wzmocniona b/ml	SIE- D10 Przetarta
2026-06-13 sobota	PD					
	Kolacja	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 90 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Paszet z soczewicy () 80 g (GLU PSZ, JAJ.) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Ogórek świeży 80 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa,wędzona,z wodą dodaną. 50 g (SOJ.) Ser mozzarella 25 g (MLE.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Płynna kolacja *(-)-SIED 500 ml (SEL.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml		Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 40 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa,wędzona,z wodą dodaną. mielona 50 g (SOJ.) Miód (25g) 1 szt Marchew gotowana z olejem () 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 5 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Szynka z piersią kurczaka-wędł.z drob.gr.rozd.parzo.w osł.niejadalnej 25 g (SOJ.) Sałata zielona 5 g	Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml (może zawierać: GLU PSZ, SEL, GOR.)		Przecier owocowy jabłko-truskawka 120g 1 szt
	Wartość energetyczna: 1933.58 kcal; Białko ogółem: 88.12 g; Tłuszcz: 64.61 g; Kw. tł. nasy.: 14.45 g; Węglowodany ogółem: 295.82 g; W tym cukry: 39.93 g; Błonnik pok.: 41.80 g; Sól: 8.33 g; WW: 25.34 Por; Ener z B.: 18.23 %; Ener z W.: 61.20 %; Ener. z T.: 30.07 %; Potas: 3121.24 mg; Sód: 3325.60 mg;	Wartość energetyczna: 1899.92 kcal; Białko ogółem: 90.50 g; Tłuszcz: 60.83 g; Kw. tł. nasy.: 22.90 g; Węglowodany ogółem: 272.54 g; W tym cukry: 41.47 g; Błonnik pok.: 25.53 g; Sól: 9.92 g; WW: 24.61 Por; Ener z B.: 19.05 %; Ener z W.: 57.38 %; Ener. z T.: 28.82 %; Potas: 2451.76 mg; Sód: 3962.95 mg;	Wartość energetyczna: 2211.98 kcal; Białko ogółem: 94.00 g; Tłuszcz: 81.13 g; Kw. tł. nasy.: 18.58 g; Węglowodany ogółem: 291.18 g; W tym cukry: 92.94 g; Błonnik pok.: 30.28 g; Sól: 2.17 g; WW: 25.92 Por; Ener z B.: 17.00 %; Ener z W.: 52.65 %; Ener. z T.: 33.01 %; Potas: 5320.29 mg; Sód: 847.72 mg;	Wartość energetyczna: 1902.72 kcal; Białko ogółem: 74.13 g; Tłuszcz: 68.85 g; Kw. tł. nasy.: 8.76 g; Węglowodany ogółem: 261.20 g; W tym cukry: 65.26 g; Błonnik pok.: 30.26 g; Sól: 1.56 g; WW: 22.87 Por; Ener z B.: 15.58 %; Ener z W.: 54.91 %; Ener. z T.: 32.57 %; Potas: 4471.46 mg; Sód: 607.59 mg;	Wartość energetyczna: 2098.75 kcal; Białko ogółem: 88.77 g; Tłuszcz: 53.02 g; Kw. tł. nasy.: 21.05 g; Węglowodany ogółem: 335.37 g; W tym cukry: 110.81 g; Błonnik pok.: 27.76 g; Sól: 8.98 g; WW: 30.79 Por; Ener z B.: 16.92 %; Ener z W.: 63.92 %; Ener. z T.: 22.74 %; Potas: 4248.13 mg; Sód: 3596.11 mg;	
2026-06-14 niedziela	Śniadanie	Chleb razowy żytnio-pszenny 90 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 75 g (SOJ.) Rzepa biała 80 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Sałata zielona 20 g	Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Twaróg półtłusty 80 g (MLE.) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 25 g (SOJ.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Płynna śniadanie mleczna-SIED 500 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Płynna śniadanie bezmleczna-SIED 500 ml (GLU PSZ, JAJ.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 40 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Twaróg półtłusty 80 g (MLE.) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody mielona 25 g (SOJ.) Marchew gotowana z olejem () 100 g
	II ŚN	Jabłko 150 g	Jabłko pieczone 150 g	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.)	Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml (może zawierać: GLU PSZ, SEL, GOR.)	Przecier owocowy jabłko-banan 120g 1 szt

Jadłospisy za okres od dnia 2026-06-05 do dnia 2026-06-14 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- D03/ML Z ogr. łatwoprzyswajalnych węgl. b/ml	SIE- D03/D02 Z ogr. łatwoprzy. węgl. lekkostrawna	SIE- D12 Płynna wzmocniona	SIE- D12/ML Płynna wzmocniona b/ml	SIE- D10 Przetarta
2026-06-14 niedziela	Obiad	Rosół z makaronem () 300 ml (GLU PSZ, SEL) Ziemniaki gotowane () 160 g Ćwiartka z kurczaka pieczona 130 g Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 75 g Brokuł gotowany* 75 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml	Rosół z makaronem () 300 ml (GLU PSZ, SEL) Ziemniaki gotowane () 160 g Ćwiartka z kurczaka gotowana 130 g Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 75 g Brokuł gotowany* 75 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml	Płynna obiad*(-)-SIED 500 ml (SEL) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml		Rosół z makaronem () 300 ml (GLU PSZ, SEL) Ziemniaki gotowane puree () 160 g (MLE) Pulpet drobiowy rozdrobniony 100 g (GLU PSZ, JAJ) Sos pietruszkowy* 80 ml (GLU PSZ, MLE) Brokuł gotowany* 150 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml
	PD					
	Kolacja	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 90 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynka z piersią kurczaka-wędl.z drob.gr.rozd.parzo.w osl.niejadalnej 75 g (SOJ) Pasta marchewkowo-pomidorowa 80 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Szynka z piersią kurczaka-wędl.z drob.gr.rozd.parzo.w osl.niejadalnej 75 g (SOJ) Pasta marchewkowo-pomidorowa 80 g Sałata zielona 20 g	Płynna kolacja*(-)-SIED 500 ml (SEL) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml		Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 40 g (GLU PSZ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Dżem 25 g 1 szt Szynka z piersią kurczaka-wędl.z drob.gr.rozd.parzo.w osl.niejadalnej mielona 50 g (SOJ) Pasta marchewkowo-pomidorowa 100 g
	PN	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt Pieczywo chrupkie ekstrudowane-żytnie 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ)	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml (może zawierać: GLU PSZ, SEL, GOR)		Mleko Smakowe UHT 1,5% tł 0,2l 1 szt (MLE) Biszkopty b/ml 30 g (GLU PSZ, JAJ)
		Wartość energetyczna: 1966.62 kcal; Białko ogółem: 109.30 g; Tłuszcz: 73.40 g; Kw. tł. nasy.: 17.71 g; Węglowodany ogółem: 270.26 g; W tym cukry: 38.76 g; Błonnik pok.: 40.96 g; Sól: 8.94 g; WW: 22.97 Por; Ener. z B.: 22.23 %; Ener. z W.: 54.97 %; Ener. z T.: 33.59 %; Potas: 4180.19 mg; Sód: 3573.51 mg;	Wartość energetyczna: 1979.05 kcal; Białko ogółem: 114.83 g; Tłuszcz: 74.27 g; Kw. tł. nasy.: 27.13 g; Węglowodany ogółem: 248.44 g; W tym cukry: 40.78 g; Błonnik pok.: 26.91 g; Sól: 8.11 g; WW: 22.14 Por; Ener. z B.: 23.21 %; Ener. z W.: 50.21 %; Ener. z T.: 33.77 %; Potas: 3871.52 mg; Sód: 3247.74 mg;	Wartość energetyczna: 2100.58 kcal; Białko ogółem: 93.63 g; Tłuszcz: 80.10 g; Kw. tł. nasy.: 17.98 g; Węglowodany ogółem: 265.92 g; W tym cukry: 74.24 g; Błonnik pok.: 30.24 g; Sól: 2.18 g; WW: 23.35 Por; Ener. z B.: 17.83 %; Ener. z W.: 50.64 %; Ener. z T.: 34.32 %; Potas: 5336.36 mg; Sód: 853.55 mg;	Wartość energetyczna: 1902.72 kcal; Białko ogółem: 74.13 g; Tłuszcz: 68.85 g; Kw. tł. nasy.: 8.76 g; Węglowodany ogółem: 261.20 g; W tym cukry: 65.26 g; Błonnik pok.: 30.26 g; Sól: 1.56 g; WW: 22.87 Por; Ener. z B.: 15.58 %; Ener. z W.: 54.91 %; Ener. z T.: 32.57 %; Potas: 4471.46 mg; Sód: 607.59 mg;	Wartość energetyczna: 2220.61 kcal; Białko ogółem: 100.14 g; Tłuszcz: 63.33 g; Kw. tł. nasy.: 24.43 g; Węglowodany ogółem: 341.23 g; W tym cukry: 74.25 g; Błonnik pok.: 28.04 g; Sól: 7.80 g; WW: 31.32 Por; Ener. z B.: 18.04 %; Ener. z W.: 61.47 %; Ener. z T.: 25.67 %; Potas: 3692.09 mg; Sód: 3124.75 mg;

Jadłospisy za okres od dnia 2026-06-05 do dnia 2026-06-14 KUCHNIA SIEDLCE

	SIE- D10 Przetarta b/ml	SIE- D02 Łatwo strawna	SIE- D02/ML Bezmleczna	SIE- D05 Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	SIE- D01/M O kontr. zaw.kwasów tłuszczowych	
2026-06-05 piątek	Śniadanie	Zacierka na napoju owsianym 300 ml (<u>GLU PSZ, GLU OW.</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 40 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynka z piersią kurczaka-wędł.z drob.gr.rozd.parzo.w osł.niejadalnej mielona 50 g (<u>SOJ.</u>) Miód (25g) 1 szt Cukinia pieczona z olejem * 100 g	Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Bułka pszenna długa krojona 40 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Serek wiejski lekki 3% tł 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) Miód (25g) 1 szt Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Jabłko pieczone 150 g	Zacierka na napoju owsianym 300 ml (<u>GLU PSZ, GLU OW.</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 40 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynka z piersią kurczaka-wędł.z drob.gr.rozd.parzo.w osł.niejadalnej 50 g (<u>SOJ.</u>) Miód (25g) 1 szt Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Jabłko pieczone 150 g	Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 90 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Szynka z piersią kurczaka-wędł.z drob.gr.rozd.parzo.w osł.niejadalnej 50 g (<u>SOJ.</u>) Miód (25g) 1 szt Pomidor b/skórki 80 g Sałata zielona 20 g Jabłko pieczone 150 g	Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 90 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Serek wiejski lekki 3% tł 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) Hummus zielony z ciecierzycy 50 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
		II ŚN	Jabłko pieczone 150 g			Jabłko 150 g
2026-06-05 piątek	Obiad	Ryżowa (bez mleka) () 300 ml (<u>SEL.</u>) Ziemniaki gotowane puree (bez mleka) () 160 g Pulpet rybny (Morszczuk) rozdrobniony 120 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u>) Sos koperkowy *(bez mleka) 80 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Warzywa po grecku () 150 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Krupnik jęczmienny () 300 ml (<u>MLE, SEL, GLU JĘCZ.</u>) Ziemniaki gotowane () 160 g Pulpet rybny (Morszczuk) 120 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u>) Sos koperkowy * 80 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Warzywa po grecku () 150 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Krupnik jęczmienny (bez mleka) () 300 ml (<u>SEL, GLU JĘCZ.</u>) Ziemniaki gotowane () 160 g Pulpet rybny (Morszczuk) 120 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u>) Sos koperkowy *(bez mleka) 80 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Warzywa po grecku () 150 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Krupnik jęczmienny () 300 ml (<u>MLE, SEL, GLU JĘCZ.</u>) Ziemniaki gotowane () 160 g Pulpet rybny (Morszczuk) 120 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u>) Sos koperkowy * 80 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Warzywa po grecku () 150 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Krupnik jęczmienny () 300 ml (<u>MLE, SEL, GLU JĘCZ.</u>) Ziemniaki gotowane () 160 g Pulpet rybny (Morszczuk) 120 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u>) Sos koperkowy * 80 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Surówka z kapusty młodej z olejem () 75 g Warzywa po grecku () 75 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml
		PD				
2026-06-05 piątek	Kolacja	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 40 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Jajko gotowane kl M mielone 1 szt (<u>JAJ.</u>) Dżem 25 g 1 szt Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 100 g (<u>SEL.</u>)	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 40 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Dżem 25 g 1 szt Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 40 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ.</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 90 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (<u>SOJ.</u>) Dżem 25 g 1 szt Pomidor b/skórki 80 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 90 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Ser żółty 50 g (<u>MLE.</u>) Ogórek świeży 80 g Sałata zielona 20 g
		PN	Przecier owocowy jabłko-truskawka 120g 1 szt			Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt Pieczywo chrupkie ekstrudowane-żytnie 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)

Jadłospisy za okres od dnia 2026-06-05 do dnia 2026-06-14 KUCHNIA SIEDLCE

	SIE- D10 Przetarta b/ml	SIE- D02 Łatwo strawna	SIE- D02/ML Bezmleczna	SIE- D05 Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	SIE- D01/M O kontr. zaw.kwasów tłuszczowych
2026-06-05 piątek	Wartość energetyczna: 2103.33 kcal; Białko ogółem: 81.33 g; Tłuszcz: 53.92 g; Kw. tł. nasy.: 10.82 g; Węglowodany ogółem: 352.69 g; W tym cukry: 101.63 g; Błonnik pok.: 27.81 g; Sól: 7.25 g; WW: 32.57 Por; Ener. z B.: 15.47 %; Ener z W.: 67.07 %; Ener. z T.: 23.07 %; Potas: 3553.09 mg; Sód: 2893.32 mg;	Wartość energetyczna: 2144.04 kcal; Białko ogółem: 97.55 g; Tłuszcz: 51.43 g; Kw. tł. nasy.: 18.62 g; Węglowodany ogółem: 340.91 g; W tym cukry: 102.61 g; Błonnik pok.: 24.61 g; Sól: 6.33 g; WW: 31.71 Por; Ener z B.: 18.20 %; Ener z W.: 63.60 %; Ener. z T.: 21.59 %; Potas: 3757.16 mg; Sód: 2527.43 mg;	Wartość energetyczna: 2045.48 kcal; Białko ogółem: 86.24 g; Tłuszcz: 52.89 g; Kw. tł. nasy.: 12.03 g; Węglowodany ogółem: 334.28 g; W tym cukry: 88.17 g; Błonnik pok.: 24.61 g; Sól: 6.70 g; WW: 31.04 Por; Ener z B.: 16.86 %; Ener z W.: 65.37 %; Ener. z T.: 23.27 %; Potas: 3449.95 mg; Sód: 2675.17 mg;	Wartość energetyczna: 1981.83 kcal; Białko ogółem: 93.39 g; Tłuszcz: 40.71 g; Kw. tł. nasy.: 12.49 g; Węglowodany ogółem: 338.36 g; W tym cukry: 100.80 g; Błonnik pok.: 23.04 g; Sól: 7.03 g; WW: 31.71 Por; Ener z B.: 18.85 %; Ener z W.: 68.29 %; Ener. z T.: 18.49 %; Potas: 3780.83 mg; Sód: 2820.08 mg;	Wartość energetyczna: 2297.16 kcal; Białko ogółem: 115.98 g; Tłuszcz: 73.14 g; Kw. tł. nasy.: 23.09 g; Węglowodany ogółem: 329.89 g; W tym cukry: 51.95 g; Błonnik pok.: 41.07 g; Sól: 7.52 g; WW: 28.92 Por; Ener z B.: 20.20 %; Ener z W.: 57.44 %; Ener. z T.: 28.65 %; Potas: 3991.97 mg; Sód: 2994.58 mg;
2026-06-06 sobota	Śniadanie Platki owsiane na napoju owsianym 300 ml (<u>GLU OW.</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 40 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody mielona 50 g (<u>SOJ.</u>) Dżem 25 g 1 szt Pasta z cukinii i marchewki 100 g	Platki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 40 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy,grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt (<u>MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE.</u>) Pasta z cukinii i marchewki 80 g Sałata zielona 20 g Banan 150 g	Platki owsiane na napoju owsianym 300 ml (<u>GLU OW.</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 40 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (<u>SOJ.</u>) Dżem 25 g 1 szt Pasta z cukinii i marchewki 80 g Sałata zielona 20 g Banan 150 g	Platki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 90 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy,grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt (<u>MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE.</u>) Pasta z cukinii i marchewki 80 g Sałata zielona 20 g Banan 150 g	Platki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 90 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy,grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt (<u>MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE.</u>) Sałata zielona 20 g Rzodkiew biała 80 g
II ŚN	Banan 150 g				Banan 150 g
Obiad	Koperkowa z ziemniakami (bez mleka) () 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ryż na sypko 160 g Potrawka drobiowa () rozdrobniona 150 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Buraczki gotowane () 150 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Koperkowa z ziemniakami () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ryż na sypko 160 g Potrawka drobiowa () 150 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Buraczki gotowane () 75 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c () 75 g	Koperkowa z ziemniakami (bez mleka) () 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ryż na sypko 160 g Potrawka drobiowa () 150 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Buraczki gotowane () 75 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c () 75 g	Koperkowa z ziemniakami () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ryż na sypko 160 g Potrawka drobiowa () 150 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Buraczki gotowane () 75 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c () 75 g	Koperkowa z ziemniakami () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Kociolatek meksykański z kurczakiem i fasolą 150 g (<u>SEL.</u>) Ryż na sypko (brązowy) 160 g Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c () 75 g Buraczki gotowane () 75 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml
PD					

Jadłospisy za okres od dnia 2026-06-05 do dnia 2026-06-14 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- D10 Przetarta b/ml	SIE- D02 Łatwo strawna	SIE- D02/ML Bezmleczna	SIE- D05 Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	SIE- D01/M O kontr. zaw.kwasów tłuszczowych
2026-06-06 sobota	Kolacja	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 40 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynka z piersią kurczaka-wędł.z drob.gr.rozd.parzo.w osł.niejadalnej mielona 50 g (SOJ.) Miód (25g) 1 szt Brokuł gotowany* 100 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 40 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Pasta z twarogu z natką pietruszki 80 g (MLE.) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa,wędzona,z wodą dodaną. 25 g (SOJ.) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 40 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynka z piersią kurczaka-wędł.z drob.gr.rozd.parzo.w osł.niejadalnej 50 g (SOJ.) Miód (25g) 1 szt Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 90 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa,wędzona,z wodą dodaną. 25 g (SOJ.) Pasta z twarogu z natką pietruszki 80 g (MLE.) Pomidor b/skórki 80 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 90 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa,wędzona,z wodą dodaną. 25 g (SOJ.) Pasta z twarogu z natką pietruszki 80 g (MLE.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g
	PN	Przecier owocowy jabłko-banan 120g 1 szt				
		Wartość energetyczna: 2038.26 kcal; Białko ogółem: 70.97 g; Tłuszcz: 43.42 g; Kw. tł. nasy.: 9.06 g; Węglowodany ogółem: 371.07 g; W tym cukry: 123.09 g; Błonnik pok.: 29.29 g; Sól: 7.49 g; WW: 34.29 Por; Ener z B.: 13.93 %; Ener z W.: 72.82 %; Ener. z T.: 19.17 %; Potas: 3514.62 mg; Sód: 3007.27 mg;	Wartość energetyczna: 2080.87 kcal; Białko ogółem: 88.13 g; Tłuszcz: 51.28 g; Kw. tł. nasy.: 23.13 g; Węglowodany ogółem: 336.05 g; W tym cukry: 95.74 g; Błonnik pok.: 29.42 g; Sól: 6.70 g; WW: 30.74 Por; Ener z B.: 16.94 %; Ener z W.: 64.60 %; Ener. z T.: 22.18 %; Potas: 3776.82 mg; Sód: 2692.55 mg;	Wartość energetyczna: 2026.90 kcal; Białko ogółem: 68.42 g; Tłuszcz: 44.26 g; Kw. tł. nasy.: 9.21 g; Węglowodany ogółem: 369.65 g; W tym cukry: 119.78 g; Błonnik pok.: 29.37 g; Sól: 7.12 g; WW: 34.24 Por; Ener z B.: 13.50 %; Ener z W.: 72.95 %; Ener. z T.: 19.65 %; Potas: 3316.84 mg; Sód: 2856.84 mg;	Wartość energetyczna: 2025.42 kcal; Białko ogółem: 90.84 g; Tłuszcz: 43.23 g; Kw. tł. nasy.: 17.63 g; Węglowodany ogółem: 335.74 g; W tym cukry: 96.78 g; Błonnik pok.: 27.89 g; Sól: 6.04 g; WW: 30.94 Por; Ener z B.: 17.94 %; Ener z W.: 66.30 %; Ener. z T.: 19.21 %; Potas: 3876.65 mg; Sód: 2435.47 mg;	Wartość energetyczna: 1890.86 kcal; Białko ogółem: 75.55 g; Tłuszcz: 48.89 g; Kw. tł. nasy.: 16.17 g; Węglowodany ogółem: 321.63 g; W tym cukry: 87.37 g; Błonnik pok.: 45.40 g; Sól: 6.06 g; WW: 27.68 Por; Ener z B.: 15.98 %; Ener z W.: 68.04 %; Ener. z T.: 23.27 %; Potas: 4114.03 mg; Sód: 2421.47 mg;
2026-06-07 niedziela	Śniadanie	Kasza jęczmienna na napoju owsianym 300 ml (GLU OW, GLU JĘCZ.) Bułka pszenna długa krojona 40 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody mielona 50 g (SOJ.) Dżem 25 g 1 szt Pasta z brokuła * 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Kasza jęczmienna na mleku 300 ml (MLE, GLU JĘCZ.) Bułka pszenna długa krojona 40 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka zielonogórska- wieprzowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 50 g (SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR.) Dżem 25 g 1 szt Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Jabłko pieczone 150 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Kasza jęczmienna na napoju owsianym 300 ml (GLU OW, GLU JĘCZ.) Bułka pszenna długa krojona 40 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (SOJ.) Dżem 25 g 1 szt Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Jabłko pieczone 150 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Kasza jęczmienna na mleku 300 ml (MLE, GLU JĘCZ.) Bułka pszenna długa krojona 90 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Szynka zielonogórska- wieprzowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 50 g (SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR.) Dżem 25 g 1 szt Pomidor b/skórki 80 g Sałata zielona 20 g Jabłko pieczone 150 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Kasza jęczmienna na mleku 300 ml (MLE, GLU JĘCZ.) Chleb razowy żytnio-pszenny 90 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynka zielonogórska- wieprzowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 50 g (SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR.) Dżem 25 g 1 szt Rzodkiewka 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	II ŚN	Jabłko pieczone 150 g				Jabłko 150 g

Jadłospisy za okres od dnia 2026-06-05 do dnia 2026-06-14 KUCHNIA SIEDLCE

	SIE- D10 Przetarta b/ml	SIE- D02 Łatwo strawna	SIE- D02/ML Bezmleczna	SIE- D05 Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	SIE- D01/M O kontr. zaw.kwasów tłuszczowych
Obiad	Pomidorowa z zacierką (bez mleka) () 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki gotowane puree (bez mleka) () 160 g Pulpet wieprzowy rozdrobniony 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos własny () 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 150 g (SEL.) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Pomidorowa z zacierką () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane () 160 g Schab duszony 100 g Sos własny () 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 150 g (SEL.) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Pomidorowa z zacierką (bez mleka) () 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki gotowane () 160 g Schab duszony 100 g Sos własny () 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 150 g (SEL.) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Pomidorowa z zacierką () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane () 160 g Schab duszony 100 g Sos własny () 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 150 g (SEL.) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Pomidorowa z zacierką () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane () 160 g Schab duszony 100 g Sos własny () 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Mizeria 75 g (MLE.) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 75 g (SEL.) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml
PD					
2026-06-07 niedziela					
Kolacja	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 40 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% t 10 g Jajko gotowane kl M mielone 1 szt (JAJ.) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad mielona 50 g Ćwikła z jabłkiem () 100 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 40 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% t.) 1 szt (MLE.) Ser mozzarella 50 g (MLE.) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g Pasta z brokuła * 80 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 40 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% t 10 g Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Sałata zielona 20 g Pasta z brokuła * 80 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 90 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Serek a'la homogenizowany 80 g (MLE.) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g Sałata zielona 20 g Pasta z brokuła * 80 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 90 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% t 10 g Ser mozzarella 50 g (MLE.) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g Pasta z brokuła * 80 g Sałata zielona 20 g
PN	Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt Biszkopty b/ml 30 g (GLU PSZ, JAJ.)	Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt Biszkopty b/c 30 g (GLU PSZ, JAJ.)	Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt Biszkopty b/ml 30 g (GLU PSZ, JAJ.)	Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt Biszkopty b/c 30 g (GLU PSZ, JAJ.)	
	Wartość energetyczna: 2188.49 kcal; Białko ogółem: 85.72 g; Tłuszcz: 59.15 g; Kw. tł. nasy.: 13.22 g; Węglowodany ogółem: 347.67 g; W tym cukry: 90.94 g; Błonnik pok.: 29.36 g; Sól: 9.30 g; WW: 31.88 Por; Ener z B.: 15.67 %; Ener z W.: 63.54 %; Ener. z T.: 24.33 %; Potas: 3699.81 mg; Sód: 3705.07 mg;	Wartość energetyczna: 2180.93 kcal; Białko ogółem: 101.41 g; Tłuszcz: 61.67 g; Kw. tł. nasy.: 20.12 g; Węglowodany ogółem: 323.51 g; W tym cukry: 86.03 g; Błonnik pok.: 28.03 g; Sól: 7.42 g; WW: 29.58 Por; Ener z B.: 18.60 %; Ener z W.: 59.33 %; Ener. z T.: 25.45 %; Potas: 3996.15 mg; Sód: 2957.06 mg;	Wartość energetyczna: 2094.14 kcal; Białko ogółem: 92.43 g; Tłuszcz: 53.99 g; Kw. tł. nasy.: 11.68 g; Węglowodany ogółem: 328.11 g; W tym cukry: 84.06 g; Błonnik pok.: 27.46 g; Sól: 8.72 g; WW: 30.20 Por; Ener z B.: 17.66 %; Ener z W.: 62.67 %; Ener. z T.: 23.20 %; Potas: 3680.48 mg; Sód: 3473.46 mg;	Wartość energetyczna: 2071.95 kcal; Białko ogółem: 103.75 g; Tłuszcz: 46.88 g; Kw. tł. nasy.: 16.65 g; Węglowodany ogółem: 325.11 g; W tym cukry: 89.85 g; Błonnik pok.: 26.49 g; Sól: 6.80 g; WW: 30.01 Por; Ener z B.: 20.03 %; Ener z W.: 62.76 %; Ener. z T.: 20.37 %; Potas: 4190.12 mg; Sód: 2716.52 mg;	Wartość energetyczna: 2047.11 kcal; Białko ogółem: 99.38 g; Tłuszcz: 60.54 g; Kw. tł. nasy.: 14.38 g; Węglowodany ogółem: 309.63 g; W tym cukry: 74.73 g; Błonnik pok.: 36.85 g; Sól: 6.92 g; WW: 27.27 Por; Ener z B.: 19.42 %; Ener z W.: 60.50 %; Ener. z T.: 26.62 %; Potas: 4265.85 mg; Sód: 2752.62 mg;

Jadłospisy za okres od dnia 2026-06-05 do dnia 2026-06-14 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- D10 Przetarta b/ml	SIE- D02 Łatwo strawna	SIE- D02/ML Bezmleczna	SIE- D05 Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	SIE- D01/M O kontr. zaw.kwasów tłuszczowych
2026-06-08 poniedziałek	Śniadanie	<p>Platki pszenne na napoju owsianym 300 ml (GLU PSZ, GLU OW.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 40 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10g Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody mielona 50 g (SOJ.) Miód (25g) 1 szt Kalańfort gotowany* 100 g</p>	<p>Platki pszenne na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb mieszany pszenno-żytni 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka Extra- wędzonka wieprzowa,wędzona,z wodą dodaną. 25 g (SOJ.) Serek homo. naturalny 80 g (MLE.) Jabłko pieczone 150 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g</p>	<p>Platki pszenne na napoju owsianym 300 ml (GLU PSZ, GLU OW.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb mieszany pszenno-żytni 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10g Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (SOJ.) Miód (25g) 1 szt Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Jabłko pieczone 150 g</p>	<p>Platki pszenne na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 40 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa,wędzona,z wodą dodaną. 25 g (SOJ.) Serek homo. naturalny 80 g (MLE.) Pomidor b/skórki 80 g Sałata zielona 20 g Jabłko pieczone 150 g</p>	<p>Platki pszenne na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa,wędzona,z wodą dodaną. 25 g (SOJ.) Serek homo. naturalny 80 g (MLE.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g</p>
	II ŚN	Jabłko pieczone 150 g				Arbuz 100 g
	Obiad	<p>Zupa wiosenna z cukinią i ziemniakami () (bez mleka) 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki gotowane puree (bez mleka) () 160 g Pulpet drobiowy rozdrobniony 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos szpinakowy* 80 ml (GLU PSZ.) Marchew gotowana z olejem () 150 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml</p>	<p>Zupa wiosenna z cukinią i ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Makaron z serem 300 g (GLU PSZ, MLE.) Mus z jabłek () z/c 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml</p>	<p>Zupa wiosenna z cukinią i ziemniakami () (bez mleka) 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Makaron 160 g (GLU PSZ.) Pulpet drobiowy 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos szpinakowy* 80 ml (GLU PSZ.) Marchew gotowana z olejem () 150 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml</p>	<p>Zupa wiosenna z cukinią i ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Makaron z serem 300 g (GLU PSZ, MLE.) Mus z jabłek () z/c 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml</p>	<p>Fasolowa z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Makaron pełnoziarnisty z serem b/c 300 g (GLU PSZ, MLE.) Mus z jabłek () b/c 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml</p>
	PD					
Kolacja	<p>Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 40 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10g Szynka z piersią kurczaka-wędł.z drob.gr.rozd.parzo.w ost.niejadalnej mielona 50 g (SOJ.) Jajko gotowane kl M mielone 1 szt (JAJ.) Cwikła z jabłkiem () 100 g Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml (może zawierać: GLU PSZ, SEL, GOR.)</p>	<p>Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 40 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka z piersią indyczą- wędłina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona,w osłonce niejadalanej 50 g (SOJ, SEL, może zawierać: MLE, GOR.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Sałata zielona 20 g Cwikła z jabłkiem () 80 g</p>	<p>Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 40 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10g Szynka z piersią kurczaka-wędł.z drob.gr.rozd.parzo.w ost.niejadalnej 50 g (SOJ.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Sałata zielona 20 g Cwikła z jabłkiem () 80 g</p>	<p>Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 90 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Szynka z piersią indyczą- wędłina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona,w osłonce niejadalanej 75 g (SOJ, SEL, może zawierać: MLE, GOR.) Sałata zielona 20 g Cwikła z jabłkiem () 80 g</p>	<p>Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 90 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Szynka z piersią indyczą- wędłina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona,w osłonce niejadalanej 50 g (SOJ, SEL, może zawierać: MLE, GOR.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Sałata zielona 20 g Cwikła z jabłkiem b/c () 80 g</p>	

Jadłospisy za okres od dnia 2026-06-05 do dnia 2026-06-14 KUCHNIA SIEDLCE

	SIE- D10 Przetarta b/ml	SIE- D02 Łatwo strawna	SIE- D02/ML Bezmleczna	SIE- D05 Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	SIE- D01/M O kontr. zaw.kwasów tłuszczowych
2026-06-08 poniedziałek	PN	Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 30 g			Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt Pieczywo chrupkie ekstrudowane-żytnie 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JECZ.)
	Wartość energetyczna: 2101.86 kcal; Białko ogółem: 76.44 g; Tłuszcz: 50.15 g; Kw. tł. nasy.: 10.99 g; Węglowodany ogółem: 368.18 g; W tym cukry: 117.22 g; Błonnik pok.: 31.25 g; Sól: 8.32 g; WW: 33.72 Por; Ener z B.: 14.55 %; Ener z W.: 70.07 %; Ener. z T.: 21.47 %; Potas: 3936.91 mg; Sód: 3324.12 mg;	Wartość energetyczna: 2170.37 kcal; Białko ogółem: 91.94 g; Tłuszcz: 45.87 g; Kw. tł. nasy.: 21.17 g; Węglowodany ogółem: 364.18 g; W tym cukry: 86.30 g; Błonnik pok.: 23.11 g; Sól: 6.44 g; WW: 34.08 Por; Ener z B.: 16.94 %; Ener z W.: 67.12 %; Ener. z T.: 19.02 %; Potas: 2417.61 mg; Sód: 2572.20 mg;	Wartość energetyczna: 2173.27 kcal; Białko ogółem: 81.36 g; Tłuszcz: 54.51 g; Kw. tł. nasy.: 11.46 g; Węglowodany ogółem: 367.96 g; W tym cukry: 98.24 g; Błonnik pok.: 27.89 g; Sól: 8.03 g; WW: 34.08 Por; Ener z B.: 14.97 %; Ener z W.: 67.72 %; Ener. z T.: 22.58 %; Potas: 2894.54 mg; Sód: 3208.63 mg;	Wartość energetyczna: 2066.24 kcal; Białko ogółem: 91.03 g; Tłuszcz: 33.67 g; Kw. tł. nasy.: 14.43 g; Węglowodany ogółem: 364.87 g; W tym cukry: 87.21 g; Błonnik pok.: 21.72 g; Sól: 6.21 g; WW: 34.39 Por; Ener z B.: 17.62 %; Ener z W.: 70.63 %; Ener. z T.: 14.66 %; Potas: 2439.75 mg; Sód: 2492.82 mg;	Wartość energetyczna: 2082.44 kcal; Białko ogółem: 100.19 g; Tłuszcz: 48.85 g; Kw. tł. nasy.: 16.01 g; Węglowodany ogółem: 340.05 g; W tym cukry: 51.45 g; Błonnik pok.: 43.72 g; Sól: 6.32 g; WW: 29.69 Por; Ener z B.: 19.25 %; Ener z W.: 65.32 %; Ener. z T.: 21.11 %; Potas: 3232.95 mg; Sód: 2521.22 mg;
2026-06-09 wtorek	Śniadanie	Zacierka na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 40 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 25 g Twarożek z koperkiem 80 g (MLE.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Jabłko pieczone 150 g	Zacierka na napoju owsianym 300 ml (GLU PSZ, GLU OW.) Bułka pszenna długa krojona 40 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% # 10 g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 75 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Jabłko pieczone 150 g	Zacierka na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 90 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Twarożek z koperkiem 80 g (MLE.) Dżem 25 g 1 szt Pomidor b/skórki 80 g Sałata zielona 20 g Jabłko pieczone 150 g	Zacierka na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb pszenny żytnio-pszenno-żytni 90 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 25 g Twarożek z koperkiem 80 g (MLE.) Rzepa biała 80 g Sałata zielona 20 g
	II ŚN	Jabłko pieczone 150 g			Jabłko 150 g
	Obiad	Brokułowa z ziemniakami (bez mleka) () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryż na sypko 160 g Szynka wieprzowa gotowana 100 g Sos własny () 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Buraczki gotowane () 150 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Brokułowa z ziemniakami (bez mleka) () 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Ryż na sypko 160 g Szynka wieprzowa gotowana 100 g Sos własny () 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Buraczki gotowane () 150 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Brokułowa z ziemniakami (bez mleka) () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryż na sypko 160 g Szynka wieprzowa gotowana 100 g Sos własny () 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Buraczki gotowane () 150 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Ogórkowa z ziemniakami (bez mleka) () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Szynka wieprzowa gotowana 100 g Sos własny () 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Ryż na sypko (brązowy) 160 g Surówka z kapusty białej z olejem b/c () 75 g Buraczki gotowane () 75 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml
	PD				

Jadłospisy za okres od dnia 2026-06-05 do dnia 2026-06-14 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- D10 Przetarta b/ml	SIE- D02 Łatwo strawna	SIE- D02/ML Bezmleczna	SIE- D05 Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	SIE- D01/M O kontr. zaw.kwasów tłuszczowych
2026-06-09 wtorek	Kolacja	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 40 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10g Szynekowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad mielona 50 g Miód (25g) 1 szt Pasta warzywna () 100 g (SEL.)	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 40 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Miód (25g) 1 szt Szynekowa zielonogórska- wieprzowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 50 g (SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR.) Pasta warzywna () 80 g (SEL.) Sałata lodowa 20 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 40 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10g Miód (25g) 1 szt Szynekowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Pasta warzywna () 80 g (SEL.) Sałata lodowa 20 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 90 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Miód (25g) 1 szt Szynekowa zielonogórska- wieprzowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 50 g (SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR.) Pasta warzywna () 80 g (SEL.) Sałata lodowa 20 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 90 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Miód (25g) 1 szt Szynekowa zielonogórska- wieprzowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 50 g (SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR.) Pasta warzywna () 80 g (SEL.) Sałata lodowa 20 g
	PN	Mus- przecier owocowy jabłko 100g (tubka) 1 szt	Przecier owocowy jabłko-truskawka 120g 1 szt	Mus- przecier owocowy jabłko 100g (tubka) 1 szt	Przecier owocowy jabłko-truskawka 120g 1 szt	
		Wartość energetyczna: 2114.77 kcal; Białko ogółem: 81.59 g; Tłuszcz: 48.22 g; Kw. tł. nasy.: 11.70 g; Węglowodany ogółem: 354.23 g; W tym cukry: 101.14 g; Błonnik pok.: 29.86 g; Sól: 8.65 g; WW: 32.43 Por; Ener z B.: 15.43 %; Ener z W.: 67.00 %; Ener. z T.: 20.52 %; Potas: 4178.84 mg; Sód: 3464.66 mg;	Wartość energetyczna: 2085.25 kcal; Białko ogółem: 98.96 g; Tłuszcz: 46.89 g; Kw. tł. nasy.: 21.37 g; Węglowodany ogółem: 333.88 g; W tym cukry: 100.55 g; Błonnik pok.: 25.49 g; Sól: 6.17 g; WW: 30.84 Por; Ener z B.: 18.98 %; Ener z W.: 64.05 %; Ener. z T.: 20.24 %; Potas: 3670.63 mg; Sód: 2468.28 mg;	Wartość energetyczna: 2020.76 kcal; Białko ogółem: 88.46 g; Tłuszcz: 40.60 g; Kw. tł. nasy.: 10.64 g; Węglowodany ogółem: 340.80 g; W tym cukry: 97.49 g; Błonnik pok.: 25.42 g; Sól: 7.79 g; WW: 31.62 Por; Ener z B.: 17.51 %; Ener z W.: 67.46 %; Ener. z T.: 18.08 %; Potas: 3201.44 mg; Sód: 3116.19 mg;	Wartość energetyczna: 2045.82 kcal; Białko ogółem: 97.12 g; Tłuszcz: 38.35 g; Kw. tł. nasy.: 15.69 g; Węglowodany ogółem: 343.69 g; W tym cukry: 110.88 g; Błonnik pok.: 23.96 g; Sól: 4.88 g; WW: 32.11 Por; Ener z B.: 18.99 %; Ener z W.: 67.20 %; Ener. z T.: 16.87 %; Potas: 3770.46 mg; Sód: 1961.61 mg;	Wartość energetyczna: 1982.09 kcal; Białko ogółem: 96.25 g; Tłuszcz: 50.28 g; Kw. tł. nasy.: 16.48 g; Węglowodany ogółem: 318.27 g; W tym cukry: 90.22 g; Błonnik pok.: 41.75 g; Sól: 6.26 g; WW: 27.64 Por; Ener z B.: 19.42 %; Ener z W.: 64.23 %; Ener. z T.: 22.83 %; Potas: 3929.46 mg; Sód: 2497.07 mg;
2026-06-10 środa	Śniadanie	Kasza kukurydziana na napoju owsianym 300 ml (GLU OW.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 40 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10g Paszтет rybno- warzywny (Morszczuk) 80 g (GLU PSZ, JAJ, RYB.) Poledwica Sopotcka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona mielona 50 g (SOJ.) Kalaftor gotowany* 100 g	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 40 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Paszтет rybno- warzywny (Morszczuk) 80 g (GLU PSZ, JAJ, RYB.) Poledwica Sopotcka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g (SOJ.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Banan 150 g	Kasza kukurydziana na napoju owsianym 300 ml (GLU OW.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 40 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10g Paszтет rybno- warzywny (Morszczuk) 80 g (GLU PSZ, JAJ, RYB.) Poledwica Sopotcka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g (SOJ.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Banan 150 g	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 90 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Paszтет rybno- warzywny (Morszczuk) 80 g (GLU PSZ, JAJ, RYB.) Poledwica Sopotcka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 25 g (SOJ.) Banan 150 g Pomidor b/skórki 80 g Sałata zielona 20 g	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 90 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Paszтет rybno- warzywny (Morszczuk) 80 g (GLU PSZ, JAJ, RYB.) Poledwica Sopotcka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g (SOJ.) Ogórek świeży 80 g Sałata zielona 20 g
	II ŚN	Banan 150 g				Banan 150 g

Jadłospisy za okres od dnia 2026-06-05 do dnia 2026-06-14 KUCHNIA SIEDLCE

	SIE- D10 Przetarta b/ml	SIE- D02 Łatwo strawna	SIE- D02/ML Bezmleczna	SIE- D05 Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	SIE- D01/M O kontr. zaw.kwasów tłuszczowych
Obiad	Jarzynowa z makaronem (bez mleka) () 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Zrazik drobiowy z udźca pieczony mielony 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos pietruszkowy (bez mleka) 80 ml (GLU PSZ.) Ziemniaki gotowane puree (bez mleka) () 160 g Marchew gotowana z olejem () 150 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Jarzynowa z makaronem dieta () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane () 160 g Zrazik drobiowy z udźca pieczony mielony 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos pietruszkowy 80 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Surówka z marchwi z olejem b/c () 75 g Fasolka szparagowa z wody* 75 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Jarzynowa z makaronem (bez mleka) () 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki gotowane () 160 g Zrazik drobiowy z udźca pieczony mielony 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos pietruszkowy (bez mleka) 80 ml (GLU PSZ.) Surówka z marchwi z olejem b/c () 75 g Fasolka szparagowa z wody* 75 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Jarzynowa z makaronem dieta () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane () 160 g Zrazik drobiowy z udźca pieczony mielony 90 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos pietruszkowy 80 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Surówka z marchwi z olejem b/c () 75 g Fasolka szparagowa z wody* 75 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Pieczarkowa z makaronem () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, S02.) Zrazik drobiowy z udźca pieczony mielony 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Ziemniaki gotowane () 160 g Sos pietruszkowy 80 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Fasolka szparagowa z wody* 75 g Surówka z marchwi z olejem b/c () 75 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml
PD					
2026-06-10 środa Kolejacja	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 40 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona mielona 75 g Brokuł gotowany* 100 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 40 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona,parzona,z dod.wody,białka wp 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt (MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 40 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 75 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 90 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona,parzona,z dod.wody,białka wp 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt (MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE.) Pomidor b/skórki 80 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 90 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt (MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE.) Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona,parzona,z dod.wody,białka wp 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g
PN	Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt	Ciasto drożdżowe 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE.)	Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 30 g Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt	Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt	Ciasto drożdżowe 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE.)
	Wartość energetyczna: 2106.24 kcal; Białko ogółem: 93.43 g; Tłuszcz: 53.86 g; Kw. tł. nasy.: 10.97 g; Węglowodany ogółem: 331.11 g; W tym cukry: 88.19 g; Błonnik pok.: 28.66 g; Sól: 9.16 g; WW: 30.25 Por; Ener z B.: 17.74 %; Ener z W.: 62.88 %; Ener. z T.: 23.01 %; Potas: 3874.90 mg; Sód: 3669.01 mg;	Wartość energetyczna: 2326.91 kcal; Białko ogółem: 100.30 g; Tłuszcz: 63.15 g; Kw. tł. nasy.: 23.53 g; Węglowodany ogółem: 329.76 g; W tym cukry: 75.67 g; Błonnik pok.: 25.35 g; Sól: 7.22 g; WW: 30.62 Por; Ener z B.: 17.24 %; Ener z W.: 56.69 %; Ener. z T.: 24.42 %; Potas: 4150.24 mg; Sód: 2890.39 mg;	Wartość energetyczna: 2179.35 kcal; Białko ogółem: 93.62 g; Tłuszcz: 52.78 g; Kw. tł. nasy.: 10.98 g; Węglowodany ogółem: 349.04 g; W tym cukry: 85.42 g; Błonnik pok.: 24.75 g; Sól: 8.77 g; WW: 32.62 Por; Ener z B.: 17.18 %; Ener z W.: 64.06 %; Ener. z T.: 21.80 %; Potas: 3793.71 mg; Sód: 3508.23 mg;	Wartość energetyczna: 2035.89 kcal; Białko ogółem: 93.83 g; Tłuszcz: 51.02 g; Kw. tł. nasy.: 17.15 g; Węglowodany ogółem: 316.06 g; W tym cukry: 87.89 g; Błonnik pok.: 23.05 g; Sól: 5.56 g; WW: 29.53 Por; Ener z B.: 18.43 %; Ener z W.: 62.10 %; Ener. z T.: 22.56 %; Potas: 4203.98 mg; Sód: 2241.78 mg;	Wartość energetyczna: 2225.22 kcal; Białko ogółem: 98.51 g; Tłuszcz: 63.16 g; Kw. tł. nasy.: 18.24 g; Węglowodany ogółem: 321.15 g; W tym cukry: 66.71 g; Błonnik pok.: 34.83 g; Sól: 6.65 g; WW: 28.74 Por; Ener z B.: 17.71 %; Ener z W.: 57.73 %; Ener. z T.: 25.54 %; Potas: 4404.93 mg; Sód: 2657.91 mg;

Jadłospisy za okres od dnia 2026-06-05 do dnia 2026-06-14 KUCHNIA SIEDLCE

	SIE- D10 Przetarta b/ml	SIE- D02 Łatwo strawna	SIE- D02/ML Bezmleczna	SIE- D05 Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	SIE- D01/M O kontr. zaw.kwasów tłuszczowych	
2026-06-11 czwartek	Śniadanie	<p>Płatki owsiane na napoju owsianym 300 ml (GLU OW.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody mielona 75 g (SOJ.) Marchew gotowana z olejem () 100 g</p>	<p>Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb mieszany pszenno-żytni 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy,grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 25 g (SOJ.) Sałatka wiosenna - diety 200 g Sałata zielona 20 g Jabłko pieczone 150 g</p>	<p>Płatki owsiane na napoju owsianym 300 ml (GLU OW.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb mieszany pszenno-żytni 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 75 g (SOJ.) Sałatka wiosenna - diety 200 g Sałata zielona 20 g Jabłko pieczone 150 g</p>	<p>Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 40 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy,grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 25 g (SOJ.) Pomidor b/skórki 80 g Jabłko pieczone 150 g Sałata zielona 20 g</p>	<p>Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy,grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Ser żółty 25 g (MLE.) Sałatka wiosenna 200 g Sałata zielona 20 g</p>
	II ŚN	Jabłko pieczone 150 g				Jabłko 150 g
	Obiad	<p>Ziemniaczana (bez mleka) () 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Pulpet wieprzowy rozdrobniony 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos pomidorowy 80 ml (GLU PSZ.) Ziemniaki gotowane puree (bez mleka) () 160 g Dynia duszona z marchewką * 150 g (GLU PSZ.) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml</p>	<p>Ziemniaczana () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami* 300 g (SEL, GLU JĘCZ.) Dynia duszona z marchewką * 75 g (GLU PSZ.) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 75 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml</p>	<p>Ziemniaczana (bez mleka) () 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami* 300 g (SEL, GLU JĘCZ.) Dynia duszona z marchewką * 75 g (GLU PSZ.) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 75 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml</p>	<p>Ziemniaczana () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami* 300 g (SEL, GLU JĘCZ.) Dynia duszona z marchewką * 75 g (GLU PSZ.) Surówka z kapusty pekińskiej () 75 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.) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami* 300 g (SEL, GLU JĘCZ.) Dynia duszona z marchewką * 75 g (GLU PSZ.) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 75 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml</p>
	PD					
	Kolacja	<p>Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 40 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Połędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona mielona 75 g (SOJ.) Pasta marchewkowo-pomidorowa 100 g</p>	<p>Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Gulaszowa z mięsem drobiowym- dieta () 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Banan 150 g</p>	<p>Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Gulaszowa z mięsem drobiowym- dieta () 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Banan 150 g</p>	<p>Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 90 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Serek a'la homogenizowany z ziołami 80 g (MLE.) Połędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 25 g (SOJ.) Pasta marchewkowo-pomidorowa 80 g Sałata zielona 20 g</p>	<p>Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 90 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Gulaszowa z mięsem drobiowym- dieta () 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Banan 150 g</p>

Jadłospisy za okres od dnia 2026-06-05 do dnia 2026-06-14 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- D10 Przetarta b/ml	SIE- D02 Łatwo strawna	SIE- D02/ML Bezmleczna	SIE- D05 Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	SIE- D01/M O kontr. zaw.kwasów tłuszczowych
2026-06-11 czwartek	PN	Mus- przecier owocowy jabłko 100g (tubka) 1 szt			Wafle ryżowe 30 g Dżem 25 g 1 szt	
		Wartość energetyczna: 2090.23 kcal; Białko ogółem: 83.39 g; Tłuszcz: 53.98 g; Kw. tł. nasy.: 13.04 g; Węglowodany ogółem: 336.42 g; W tym cukry: 77.28 g; Błonnik pok.: 31.53 g; Sól: 9.31 g; WW: 30.59 Por; Ener z B.: 15.96 %; Ener z W.: 64.38 %; Ener. z T.: 23.24 %; Potas: 4310.97 mg; Sód: 3725.23 mg;	Wartość energetyczna: 2419.24 kcal; Białko ogółem: 85.61 g; Tłuszcz: 66.17 g; Kw. tł. nasy.: 15.83 g; Węglowodany ogółem: 393.40 g; W tym cukry: 103.67 g; Błonnik pok.: 36.39 g; Sól: 6.79 g; WW: 35.80 Por; Ener z B.: 14.15 %; Ener z W.: 65.04 %; Ener. z T.: 24.62 %; Potas: 4817.01 mg; Sód: 2728.54 mg;	Wartość energetyczna: 2389.97 kcal; Białko ogółem: 78.47 g; Tłuszcz: 63.39 g; Kw. tł. nasy.: 9.88 g; Węglowodany ogółem: 399.28 g; W tym cukry: 101.98 g; Błonnik pok.: 36.39 g; Sól: 7.20 g; WW: 36.49 Por; Ener z B.: 13.13 %; Ener z W.: 66.83 %; Ener. z T.: 23.87 %; Potas: 4451.44 mg; Sód: 2887.84 mg;	Wartość energetyczna: 2054.81 kcal; Białko ogółem: 93.73 g; Tłuszcz: 48.67 g; Kw. tł. nasy.: 16.91 g; Węglowodany ogółem: 328.03 g; W tym cukry: 73.71 g; Błonnik pok.: 29.71 g; Sól: 6.38 g; WW: 29.97 Por; Ener z B.: 18.25 %; Ener z W.: 63.86 %; Ener. z T.: 21.32 %; Potas: 3689.27 mg; Sód: 2564.51 mg;	Wartość energetyczna: 2236.64 kcal; Białko ogółem: 87.84 g; Tłuszcz: 59.27 g; Kw. tł. nasy.: 17.28 g; Węglowodany ogółem: 373.28 g; W tym cukry: 91.11 g; Błonnik pok.: 45.96 g; Sól: 5.96 g; WW: 32.85 Por; Ener z B.: 15.71 %; Ener z W.: 66.76 %; Ener. z T.: 23.85 %; Potas: 5326.55 mg; Sód: 2399.49 mg;
2026-06-12 piątek	Śniadanie	Kasza manna na napoju owsianym 300 ml (<u>GLU PSZ, GLU OW.</u>) Kawa zbożowa b/c 250 ml (<u>GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>) Bułka pszenna długa krojona 40 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10g Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad mielona 50 g Dżem 25 g 1 szt Dyńa z wody 100 g	Kasza manna na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>) Bułka pszenna długa krojona 40 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Dżem 25 g 1 szt Serek wiejski lekki 3% tł 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Przecier owocowy jabłko-banan 120g 1 szt	Kasza manna na napoju owsianym 300 ml (<u>GLU PSZ, GLU OW.</u>) Kawa zbożowa b/c 250 ml (<u>GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>) Bułka pszenna długa krojona 40 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10g Dżem 25 g 1 szt Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Przecier owocowy jabłko-banan 120g 1 szt	Kasza manna na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>) Bułka pszenna długa krojona 90 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Dżem 25 g 1 szt Serek wiejski lekki 3% tł 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) Pomidor b/skórki 80 g Sałata zielona 20 g Przecier owocowy jabłko-banan 120g 1 szt	Kasza manna na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 90 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Dżem 25 g 1 szt Serek wiejski lekki 3% tł 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) Rzodkiewka 80 g Sałata zielona 20 g
	II ŚN	Przecier owocowy jabłko-banan 120g 1 szt				Arbuz 100 g
	Obiad	Szpinakowa z zacierką (bez mleka) () 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane puree (bez mleka) () 160 g Pulpet rybny (Morszczuk) rozdrobniony 120 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u>) Sos koperkowy (bez mleka) 80 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 150 g (<u>SEL.</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Szpinakowa z zacierką () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 160 g Pulpet rybny (Morszczuk) 120 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u>) Sos koperkowy () 80 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 150 g (<u>SEL.</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Szpinakowa z zacierką (bez mleka) () 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 160 g Pulpet rybny (Morszczuk) 120 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u>) Sos koperkowy (bez mleka) 80 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 150 g (<u>SEL.</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Szpinakowa z zacierką () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 160 g Pulpet rybny (Morszczuk) 120 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u>) Sos koperkowy () 80 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Bukiet jarzyn gotowany () 150 g (<u>SEL.</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Szpinakowa z zacierką () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 160 g Pulpet rybny (Morszczuk) 120 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u>) Sos koperkowy () 80 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Sos koperkowy () 80 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Sos koperkowy () 80 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem 75 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 75 g (<u>SEL.</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml
	PD					

Jadłospisy za okres od dnia 2026-06-05 do dnia 2026-06-14 KUCHNIA SIEDLCE

	SIE- D10 Przetarta b/ml	SIE- D02 Łatwo strawna	SIE- D02/ML Bezmleczna	SIE- D05 Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	SIE- D01/M O kontr. zaw.kwasów tłuszczowych
2026-06-12 piątek	Kolacja Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 40 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10g Jajko gotowane kl M mielone 2 szt (<u>JAJ.</u>) Brokuł gotowany* 100 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 40 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Serek homo z natką pietruszki 50 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 40 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10g Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ.</u>) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 90 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Miód (25g) 1 szt Serek homo z natką pietruszki 50 g (<u>MLE.</u>) Pomidor b/skórki 80 g Salata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 90 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Serek homo z natką pietruszki 50 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g
	PN Biszkopty b/ml 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt	Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt Biszkopty b/ml 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>)	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt Biszkopty b/ml 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>)	Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt Biszkopty b/ml 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>)	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 30 g
	Wartość energetyczna: 2173.15 kcal; Białko ogółem: 91.97 g; Tłuszcz: 51.72 g; Kw. tł. nasy.: 11.75 g; Węglowodany ogółem: 350.29 g; W tym cukry: 85.82 g; Błonnik pok.: 28.81 g; Sól: 8.06 g; WW: 32.10 Por; Ener z B.: 16.93 %; Ener z W.: 64.48 %; Ener. z T.: 21.42 %; Potas: 3394.99 mg; Sód: 3207.53 mg;	Wartość energetyczna: 2317.92 kcal; Białko ogółem: 111.69 g; Tłuszcz: 58.18 g; Kw. tł. nasy.: 20.41 g; Węglowodany ogółem: 354.56 g; W tym cukry: 96.86 g; Błonnik pok.: 26.92 g; Sól: 6.87 g; WW: 32.84 Por; Ener z B.: 19.27 %; Ener z W.: 61.19 %; Ener. z T.: 22.59 %; Potas: 3855.95 mg; Sód: 2732.13 mg;	Wartość energetyczna: 2131.90 kcal; Białko ogółem: 91.81 g; Tłuszcz: 52.93 g; Kw. tł. nasy.: 11.80 g; Węglowodany ogółem: 339.49 g; W tym cukry: 67.70 g; Błonnik pok.: 26.84 g; Sól: 9.50 g; WW: 31.36 Por; Ener z B.: 17.23 %; Ener z W.: 63.70 %; Ener. z T.: 22.34 %; Potas: 3326.85 mg; Sód: 3782.83 mg;	Wartość energetyczna: 2231.07 kcal; Białko ogółem: 108.21 g; Tłuszcz: 40.78 g; Kw. tł. nasy.: 13.11 g; Węglowodany ogółem: 373.67 g; W tym cukry: 117.05 g; Błonnik pok.: 25.35 g; Sól: 6.02 g; WW: 35.03 Por; Ener z B.: 19.40 %; Ener z W.: 67.00 %; Ener. z T.: 16.45 %; Potas: 3891.11 mg; Sód: 2406.03 mg;	Wartość energetyczna: 2161.00 kcal; Białko ogółem: 112.97 g; Tłuszcz: 57.87 g; Kw. tł. nasy.: 15.31 g; Węglowodany ogółem: 329.47 g; W tym cukry: 70.38 g; Błonnik pok.: 34.63 g; Sól: 8.40 g; WW: 29.56 Por; Ener z B.: 20.91 %; Ener z W.: 60.99 %; Ener. z T.: 24.10 %; Potas: 4486.09 mg; Sód: 3347.83 mg;
2026-06-13 sobota	Śniadanie Platki jęczmienne na napoju owsianym 300 ml (<u>GLU OW, GLU JECZ.</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 40 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10g Połędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona mielona 75 g (<u>SOJ.</u>) Szpinak gotowany z olejem* 100 g (<u>GLU PSZ.</u>)	Platki jęczmienne na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU JECZ.</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 40 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Połędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g (<u>SOJ.</u>) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 25 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Banan 150 g	Platki jęczmienne na napoju owsianym 300 ml (<u>GLU OW, GLU JECZ.</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 40 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10g Połędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 75 g (<u>SOJ.</u>) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Banan 150 g	Platki jęczmienne na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU JECZ.</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 90 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Połędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g (<u>SOJ.</u>) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 25 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Pomidor b/skórki 80 g Banan 150 g Salata zielona 20 g	Platki jęczmienne na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU JECZ.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 90 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10g Połędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g (<u>SOJ.</u>) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 25 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Pomidor 80 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Salata zielona 20 g
	II ŚN Banan 150 g				Banan 150 g
	Obiad Koperkowa z ryżem (bez mleka) () 300 ml (<u>SEL.</u>) Ziemniaki gotowane puree (bez mleka) () 160 g Gulasz wieprzowy- dieta rozdrobniony 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Buraczki gotowane drobno tarte () 150 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Koperkowa z ryżem () 300 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 160 g (<u>GLU JECZ.</u>) Gulasz wieprzowy- dieta 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c () 75 g Buraczki gotowane drobno tarte () 75 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Koperkowa z ryżem (bez mleka) () 300 ml (<u>SEL.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 160 g (<u>GLU JECZ.</u>) Gulasz wieprzowy- dieta 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c () 75 g Buraczki gotowane drobno tarte () 75 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Koperkowa z ryżem () 300 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 160 g (<u>GLU JECZ.</u>) Gulasz wieprzowy- dieta 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Buraczki gotowane drobno tarte () 150 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Koperkowa z ryżem () 300 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Gulasz wieprzowy 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 160 g (<u>GLU JECZ.</u>) Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c () 75 g Buraczki gotowane drobno tarte () 75 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml

Jadłospisy za okres od dnia 2026-06-05 do dnia 2026-06-14 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- D10 Przetarta b/ml	SIE- D02 Łatwo strawna	SIE- D02/ML Bezmleczna	SIE- D05 Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	SIE- D01/M O kontr. zaw.kwasów tłuszczowych
2026-06-13 sobota	PD					
	Kolacja	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 40 g (GLU PSZ,) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona mielona 50 g Miód (25g) 1 szt Marchew gotowana z olejem () 100 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 40 g (GLU PSZ,) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa,wędzona,z wodą dodaną. 50 g (SOJ,) Ser mozzarella 25 g (MLE,) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 40 g (GLU PSZ,) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Miód (25g) 1 szt Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 90 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 5 g (MLE,) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa,wędzona,z wodą dodaną. 50 g (SOJ,) Ser mozzarella 25 g (MLE,) Pomidor b/skórki 80 g Sałata zielona 20 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 90 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Paszтет z soczewicy () 80 g (GLU PSZ, JAJ,) Ser mozzarella 25 g (MLE,) Ogórek świeży 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	PN	Przecier owocowy jabłko-truskawka 120g 1 szt	Bułka maślana 1 szt 1 szt (GLU PSZ, JAJ, MLE,)	Przecier owocowy jabłko-truskawka 120g 1 szt	Bułka maślana 1 szt 1 szt (GLU PSZ, JAJ, MLE,)	
		Wartość energetyczna: 2035.69 kcal; Białko ogółem: 78.89 g; Tłuszcz: 47.35 g; Kw. tł. nasy.: 11.97 g; Węglowodany ogółem: 342.78 g; W tym cukry: 108.97 g; Błonnik pok.: 27.76 g; Sól: 8.31 g; WW: 31.60 Por; Ener z B.: 15.50 %; Ener z W.: 67.35 %; Ener. z T.: 20.93 %; Potas: 3874.42 mg; Sód: 3329.54 mg;	Wartość energetyczna: 2297.09 kcal; Białko ogółem: 100.91 g; Tłuszcz: 62.10 g; Kw. tł. nasy.: 22.73 g; Węglowodany ogółem: 351.34 g; W tym cukry: 81.42 g; Błonnik pok.: 26.15 g; Sól: 9.38 g; WW: 32.57 Por; Ener z B.: 17.57 %; Ener z W.: 61.18 %; Ener. z T.: 24.33 %; Potas: 3197.51 mg; Sód: 3750.06 mg;	Wartość energetyczna: 1971.31 kcal; Białko ogółem: 75.81 g; Tłuszcz: 46.21 g; Kw. tł. nasy.: 12.13 g; Węglowodany ogółem: 331.06 g; W tym cukry: 102.73 g; Błonnik pok.: 24.35 g; Sól: 7.84 g; WW: 30.81 Por; Ener z B.: 15.38 %; Ener z W.: 67.18 %; Ener. z T.: 21.10 %; Potas: 2707.94 mg; Sód: 3139.00 mg;	Wartość energetyczna: 2235.69 kcal; Białko ogółem: 104.55 g; Tłuszcz: 52.41 g; Kw. tł. nasy.: 17.05 g; Węglowodany ogółem: 351.23 g; W tym cukry: 85.72 g; Błonnik pok.: 23.50 g; Sól: 8.67 g; WW: 32.88 Por; Ener z B.: 18.70 %; Ener z W.: 62.84 %; Ener. z T.: 21.10 %; Potas: 3413.91 mg; Sód: 3477.94 mg;	Wartość energetyczna: 2425.04 kcal; Białko ogółem: 102.19 g; Tłuszcz: 73.66 g; Kw. tł. nasy.: 17.42 g; Węglowodany ogółem: 374.42 g; W tym cukry: 74.92 g; Błonnik pok.: 41.24 g; Sól: 7.55 g; WW: 33.32 Por; Ener z B.: 16.86 %; Ener z W.: 61.76 %; Ener. z T.: 27.34 %; Potas: 3961.62 mg; Sód: 3012.93 mg;
2026-06-14 niedziela	Śniadanie	Kasza kukurydziana na napoju owsianym 300 ml (GLU OW,) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 40 g (GLU PSZ,) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody mielona 75 g (SOJ,) Marchew gotowana z olejem () 100 g	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE,) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 40 g (GLU PSZ,) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 25 g (SOJ,) Twaróg półtłusty 80 g (MLE,) Przecier owocowy jabłko-banan 120g 1 szt	Kasza kukurydziana na napoju owsianym 300 ml (GLU OW,) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 40 g (GLU PSZ,) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Miód (25g) 1 szt Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 25 g (SOJ,) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Przecier owocowy jabłko-banan 120g 1 szt	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE,) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 90 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 5 g (MLE,) Pomidor b/skórki 80 g Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 25 g (SOJ,) Miód (25g) 1 szt Przecier owocowy jabłko-banan 120g 1 szt Sałata zielona 20 g	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE,) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 90 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 25 g (SOJ,) Twaróg półtłusty 80 g (MLE,) Rzepa biała 80 g Sałata zielona 20 g
	II ŚN	Przecier owocowy jabłko-banan 120g 1 szt				Jabłko 150 g

Jadłospisy za okres od dnia 2026-06-05 do dnia 2026-06-14 KUCHNIA SIEDLCE

	SIE- D10 Przetarta b/ml	SIE- D02 Łatwo strawna	SIE- D02/ML Bezmleczna	SIE- D05 Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	SIE- D01/M O kontr. zaw.kwasów tłuszczowych
Obiad	Rosół z makaronem () 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane puree (bez mleka) () 160 g Pulpet drobiowy rozdrobniony 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos pietruszkowy (bez mleka)* 80 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Brokuł gotowany* 150 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Rosół z makaronem () 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 160 g Ćwiartka z kurczaka gotowana 130 g Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 75 g Brokuł gotowany* 75 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Rosół z makaronem () 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 160 g Ćwiartka z kurczaka gotowana 130 g Brokuł gotowany* 150 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Rosół z makaronem () 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 160 g Ćwiartka z kurczaka pieczona 130 g Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 75 g Brokuł gotowany* 75 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml	
PD					
2026-06-14 niedziela					
Kolacja	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 40 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Dżem 25 g 1 szt Szynka z piersią kurczaka-wędl.z drob.gr.rozd.parzo.w osł.niejadalnej mielona 50 g (<u>SOJ.</u>) Pasta marchewkowo-pomidorowa 100 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 40 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Szynka z piersią kurczaka-wędl.z drob.gr.rozd.parzo.w osł.niejadalnej 50 g (<u>SOJ.</u>) Dżem 25 g 1 szt Pasta marchewkowo-pomidorowa 80 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 40 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Dżem 25 g 1 szt Szynka z piersią kurczaka-wędl.z drob.gr.rozd.parzo.w osł.niejadalnej 50 g (<u>SOJ.</u>) Pasta marchewkowo-pomidorowa 80 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 90 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Szynka z piersią kurczaka-wędl.z drob.gr.rozd.parzo.w osł.niejadalnej 25 g (<u>SOJ.</u>) Dżem 25 g 2 szt Pasta marchewkowo-pomidorowa 80 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 90 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Dżem 25 g 1 szt Szynka z piersią kurczaka-wędl.z drob.gr.rozd.parzo.w osł.niejadalnej 50 g (<u>SOJ.</u>) Pasta marchewkowo-pomidorowa 80 g Sałata zielona 20 g
PN	Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt Biszkopty b/ml 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>)	Mleko Smakowe UHT 1,5% tł 0,2l 1 szt (<u>MLE.</u>) Podplomyki b/c 20 g (<u>GLU PSZ, MLE.</u>)	Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt Biszkopty b/ml 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>)	Mleko Smakowe UHT 1,5% tł 0,2l 1 szt (<u>MLE.</u>) Podplomyki b/c 20 g (<u>GLU PSZ, MLE.</u>)	
	Wartość energetyczna: 2082.25 kcal; Białko ogółem: 82.53 g; Tłuszcz: 54.61 g; Kw. tł. nasy.: 11.53 g; Węglowodany ogółem: 344.97 g; W tym cukry: 87.18 g; Błonnik pok.: 28.04 g; Sól: 9.01 g; WW: 31.77 Por; Ener z B.: 15.85 %; Ener z W.: 66.27 %; Ener. z T.: 23.60 %; Potas: 3238.55 mg; Sód: 3609.39 mg;	Wartość energetyczna: 2376.36 kcal; Białko ogółem: 126.63 g; Tłuszcz: 78.56 g; Kw. tł. nasy.: 30.44 g; Węglowodany ogółem: 317.51 g; W tym cukry: 71.64 g; Błonnik pok.: 23.92 g; Sól: 7.35 g; WW: 29.41 Por; Ener z B.: 21.32 %; Ener z W.: 53.44 %; Ener. z T.: 29.75 %; Potas: 4017.50 mg; Sód: 2948.28 mg;	Wartość energetyczna: 2321.21 kcal; Białko ogółem: 100.06 g; Tłuszcz: 70.60 g; Kw. tł. nasy.: 17.59 g; Węglowodany ogółem: 348.84 g; W tym cukry: 103.76 g; Błonnik pok.: 23.92 g; Sól: 7.22 g; WW: 32.62 Por; Ener z B.: 17.24 %; Ener z W.: 60.11 %; Ener. z T.: 27.37 %; Potas: 3581.10 mg; Sód: 2893.63 mg;	Wartość energetyczna: 2279.89 kcal; Białko ogółem: 112.41 g; Tłuszcz: 62.26 g; Kw. tł. nasy.: 22.06 g; Węglowodany ogółem: 337.33 g; W tym cukry: 95.38 g; Błonnik pok.: 22.13 g; Sól: 6.12 g; WW: 31.67 Por; Ener z B.: 19.72 %; Ener z W.: 59.18 %; Ener. z T.: 24.58 %; Potas: 4027.82 mg; Sód: 2463.38 mg;	Wartość energetyczna: 2286.24 kcal; Białko ogółem: 125.15 g; Tłuszcz: 81.82 g; Kw. tł. nasy.: 25.41 g; Węglowodany ogółem: 305.94 g; W tym cukry: 62.62 g; Błonnik pok.: 36.02 g; Sól: 7.09 g; WW: 27.07 Por; Ener z B.: 21.90 %; Ener z W.: 53.53 %; Ener. z T.: 32.21 %; Potas: 4649.77 mg; Sód: 2835.75 mg;

Jadłospisy za okres od dnia 2026-06-05 do dnia 2026-06-14 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- D07 Bogatobiałkowa	SIE- D07/ML Bogatobiałkowa bezmleczna	SIE- D09 Niskobiałkowa do 50 g białka	SIE- D09 Niskobiałkowa do 30 g białka	SIE- P01/1 Podstawowa dzieci 1-3 lat
2026-06-05 piątek	Śniadanie	Zacierka na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE.) Bułka pszenna długa krojona 40 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Serek wiejski lekki 3% tł 150g 1 szt (MLE.) Miód (25g) 1 szt Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Zacierka na napoju owsianym 300 ml (GLU PSZ, GLU OW.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 40 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10g Miód (25g) 1 szt Szynka z piersią kurczaka-wędl.z drob.gr.rozd.parzo.w osl.niejadalnej 50 g (SOJ.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Zacierka na napoju owsianym 150 ml (GLU PSZ, GLU OW.) Chleb bezglutenowy 90 g (SEZ, może zawierać: ORZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Twarożek 25 g (MLE.) Miód (25g) 2 szt Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Jabłko pieczone 150 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Zacierka na napoju owsianym 150 ml (GLU PSZ, GLU OW.) Chleb bezglutenowy 90 g (SEZ, może zawierać: ORZ.) Masło extra 82% 20 g (MLE.) Miód (25g) 2 szt Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Jabłko pieczone 150 g	Zacierka na mleku 150 ml (GLU PSZ, MLE.) Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Powidła śliwkowe 25 g Serek wiejski lekki 3% tł 150g 1 szt (MLE.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	II ŚN	Jabłko pieczone 150 g				Jabłko 150 g
	Obiad	Krupnik jęczmienny () 300 ml (MLE, SEL, GLU JĘCZ.) Ziemniaki gotowane () 160 g Pulpet rybny (Morszczuk) 120 g (GLU PSZ, JAJ, RYB.) Sos koperkowy * 80 ml (GLU PSZ, MLE.) Warzywa po grecku () 150 g (GLU PSZ, SEL.) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Krupnik jęczmienny (bez mleka) () 300 ml (SEL, GLU JĘCZ.) Ziemniaki gotowane () 160 g Pulpet rybny (Morszczuk) 120 g (GLU PSZ, JAJ, RYB.) Sos koperkowy *(bez mleka) 80 ml (GLU PSZ.) Warzywa po grecku () 150 g (GLU PSZ, SEL.) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Krupnik jęczmienny (bez mleka) () 300 ml (SEL, GLU JĘCZ.) Ziemniaki gotowane () 160 g Pulpet rybny (Morszczuk) 50 g (GLU PSZ, JAJ, RYB.) Sos koperkowy * 80 ml (GLU PSZ, MLE.) Warzywa po grecku () 150 g (GLU PSZ, SEL.) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Krupnik jęczmienny (bez mleka) () 300 ml (SEL, GLU JĘCZ.) Ziemniaki gotowane () 160 g Pulpet rybny (Morszczuk) 30 g (GLU PSZ, JAJ, RYB.) Sos koperkowy *(bez mleka) 80 ml (GLU PSZ.) Warzywa po grecku () 150 g (GLU PSZ, SEL.) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Krupnik jęczmienny () 150 ml (MLE, SEL, GLU JĘCZ.) Ziemniaki gotowane () 50 g Ryba pieczona (Morszczuk) 50 g (RYB.) Sos koperkowy * 40 ml (GLU PSZ, MLE.) Warzywa po grecku () 100 g (GLU PSZ, SEL.) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml
	PD					
Kolacja	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 40 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (SOJ.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 40 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10g Jajko gotowane kl M 2 szt (JAJ.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb bezglutenowy 90 g (SEZ, może zawierać: ORZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Dżem 25 g 1 szt Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb bezglutenowy 90 g (SEZ, może zawierać: ORZ.) Masło extra 82% 20 g (MLE.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Dżem 25 g 2 szt Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Ser zółty 20 g (MLE.) Ogórek świeży 80 g Sałata zielona 20 g	
PN	Przecier owocowy jabłko-truskawka 120g 1 szt					

Jadłospisy za okres od dnia 2026-06-05 do dnia 2026-06-14 KUCHNIA SIEDLCE

	SIE- D07 Bogatobiałkowa	SIE- D07/ML Bogatobiałkowa bezmleczna	SIE- D09 Niskobiałkowa do 50 g białka	SIE- D09 Niskobiałkowa do 30 g białka	SIE- P01/1 Podstawowa dzieci 1-3 lat
2026-06-05 piątek	Wartość energetyczna: 2150.84 kcal; Białko ogółem: 106.87 g; Tłuszcz: 52.61 g; Kw. tł. nasy.: 18.62 g; Węglowodany ogółem: 330.73 g; W tym cukry: 93.37 g; Błonnik pok.: 24.61 g; Sól: 7.69 g; WW: 30.66 Por; Ener z B.: 19.88 %; Ener z W.: 61.51 %; Ener. z T.: 22.01 %; Potas: 3757.16 mg; Sód: 3073.43 mg;	Wartość energetyczna: 2045.48 kcal; Białko ogółem: 86.24 g; Tłuszcz: 52.89 g; Kw. tł. nasy.: 12.03 g; Węglowodany ogółem: 334.28 g; W tym cukry: 88.17 g; Błonnik pok.: 24.61 g; Sól: 6.70 g; WW: 31.04 Por; Ener z B.: 16.86 %; Ener z W.: 65.37 %; Ener. z T.: 23.27 %; Potas: 3449.95 mg; Sód: 2675.17 mg;	Wartość energetyczna: 1869.80 kcal; Białko ogółem: 43.53 g; Tłuszcz: 51.81 g; Kw. tł. nasy.: 20.36 g; Węglowodany ogółem: 322.70 g; W tym cukry: 110.94 g; Błonnik pok.: 26.21 g; Sól: 2.22 g; WW: 29.76 Por; Ener z B.: 9.31 %; Ener z W.: 69.03 %; Ener. z T.: 24.94 %; Potas: 3035.20 mg; Sód: 885.29 mg;	Wartość energetyczna: 1899.22 kcal; Białko ogółem: 33.51 g; Tłuszcz: 56.98 g; Kw. tł. nasy.: 24.85 g; Węglowodany ogółem: 328.95 g; W tym cukry: 119.39 g; Błonnik pok.: 26.12 g; Sól: 2.04 g; WW: 30.44 Por; Ener z B.: 7.06 %; Ener z W.: 69.28 %; Ener. z T.: 27.00 %; Potas: 2913.68 mg; Sód: 816.12 mg;	Wartość energetyczna: 1290.17 kcal; Białko ogółem: 64.89 g; Tłuszcz: 45.14 g; Kw. tł. nasy.: 19.42 g; Węglowodany ogółem: 165.45 g; W tym cukry: 70.40 g; Błonnik pok.: 14.28 g; Sól: 3.49 g; WW: 15.07 Por; Ener z B.: 20.12 %; Ener z W.: 51.30 %; Ener. z T.: 31.49 %; Potas: 2181.63 mg; Sód: 1397.61 mg;
2026-06-06 sobota	Śniadanie Platki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 40 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt (MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE.) Pasta z cukinii i marchewki 80 g Sałata zielona 20 g	Śniadanie Platki owsiane na napoju owsianym 300 ml (GLU OW.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 40 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 75 g (SOJ.) Pasta z cukinii i marchewki 80 g Sałata zielona 20 g	Śniadanie Platki owsiane na napoju owsianym 150 ml (GLU OW.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Chleb bezglutenowy 90 g (SEZ, może zawierać: ORZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Dżem 25 g 1 szt Pasta z cukinii i marchewki 80 g Banan 150 g Sałata zielona 20 g	Śniadanie Platki owsiane na napoju owsianym 150 ml (GLU OW.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Masło extra 82% 20 g (MLE.) Chleb bezglutenowy 90 g (SEZ, może zawierać: ORZ.) Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 20 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Dżem 25 g 2 szt Pasta z cukinii i marchewki 80 g Sałata zielona 20 g Banan 150 g	Śniadanie Platki owsiane na mleku 150 ml (MLE, GLU OW.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 20 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt (MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE.) Pasta z cukinii i marchewki 80 g Sałata zielona 20 g
II ŚN	Banan 150 g Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml (MLE.)	Banan 150 g Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml (może zawierać: GLU PSZ, SEL, GOR.)			Banan 150 g
Obiad	Koperkowa z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Potrawka drobiowa () 150 g (GLU PSZ, SEL.) Ryż na sypko 160 g Buraczki gotowane () 75 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c () 75 g	Koperkowa z ziemniakami (bez mleka) () 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Ryż na sypko 160 g Potrawka drobiowa () 150 g (GLU PSZ, SEL.) Buraczki gotowane () 75 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c () 75 g	Koperkowa z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryż na sypko 160 g Potrawka drobiowa () 60 g (GLU PSZ, SEL.) Buraczki gotowane () 75 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c () 75 g	Koperkowa z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryż na sypko 160 g Potrawka drobiowa () 50 g (GLU PSZ, SEL.) Buraczki gotowane () 75 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c () 75 g	Koperkowa z ziemniakami () 150 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryż na sypko (brązowy) 50 g Kociulek meksykański z kurczakiem i fasolą 60 g (SEL.) Buraczki gotowane () 50 g Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c () 50 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml
PD					

Jadłospisy za okres od dnia 2026-06-05 do dnia 2026-06-14 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- D07 Bogatobiałkowa	SIE- D07/ML Bogatobiałkowa bezmleczna	SIE- D09 Niskobiałkowa do 50 g białka	SIE- D09 Niskobiałkowa do 30 g białka	SIE- P01/1 Podstawowa dzieci 1-3 lat
2026-06-06 sobota	Kolacja	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 40 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa, wędzona, z wodą dodaną. 25 g (SOJ.) Pasta z twarogu z natką pietruszki 80 g (MLE.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 40 g (GLU PSZ.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynka z piersią kurczaka-wędł.z drob.gr.rozd.parzo.w osi.niejadalnej 75 g (SOJ.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb bezglutenowy 90 g (SEZ, może zawierać: ORZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa, wędzona, z wodą dodaną. 30 g (SOJ.) Miód (25g) 2 szt Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb bezglutenowy 90 g (SEZ, może zawierać: ORZ.) Masło extra 82% 20 g (MLE.) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa, wędzona, z wodą dodaną. 20 g (SOJ.) Miód (25g) 2 szt Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa, wędzona, z wodą dodaną. 20 g (SOJ.) Pasta z twarogu z natką pietruszki 30 g (MLE.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g
	PN	Przecier owocowy jabłko-banan 120g 1 szt				
		Wartość energetyczna: 2282.27 kcal; Białko ogółem: 94.80 g; Tłuszcz: 55.31 g; Kw. tł. nasy.: 25.52 g; Węglowodany ogółem: 370.61 g; W tym cukry: 120.74 g; Błonnik pok.: 29.46 g; Sól: 6.93 g; WW: 34.21 Por; Ener z B.: 16.62 %; Ener z W.: 64.96 %; Ener. z T.: 21.81 %; Potas: 4060.75 mg; Sód: 2781.21 mg;	Wartość energetyczna: 2047.28 kcal; Białko ogółem: 76.21 g; Tłuszcz: 47.47 g; Kw. tł. nasy.: 9.64 g; Węglowodany ogółem: 364.90 g; W tym cukry: 108.15 g; Błonnik pok.: 29.40 g; Sól: 8.47 g; WW: 33.73 Por; Ener z B.: 14.89 %; Ener z W.: 71.29 %; Ener. z T.: 20.87 %; Potas: 3306.94 mg; Sód: 3396.68 mg;	Wartość energetyczna: 1980.42 kcal; Białko ogółem: 43.37 g; Tłuszcz: 49.90 g; Kw. tł. nasy.: 18.94 g; Węglowodany ogółem: 355.62 g; W tym cukry: 131.78 g; Błonnik pok.: 29.12 g; Sól: 3.85 g; WW: 32.79 Por; Ener z B.: 8.76 %; Ener z W.: 71.83 %; Ener. z T.: 22.68 %; Potas: 2911.12 mg; Sód: 1552.37 mg;	Wartość energetyczna: 2045.19 kcal; Białko ogółem: 34.56 g; Tłuszcz: 56.89 g; Kw. tł. nasy.: 24.08 g; Węglowodany ogółem: 365.15 g; W tym cukry: 140.96 g; Błonnik pok.: 28.97 g; Sól: 2.87 g; WW: 33.81 Por; Ener z B.: 6.76 %; Ener z W.: 71.42 %; Ener. z T.: 25.03 %; Potas: 2880.05 mg; Sód: 1161.32 mg;	Wartość energetyczna: 1172.47 kcal; Białko ogółem: 38.32 g; Tłuszcz: 36.65 g; Kw. tł. nasy.: 18.26 g; Węglowodany ogółem: 182.31 g; W tym cukry: 81.12 g; Błonnik pok.: 20.04 g; Sól: 3.29 g; WW: 16.27 Por; Ener z B.: 13.07 %; Ener z W.: 62.20 %; Ener. z T.: 28.13 %; Potas: 2461.76 mg; Sód: 1324.34 mg;
2026-06-07 niedziela	Śniadanie	Kasza jęczmienna na mleku 300 ml (MLE, GLU JEĆZ.) Bułka pszenna długa krojona 40 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka zielonogórska- wieprzowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 50 g (SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR.) Dżem 25 g 1 szt Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Kasza jęczmienna na napoju owsianym 300 ml (GLU OW, GLU JEĆZ.) Bułka pszenna długa krojona 40 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (SOJ.) Dżem 25 g 1 szt Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Kasza jęczmienna na napoju owsianym 150 ml (GLU OW, GLU JEĆZ.) Chleb bezglutenowy 90 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 Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Jabłko pieczone 150 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Kasza jęczmienna na napoju owsianym 150 ml (GLU OW, GLU JEĆZ.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb bezglutenowy 90 g (SEZ, może zawierać: ORZ.) Masło extra 82% 20 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 Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Jabłko pieczone 150 g	Kasza jęczmienna na mleku 150 ml (MLE, GLU JEĆZ.) Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka zielonogórska- wieprzowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 20 g (SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR.) Dżem 25 g 1 szt Rzodkiewka 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	II ŚN	Jabłko pieczone 150 g				Jabłko 150 g

Jadłospisy za okres od dnia 2026-06-05 do dnia 2026-06-14 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- D07 Bogatobiałkowa	SIE- D07/ML Bogatobiałkowa bezmleczna	SIE- D09 Niskobiałkowa do 50 g białka	SIE- D09 Niskobiałkowa do 30 g białka	SIE- P01/1 Podstawowa dzieci 1-3 lat
2026-06-07 niedziela	Obiad	Pomidorowa z zacierką () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane () 160 g Schab duszony 100 g Sos własny () 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 150 g (SEL.) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Pomidorowa z zacierką (bez mleka) () 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki gotowane () 160 g Schab duszony 100 g Sos własny () 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 150 g (SEL.) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Pomidorowa z zacierką (bez mleka) () 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki gotowane () 160 g Schab duszony 50 g Sos własny () 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 150 g (SEL.) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Ryżowa (bez mleka) 300 ml (SEL.) Schab duszony 30 g Sos własny () 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki gotowane () 160 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 150 g (SEL.) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Pomidorowa z zacierką () 150 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane () 50 g Schab duszony 50 g Sos własny () 40 ml (GLU PSZ, SEL.) Mizeria 50 g (MLE.) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 50 g (SEL.) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml
	PD					
2026-06-07 niedziela	Kolacja	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 40 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Ser mozzarella 50 g (MLE.) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g Sałata zielona 20 g Pasta z brokuła * 80 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 40 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Sałata zielona 20 g Pasta z brokuła * 80 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb bezglutenowy 90 g (SEZ, może zawierać: ORZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Miód (25g) 1 szt Pasta z brokuła * 80 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb bezglutenowy 90 g (SEZ, może zawierać: ORZ.) Masło extra 82% 20 g (MLE.) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 20 g Miód (25g) 2 szt Sałata zielona 20 g Pasta z brokuła * 80 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Ser mozzarella 20 g (MLE.) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 20 g Pasta z brokuła * 80 g Sałata zielona 20 g
	PN	Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt Biszkopty b/c 30 g (GLU PSZ, JAJ.)	Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt Biszkopty b/ml 30 g (GLU PSZ, JAJ.)	Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt		
	Wartość energetyczna: 2180.93 kcal; Białko ogółem: 101.41 g; Tłuszcz: 61.67 g; Kw. tł. nasy.: 20.12 g; Węglowodany ogółem: 323.51 g; W tym cukry: 86.03 g; Błonnik pok.: 28.03 g; Sól: 7.42 g; WW: 29.58 Por; Ener z B.: 18.60 %; Ener z W.: 59.33 %; Ener. z T.: 25.45 %; Potas: 3996.15 mg; Sód: 2957.06 mg;	Wartość energetyczna: 2094.14 kcal; Białko ogółem: 92.43 g; Tłuszcz: 53.99 g; Kw. tł. nasy.: 11.68 g; Węglowodany ogółem: 328.11 g; W tym cukry: 84.06 g; Błonnik pok.: 27.46 g; Sól: 8.72 g; WW: 30.20 Por; Ener z B.: 17.66 %; Ener z W.: 62.67 %; Ener. z T.: 23.20 %; Potas: 3680.48 mg; Sód: 3473.46 mg;	Wartość energetyczna: 1956.75 kcal; Białko ogółem: 54.63 g; Tłuszcz: 57.54 g; Kw. tł. nasy.: 20.45 g; Węglowodany ogółem: 319.75 g; W tym cukry: 96.71 g; Błonnik pok.: 28.66 g; Sól: 5.51 g; WW: 29.21 Por; Ener z B.: 11.17 %; Ener z W.: 65.36 %; Ener. z T.: 26.47 %; Potas: 3234.64 mg; Sód: 2195.52 mg;	Wartość energetyczna: 1906.82 kcal; Białko ogółem: 34.73 g; Tłuszcz: 59.60 g; Kw. tł. nasy.: 24.60 g; Węglowodany ogółem: 323.88 g; W tym cukry: 121.80 g; Błonnik pok.: 28.29 g; Sól: 3.81 g; WW: 29.75 Por; Ener z B.: 7.28 %; Ener z W.: 67.94 %; Ener. z T.: 28.13 %; Potas: 2931.48 mg; Sód: 1519.74 mg;	Wartość energetyczna: 1158.77 kcal; Białko ogółem: 49.50 g; Tłuszcz: 40.35 g; Kw. tł. nasy.: 15.96 g; Węglowodany ogółem: 159.08 g; W tym cukry: 70.94 g; Błonnik pok.: 16.45 g; Sól: 3.55 g; WW: 14.27 Por; Ener z B.: 17.09 %; Ener z W.: 54.91 %; Ener. z T.: 31.34 %; Potas: 2244.82 mg; Sód: 1416.41 mg;	

Jadłospisy za okres od dnia 2026-06-05 do dnia 2026-06-14 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- D07 Bogatobiałkowa	SIE- D07/ML Bogatobiałkowa bezmleczna	SIE- D09 Niskobiałkowa do 50 g białka	SIE- D09 Niskobiałkowa do 30 g białka	SIE- P01/1 Podstawowa dzieci 1-3 lat
2026-06-08 poniedziałek	Śniadanie	Płatki pszenne na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT) Chleb mieszany pszenno-żytni 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa, wędzona, z wodą dodaną. 25 g (SOJ) Serek homo. naturalny 80 g (MLE) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Płatki pszenne na napoju owsianym 300 ml (GLU PSZ, GLU OW) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT) Chleb mieszany pszenno-żytni 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (SOJ) Miód (25g) 1 szt Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Płatki pszenne na napoju owsianym 150 ml (GLU PSZ, GLU OW) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb bezglutenowy 90 g (SEZ, może zawierać: ORZ) Masło extra 82% 15 g (MLE) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa, wędzona, z wodą dodaną. 25 g (SOJ) Miód (25g) 2 szt Jabłko pieczone 150 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Płatki pszenne na napoju owsianym 150 ml (GLU PSZ, GLU OW) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb bezglutenowy 90 g (SEZ, może zawierać: ORZ) Masło extra 82% 20 g (MLE) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa, wędzona, z wodą dodaną. 20 g (SOJ) Miód (25g) 2 szt Jabłko pieczone 150 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Płatki pszenne na mleku 150 ml (GLU PSZ, MLE) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa, wędzona, z wodą dodaną. 20 g (SOJ) Ser zółty 25 g (MLE) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g
	II ŚN	Jabłko pieczone 150 g	Jabłko pieczone 150 g Wafle ryżowe 30 g			Arbuz 100 g
	Obiad	Zupa wiosenna z cukinią i ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Makaron z serem 300 g (GLU PSZ, MLE) Mus z jabłek () z/c 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml	Zupa wiosenna z cukinią i ziemniakami () (bez mleka) 300 ml (GLU PSZ, SEL) Makaron 160 g (GLU PSZ) Pulpet drobiowy 100 g (GLU PSZ, JAJ) Sos szpinakowy* 80 ml (GLU PSZ) Marchew gotowana z olejem () 150 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml	Zupa wiosenna z cukinią i ziemniakami () (bez mleka) 300 ml (GLU PSZ, SEL) Makaron bezglutenowy z serem biały 250 g (MLE) Mus z jabłek () z/c 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml	Zupa wiosenna z cukinią i ziemniakami () (bez mleka) 300 ml (GLU PSZ, SEL) Makaron bezglutenowy z serem biały 150 g (MLE) Mus z jabłek () z/c 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml	Zupa wiosenna z cukinią i ziemniakami () 150 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Makaron z serem 150 g (GLU PSZ, MLE) Mus z jabłek () z/c 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml
	PD					
Kolacja	Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 40 g (GLU PSZ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalanej 50 g (SOJ, SEL, może zawierać: MLE, GOR) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ) Sałata zielona 20 g Ćwikła z jabłkiem () 80 g	Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 40 g (GLU PSZ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynka z piersią kurczaka-wędł.z drob.gr.rozd.parzo.w ost.niejadalanej 50 g (SOJ) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ) Sałata zielona 20 g Ćwikła z jabłkiem () 80 g Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml (może zawierać: GLU PSZ, SEL, GOR)	Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Chleb bezglutenowy 90 g (SEZ, może zawierać: ORZ) Masło extra 82% 15 g (MLE) Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalanej 25 g (SOJ, SEL, może zawierać: MLE, GOR) Dżem 25 g 2 szt Sałata zielona 20 g Ćwikła z jabłkiem () 80 g	Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Chleb bezglutenowy 90 g (SEZ, może zawierać: ORZ) Masło extra 82% 20 g (MLE) Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalanej 20 g (SOJ, SEL, może zawierać: MLE, GOR) Dżem 25 g 2 szt Sałata zielona 20 g Ćwikła z jabłkiem () 80 g	Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalanej 20 g (SOJ, SEL, może zawierać: MLE, GOR) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ) Sałata zielona 20 g Ćwikła z jabłkiem () 80 g	

Jadłospisy za okres od dnia 2026-06-05 do dnia 2026-06-14 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- D07 Bogatobiałkowa	SIE- D07/ML Bogatobiałkowa bezmleczna	SIE- D09 Niskobiałkowa do 50 g białka	SIE- D09 Niskobiałkowa do 30 g białka	SIE- P01/1 Podstawowa dzieci 1-3 lat
2026-06-08 poniedziałek	PN	Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 30 g			Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt	
		Wartość energetyczna: 2170.37 kcal; Białko ogółem: 91.94 g; Tłuszcz: 45.87 g; Kw. tł. nasy.: 21.17 g; Węglowodany ogółem: 364.18 g; W tym cukry: 86.30 g; Błonnik pok.: 23.11 g; Sól: 6.44 g; WW: 34.08 Por; Ener z B.: 16.94 %; Ener z W.: 67.12 %; Ener z T.: 19.02 %; Potas: 2417.61 mg; Sód: 2572.20 mg;	Wartość energetyczna: 2385.60 kcal; Białko ogółem: 83.87 g; Tłuszcz: 55.20 g; Kw. tł. nasy.: 11.61 g; Węglowodany ogółem: 417.52 g; W tym cukry: 115.64 g; Błonnik pok.: 28.91 g; Sól: 8.09 g; WW: 38.96 Por; Ener z B.: 14.06 %; Ener z W.: 70.01 %; Ener z T.: 20.83 %; Potas: 2896.14 mg; Sód: 3232.36 mg;	Wartość energetyczna: 2090.69 kcal; Białko ogółem: 41.04 g; Tłuszcz: 44.60 g; Kw. tł. nasy.: 20.43 g; Węglowodany ogółem: 397.30 g; W tym cukry: 134.44 g; Błonnik pok.: 24.59 g; Sól: 2.78 g; WW: 37.41 Por; Ener z B.: 7.85 %; Ener z W.: 76.01 %; Ener z T.: 19.20 %; Potas: 1771.92 mg; Sód: 1117.49 mg;	Wartość energetyczna: 1881.65 kcal; Białko ogółem: 30.00 g; Tłuszcz: 50.21 g; Kw. tł. nasy.: 24.90 g; Węglowodany ogółem: 343.81 g; W tym cukry: 130.29 g; Błonnik pok.: 23.52 g; Sól: 2.34 g; WW: 32.17 Por; Ener z B.: 6.38 %; Ener z W.: 73.09 %; Ener z T.: 24.02 %; Potas: 1744.22 mg; Sód: 943.20 mg;	Wartość energetyczna: 1300.37 kcal; Białko ogółem: 51.60 g; Tłuszcz: 39.90 g; Kw. tł. nasy.: 22.03 g; Węglowodany ogółem: 195.02 g; W tym cukry: 73.26 g; Błonnik pok.: 13.11 g; Sól: 3.40 g; WW: 18.14 Por; Ener z B.: 15.87 %; Ener z W.: 59.99 %; Ener z T.: 27.62 %; Potas: 1783.02 mg; Sód: 1363.20 mg;
2026-06-09 wtorek	Śniadanie	Zacierka na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE) Bułka pszenna długa krojona 40 g (GLU PSZ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 25 g Twarożek z koperkiem 80 g (MLE) Pomidor 80 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Sałata zielona 20 g	Zacierka na napoju owsianym 300 ml (GLU PSZ, GLU OW) Bułka pszenna długa krojona 40 g (GLU PSZ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 75 g Pomidor 80 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Sałata zielona 20 g	Zacierka na napoju owsianym 150 ml (GLU PSZ, GLU OW) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb bezglutenowy 90 g (SEZ, może zawierać: ORZ) Masło extra 82% 15 g (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 25 g Dżem 25 g 2 szt Jabłko pieczone 150 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Podplomyki b/c 20 g (GLU PSZ, MLE)	Zacierka na napoju owsianym 150 ml (GLU PSZ, GLU OW) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb bezglutenowy 90 g (SEZ, może zawierać: ORZ) Masło extra 82% 20 g (MLE) Dżem 25 g 2 szt Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Jabłko pieczone 150 g	Zacierka na mleku 200 ml (GLU PSZ, MLE) Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 20 g Twarożek z koperkiem 30 g (MLE) Rzepa biała 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	II ŚN	Jabłko pieczone 150 g			Jabłko 150 g	
	Obiad	Brokułowa z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Ryż na sypko 160 g Szynka wieprzowa gotowana 100 g Sos własny () 80 ml (GLU PSZ, SEL) Buraczki gotowane () 150 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Brokułowa z ziemniakami (bez mleka) () 300 ml (GLU PSZ, SEL) Ryż na sypko 160 g Szynka wieprzowa gotowana 100 g Sos własny () 80 ml (GLU PSZ, SEL) Buraczki gotowane () 150 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Brokułowa z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Ryż na sypko 160 g Szynka wieprzowa gotowana 50 g Sos własny () 80 ml (GLU PSZ, SEL) Buraczki gotowane () 150 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Brokułowa z ziemniakami (bez mleka) () 300 ml (GLU PSZ, SEL) Ziemniaki gotowane () 160 g Klopsik wieprzowy 30 g (GLU PSZ, JAJ) Sos własny () 80 ml (GLU PSZ, SEL) Buraczki gotowane () 150 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Ogórkowa z ziemniakami () 150 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Ryż na sypko 50 g Szynka wieprzowa gotowana 50 g Sos meksykański 40 g (GLU PSZ) Buraczki gotowane () 50 g Surówka z kapusty białej z olejem () 50 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml
	PD					

Jadłospisy za okres od dnia 2026-06-05 do dnia 2026-06-14 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- D07 Bogatobiałkowa	SIE- D07/ML Bogatobiałkowa bezmleczna	SIE- D09 Niskobiałkowa do 50 g białka	SIE- D09 Niskobiałkowa do 30 g białka	SIE- P01/1 Podstawowa dzieci 1-3 lat
2026-06-09 wtorek	Kolacja	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 40 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Miód (25g) 1 szt Szynka zielonogórska- wieprzowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 50 g (SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR.) Pasta warzywna () 80 g (SEL.) Sałata lodowa 20 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 40 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Miód (25g) 1 szt Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Pasta warzywna () 80 g (SEL.) Sałata lodowa 20 g	Chleb bezglutenowy 90 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.) Miód (25g) 1 szt Pasta warzywna () 80 g (SEL.) Sałata lodowa 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb bezglutenowy 90 g (SEZ, może zawierać: ORZ.) Masło extra 82% 20 g (MLE.) Szynka zielonogórska- wieprzowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 20 g (SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR.) Miód (25g) 2 szt Pasta warzywna () 80 g (SEL.) Sałata lodowa 20 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka zielonogórska- wieprzowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 20 g (SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR.) Miód (25g) 1 szt Pasta warzywna () 80 g (SEL.) Sałata lodowa 20 g
	PN	Przecier owocowy jablko-truskawka 120g 1 szt	Mus- przecier owocowy jablko 100g (tubka) 1 szt	Przecier owocowy jablko-truskawka 120g 1 szt		
		Wartość energetyczna: 2085.25 kcal; Białko ogółem: 98.96 g; Tłuszcz: 46.89 g; Kw. tł. nasy.: 21.37 g; Węglowodany ogółem: 333.88 g; W tym cukry: 100.55 g; Błonnik pok.: 25.49 g; Sól: 6.17 g; WW: 30.84 Por; Ener z B.: 18.98 %; Ener z W.: 64.05 %; Ener. z T.: 20.24 %; Potas: 3670.63 mg; Sód: 2468.28 mg;	Wartość energetyczna: 2020.76 kcal; Białko ogółem: 88.46 g; Tłuszcz: 40.60 g; Kw. tł. nasy.: 10.64 g; Węglowodany ogółem: 340.80 g; W tym cukry: 97.49 g; Błonnik pok.: 25.42 g; Sól: 7.79 g; WW: 31.62 Por; Ener z B.: 17.51 %; Ener z W.: 67.46 %; Ener. z T.: 18.08 %; Potas: 3201.44 mg; Sód: 3116.19 mg;	Wartość energetyczna: 1980.89 kcal; Białko ogółem: 52.17 g; Tłuszcz: 51.94 g; Kw. tł. nasy.: 20.01 g; Węglowodany ogółem: 341.76 g; W tym cukry: 108.62 g; Błonnik pok.: 27.34 g; Sól: 3.36 g; WW: 31.57 Por; Ener z B.: 10.54 %; Ener z W.: 69.01 %; Ener. z T.: 23.60 %; Potas: 2847.16 mg; Sód: 1346.54 mg;	Wartość energetyczna: 1946.91 kcal; Białko ogółem: 31.95 g; Tłuszcz: 55.63 g; Kw. tł. nasy.: 24.37 g; Węglowodany ogółem: 346.97 g; W tym cukry: 127.97 g; Błonnik pok.: 29.65 g; Sól: 2.41 g; WW: 31.88 Por; Ener z B.: 6.56 %; Ener z W.: 71.29 %; Ener. z T.: 25.72 %; Potas: 3754.44 mg; Sód: 971.19 mg;	Wartość energetyczna: 1255.00 kcal; Białko ogółem: 51.68 g; Tłuszcz: 36.07 g; Kw. tł. nasy.: 16.72 g; Węglowodany ogółem: 192.33 g; W tym cukry: 88.14 g; Błonnik pok.: 19.76 g; Sól: 3.14 g; WW: 17.30 Por; Ener z B.: 16.47 %; Ener z W.: 61.30 %; Ener. z T.: 25.86 %; Potas: 2405.64 mg; Sód: 1259.82 mg;
2026-06-10 środa	Śniadanie	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 40 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Paszтет rybno- warzywny (Morszczuk) 80 g (GLU PSZ, JAJ, RYB.) Połędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g (SOJ.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Kasza kukurydziana na napoju owsianym 300 ml (GLU OW.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 40 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Paszтет rybno- warzywny (Morszczuk) 80 g (GLU PSZ, JAJ, RYB.) Połędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g (SOJ.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Kasza kukurydziana na napoju owsianym 150 ml (GLU OW.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb bezglutenowy 90 g (SEZ, może zawierać: ORZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Połędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 25 g (SOJ.) Dżem 25 g 2 szt Banan 150 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml (może zawierać: GLU PSZ, SEL, GOR.)	Kasza kukurydziana na napoju owsianym 150 ml (GLU OW.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb bezglutenowy 90 g (SEZ, może zawierać: ORZ.) Masło extra 82% 20 g (MLE.) Połędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 20 g (SOJ.) Dżem 25 g 2 szt Banan 150 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml (może zawierać: GLU PSZ, SEL, GOR.)	Kasza manna z jabłkiem prażonym 150 g (GLU PSZ, MLE.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Paszтет rybno- warzywny (Łosoś) 30 g (GLU PSZ, JAJ, RYB.) Połędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 20 g (SOJ.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g
	II ŚN	Banan 150 g	Banan 150 g	Banan 150 g		Banan 150 g

Jadłospisy za okres od dnia 2026-06-05 do dnia 2026-06-14 KUCHNIA SIEDLCE

	SIE- D07 Bogatobiałkowa	SIE- D07/ML Bogatobiałkowa bezmleczna	SIE- D09 Niskobiałkowa do 50 g białka	SIE- D09 Niskobiałkowa do 30 g białka	SIE- P01/1 Podstawowa dzieci 1-3 lat
Obiad	Jarzynowa z makaronem dieta () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane () 160 g Zrazik drobiowy z udźca pieczony mielony 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos pietruszkowy 80 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Surówka z marchwi z olejem b/c () 75 g Fasolka szparagowa z wody* 75 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Jarzynowa z makaronem (bez mleka) () 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki gotowane () 160 g Zrazik drobiowy z udźca pieczony mielony 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos pietruszkowy (bez mleka) 80 ml (GLU PSZ.) Surówka z marchwi z olejem b/c () 75 g Fasolka szparagowa z wody* 75 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml Jarzynowa z makaronem dieta () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane () 160 g Zrazik drobiowy z udźca pieczony mielony 60 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos pietruszkowy 80 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Surówka z marchwi z olejem b/c () 75 g Fasolka szparagowa z wody* 75 g	Jarzynowa z makaronem (bez mleka) () 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki gotowane () 160 g Zrazik drobiowy z udźca pieczony mielony 30 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos pietruszkowy 80 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Surówka z marchwi z olejem b/c () 75 g Fasolka szparagowa z wody* 75 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Jarzynowa z makaronem dieta () 150 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane () 50 g Zrazik drobiowy z udźca pieczony mielony 50 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos pietruszkowy 40 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Surówka z marchwi z olejem b/c () 50 g Fasolka szparagowa z wody* 50 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml
PD					
2026-06-10 środa Kolejacja	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 40 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona,parzona,z dod.wody,białka wp 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt (MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 40 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 75 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb bezglutenowy 90 g (SEZ, może zawierać: ORZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona,parzona,z dod.wody,białka wp 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt (MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb bezglutenowy 90 g (SEZ, może zawierać: ORZ.) Masło extra 82% 20 g (MLE.) Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona,parzona,z dod.wody,białka wp 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 b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt (MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE.) Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona,parzona,z dod.wody,białka wp 20 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g
PN	Ciasto drożdżowe 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE.)	Pieczynko chrupkie kukurydziano ryżowe 30 g Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt	Ciasto drożdżowe 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE.)	Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt	Ciasto drożdżowe 30 g (GLU PSZ, JAJ, MLE.)
	Wartość energetyczna: 2326.91 kcal; Białko ogółem: 100.30 g; Tłuszcz: 63.15 g; Kw. tł. nasy.: 23.53 g; Węglowodany ogółem: 329.76 g; W tym cukry: 75.67 g; Błonnik pok.: 25.35 g; Sól: 7.22 g; WW: 30.62 Por; Ener z B.: 17.24 %; Ener z W.: 56.69 %; Ener. z T.: 24.42 %; Potas: 4150.24 mg; Sód: 2890.39 mg;	Wartość energetyczna: 2179.35 kcal; Białko ogółem: 93.62 g; Tłuszcz: 52.78 g; Kw. tł. nasy.: 10.98 g; Węglowodany ogółem: 349.04 g; W tym cukry: 85.42 g; Błonnik pok.: 24.75 g; Sól: 8.77 g; WW: 32.62 Por; Ener z B.: 17.18 %; Ener z W.: 64.06 %; Ener. z T.: 21.80 %; Potas: 3793.71 mg; Sód: 3508.23 mg;	Wartość energetyczna: 2172.06 kcal; Białko ogółem: 51.38 g; Tłuszcz: 61.86 g; Kw. tł. nasy.: 23.62 g; Węglowodany ogółem: 340.30 g; W tym cukry: 108.43 g; Błonnik pok.: 25.37 g; Sól: 3.02 g; WW: 31.84 Por; Ener z B.: 9.46 %; Ener z W.: 62.67 %; Ener. z T.: 25.63 %; Potas: 3223.98 mg; Sód: 1207.87 mg;	Wartość energetyczna: 2039.47 kcal; Białko ogółem: 32.88 g; Tłuszcz: 55.76 g; Kw. tł. nasy.: 24.11 g; Węglowodany ogółem: 366.40 g; W tym cukry: 157.62 g; Błonnik pok.: 24.65 g; Sól: 2.30 g; WW: 34.48 Por; Ener z B.: 6.45 %; Ener z W.: 71.86 %; Ener. z T.: 24.60 %; Potas: 3132.95 mg; Sód: 924.79 mg;	Wartość energetyczna: 1330.77 kcal; Białko ogółem: 47.93 g; Tłuszcz: 45.29 g; Kw. tł. nasy.: 19.34 g; Węglowodany ogółem: 175.26 g; W tym cukry: 63.69 g; Błonnik pok.: 14.46 g; Sól: 2.82 g; WW: 16.23 Por; Ener z B.: 14.41 %; Ener z W.: 52.68 %; Ener. z T.: 30.63 %; Potas: 2504.60 mg; Sód: 1130.19 mg;

Jadłospisy za okres od dnia 2026-06-05 do dnia 2026-06-14 KUCHNIA SIEDLCE

	SIE- D07 Bogatobiałkowa	SIE- D07/ML Bogatobiałkowa bezmleczna	SIE- D09 Niskobiałkowa do 50 g białka	SIE- D09 Niskobiałkowa do 30 g białka	SIE- P01/1 Podstawowa dzieci 1-3 lat	
2026-06-11 czwartek	Śniadanie	<p>Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb mieszany pszenno-żytni 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 25 g (SOJ.) Salatka wiosenna - diety 200 g Salata zielona 20 g</p>	<p>Płatki owsiane na napoju owsianym 300 ml (GLU OW.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb mieszany pszenno-żytni 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 75 g (SOJ.) Salatka wiosenna - diety 200 g Salata zielona 20 g</p>	<p>Płatki owsiane na napoju owsianym 150 ml (GLU OW.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Chleb bezglutenowy 90 g (SEZ, może zawierać: ORZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 20 g (SOJ.) Dżem 25 g 2 szt Salatka wiosenna - diety 200 g Salata zielona 20 g Jabłko pieczone 150 g</p>	<p>Płatki owsiane na napoju owsianym 150 ml (GLU OW.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Chleb bezglutenowy 90 g (SEZ, może zawierać: ORZ.) Masło extra 82% 20 g (MLE.) Dżem 25 g 2 szt Salatka wiosenna - diety 200 g Salata zielona 20 g Jabłko pieczone 150 g</p>	<p>Płatki owsiane na mleku 150 ml (MLE, GLU OW.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 20 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Ser żółty 20 g (MLE.) Salatka wiosenna 100 g Salata zielona 20 g</p>
	II ŚN	Jabłko pieczone 150 g	Jabłko pieczone 150 g Kisiel o smaku truskawkowym z/c 200 ml (może zawierać: GLU PSZ, SEL, GOR.)		Jabłko 150 g	
	Obiad	<p>Ziemniaczana () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami* 300 g (SEL, GLU JEJCZ.) Dynia duszona z marchewką * 75 g (GLU PSZ.) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 75 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml</p>	<p>Ziemniaczana (bez mleka) () 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami* 300 g (SEL, GLU JEJCZ.) Dynia duszona z marchewką * 75 g (GLU PSZ.) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 75 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml</p>	<p>Ziemniaczana (bez mleka) () 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami* 150 g (SEL, GLU JEJCZ.) Dynia duszona z marchewką * 75 g (GLU PSZ.) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 75 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml</p>	<p>Barszcz biały z ziemniakami () 150 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT.) Pierogi leniwe 150 g (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Mus z jabłek () b/c 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml</p>	
	PD					
Kolacja	<p>Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Gulaszowa z mięsem drobiowym- dieta () 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Banan 150 g</p>	<p>Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Gulaszowa z mięsem drobiowym- dieta () 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Banan 150 g</p>	<p>Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb bezglutenowy 90 g (SEZ, może zawierać: ORZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Poledwica Sopotcka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 20 g (SOJ.) Miód (25g) 2 szt Pasta marchewkowo-pomidorowa 80 g Salata zielona 20 g</p>	<p>Chleb bezglutenowy 90 g (SEZ, może zawierać: ORZ.) Masło extra 82% 20 g (MLE.) Poledwica Sopotcka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 20 g (SOJ.) Miód (25g) 2 szt Pasta marchewkowo-pomidorowa 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml</p>	<p>Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Gulaszowa z mięsem drobiowym- dieta () 150 ml (GLU PSZ, SEL.) Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ.) Banan 150 g</p>	

Jadłospisy za okres od dnia 2026-06-05 do dnia 2026-06-14 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- D07 Bogatobiałkowa	SIE- D07/ML Bogatobiałkowa bezmleczna	SIE- D09 Niskobiałkowa do 50 g białka	SIE- D09 Niskobiałkowa do 30 g białka	SIE- P01/1 Podstawowa dzieci 1-3 lat
2026-06-11 czwartek	PN	Wafle ryżowe 30 g Dżem 25 g 1 szt			Dżem 25 g 1 szt Wafle ryżowe 30 g	
		Wartość energetyczna: 2419.24 kcal; Białko ogółem: 85.61 g; Tłuszcz: 66.17 g; Kw. tł. nasy.: 15.83 g; Węglowodany ogółem: 393.40 g; W tym cukry: 103.67 g; Błonnik pok.: 36.39 g; Sól: 6.79 g; WW: 35.80 Por; Ener z B.: 14.15 %; Ener z W.: 65.04 %; Ener. z T.: 24.62 %; Potas: 4817.01 mg; Sód: 2728.54 mg;	Wartość energetyczna: 2542.10 kcal; Białko ogółem: 78.52 g; Tłuszcz: 63.39 g; Kw. tł. nasy.: 9.88 g; Węglowodany ogółem: 437.31 g; W tym cukry: 132.27 g; Błonnik pok.: 36.42 g; Sól: 7.25 g; WW: 40.31 Por; Ener z B.: 12.36 %; Ener z W.: 68.81 %; Ener. z T.: 22.44 %; Potas: 4453.31 mg; Sód: 2909.31 mg;	Wartość energetyczna: 2325.47 kcal; Białko ogółem: 47.75 g; Tłuszcz: 80.22 g; Kw. tł. nasy.: 23.36 g; Węglowodany ogółem: 371.90 g; W tym cukry: 128.20 g; Błonnik pok.: 33.71 g; Sól: 3.28 g; WW: 34.06 Por; Ener z B.: 8.21 %; Ener z W.: 63.97 %; Ener. z T.: 31.04 %; Potas: 3301.08 mg; Sód: 1324.04 mg;	Wartość energetyczna: 2166.94 kcal; Białko ogółem: 32.88 g; Tłuszcz: 80.08 g; Kw. tł. nasy.: 27.19 g; Węglowodany ogółem: 345.44 g; W tym cukry: 126.03 g; Błonnik pok.: 30.16 g; Sól: 2.44 g; WW: 31.78 Por; Ener z B.: 6.07 %; Ener z W.: 63.77 %; Ener. z T.: 33.26 %; Potas: 2910.47 mg; Sód: 989.72 mg;	Wartość energetyczna: 1380.14 kcal; Białko ogółem: 45.71 g; Tłuszcz: 32.11 g; Kw. tł. nasy.: 14.81 g; Węglowodany ogółem: 241.81 g; W tym cukry: 78.65 g; Błonnik pok.: 18.88 g; Sól: 2.27 g; WW: 22.44 Por; Ener z B.: 13.25 %; Ener z W.: 70.08 %; Ener. z T.: 20.94 %; Potas: 2708.65 mg; Sód: 918.87 mg;
2026-06-12 piątek	Śniadanie	Kasza manna na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE,) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,) Bułka pszenna długa krojona 40 g (GLU PSZ,) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Dżem 25 g 1 szt Serek wiejski lekki 3% tł 150g 1 szt (MLE,) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Kasza manna na napoju owsianym 300 ml (GLU PSZ, GLU OW,) Kawa zbożowa b/c 250 ml (GLU ŻYT, GLU JĘCZ,) Bułka pszenna długa krojona 40 g (GLU PSZ,) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10g Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Dżem 25 g 1 szt Pomidor 80 g Kawa zbożowa b/c 250 ml (GLU ŻYT, GLU JĘCZ,) Sałata zielona 20 g Przecier owocowy jabłko-banan 120g 1 szt	Kasza manna na napoju owsianym 150 ml (GLU PSZ, GLU OW,) Chleb bezglutenowy 90 g (SEZ, może zawierać: ORZ,) Masło extra 82% 15 g (MLE,) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Dżem 25 g 1 szt Pomidor 80 g Kawa zbożowa b/c 250 ml (GLU ŻYT, GLU JĘCZ,) Sałata zielona 20 g Przecier owocowy jabłko-banan 120g 1 szt	Kasza manna na napoju owsianym 150 ml (GLU PSZ, GLU OW,) Chleb bezglutenowy 90 g (SEZ, może zawierać: ORZ,) Masło extra 82% 20 g (MLE,) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 20 g Dżem 25 g 2 szt Pomidor 80 g Kawa zbożowa b/c 250 ml (GLU ŻYT, GLU JĘCZ,) Sałata zielona 20 g Przecier owocowy jabłko-banan 120g 1 szt	Kasza manna na mleku 150 ml (GLU PSZ, MLE,) Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Dżem 25 g 1 szt Serek wiejski lekki 3% tł 150g 1 szt (MLE,) Rzodkiewka 80 g Kakao z mlekiem z/c 250 ml (MLE,) Sałata zielona 20 g
	II ŚN	Przecier owocowy jabłko-banan 120g 1 szt				Arbuz 100 g
	Obiad	Szpinakowa z zacierką () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Ziemniaki gotowane () 160 g Pulpet rybny (Morszczuk) 120 g (GLU PSZ, JAJ, RYB,) Sos koperkowy () 80 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 150 g (SEL,) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Szpinakowa z zacierką (bez mleka) () 300 ml (GLU PSZ, SEL,) Ziemniaki gotowane () 160 g Pulpet rybny (Morszczuk) 120 g (GLU PSZ, JAJ, RYB,) Sos koperkowy (bez mleka) 80 ml (GLU PSZ,) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 150 g (SEL,) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Szpinakowa z zacierką (bez mleka) () 300 ml (GLU PSZ, SEL,) Ziemniaki gotowane () 160 g Pulpet rybny (Morszczuk) 60 g (GLU PSZ, JAJ, RYB,) Sos koperkowy (bez mleka) 80 ml (GLU PSZ,) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 150 g (SEL,) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Szpinakowa z zacierką (bez mleka) () 300 ml (GLU PSZ, SEL,) Ziemniaki gotowane () 160 g Pulpet rybny (Morszczuk) 30 g (GLU PSZ, JAJ, RYB,) Sos koperkowy (bez mleka) 80 ml (GLU PSZ,) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 150 g (SEL,) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Szpinakowa z zacierką () 150 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Ziemniaki gotowane () 50 g Ryba pieczona (Morszczuk) 50 g (RYB,) Sos koperkowy () 40 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 100 g (SEL,) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml
	PD					

Jadłospisy za okres od dnia 2026-06-05 do dnia 2026-06-14 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- D07 Bogatobiałkowa	SIE- D07/ML Bogatobiałkowa bezmleczna	SIE- D09 Niskobiałkowa do 50 g białka	SIE- D09 Niskobiałkowa do 30 g białka	SIE- P01/1 Podstawowa dzieci 1-3 lat
2026-06-12 piątek	Kolacja	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 40 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Serek homo z natką pietruszki 50 g (MLE.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 40 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Jajko gotowane kl M 2 szt (JAJ.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb bezglutenowy 90 g (SEZ, może zawierać: ORZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Serek homo z natką pietruszki 50 g (MLE.) Miód (25g) 1 szt Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb bezglutenowy 90 g (SEZ, może zawierać: ORZ.) Masło extra 82% 20 g (MLE.) Miód (25g) 2 szt Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Serek homo z natką pietruszki 30 g (MLE.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g
	PN	Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt Biskvioty b/ml 30 g (GLU PSZ, JAJ.)	Biskvioty b/ml 30 g (GLU PSZ, JAJ.) Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt	Biskvioty b/ml 30 g (GLU PSZ, JAJ.)		Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt
		Wartość energetyczna: 2317.92 kcal; Białko ogółem: 111.69 g; Tłuszcz: 58.18 g; Kw. tł. nasy.: 20.41 g; Węglowodany ogółem: 354.56 g; W tym cukry: 96.86 g; Błonnik pok.: 26.92 g; Sól: 6.87 g; WW: 32.84 Por; Ener z B.: 19.27 %; Ener z W.: 61.19 %; Ener. z T.: 22.59 %; Potas: 3855.95 mg; Sód: 2732.13 mg;	Wartość energetyczna: 2180.40 kcal; Białko ogółem: 93.98 g; Tłuszcz: 52.37 g; Kw. tł. nasy.: 11.97 g; Węglowodany ogółem: 350.44 g; W tym cukry: 84.50 g; Błonnik pok.: 26.84 g; Sól: 8.28 g; WW: 32.44 Por; Ener z B.: 17.24 %; Ener z W.: 64.29 %; Ener. z T.: 21.62 %; Potas: 3326.85 mg; Sód: 3295.43 mg;	Wartość energetyczna: 1875.54 kcal; Białko ogółem: 52.96 g; Tłuszcz: 51.31 g; Kw. tł. nasy.: 18.67 g; Węglowodany ogółem: 314.60 g; W tym cukry: 80.49 g; Błonnik pok.: 28.27 g; Sól: 4.04 g; WW: 28.76 Por; Ener z B.: 11.29 %; Ener z W.: 67.10 %; Ener. z T.: 24.62 %; Potas: 2853.71 mg; Sód: 1607.89 mg;	Wartość energetyczna: 1918.40 kcal; Białko ogółem: 32.61 g; Tłuszcz: 55.03 g; Kw. tł. nasy.: 23.40 g; Węglowodany ogółem: 337.90 g; W tym cukry: 109.20 g; Błonnik pok.: 28.07 g; Sól: 2.80 g; WW: 31.18 Por; Ener z B.: 6.80 %; Ener z W.: 70.45 %; Ener. z T.: 25.81 %; Potas: 2722.24 mg; Sód: 1114.87 mg;	Wartość energetyczna: 1383.60 kcal; Białko ogółem: 72.10 g; Tłuszcz: 44.57 g; Kw. tł. nasy.: 18.26 g; Węglowodany ogółem: 182.38 g; W tym cukry: 95.67 g; Błonnik pok.: 15.36 g; Sól: 3.53 g; WW: 16.79 Por; Ener z B.: 20.84 %; Ener z W.: 52.72 %; Ener. z T.: 28.99 %; Potas: 2717.60 mg; Sód: 1401.67 mg;
2026-06-13 sobota	Śniadanie	Platki jęczmienne na mleku 300 ml (MLE, GLU JEJCZ.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 40 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Połędwica Sopotcka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g (SOJ.) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 25 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Platki jęczmienne na napoju owsianym 300 ml (GLU OW, GLU JEJCZ.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 40 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Połędwica Sopotcka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 75 g (SOJ.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Platki jęczmienne na napoju owsianym 150 ml (GLU OW, GLU JEJCZ.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb bezglutenowy 90 g (SEZ, może zawierać: ORZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Połędwica Sopotcka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 20 g (SOJ.) Dżem 25 g 2 szt Pomidor 80 g Banan 150 g Sałata zielona 20 g Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.)	Platki jęczmienne na napoju owsianym 150 ml (GLU OW, GLU JEJCZ.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb bezglutenowy 90 g (SEZ, może zawierać: ORZ.) Masło extra 82% 20 g (MLE.) Połędwica Sopotcka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 20 g (SOJ.) Dżem 25 g 2 szt Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Banan 150 g Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 20 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.)	Platki jęczmienne na mleku 150 ml (MLE, GLU JEJCZ.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Połędwica Sopotcka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 20 g (SOJ.) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 20 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g
	II ŚN	Banan 150 g				Banan 150 g
	Obiad	Koperkowa z ryżem () 300 ml (MLE, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 160 g (GLU JEJCZ.) Gulasz wieprzowy- dieta 150 g (GLU PSZ.) Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c () 75 g Buraczki gotowane drobno tarte () 75 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Koperkowa z ryżem (bez mleka) () 300 ml (SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 160 g (GLU JEJCZ.) Gulasz wieprzowy- dieta 150 g (GLU PSZ.) Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c () 75 g Buraczki gotowane drobno tarte () 75 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Koperkowa z ryżem () 300 ml (MLE, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 160 g (GLU JEJCZ.) Gulasz wieprzowy- dieta 80 g (GLU PSZ.) Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c () 75 g Buraczki gotowane drobno tarte () 75 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Koperkowa z ryżem (bez mleka) () 300 ml (SEL.) Ziemniaki gotowane () 160 g Gulasz wieprzowy- dieta 50 g (GLU PSZ.) Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c () 75 g Buraczki gotowane drobno tarte () 75 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Koperkowa z ryżem () 150 ml (MLE, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 50 g (GLU JEJCZ.) Gulasz wieprzowy 60 g (GLU PSZ.) Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c () 50 g Buraczki gotowane drobno tarte () 50 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml

Jadłospisy za okres od dnia 2026-06-05 do dnia 2026-06-14 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- D07 Bogatobiałkowa	SIE- D07/ML Bogatobiałkowa bezmleczna	SIE- D09 Niskobiałkowa do 50 g białka	SIE- D09 Niskobiałkowa do 30 g białka	SIE- P01/1 Podstawowa dzieci 1-3 lat
2026-06-13 sobota	PD					
	Kolacja	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 40 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa, wędzona, z wodą dodaną 50 g (SOJ.) Ser mozzarella 25 g (MLE.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 40 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% # 10 g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 75 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb bezglutenowy 90 g (SEZ, może zawierać: ORZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 20 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Miód (25g) 2 szt Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb bezglutenowy 90 g (SEZ, może zawierać: ORZ.) Masło extra 82% 20 g (MLE.) Miód (25g) 2 szt Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa, wędzona, z wodą dodaną 20 g (SOJ.) Ser mozzarella 20 g (MLE.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g
2026-06-14 niedziela	PN	Bułka maślana 1 szt 1 szt (GLU PSZ, JAJ, MLE.)	Przecier owocowy jabłko-truskawka 120g 1 szt			Bułka maślana 1 szt 1 szt (GLU PSZ, JAJ, MLE.)
	Śniadanie	Wartość energetyczna: 2297.09 kcal; Białko ogółem: 100.91 g; Tłuszcz: 62.10 g; Kw. tł. nasy.: 22.73 g; Węglowodany ogółem: 351.34 g; W tym cukry: 81.42 g; Błonnik pok.: 26.15 g; Sól: 9.38 g; WW: 32.57 Por; Ener z B.: 17.57 %; Ener z W.: 61.18 %; Ener. z T.: 24.33 %; Potas: 3197.51 mg; Sód: 3750.06 mg;	Wartość energetyczna: 1917.04 kcal; Białko ogółem: 80.41 g; Tłuszcz: 46.83 g; Kw. tł. nasy.: 12.31 g; Węglowodany ogółem: 311.54 g; W tym cukry: 83.69 g; Błonnik pok.: 24.35 g; Sól: 8.47 g; WW: 28.83 Por; Ener z B.: 16.78 %; Ener z W.: 65.01 %; Ener. z T.: 21.99 %; Potas: 2696.44 mg; Sód: 3386.85 mg;	Wartość energetyczna: 1959.99 kcal; Białko ogółem: 48.74 g; Tłuszcz: 53.26 g; Kw. tł. nasy.: 20.90 g; Węglowodany ogółem: 337.61 g; W tym cukry: 134.40 g; Błonnik pok.: 25.03 g; Sól: 4.17 g; WW: 31.48 Por; Ener z B.: 9.95 %; Ener z W.: 68.90 %; Ener. z T.: 24.46 %; Potas: 2387.67 mg; Sód: 1672.61 mg;	Wartość energetyczna: 1900.47 kcal; Białko ogółem: 32.97 g; Tłuszcz: 53.86 g; Kw. tł. nasy.: 24.72 g; Węglowodany ogółem: 337.13 g; W tym cukry: 134.42 g; Błonnik pok.: 24.96 g; Sól: 2.83 g; WW: 31.44 Por; Ener z B.: 6.94 %; Ener z W.: 70.96 %; Ener. z T.: 25.50 %; Potas: 3267.91 mg; Sód: 1138.33 mg;	Wartość energetyczna: 1403.57 kcal; Białko ogółem: 54.82 g; Tłuszcz: 42.11 g; Kw. tł. nasy.: 17.25 g; Węglowodany ogółem: 210.73 g; W tym cukry: 69.79 g; Błonnik pok.: 15.93 g; Sól: 4.44 g; WW: 19.53 Por; Ener z B.: 15.62 %; Ener z W.: 60.05 %; Ener. z T.: 27.00 %; Potas: 2303.40 mg; Sód: 1775.23 mg;
	II ŚN	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 40 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Pomidor 80 g Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 25 g (SOJ.) Twaróg półtłusty 80 g (MLE.) Sałata zielona 20 g	Kasza kukurydziana na napoju owsianym 300 ml (GLU OW.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 40 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% # 10 g Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 75 g (SOJ.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Kasza kukurydziana na napoju owsianym 150 ml (GLU OW.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb bezglutenowy 90 g (SEZ, może zawierać: ORZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 20 g (SOJ.) Miód (25g) 2 szt Pomidor 80 g Przecier owocowy jabłko-banan 120g 1 szt Biszkopty b/ml 30 g (GLU PSZ, JAJ.) Sałata zielona 20 g	Kasza kukurydziana na napoju owsianym 150 ml (GLU OW.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb bezglutenowy 90 g (SEZ, może zawierać: ORZ.) Masło extra 82% 20 g (MLE.) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 20 g (SOJ.) Miód (25g) 2 szt Pomidor 80 g Przecier owocowy jabłko-banan 120g 1 szt Sałata zielona 20 g	Kasza kukurydziana na mleku 150 ml (MLE.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Pomidor 80 g Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 20 g (SOJ.) Twaróg półtłusty 30 g (MLE.) Sałata zielona 20 g
		Przecier owocowy jabłko-banan 120g 1 szt				Jabłko 150 g

Jadłospisy za okres od dnia 2026-06-05 do dnia 2026-06-14 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- D07 Bogatobiałkowa	SIE- D07/ML Bogatobiałkowa bezmleczna	SIE- D09 Niskobiałkowa do 50 g białka	SIE- D09 Niskobiałkowa do 30 g białka	SIE- P01/1 Podstawowa dzieci 1-3 lat	
2026-06-14 niedziela	Obiad	Rosół z makaronem () 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki gotowane () 160 g Ćwiartka z kurczaka gotowana 130 g Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 75 g Brokuł gotowany* 75 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Rosół z makaronem PKU () 300 ml (SEL.) Ziemniaki gotowane () 160 g Ćwiartka z kurczaka gotowana 60 g Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 75 g Brokuł gotowany* 75 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Rosół z makaronem PKU () 300 ml (SEL.) Pulpet drobiowy 30 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos pietruszkowy* 80 ml (GLU PSZ, MLE.) Ziemniaki gotowane () 160 g Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 75 g Brokuł gotowany* 75 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Rosół z makaronem () 150 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki gotowane () 50 g Ćwiartka z kurczaka pieczona 50 g Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 50 g Brokuł gotowany* 50 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml		
	PD						
2026-06-14 niedziela	Kolacja	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 40 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Dżem 25 g 1 szt Szynka z piersią kurczaka-wędl.z drob.gr.rozd.parzo.w osł.niejadalnej 50 g (SOJ.) Pasta marchewkowo-pomidorowa 80 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 40 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynka z piersią kurczaka-wędl.z drob.gr.rozd.parzo.w osł.niejadalnej 50 g (SOJ.) Dżem 25 g 1 szt Pasta marchewkowo-pomidorowa 80 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb bezglutenowy 90 g (SEZ, może zawierać: ORZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynka z piersią kurczaka-wędl.z drob.gr.rozd.parzo.w osł.niejadalnej 20 g (SOJ.) Dżem 25 g 2 szt Pasta marchewkowo-pomidorowa 80 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb bezglutenowy 90 g (SEZ, może zawierać: ORZ.) Masło extra 82% 20 g (MLE.) Szynka z piersią kurczaka-wędl.z drob.gr.rozd.parzo.w osł.niejadalnej 20 g (SOJ.) Dżem 25 g 2 szt Pasta marchewkowo-pomidorowa 80 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka z piersią kurczaka-wędl.z drob.gr.rozd.parzo.w osł.niejadalnej 20 g (SOJ.) Dżem 25 g 1 szt Pasta marchewkowo-pomidorowa 80 g Sałata zielona 20 g	
	PN	Mleko Smakowe UHT 1,5% tł 0,2l 1 szt (MLE.) Podpiomyki b/c 20 g (GLU PSZ, MLE.)	Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt Biszkopty b/ml 30 g (GLU PSZ, JAJ.)	Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt		Mleko Smakowe UHT 1,5% tł 0,2l 1 szt (MLE.)	
	Wartość energetyczna: 2376.36 kcal; Białko ogółem: 126.63 g; Tłuszcz: 78.56 g; Kw. tł. nasy.: 30.44 g; Węglowodany ogółem: 317.51 g; W tym cukry: 71.64 g; Błonnik pok.: 23.92 g; Sól: 7.35 g; WW: 29.41 Por; Ener z B.: 21.32 %; Ener z W.: 53.44 %; Ener. z T.: 29.75 %; Potas: 4017.50 mg; Sód: 2948.28 mg;	Wartość energetyczna: 2289.76 kcal; Białko ogółem: 109.43 g; Tłuszcz: 71.91 g; Kw. tł. nasy.: 17.59 g; Węglowodany ogółem: 329.27 g; W tym cukry: 84.78 g; Błonnik pok.: 23.92 g; Sól: 8.58 g; WW: 30.67 Por; Ener z B.: 19.12 %; Ener z W.: 57.52 %; Ener. z T.: 28.27 %; Potas: 3569.60 mg; Sód: 3437.88 mg;	Wartość energetyczna: 2115.29 kcal; Białko ogółem: 53.01 g; Tłuszcz: 64.54 g; Kw. tł. nasy.: 23.55 g; Węglowodany ogółem: 349.24 g; W tym cukry: 126.15 g; Błonnik pok.: 25.14 g; Sól: 3.42 g; WW: 32.53 Por; Ener z B.: 10.02 %; Ener z W.: 66.04 %; Ener. z T.: 27.46 %; Potas: 2994.64 mg; Sód: 1375.40 mg;	Wartość energetyczna: 1951.27 kcal; Białko ogółem: 34.93 g; Tłuszcz: 61.13 g; Kw. tł. nasy.: 25.79 g; Węglowodany ogółem: 334.34 g; W tym cukry: 126.52 g; Błonnik pok.: 25.43 g; Sól: 3.33 g; WW: 31.01 Por; Ener z B.: 7.16 %; Ener z W.: 68.54 %; Ener. z T.: 28.19 %; Potas: 2717.67 mg; Sód: 1341.49 mg;	Wartość energetyczna: 1261.28 kcal; Białko ogółem: 59.28 g; Tłuszcz: 48.36 g; Kw. tł. nasy.: 21.08 g; Węglowodany ogółem: 160.33 g; W tym cukry: 57.79 g; Błonnik pok.: 14.42 g; Sól: 3.43 g; WW: 14.66 Por; Ener z B.: 18.80 %; Ener z W.: 50.85 %; Ener. z T.: 34.51 %; Potas: 2361.35 mg; Sód: 1378.50 mg;		

Jadłospisy za okres od dnia 2026-06-05 do dnia 2026-06-14 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- P02/1 Łatwo strawna dzieci 1-3 lat	SIE- P03/1 Z ogr.łatwoprzy. wegl. dzieci 1-3 lat	SIE- P01/2 Podstawowa dzieci 4-9 lat	SIE- P02/2 Łatwo strawna dzieci 4-9 lat	SIE- P03/2 Z ogr.łatwoprzy. wegl. dzieci 4-9 lat
2026-06-05 piątek	Śniadanie	Zacierka na mleku 150 ml (GLU PSZ, MLE) Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Miód (25g) 1 szt Serek wiejski lekki 3% tł 150g 1 szt (MLE) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Serek wiejski lekki 3% tł 150g 1 szt (MLE) Hummus zielony z ciecierzycy 20 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Zacierka na mleku 200 ml (GLU PSZ, MLE) Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ) Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Powidła śliwkowe 25 g Serek wiejski lekki 3% tł 150g 1 szt (MLE) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Zacierka na mleku 200 ml (GLU PSZ, MLE) Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ) Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Miód (25g) 1 szt Serek wiejski lekki 3% tł 150g 1 szt (MLE) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Serek wiejski lekki 3% tł 150g 1 szt (MLE) Hummus zielony z ciecierzycy 25 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g
	II ŚN	Jabłko pieczone 150 g	Jabłko 150 g	Jabłko pieczone 150 g	Jabłko 150 g	
	Obiad	Krupnik jęczmienny () 150 ml (MLE, SEL, GLU JĘCZ) Ziemniaki gotowane () 50 g Pulpet rybny (Morszczuk) 50 g (GLU PSZ, JAJ, RYB) Sos koperkowy * 40 ml (GLU PSZ, MLE) Warzywa po grecku () 100 g (GLU PSZ, SEL) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Krupnik jęczmienny () 150 ml (MLE, SEL, GLU JĘCZ) Ziemniaki gotowane () 50 g Pulpet rybny (Morszczuk) 50 g (GLU PSZ, JAJ, RYB) Sos koperkowy * 40 ml (GLU PSZ, MLE) Warzywa po grecku () 50 g (GLU PSZ, SEL) Surówka z kapusty młodej z olejem () 50 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml	Krupnik jęczmienny () 200 ml (MLE, SEL, GLU JĘCZ) Ziemniaki gotowane () 100 g Ryba pieczona (Morszczuk) 90 g (RYB) Sos koperkowy * 80 ml (GLU PSZ, MLE) Surówka z kapusty młodej z olejem () 75 g Warzywa po grecku () 75 g (GLU PSZ, SEL) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Krupnik jęczmienny () 200 ml (MLE, SEL, GLU JĘCZ) Ziemniaki gotowane () 100 g Pulpet rybny (Morszczuk) 90 g (GLU PSZ, JAJ, RYB) Sos koperkowy * 80 ml (GLU PSZ, MLE) Warzywa po grecku () 150 g (GLU PSZ, SEL) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Krupnik jęczmienny () 200 ml (MLE, SEL, GLU JĘCZ) Ziemniaki gotowane () 100 g Pulpet rybny (Morszczuk) 90 g (GLU PSZ, JAJ, RYB) Sos koperkowy * 80 ml (GLU PSZ, MLE) Warzywa po grecku () 75 g (GLU PSZ, SEL) Surówka z kapusty młodej z olejem () 75 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml
	PD					
	Kolacja	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ) Dżem 25 g 1 szt Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ) Ser żółty 20 g (MLE) Ogórek świeży 80 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ) Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ) Ser żółty 50 g (MLE) Ogórek świeży 80 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ) Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ) Dżem 25 g 1 szt Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ) Ser żółty 50 g (MLE) Ogórek świeży 80 g Sałata zielona 20 g
PN	Przecier owocowy jabłko-truskawka 120g 1 szt	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Przecier owocowy jabłko-truskawka 120g 1 szt	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt		

Jadłospisy za okres od dnia 2026-06-05 do dnia 2026-06-14 KUCHNIA SIEDLCE

	SIE- P02/1 Łatwo strawna dzieci 1-3 lat	SIE- P03/1 Z ogr.łatwoprzy. wegl. dzieci 1-3 lat	SIE- P01/2 Podstawowa dzieci 4-9 lat	SIE- P02/2 Łatwo strawna dzieci 4-9 lat	SIE- P03/2 Z ogr.łatwoprzy. wegl. dzieci 4-9 lat
2026-06-05 piątek	Wartość energetyczna: 1299.92 kcal; Białko ogółem: 57.58 g; Tłuszcz: 38.92 g; Kw. tł. nasy.: 15.49 g; Węglowodany ogółem: 189.64 g; W tym cukry: 90.52 g; Błonnik pok.: 14.53 g; Sól: 3.16 g; WW: 17.59 Por; Ener z B.: 17.72 %; Ener z W.: 58.35 %; Ener. z T.: 26.94 %; Potas: 2171.31 mg; Sód: 1264.20 mg;	Wartość energetyczna: 1193.38 kcal; Białko ogółem: 64.94 g; Tłuszcz: 47.95 g; Kw. tł. nasy.: 19.78 g; Węglowodany ogółem: 141.56 g; W tym cukry: 38.06 g; Błonnik pok.: 21.17 g; Sól: 3.74 g; WW: 11.99 Por; Ener z B.: 21.77 %; Ener z W.: 47.45 %; Ener. z T.: 36.16 %; Potas: 2235.86 mg; Sód: 1490.49 mg;	Wartość energetyczna: 1816.44 kcal; Białko ogółem: 94.76 g; Tłuszcz: 63.33 g; Kw. tł. nasy.: 26.89 g; Węglowodany ogółem: 231.12 g; W tym cukry: 75.19 g; Błonnik pok.: 19.24 g; Sól: 5.66 g; WW: 21.15 Por; Ener z B.: 20.87 %; Ener z W.: 50.90 %; Ener. z T.: 31.38 %; Potas: 2957.40 mg; Sód: 2263.20 mg;	Wartość energetyczna: 1724.14 kcal; Białko ogółem: 78.17 g; Tłuszcz: 45.74 g; Kw. tł. nasy.: 16.93 g; Węglowodany ogółem: 264.61 g; W tym cukry: 96.95 g; Błonnik pok.: 20.52 g; Sól: 4.87 g; WW: 24.48 Por; Ener z B.: 18.14 %; Ener z W.: 61.39 %; Ener. z T.: 23.87 %; Potas: 2999.72 mg; Sód: 1942.44 mg;	Wartość energetyczna: 1684.57 kcal; Białko ogółem: 91.86 g; Tłuszcz: 64.24 g; Kw. tł. nasy.: 26.71 g; Węglowodany ogółem: 211.13 g; W tym cukry: 42.75 g; Błonnik pok.: 30.13 g; Sól: 5.74 g; WW: 18.05 Por; Ener z B.: 21.81 %; Ener z W.: 50.13 %; Ener. z T.: 34.32 %; Potas: 3147.75 mg; Sód: 2290.50 mg;
2026-06-06 sobota	Sniadanie Platki owsiane na mleku 150 ml (MLE, GLU OW.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy,grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 20 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt (MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE.) Pasta z cukinii i marchewki 80 g Sałata zielona 20 g	Sniadanie Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy,grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 20 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt (MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE.) Pasta z cukinii i marchewki 80 g Sałata zielona 20 g	Sniadanie Platki owsiane na mleku 200 ml (MLE, GLU OW.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt (MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE.) Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy,grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Pasta z cukinii i marchewki 80 g Sałata zielona 20 g	Sniadanie Platki owsiane na mleku 200 ml (MLE, GLU OW.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy,grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt (MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE.) Pasta z cukinii i marchewki 80 g Sałata zielona 20 g	Sniadanie Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy,grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt (MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE.) Rzodkiew biała 80 g Sałata zielona 20 g
II ŚN	Jabłko 1 szt 1 szt	Jabłko 150 g	Banan 150 g	Jabłko 1 szt 1 szt	Jabłko 150 g
Obiad	Koperkowa z ziemniakami () 150 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryż na sypko 50 g Potrawka drobiowa () 60 g (GLU PSZ, SEL.) Buraczki gotowane () 50 g Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c () 50 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Koperkowa z ziemniakami () 150 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryż na sypko (brązowy) 50 g Kociolatek meksykański z kurczakiem i fasolą 60 g (SEL.) Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c () 50 g Buraczki gotowane () 50 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml	Koperkowa z ziemniakami () 200 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Kociolatek meksykański z kurczakiem i fasolą 150 g (SEL.) Ryż na sypko (brązowy) 100 g Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c () 75 g Buraczki gotowane () 75 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Koperkowa z ziemniakami () 200 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryż na sypko 100 g Potrawka drobiowa () 150 g (GLU PSZ, SEL.) Buraczki gotowane () 75 g Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c () 75 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Koperkowa z ziemniakami () 200 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryż na sypko (brązowy) 100 g Kociolatek meksykański z kurczakiem i fasolą 150 g (SEL.) Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c () 75 g Buraczki gotowane () 75 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml
PD					

Jadłospisy za okres od dnia 2026-06-05 do dnia 2026-06-14 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- P02/1 Łatwo strawna dzieci 1-3 lat	SIE- P03/1 Z ogr.łatwoprzy. wegl. dzieci 1-3 lat	SIE- P01/2 Podstawowa dzieci 4-9 lat	SIE- P02/2 Łatwo strawna dzieci 4-9 lat	SIE- P03/2 Z ogr.łatwoprzy. wegl. dzieci 4-9 lat
2026-06-06 sobota	Kolacja	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa, wędzona, z wodą dodaną. 20 g (SOJ.) Pasta z twarogu z natką pietruszki 30 g (MLE.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Pasta z twarogu z natką pietruszki 30 g (MLE.) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa, wędzona, z wodą dodaną. 20 g (SOJ.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa, wędzona, z wodą dodaną. 25 g (SOJ.) Pasta z twarogu z natką pietruszki 80 g (MLE.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Pasta z twarogu z natką pietruszki 80 g (MLE.) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa, wędzona, z wodą dodaną. 25 g (SOJ.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	
	PN	Przecier owocowy jabłko-banan 120g 1 szt	Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 20 g Sałata zielona 10 g	Przecier owocowy jabłko-banan 120g 1 szt	Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g Sałata zielona 10 g	
		Wartość energetyczna: 1124.91 kcal; Białko ogółem: 41.72 g; Tłuszcz: 36.93 g; Kw. tł. nasy.: 18.38 g; Węglowodany ogółem: 166.83 g; W tym cukry: 66.63 g; Błonnik pok.: 19.27 g; Sól: 3.27 g; WW: 14.77 Por; Ener z B.: 14.84 %; Ener z W.: 59.32 %; Ener. z T.: 29.55 %; Potas: 2129.07 mg; Sód: 1314.79 mg;	Wartość energetyczna: 1012.40 kcal; Białko ogółem: 38.50 g; Tłuszcz: 40.72 g; Kw. tł. nasy.: 20.77 g; Węglowodany ogółem: 140.88 g; W tym cukry: 38.85 g; Błonnik pok.: 22.76 g; Sól: 4.37 g; WW: 11.83 Por; Ener z B.: 15.21 %; Ener z W.: 55.66 %; Ener. z T.: 36.20 %; Potas: 2175.47 mg; Sód: 1749.18 mg;	Wartość energetyczna: 1651.06 kcal; Białko ogółem: 66.38 g; Tłuszcz: 46.29 g; Kw. tł. nasy.: 21.12 g; Węglowodany ogółem: 256.99 g; W tym cukry: 91.12 g; Błonnik pok.: 27.82 g; Sól: 5.67 g; WW: 22.95 Por; Ener z B.: 16.08 %; Ener z W.: 62.26 %; Ener. z T.: 25.23 %; Potas: 3150.34 mg; Sód: 2275.26 mg;	Wartość energetyczna: 1638.29 kcal; Białko ogółem: 76.26 g; Tłuszcz: 46.93 g; Kw. tł. nasy.: 21.62 g; Węglowodany ogółem: 243.46 g; W tym cukry: 76.32 g; Błonnik pok.: 25.87 g; Sól: 5.60 g; WW: 21.77 Por; Ener z B.: 18.62 %; Ener z W.: 59.44 %; Ener. z T.: 25.78 %; Potas: 2920.77 mg; Sód: 2249.55 mg;	Wartość energetyczna: 1421.17 kcal; Białko ogółem: 65.78 g; Tłuszcz: 47.32 g; Kw. tł. nasy.: 23.01 g; Węglowodany ogółem: 211.28 g; W tym cukry: 46.84 g; Błonnik pok.: 35.03 g; Sól: 6.10 g; WW: 17.66 Por; Ener z B.: 18.52 %; Ener z W.: 59.47 %; Ener. z T.: 29.97 %; Potas: 3014.15 mg; Sód: 2441.76 mg;
2026-06-07 niedziela	Śniadanie	Kasza jęczmienna na mleku 150 ml (MLE, GLU JĘCZ.) Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka zielonogórska- wieprzowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 20 g (SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR.) Dżem 25 g 1 szt Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Maślanka 150 ml (MLE.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka zielonogórska- wieprzowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 20 g (SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR.) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 20 g (SOJ.) Rzodkiewka 80 g Sałata zielona 20 g	Kasza jęczmienna na mleku 200 ml (MLE, GLU JĘCZ.) Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka zielonogórska- wieprzowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 50 g (SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR.) Dżem 25 g 1 szt Rzodkiewka 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Kasza jęczmienna na mleku 200 ml (MLE, GLU JĘCZ.) Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka zielonogórska- wieprzowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 50 g (SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR.) Dżem 25 g 1 szt Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Maślanka 150 ml (MLE.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) 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.) Rzodkiewka 80 g Sałata zielona 20 g
	II ŚN	Jabłko pieczone 150 g	Jabłko 150 g	Jabłko pieczone 150 g	Jabłko 150 g	

Jadłospisy za okres od dnia 2026-06-05 do dnia 2026-06-14 KUCHNIA SIEDLCE

	SIE- P02/1 Łatwo strawna dzieci 1-3 lat	SIE- P03/1 Z ogr.łatwoprzy. wegl. dzieci 1-3 lat	SIE- P01/2 Podstawowa dzieci 4-9 lat	SIE- P02/2 Łatwo strawna dzieci 4-9 lat	SIE- P03/2 Z ogr.łatwoprzy. wegl. dzieci 4-9 lat
Obiad	Pomidorowa z zacierką () 150 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane () 50 g Schab duszony 50 g Sos własny () 40 ml (GLU PSZ, SEL.) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 100 g (SEL.) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Pomidorowa z zacierką () 150 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane () 50 g Schab duszony 50 g Sos własny () 40 ml (GLU PSZ, SEL.) Mizeria 50 g (MLE.) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 50 g (SEL.) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml	Pomidorowa z zacierką () 200 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane () 100 g Schab duszony 100 g Sos własny () 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Mizeria 75 g (MLE.) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 75 g (SEL.) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Pomidorowa z zacierką () 200 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane () 100 g Schab duszony 100 g Sos własny () 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 150 g (SEL.) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Pomidorowa z zacierką () 200 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane () 100 g Schab duszony 100 g Sos własny () 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Mizeria 75 g (MLE.) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 75 g (SEL.) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml
PD					
2026-06-07 niedziela Kolacja	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Ser mozzarella 20 g (MLE.) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 20 g Pasta z brokuła * 80 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Ser mozzarella 20 g (MLE.) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 20 g Pasta z brokuła * 80 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Ser mozzarella 50 g (MLE.) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g Pasta z brokuła * 80 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Ser mozzarella 50 g (MLE.) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g Pasta z brokuła * 80 g Sałata zielona 20 g	
PN	Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt
	Wartość energetyczna: 1172.41 kcal; Białko ogółem: 49.34 g; Tłuszcz: 41.12 g; Kw. tł. nasy.: 15.57 g; Węglowodany ogółem: 161.02 g; W tym cukry: 73.06 g; Błonnik pok.: 16.76 g; Sól: 3.72 g; WW: 14.46 Por; Ener z B.: 16.83 %; Ener z W.: 54.94 %; Ener. z T.: 31.56 %; Potas: 2317.57 mg; Sód: 1480.92 mg;	Wartość energetyczna: 1002.33 kcal; Białko ogółem: 53.44 g; Tłuszcz: 38.56 g; Kw. tł. nasy.: 14.70 g; Węglowodany ogółem: 126.50 g; W tym cukry: 35.63 g; Błonnik pok.: 22.66 g; Sól: 4.23 g; WW: 10.38 Por; Ener z B.: 21.33 %; Ener z W.: 50.48 %; Ener. z T.: 34.63 %; Potas: 2356.16 mg; Sód: 1684.30 mg;	Wartość energetyczna: 1700.21 kcal; Białko ogółem: 87.31 g; Tłuszcz: 55.82 g; Kw. tł. nasy.: 18.81 g; Węglowodany ogółem: 226.09 g; W tym cukry: 76.42 g; Błonnik pok.: 21.76 g; Sól: 5.88 g; WW: 20.41 Por; Ener z B.: 20.54 %; Ener z W.: 53.19 %; Ener. z T.: 29.55 %; Potas: 3162.76 mg; Sód: 2345.28 mg;	Wartość energetyczna: 1723.93 kcal; Białko ogółem: 87.31 g; Tłuszcz: 57.01 g; Kw. tł. nasy.: 18.24 g; Węglowodany ogółem: 230.04 g; W tym cukry: 79.54 g; Błonnik pok.: 23.32 g; Sól: 6.14 g; WW: 20.69 Por; Ener z B.: 20.26 %; Ener z W.: 53.38 %; Ener. z T.: 29.76 %; Potas: 3300.46 mg; Sód: 2445.62 mg;	Wartość energetyczna: 1497.38 kcal; Białko ogółem: 90.60 g; Tłuszcz: 53.45 g; Kw. tł. nasy.: 17.02 g; Węglowodany ogółem: 188.54 g; W tym cukry: 39.95 g; Błonnik pok.: 30.80 g; Sól: 6.37 g; WW: 15.74 Por; Ener z B.: 24.20 %; Ener z W.: 50.37 %; Ener. z T.: 32.13 %; Potas: 3370.28 mg; Sód: 2537.51 mg;

Jadłospisy za okres od dnia 2026-06-05 do dnia 2026-06-14 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- P02/1 Łatwo strawna dzieci 1-3 lat	SIE- P03/1 Z ogr.łatwoprzy. wegl. dzieci 1-3 lat	SIE- P01/2 Podstawowa dzieci 4-9 lat	SIE- P02/2 Łatwo strawna dzieci 4-9 lat	SIE- P03/2 Z ogr.łatwoprzy. wegl. dzieci 4-9 lat
2026-06-08 poniedziałek	Śniadanie	Platki pszenne na mleku 150 ml (GLU PSZ, MLE.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa,wędzona,z wodą dodaną. 20 g (SOJ.) Serek homo. naturalny 30 g (MLE.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Maślanka 150 ml (MLE.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa,wędzona,z wodą dodaną. 20 g (SOJ.) Ser żółty 25 g (MLE.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Platki pszenne na mleku 200 ml (GLU PSZ, MLE.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 20 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa,wędzona,z wodą dodaną. 25 g (SOJ.) Ser żółty 50 g (MLE.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Platki pszenne na mleku 200 ml (GLU PSZ, MLE.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb mieszany pszenno-żytni 20 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa,wędzona,z wodą dodaną. 25 g (SOJ.) Serek homo. naturalny 80 g (MLE.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Maślanka 150 ml (MLE.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.) Chleb razowy żytnio-pszenny 20 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa,wędzona,z wodą dodaną. 25 g (SOJ.) Ser żółty 50 g (MLE.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g
	II ŚN	Jabłko pieczone 150 g	Jabłko 150 g	Arbuz 100 g	Jabłko pieczone 150 g	Jabłko 150 g
	Obiad	Zupa wiosenna z cukinią i ziemniakami () 150 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Makaron z serem 150 g (GLU PSZ, MLE.) Mus z jabłek () z/c 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Zupa wiosenna z cukinią i ziemniakami () 150 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Makaron pełnoziarnisty 50 g (GLU PSZ.) Pulpet drobiowy 50 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos szpinakowy* 40 ml (GLU PSZ.) Surówka z selera i marchwi z olejem () b/c 100 g (SEL.) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml	Zupa wiosenna z cukinią i ziemniakami () 200 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Makaron z serem 200 g (GLU PSZ, MLE.) Mus z jabłek () z/c 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Fasolowa z ziemniakami () 200 ml (GLU PSZ, SEL.) Makaron pełnoziarnisty 100 g (GLU PSZ.) Pulpet drobiowy 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos szpinakowy* 80 ml (GLU PSZ.) Surówka z selera i marchwi z olejem () b/c 150 g (SEL.) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml	
	PD					
Kolacja	Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona,w osłonce niejadalanej 20 g (SOJ, SEL, może zawierać: MLE, GOR.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Sałata zielona 20 g Cwikła z jabłkiem () 80 g	Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona,w osłonce niejadalanej 20 g (SOJ, SEL, może zawierać: MLE, GOR.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Sałata zielona 20 g Cwikła z jabłkiem b/c () 80 g	Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona,w osłonce niejadalanej 50 g (SOJ, SEL, może zawierać: MLE, GOR.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Sałata zielona 20 g Cwikła z jabłkiem () 80 g	Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona,w osłonce niejadalanej 50 g (SOJ, SEL, może zawierać: MLE, GOR.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Cwikła z jabłkiem () 80 g Sałata zielona 20 g	Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona,w osłonce niejadalanej 50 g (SOJ, SEL, może zawierać: MLE, GOR.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Sałata zielona 20 g Cwikła z jabłkiem b/c () 80 g	

Jadłospisy za okres od dnia 2026-06-05 do dnia 2026-06-14 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- P02/1 Łatwo strawna dzieci 1-3 lat	SIE- P03/1 Z ogr.łatwoprzy. wegl. dzieci 1-3 lat	SIE- P01/2 Podstawowa dzieci 4-9 lat	SIE- P02/2 Łatwo strawna dzieci 4-9 lat	SIE- P03/2 Z ogr.łatwoprzy. wegl. dzieci 4-9 lat
2026-06-08 poniedziałek	PN	Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt		Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt
		Wartość energetyczna: 1236.62 kcal; Białko ogółem: 48.60 g; Tłuszcz: 33.63 g; Kw. tł. nasy.: 17.14 g; Węglowodany ogółem: 196.44 g; W tym cukry: 72.61 g; Błonnik pok.: 15.51 g; Sól: 2.90 g; WW: 18.04 Por; Ener z B.: 15.72 %; Ener z W.: 63.54 %; Ener z T.: 24.47 %; Potas: 1724.02 mg; Sód: 1160.00 mg;	Wartość energetyczna: 1123.19 kcal; Białko ogółem: 51.87 g; Tłuszcz: 45.98 g; Kw. tł. nasy.: 20.30 g; Węglowodany ogółem: 144.05 g; W tym cukry: 40.38 g; Błonnik pok.: 25.56 g; Sól: 4.01 g; WW: 11.86 Por; Ener z B.: 18.47 %; Ener z W.: 51.30 %; Ener z T.: 36.84 %; Potas: 2403.43 mg; Sód: 1604.85 mg;	Wartość energetyczna: 1745.06 kcal; Białko ogółem: 74.90 g; Tłuszcz: 51.89 g; Kw. tł. nasy.: 28.66 g; Węglowodany ogółem: 260.21 g; W tym cukry: 78.91 g; Błonnik pok.: 18.88 g; Sól: 6.09 g; WW: 24.10 Por; Ener z B.: 17.17 %; Ener z W.: 59.65 %; Ener z T.: 26.76 %; Potas: 2102.08 mg; Sód: 2438.79 mg;	Wartość energetyczna: 1657.26 kcal; Białko ogółem: 72.20 g; Tłuszcz: 40.09 g; Kw. tł. nasy.: 18.84 g; Węglowodany ogółem: 266.11 g; W tym cukry: 76.91 g; Błonnik pok.: 18.98 g; Sól: 5.20 g; WW: 24.67 Por; Ener z B.: 17.43 %; Ener z W.: 64.23 %; Ener z T.: 21.77 %; Potas: 1929.08 mg; Sód: 2078.09 mg;	Wartość energetyczna: 1764.25 kcal; Białko ogółem: 87.41 g; Tłuszcz: 67.52 g; Kw. tł. nasy.: 27.38 g; Węglowodany ogółem: 229.41 g; W tym cukry: 45.89 g; Błonnik pok.: 38.92 g; Sól: 6.82 g; WW: 19.11 Por; Ener z B.: 19.82 %; Ener z W.: 52.01 %; Ener z T.: 34.44 %; Potas: 3324.59 mg; Sód: 2729.20 mg;
2026-06-09 wtorek	Śniadanie	Zacierka na mleku 200 ml (GLU PSZ, MLE) Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 25 g Twarożek z koperkiem 30 g (MLE) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 20 g Twarożek z koperkiem 40 g (MLE) Rzepa biała 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Zacierka na mleku 200 ml (GLU PSZ, MLE) Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ) Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 25 g Twarożek z koperkiem 80 g (MLE) Rzepa biała 80 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Sałata zielona 20 g	Zacierka na mleku 200 ml (GLU PSZ, MLE) Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ) Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 25 g Twarożek z koperkiem 80 g (MLE) Pomidor 80 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Sałata zielona 20 g	Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE) Chleb razowy żytnio-pszenny 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 25 g Twarożek z koperkiem 80 g (MLE) Rzepa biała 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	II ŚN	Jabłko pieczone 150 g	Jabłko 150 g		Jabłko pieczone 150 g	Jabłko 150 g
	Obiad	Brokułowa z ziemniakami () 150 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Ryż na sypko 50 g Szynka wieprzowa gotowana 50 g Sos własny () 80 ml (GLU PSZ, SEL) Buraczki gotowane () 75 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Ogórkowa z ziemniakami () 150 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Szynka wieprzowa gotowana 50 g Sos własny () 40 ml (GLU PSZ, SEL) Ryż na sypko (brązowy) 50 g Surówka z kapusty białej z olejem b/c () 50 g Buraczki gotowane () 50 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml	Ogórkowa z ziemniakami () 200 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Szynka wieprzowa gotowana 100 g Ryż na sypko (brązowy) 100 g Sos meksykański 80 g (GLU PSZ) Surówka z kapusty białej z olejem () 75 g Buraczki gotowane () 75 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Brokułowa z ziemniakami () 200 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Ryż na sypko 100 g Szynka wieprzowa gotowana 100 g Sos własny () 80 ml (GLU PSZ, SEL) Buraczki gotowane () 150 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Ogórkowa z ziemniakami () 200 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Szynka wieprzowa gotowana 100 g Sos własny () 80 ml (GLU PSZ, SEL) Ryż na sypko (brązowy) 100 g Surówka z kapusty białej z olejem b/c () 75 g Buraczki gotowane () 75 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml
	PD					

Jadłospisy za okres od dnia 2026-06-05 do dnia 2026-06-14 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- P02/1 Łatwo strawna dzieci 1-3 lat	SIE- P03/1 Z ogr.łatwoprzy. wegl. dzieci 1-3 lat	SIE- P01/2 Podstawowa dzieci 4-9 lat	SIE- P02/2 Łatwo strawna dzieci 4-9 lat	SIE- P03/2 Z ogr.łatwoprzy. wegl. dzieci 4-9 lat
2026-06-09 wtorek	Kolacja	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 30 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.) Miód (25g) 1 szt Pasta warzywna () 80 g (SEL.) Sałata lodowa 20 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka zielonogórska- wieprzowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 40 g (SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR.) Pasta warzywna () 80 g (SEL.) Sałata lodowa 20 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka zielonogórska- wieprzowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 50 g (SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR.) Miód (25g) 1 szt Pasta warzywna () 80 g (SEL.) Sałata lodowa 20 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g Szynka zielonogórska- wieprzowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 50 g (SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR.) Pasta warzywna () 80 g (SEL.) Sałata lodowa 20 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g Szynka zielonogórska- wieprzowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 50 g (SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR.) Pasta warzywna () 80 g (SEL.) Sałata lodowa 20 g
	PN	Przecier owocowy jabłko-truskawka 120g 1 szt	Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 20 g Sałata zielona 5 g	Przecier owocowy jabłko-truskawka 120g 1 szt	Przecier owocowy jabłko-truskawka 120g 1 szt	Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g Sałata zielona 5 g
		Wartość energetyczna: 1257.01 kcal; Białko ogółem: 56.39 g; Tłuszcz: 35.33 g; Kw. tł. nasy.: 16.96 g; Węglowodany ogółem: 188.06 g; W tym cukry: 85.36 g; Błonnik pok.: 16.56 g; Sól: 3.58 g; WW: 17.16 Por; Ener z B.: 17.94 %; Ener z W.: 59.84 %; Ener. z T.: 25.30 %; Potas: 2382.16 mg; Sód: 1436.19 mg;	Wartość energetyczna: 1086.31 kcal; Białko ogółem: 54.51 g; Tłuszcz: 40.49 g; Kw. tł. nasy.: 19.36 g; Węglowodany ogółem: 145.45 g; W tym cukry: 41.88 g; Błonnik pok.: 27.19 g; Sól: 4.41 g; WW: 11.86 Por; Ener z B.: 20.07 %; Ener z W.: 53.56 %; Ener. z T.: 33.54 %; Potas: 2474.26 mg; Sód: 1766.00 mg;	Wartość energetyczna: 1748.29 kcal; Białko ogółem: 88.46 g; Tłuszcz: 46.07 g; Kw. tł. nasy.: 20.41 g; Węglowodany ogółem: 259.45 g; W tym cukry: 95.45 g; Błonnik pok.: 27.42 g; Sól: 5.45 g; WW: 23.22 Por; Ener z B.: 20.24 %; Ener z W.: 59.36 %; Ener. z T.: 23.72 %; Potas: 3186.71 mg; Sód: 2177.56 mg;	Wartość energetyczna: 1708.59 kcal; Białko ogółem: 87.76 g; Tłuszcz: 42.82 g; Kw. tł. nasy.: 20.03 g; Węglowodany ogółem: 256.97 g; W tym cukry: 94.92 g; Błonnik pok.: 21.94 g; Sól: 5.06 g; WW: 23.49 Por; Ener z B.: 20.55 %; Ener z W.: 60.16 %; Ener. z T.: 22.56 %; Potas: 3236.47 mg; Sód: 2024.03 mg;	Wartość energetyczna: 1550.09 kcal; Białko ogółem: 90.95 g; Tłuszcz: 50.17 g; Kw. tł. nasy.: 22.77 g; Węglowodany ogółem: 211.19 g; W tym cukry: 48.59 g; Błonnik pok.: 36.18 g; Sól: 6.91 g; WW: 17.52 Por; Ener z B.: 23.47 %; Ener z W.: 54.50 %; Ener. z T.: 29.13 %; Potas: 3333.46 mg; Sód: 2764.40 mg;
2026-06-10 środa	Śniadanie	Kasza manna z jabłkiem prażonym 150 g (GLU PSZ, MLE.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Paszтет rybno- warzywny (Łosoś) 30 g (GLU PSZ, JAJ, RYB.) Połędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 20 g (SOJ.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Maślanka 150 ml (MLE.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Paszтет rybno- warzywny (Łosoś) 30 g (GLU PSZ, JAJ, RYB.) Połędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 20 g (SOJ.) Ogórek świeży 80 g Sałata zielona 20 g	Kasza manna z jabłkiem prażonym 200 g (GLU PSZ, MLE.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Paszтет rybno- warzywny (Łosoś) 80 g (GLU PSZ, JAJ, RYB.) Połędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g (SOJ.) Ogórek świeży 80 g Sałata zielona 20 g	Kasza manna z jabłkiem prażonym 200 g (GLU PSZ, MLE.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Paszтет rybno- warzywny (Łosoś) 80 g (GLU PSZ, JAJ, RYB.) Połędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g (SOJ.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Maślanka 150 ml (MLE.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Paszтет rybno- warzywny (Łosoś) 80 g (GLU PSZ, JAJ, RYB.) Połędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g (SOJ.) Ogórek świeży 80 g Sałata zielona 20 g
	II ŚN	Banan 150 g	Jabłko 150 g	Banan 150 g	Jabłko 150 g	Jabłko 150 g

Jadłospisy za okres od dnia 2026-06-05 do dnia 2026-06-14 KUCHNIA SIEDLCE

	SIE- P02/1 Łatwo strawna dzieci 1-3 lat	SIE- P03/1 Z ogr.łatwoprzy. wegl. dzieci 1-3 lat	SIE- P01/2 Podstawowa dzieci 4-9 lat	SIE- P02/2 Łatwo strawna dzieci 4-9 lat	SIE- P03/2 Z ogr.łatwoprzy. wegl. dzieci 4-9 lat
Obrząd	Jarzynowa z makaronem dieta () 150 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane () 50 g Zrazik drobiowy z udźca pieczony mielony 50 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos pietruszkowy 40 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Surówka z marchwi z olejem b/c () 50 g Fasolka szparagowa z wody* 50 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Jarzynowa z makaronem dieta () 150 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Zrazik drobiowy z udźca pieczony mielony 50 g (GLU PSZ, JAJ.) Ziemniaki gotowane () 50 g Sos pietruszkowy 40 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Fasolka szparagowa z wody* 50 g Surówka z marchwi z olejem b/c () 50 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml	Jarzynowa z makaronem dieta () 200 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane () 100 g Zrazik drobiowy z udźca pieczony mielony 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos pietruszkowy 80 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Fasolka szparagowa z wody* 75 g Surówka z marchwi z olejem b/c () 75 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Jarzynowa z makaronem dieta () 200 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane () 100 g Zrazik drobiowy z udźca pieczony mielony 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos pietruszkowy 80 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Surówka z marchwi z olejem b/c () 75 g Fasolka szparagowa z wody* 75 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Pieczarkowa z makaronem () 200 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, S02.) Zrazik drobiowy z udźca pieczony mielony 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Ziemniaki gotowane () 100 g Sos pietruszkowy 80 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Fasolka szparagowa z wody* 75 g Surówka z marchwi z olejem b/c () 75 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml
PD					
2026-06-10 środa Kolejacja	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt (MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE.) Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona,parzona,z dod.wody,białka wp 20 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 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona,parzona,z dod.wody,białka wp 20 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt (MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt (MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE.) Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona,parzona,z dod.wody,białka wp 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona,parzona,z dod.wody,białka wp 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt (MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona,parzona,z dod.wody,białka wp 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt (MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g
PN	Ciasto drożdżowe 30 g (GLU PSZ, JAJ, MLE.)	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt	Ciasto drożdżowe 30 g (GLU PSZ, JAJ, MLE.)	Ciasto drożdżowe 30 g (GLU PSZ, JAJ, MLE.)	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt
	Wartość energetyczna: 1330.77 kcal; Białko ogółem: 47.93 g; Tłuszcz: 45.29 g; Kw. tł. nasy.: 19.34 g; Węglowodany ogółem: 175.26 g; W tym cukry: 63.69 g; Błonnik pok.: 14.46 g; Sól: 2.82 g; WW: 16.23 Por; Ener z B.: 14.41 %; Ener z W.: 52.68 %; Ener. z T.: 30.63 %; Potas: 2504.60 mg; Sód: 1130.19 mg;	Wartość energetyczna: 1027.33 kcal; Białko ogółem: 45.67 g; Tłuszcz: 44.53 g; Kw. tł. nasy.: 18.47 g; Węglowodany ogółem: 125.40 g; W tym cukry: 34.99 g; Błonnik pok.: 17.69 g; Sól: 4.95 g; WW: 10.82 Por; Ener z B.: 17.78 %; Ener z W.: 48.83 %; Ener. z T.: 39.01 %; Potas: 2181.68 mg; Sód: 1976.87 mg;	Wartość energetyczna: 2006.13 kcal; Białko ogółem: 89.28 g; Tłuszcz: 68.30 g; Kw. tł. nasy.: 23.65 g; Węglowodany ogółem: 256.12 g; W tym cukry: 69.53 g; Błonnik pok.: 20.63 g; Sól: 5.73 g; WW: 23.65 Por; Ener z B.: 17.80 %; Ener z W.: 51.07 %; Ener. z T.: 30.64 %; Potas: 3447.72 mg; Sód: 2296.13 mg;	Wartość energetyczna: 2006.63 kcal; Białko ogółem: 89.25 g; Tłuszcz: 68.35 g; Kw. tł. nasy.: 23.66 g; Węglowodany ogółem: 256.37 g; W tym cukry: 70.25 g; Błonnik pok.: 21.10 g; Sól: 5.72 g; WW: 23.68 Por; Ener z B.: 17.79 %; Ener z W.: 51.11 %; Ener. z T.: 30.66 %; Potas: 3549.80 mg; Sód: 2290.51 mg;	Wartość energetyczna: 1653.37 kcal; Białko ogółem: 85.75 g; Tłuszcz: 67.11 g; Kw. tł. nasy.: 22.42 g; Węglowodany ogółem: 200.88 g; W tym cukry: 39.90 g; Błonnik pok.: 27.00 g; Sól: 7.33 g; WW: 17.44 Por; Ener z B.: 20.75 %; Ener z W.: 48.60 %; Ener. z T.: 36.53 %; Potas: 3309.08 mg; Sód: 2932.00 mg;

Jadłospisy za okres od dnia 2026-06-05 do dnia 2026-06-14 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- P02/1 Łatwo strawna dzieci 1-3 lat	SIE- P03/1 Z ogr.łatwoprzy. wegl. dzieci 1-3 lat	SIE- P01/2 Podstawowa dzieci 4-9 lat	SIE- P02/2 Łatwo strawna dzieci 4-9 lat	SIE- P03/2 Z ogr.łatwoprzy. wegl. dzieci 4-9 lat
2026-06-11 czwartek	Śniadanie	<p>Platki owsiane na mleku 150 ml (MLE, GLU OW.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 20 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 20 g (SOJ.) Sałatka wiosenna - diety 100 g Sałata zielona 20 g</p>	<p>Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 20 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Ser żółty 20 g (MLE.) Sałatka wiosenna 100 g Sałata zielona 20 g</p>	<p>Platki owsiane na mleku 200 ml (MLE, GLU OW.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 20 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Ser żółty 25 g (MLE.) Sałatka wiosenna 200 g Sałata zielona 20 g</p>	<p>Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Platki owsiane na mleku 200 ml (MLE, GLU OW.) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb mieszany pszenno-żytni 20 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 25 g (SOJ.) Sałatka wiosenna - diety 200 g Sałata zielona 20 g</p>	<p>Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.) Chleb razowy żytnio-pszenny 20 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Ser żółty 25 g (MLE.) Sałatka wiosenna 200 g Sałata zielona 20 g</p>
	II ŚN	Jabłko pieczone 150 g	Jabłko 150 g	Jabłko pieczone 150 g	Jabłko 150 g	
	Obiad	<p>Ziemniaczana () 150 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Pierogi leniwe 150 g (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Mus z jabłek () b/c 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml</p>	<p>Barszcz biały z ziemniakami () 150 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT.) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami* 150 g (SEL, GLU JECZ.) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml</p>	<p>Barszcz biały z ziemniakami () 200 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT.) Pierogi leniwe 200 g (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Mus z jabłek () b/c 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml</p>	<p>Ziemniaczana () 200 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Pierogi leniwe 200 g (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Mus z jabłek () b/c 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml</p>	<p>Barszcz biały z ziemniakami () 200 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT.) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami* 200 g (SEL, GLU JECZ.) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 150 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml</p>
	PD					
	Kolacja	<p>Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ.) Gulaszowa z mięsem drobiowym- dieta () 150 ml (GLU PSZ, SEL.) Banan 150 g</p>	<p>Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Gulaszowa z mięsem drobiowym- dieta () 150 ml (GLU PSZ, SEL.)</p>	<p>Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Gulaszowa z mięsem drobiowym- dieta () 200 ml (GLU PSZ, SEL.) Banan 150 g</p>	<p>Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Gulaszowa z mięsem drobiowym- dieta () 200 ml (GLU PSZ, SEL.)</p>	

Jadłospisy za okres od dnia 2026-06-05 do dnia 2026-06-14 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- P02/1 Łatwo strawna dzieci 1-3 lat	SIE- P03/1 Z ogr.łatwoprzy. wegl. dzieci 1-3 lat	SIE- P01/2 Podstawowa dzieci 4-9 lat	SIE- P02/2 Łatwo strawna dzieci 4-9 lat	SIE- P03/2 Z ogr.łatwoprzy. wegl. dzieci 4-9 lat
2026-06-11 czwartek	PN	Wafle ryżowe 30 g Dżem 25 g 1 szt	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt Pieczywo chrupkie ekstrudowane-żytnie 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Dżem 25 g 1 szt Wafle ryżowe 30 g		Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt Pieczywo chrupkie ekstrudowane-żytnie 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JECZ.)
		Wartość energetyczna: 1399.31 kcal; Białko ogółem: 44.18 g; Tłuszcz: 33.34 g; Kw. tł. nasy.: 11.00 g; Węglowodany ogółem: 244.77 g; W tym cukry: 81.66 g; Błonnik pok.: 18.56 g; Sól: 2.40 g; WW: 22.78 Por; Ener z B.: 12.63 %; Ener z W.: 69.97 %; Ener. z T.: 21.44 %; Potas: 2690.88 mg; Sód: 966.80 mg;	Wartość energetyczna: 1164.90 kcal; Białko ogółem: 47.53 g; Tłuszcz: 36.42 g; Kw. tł. nasy.: 14.55 g; Węglowodany ogółem: 177.93 g; W tym cukry: 33.02 g; Błonnik pok.: 24.26 g; Sól: 3.05 g; WW: 15.35 Por; Ener z B.: 16.32 %; Ener z W.: 61.10 %; Ener. z T.: 28.14 %; Potas: 2460.60 mg; Sód: 1231.06 mg;	Wartość energetyczna: 1803.72 kcal; Białko ogółem: 66.32 g; Tłuszcz: 41.00 g; Kw. tł. nasy.: 17.68 g; Węglowodany ogółem: 313.08 g; W tym cukry: 85.45 g; Błonnik pok.: 27.24 g; Sól: 4.62 g; WW: 28.76 Por; Ener z B.: 14.71 %; Ener z W.: 69.43 %; Ener. z T.: 20.46 %; Potas: 3518.87 mg; Sód: 1864.24 mg;	Wartość energetyczna: 1905.92 kcal; Białko ogółem: 64.25 g; Tłuszcz: 48.17 g; Kw. tł. nasy.: 13.25 g; Węglowodany ogółem: 322.73 g; W tym cukry: 90.19 g; Błonnik pok.: 24.43 g; Sól: 4.89 g; WW: 30.01 Por; Ener z B.: 13.48 %; Ener z W.: 67.73 %; Ener. z T.: 22.75 %; Potas: 3370.40 mg; Sód: 1965.62 mg;	Wartość energetyczna: 1573.56 kcal; Białko ogółem: 67.94 g; Tłuszcz: 46.98 g; Kw. tł. nasy.: 17.03 g; Węglowodany ogółem: 246.30 g; W tym cukry: 40.17 g; Błonnik pok.: 36.59 g; Sól: 5.06 g; WW: 20.97 Por; Ener z B.: 17.27 %; Ener z W.: 62.61 %; Ener. z T.: 26.87 %; Potas: 3475.52 mg; Sód: 2040.74 mg;
2026-06-12 piątek	Śniadanie	Kasza manna na mleku 150 ml (GLU PSZ, MLE.) Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Dżem 25 g 1 szt Serek wiejski lekki 3% tł 150g 1 szt (MLE.) Pomidor 80 g Kakao z mlekiem z/c 250 ml (MLE.) Sałata zielona 20 g	Maślanka 150 ml (MLE.) Kawa zbożowa b/c 250 ml (GLU ŻYT, GLU JECZ.) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Serek wiejski lekki 3% tł 150g 1 szt (MLE.) Hummus z ciecierzycy 20 g Rzodkiewka 80 g Sałata zielona 20 g	Kasza manna na mleku 200 ml (GLU PSZ, MLE.) Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Serek wiejski lekki 3% tł 150g 1 szt (MLE.) Dżem 25 g 1 szt Rzodkiewka 80 g Kakao z mlekiem z/c 250 ml (MLE.) Sałata zielona 20 g	Kasza manna na mleku 200 ml (GLU PSZ, MLE.) Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Serek wiejski lekki 3% tł 150g 1 szt (MLE.) Dżem 25 g 1 szt Pomidor 80 g Kakao z mlekiem z/c 250 ml (MLE.) Sałata zielona 20 g	Maślanka 150 ml (MLE.) Kawa zbożowa b/c 250 ml (GLU ŻYT, GLU JECZ.) Chleb razowy żytnio-pszenny 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Serek wiejski lekki 3% tł 150g 1 szt (MLE.) Hummus z ciecierzycy 50 g Rzodkiewka 80 g Sałata zielona 20 g
	II ŚN	Przecier owocowy jabłko-banan 120g 1 szt	Jabłko 150 g	Arbuz 100 g	Przecier owocowy jabłko-banan 120g 1 szt	Jabłko 150 g
	Obiad	Szpinakowa z zacierką () 150 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane () 50 g Pulpet rybny (Morszczuk) 50 g (GLU PSZ, JAJ, RYB.) Sos koperkowy () 40 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 100 g (SEL.) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Szpinakowa z zacierką () 150 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane () 50 g Pulpet rybny (Morszczuk) 50 g (GLU PSZ, JAJ, RYB.) Sos koperkowy () 40 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 50 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 50 g (SEL.) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml	Szpinakowa z zacierką () 200 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane () 100 g Ryba pieczona (Morszczuk) 90 g (RYB.) Sos koperkowy () 80 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Surówka z kapusty czerwonej z olejem 75 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 75 g (SEL.) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Szpinakowa z zacierką () 200 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane () 100 g Pulpet rybny (Morszczuk) 90 g (GLU PSZ, JAJ, RYB.) Sos koperkowy () 80 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 75 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 150 g (SEL.) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Szpinakowa z zacierką () 200 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane () 100 g Pulpet rybny (Morszczuk) 90 g (GLU PSZ, JAJ, RYB.) Sos koperkowy () 80 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 75 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 75 g (SEL.) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml
	PD					

Jadłospisy za okres od dnia 2026-06-05 do dnia 2026-06-14 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- P02/1 Łatwo strawna dzieci 1-3 lat	SIE- P03/1 Z ogr.łatwoprzy. wegl. dzieci 1-3 lat	SIE- P01/2 Podstawowa dzieci 4-9 lat	SIE- P02/2 Łatwo strawna dzieci 4-9 lat	SIE- P03/2 Z ogr.łatwoprzy. wegl. dzieci 4-9 lat
2026-06-12 piątek	Kolacja	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Serek homo z natką pietruszki 30 g (MLE.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Serek homo z natką pietruszki 30 g (MLE.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Pomidor 80 g Serek homo z natką pietruszki 50 g (MLE.) Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Serek homo z natką pietruszki 50 g (MLE.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Serek homo z natką pietruszki 50 g (MLE.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g
	PN	Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt	Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt		Sok pomidorowy 0,3l 1 szt
		Wartość energetyczna: 1415.40 kcal; Białko ogółem: 68.79 g; Tłuszcz: 43.99 g; Kw. tł. nasy.: 18.27 g; Węglowodany ogółem: 194.98 g; W tym cukry: 97.55 g; Błonnik pok.: 16.42 g; Sól: 3.62 g; WW: 17.93 Por; Ener z B.: 19.44 %; Ener z W.: 55.10 %; Ener. z T.: 27.97 %; Potas: 2363.05 mg; Sód: 1435.75 mg;	Wartość energetyczna: 1116.03 kcal; Białko ogółem: 63.73 g; Tłuszcz: 41.16 g; Kw. tł. nasy.: 14.81 g; Węglowodany ogółem: 137.89 g; W tym cukry: 39.43 g; Błonnik pok.: 21.10 g; Sól: 5.46 g; WW: 11.72 Por; Ener z B.: 22.84 %; Ener z W.: 49.42 %; Ener. z T.: 33.20 %; Potas: 2357.30 mg; Sód: 2179.00 mg;	Wartość energetyczna: 1806.48 kcal; Białko ogółem: 97.16 g; Tłuszcz: 52.61 g; Kw. tł. nasy.: 19.72 g; Węglowodany ogółem: 249.10 g; W tym cukry: 101.98 g; Błonnik pok.: 19.99 g; Sól: 4.97 g; WW: 22.98 Por; Ener z B.: 21.51 %; Ener z W.: 55.16 %; Ener. z T.: 26.21 %; Potas: 3513.74 mg; Sód: 1982.91 mg;	Wartość energetyczna: 1851.54 kcal; Białko ogółem: 92.10 g; Tłuszcz: 51.76 g; Kw. tł. nasy.: 19.71 g; Węglowodany ogółem: 268.38 g; W tym cukry: 103.75 g; Błonnik pok.: 23.06 g; Sól: 5.46 g; WW: 24.60 Por; Ener z B.: 19.90 %; Ener z W.: 57.98 %; Ener. z T.: 25.16 %; Potas: 3223.67 mg; Sód: 2168.25 mg;	Wartość energetyczna: 1554.35 kcal; Białko ogółem: 87.49 g; Tłuszcz: 51.18 g; Kw. tł. nasy.: 15.91 g; Węglowodany ogółem: 211.01 g; W tym cukry: 44.13 g; Błonnik pok.: 31.23 g; Sól: 6.93 g; WW: 18.02 Por; Ener z B.: 22.52 %; Ener z W.: 54.30 %; Ener. z T.: 29.64 %; Potas: 3296.12 mg; Sód: 2762.17 mg;
2026-06-13 sobota	Śniadanie	Płatki jęczmienne na mleku 250 ml (MLE, GLU JĘCZ.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Połędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 20 g (SOJ.) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 20 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Połędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 20 g (SOJ.) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 20 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Płatki jęczmienne na mleku 200 ml (MLE, GLU JĘCZ.) Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Połędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g (SOJ.) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 25 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Płatki jęczmienne na mleku 200 ml (MLE, GLU JĘCZ.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Połędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g (SOJ.) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 25 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Połędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g (SOJ.) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 25 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g
	II ŚN	Banan 150 g	Jabłko 150 g	Banan 150 g		Jabłko 150 g
	Obiad	Koperkowa z ryżem () 150 ml (MLE, SEL, JĘCZ.) Kasza jęczmienna/sypko 50 g (GLU PSZ.) Gulasz wieprzowy- dieta 60 g (GLU PSZ.) Buraczki gotowane drobno tarte () 50 g Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c () 50 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml	Koperkowa z ryżem () 150 ml (MLE, SEL, JĘCZ.) Kasza jęczmienna/sypko 50 g (GLU PSZ.) Gulasz wieprzowy- dieta 60 g (GLU PSZ.) Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c () 50 g Buraczki gotowane drobno tarte() b/c 50 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml	Koperkowa z ryżem () 200 ml (MLE, SEL, JĘCZ.) Kasza jęczmienna/sypko 100 g (GLU PSZ.) Gulasz wieprzowy 150 g (GLU PSZ.) Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c () 75 g Buraczki gotowane drobno tarte () 75 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml	Koperkowa z ryżem () 200 ml (MLE, SEL, JĘCZ.) Kasza jęczmienna/sypko 100 g (GLU PSZ.) Gulasz wieprzowy- dieta 150 g (GLU PSZ.) Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c () 75 g Buraczki gotowane drobno tarte () 75 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml	Koperkowa z ryżem () 200 ml (MLE, SEL, JĘCZ.) Kasza jęczmienna/sypko 100 g (GLU PSZ.) Gulasz wieprzowy- dieta 150 g (GLU PSZ.) Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c () 75 g Buraczki gotowane drobno tarte() b/c 75 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml

Jadłospisy za okres od dnia 2026-06-05 do dnia 2026-06-14 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- P02/1 Łatwo strawna dzieci 1-3 lat	SIE- P03/1 Z ogr.łatwoprzy. wegl. dzieci 1-3 lat	SIE- P01/2 Podstawowa dzieci 4-9 lat	SIE- P02/2 Łatwo strawna dzieci 4-9 lat	SIE- P03/2 Z ogr.łatwoprzy. wegl. dzieci 4-9 lat
2026-06-13 sobota	PD					
	Kolejacja	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa,wędzona,z wodą dodaną. 20 g (SOJ,) Ser mozzarella 20 g (MLE,) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa,wędzona,z wodą dodaną. 20 g (SOJ,) Ser mozzarella 20 g (MLE,) Ogórek świeży 80 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ,) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Pasztet z soczewicy () 80 g (GLU PSZ, JAJ,) Ser mozzarella 25 g (MLE,) Ogórek świeży 80 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ,) Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa,wędzona,z wodą dodaną. 50 g (SOJ,) Ser mozzarella 25 g (MLE,) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 90 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Pasztet z soczewicy () 80 g (GLU PSZ, JAJ,) Ser mozzarella 25 g (MLE,) Ogórek świeży 80 g Sałata zielona 20 g
	PN	Bułka maślana 1 szt 1 szt (GLU PSZ, JAJ, MLE,)	Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło extra 82% 5 g (MLE,) Szynka z piersią kurczaka-wędł.z drob.gr.rozd.parzo.w osł.niejadalnej 20 g (SOJ,) Sałata zielona 5 g	Bułka maślana 1 szt 1 szt (GLU PSZ, JAJ, MLE,)		Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło extra 82% 5 g (MLE,) Szynka z piersią kurczaka-wędł.z drob.gr.rozd.parzo.w osł.niejadalnej 25 g (SOJ,) Sałata zielona 5 g
	Wartość energetyczna: 1473.35 kcal; Białko ogółem: 58.33 g; Tłuszcz: 44.04 g; Kw. tł. nasy.: 18.30 g; Węglowodany ogółem: 220.62 g; W tym cukry: 73.75 g; Błonnik pok.: 16.60 g; Sól: 4.66 g; WW: 20.46 Por; Ener z B.: 15.83 %; Ener z W.: 59.90 %; Ener. z T.: 26.90 %; Potas: 2445.80 mg; Sód: 1861.57 mg;	Wartość energetyczna: 1036.52 kcal; Białko ogółem: 48.60 g; Tłuszcz: 43.29 g; Kw. tł. nasy.: 18.83 g; Węglowodany ogółem: 134.68 g; W tym cukry: 36.96 g; Błonnik pok.: 19.51 g; Sól: 4.33 g; WW: 11.41 Por; Ener z B.: 18.75 %; Ener z W.: 51.98 %; Ener. z T.: 37.59 %; Potas: 1945.10 mg; Sód: 1729.11 mg;	Wartość energetyczna: 2188.22 kcal; Białko ogółem: 94.01 g; Tłuszcz: 69.78 g; Kw. tł. nasy.: 22.35 g; Węglowodany ogółem: 315.04 g; W tym cukry: 78.47 g; Błonnik pok.: 27.96 g; Sól: 6.31 g; WW: 28.70 Por; Ener z B.: 17.18 %; Ener z W.: 57.59 %; Ener. z T.: 28.70 %; Potas: 3360.62 mg; Sód: 2524.58 mg;	Wartość energetyczna: 1958.27 kcal; Białko ogółem: 90.64 g; Tłuszcz: 58.16 g; Kw. tł. nasy.: 21.35 g; Węglowodany ogółem: 282.03 g; W tym cukry: 76.30 g; Błonnik pok.: 21.72 g; Sól: 8.04 g; WW: 26.06 Por; Ener z B.: 18.51 %; Ener z W.: 57.61 %; Ener. z T.: 26.73 %; Potas: 2920.21 mg; Sód: 3212.81 mg;	Wartość energetyczna: 1893.75 kcal; Białko ogółem: 89.75 g; Tłuszcz: 71.53 g; Kw. tł. nasy.: 23.65 g; Węglowodany ogółem: 263.58 g; W tym cukry: 45.13 g; Błonnik pok.: 37.27 g; Sól: 6.64 g; WW: 22.52 Por; Ener z B.: 18.96 %; Ener z W.: 55.67 %; Ener. z T.: 33.99 %; Potas: 3246.71 mg; Sód: 2651.44 mg;	
2026-06-14 niedziela	Śniadanie	Kasza kukurydziana na mleku 150 ml (MLE,) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 20 g (SOJ,) Twaróg półtusty 30 g (MLE,) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE,) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Twaróg półtusty 30 g (MLE,) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 20 g (SOJ,) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Kasza kukurydziana na mleku 200 ml (MLE,) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ,) Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 25 g (SOJ,) Twaróg półtusty 80 g (MLE,) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g		Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE,) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Twaróg półtusty 80 g (MLE,) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 25 g (SOJ,) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g
	II ŚN	Przecier owocowy jabłko-banan 120g 1 szt	Jabłko 150 g	Przecier owocowy jabłko-banan 120g 1 szt		Jabłko 150 g

Jadłospisy za okres od dnia 2026-06-05 do dnia 2026-06-14 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- P02/1 Łatwo strawna dzieci 1-3 lat	SIE- P03/1 Z ogr.łatwoprzy. wegl. dzieci 1-3 lat	SIE- P01/2 Podstawowa dzieci 4-9 lat	SIE- P02/2 Łatwo strawna dzieci 4-9 lat	SIE- P03/2 Z ogr.łatwoprzy. wegl. dzieci 4-9 lat
2026-06-14 niedziela	Obiad	Rosół z makaronem () 150 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 50 g Ćwiartka z kurczaka gotowana 50 g Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 50 g Brokuł gotowany* 50 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Rosół z makaronem () 150 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 50 g Ćwiartka z kurczaka pieczona 50 g Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 50 g Brokuł gotowany* 50 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml	Rosół z makaronem () 200 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 100 g Ćwiartka z kurczaka pieczona 130 g Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 75 g Brokuł gotowany* 75 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Rosół z makaronem () 200 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 100 g Ćwiartka z kurczaka gotowana 130 g Brokuł gotowany* 75 g Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 75 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Rosół z makaronem () 200 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 160 g Ćwiartka z kurczaka pieczona 130 g Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 75 g Brokuł gotowany* 75 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml
	PD					
2026-06-14 niedziela	Kolacja	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 30 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Dżem 25 g 1 szt Szynka z piersią kurczaka-wędl.z drob.gr.rozd.parzo.w osł.niejadalnej 20 g (<u>SOJ.</u>) Pasta marchewkowo-pomidorowa 80 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Szynka z piersią kurczaka-wędl.z drob.gr.rozd.parzo.w osł.niejadalnej 40 g (<u>SOJ.</u>) Pasta marchewkowo-pomidorowa 80 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 30 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Szynka z piersią kurczaka-wędl.z drob.gr.rozd.parzo.w osł.niejadalnej 50 g (<u>SOJ.</u>) Dżem 25 g 1 szt Pasta marchewkowo-pomidorowa 80 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 30 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Dżem 25 g 1 szt Szynka z piersią kurczaka-wędl.z drob.gr.rozd.parzo.w osł.niejadalnej 50 g (<u>SOJ.</u>) Pasta marchewkowo-pomidorowa 80 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Szynka z piersią kurczaka-wędl.z drob.gr.rozd.parzo.w osł.niejadalnej 75 g (<u>SOJ.</u>) Pasta marchewkowo-pomidorowa 80 g Sałata zielona 20 g
	PN	Mleko Smakowe UHT 1,5% tł 0,2l 1 szt (<u>MLE.</u>)	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Mleko Smakowe UHT 1,5% tł 0,2l 1 szt (<u>MLE.</u>)		Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt
		Wartość energetyczna: 1270.88 kcal; Białko ogółem: 59.04 g; Tłuszcz: 46.88 g; Kw. tł. nasy.: 20.95 g; Węglowodany ogółem: 166.18 g; W tym cukry: 60.04 g; Błonnik pok.: 15.02 g; Sól: 3.43 g; WW: 15.16 Por; Ener. z B.: 18.58 %; Ener z W.: 52.30 %; Ener. z T.: 33.20 %; Potas: 2160.35 mg; Sód: 1380.30 mg;	Wartość energetyczna: 1047.68 kcal; Białko ogółem: 54.89 g; Tłuszcz: 46.89 g; Kw. tł. nasy.: 19.12 g; Węglowodany ogółem: 126.20 g; W tym cukry: 36.51 g; Błonnik pok.: 21.06 g; Sól: 3.80 g; WW: 10.53 Por; Ener. z B.: 20.96 %; Ener z W.: 48.18 %; Ener. z T.: 40.28 %; Potas: 2393.76 mg; Sód: 1524.05 mg;	Wartość energetyczna: 1955.21 kcal; Białko ogółem: 112.53 g; Tłuszcz: 76.97 g; Kw. tł. nasy.: 29.18 g; Węglowodany ogółem: 226.84 g; W tym cukry: 64.24 g; Błonnik pok.: 19.33 g; Sól: 6.11 g; WW: 20.81 Por; Ener. z B.: 23.02 %; Ener z W.: 46.41 %; Ener. z T.: 35.43 %; Potas: 3576.50 mg; Sód: 2449.58 mg;	Wartość energetyczna: 1950.41 kcal; Białko ogółem: 112.29 g; Tłuszcz: 73.89 g; Kw. tł. nasy.: 28.95 g; Węglowodany ogółem: 232.69 g; W tym cukry: 66.49 g; Błonnik pok.: 19.93 g; Sól: 6.11 g; WW: 21.31 Por; Ener. z B.: 23.03 %; Ener z W.: 47.72 %; Ener. z T.: 34.10 %; Potas: 3375.50 mg; Sód: 2451.38 mg;	Wartość energetyczna: 1770.07 kcal; Białko ogółem: 108.82 g; Tłuszcz: 75.49 g; Kw. tł. nasy.: 26.82 g; Węglowodany ogółem: 205.75 g; W tym cukry: 42.14 g; Błonnik pok.: 30.33 g; Sól: 6.45 g; WW: 17.56 Por; Ener. z B.: 24.59 %; Ener z W.: 46.49 %; Ener. z T.: 38.38 %; Potas: 4140.28 mg; Sód: 2580.10 mg;

Jadłospisy za okres od dnia 2026-06-05 do dnia 2026-06-14 KUCHNIA SIEDLCE

	SIE- P01/3 Podstawowa 10-18 lat	SIE- P02/3 Łatwo strawna dzieci 10-18 lat	SIE- P03/3 Z ogr.łatwoprzy. wegl. dzieci 10-18 lat	SIE- D06 Bogatoresztkowa	SIE- D01/GL Bezglutenowa	
2026-06-05 piątek	Śniadanie	Zacierka 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) Powidła śliwkowe 25 g Serek wiejski lekki 3% tł 150g 1 szt (MLE) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Zacierka 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) Miód (25g) 1 szt Serek wiejski lekki 3% tł 150g 1 szt (MLE) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	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) Serek wiejski lekki 3% tł 150g 1 szt (MLE) Hummus zielony z ciecierzycy 25 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Zacierka na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE) Chleb razowy żytnio-pszenny 90 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Powidła śliwkowe 25 g Serek wiejski lekki 3% tł 150g 1 szt (MLE) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Kasza jaglana na mleku 300 ml (MLE) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb bezglutenowy 90 g (SEZ, może zawierać: ORZ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Powidła śliwkowe 25 g Serek wiejski lekki 3% tł 150g 1 szt (MLE) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Jabłko 150 g
	II ŚN	Jabłko 150 g	Jabłko pieczone 150 g	Jabłko 150 g		
	Obiad	Krupnik jęczmienny () 300 ml (MLE, SEL, GLU JĘCZ) Ziemniaki gotowane () 180 g Ryba pieczona (Morszczuk) 120 g (RYB) Sos koperkowy * 80 ml (GLU PSZ, MLE) Surówka z kapusty młodej z olejem () 75 g Warzywa po grecku () 75 g (GLU PSZ, SEL) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Krupnik jęczmienny () 300 ml (MLE, SEL, GLU JĘCZ) Ziemniaki gotowane () 180 g Pulpet rybny (Morszczuk) 120 g (GLU PSZ, JAJ, RYB) Sos koperkowy * 80 ml (GLU PSZ, MLE) Warzywa po grecku () 150 g (GLU PSZ, SEL) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Krupnik jęczmienny () 300 ml (MLE, SEL, GLU JĘCZ) Ziemniaki gotowane () 160 g Ryba pieczona (Morszczuk) 120 g (RYB) Sos koperkowy * 80 ml (GLU PSZ, MLE) Surówka z kapusty młodej z olejem () 75 g Warzywa po grecku () 75 g (GLU PSZ, SEL) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Krupnik jęczmienny () 300 ml (MLE, SEL, GLU JĘCZ) Ziemniaki gotowane () 160 g Ryba pieczona (Morszczuk) 120 g (RYB) Sos koperkowy *(bez glutenu) 80 ml (MLE) Surówka z kapusty młodej z olejem () 75 g Warzywa po grecku (bez glutenu) () 75 g (SEL) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	
	PD					
	Kolacja	Herbata czarna granulowana b/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) Ser żółty 50 g (MLE) Ogórek świeży 80 g 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 ŻYT) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ) Dżem 25 g 1 szt 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) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ) Ser żółty 50 g (MLE) Ogórek świeży 80 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 90 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ) Ser żółty 50 g (MLE) Ogórek świeży 80 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb bezglutenowy 90 g (SEZ, może zawierać: ORZ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ) Ser żółty 50 g (MLE) Ogórek świeży 80 g Sałata zielona 20 g
	PN	Przecier owocowy jabłko-truskawka 120g 1 szt	Pieczewo chrupkie ekstrudowane-żytnie 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ) Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Przecier owocowy jabłko-truskawka 120g 1 szt		

Jadłospisy za okres od dnia 2026-06-05 do dnia 2026-06-14 KUCHNIA SIEDLCE

	SIE- P01/3 Podstawowa 10-18 lat	SIE- P02/3 Łatwo strawna dzieci 10-18 lat	SIE- P03/3 Z ogr.łatwooprzy. wegl. dzieci 10-18 lat	SIE- D06 Bogatoresztkowa	SIE- D01/GL Bezglutenowa
2026-06-05 piątek	Wartość energetyczna: 2306.73 kcal; Białko ogółem: 117.65 g; Tłuszcz: 69.60 g; Kw. tł. nasy.: 28.63 g; Węglowodany ogółem: 320.79 g; W tym cukry: 81.08 g; Błonnik pok.: 24.02 g; Sól: 7.31 g; WW: 29.66 Por; Ener z B.: 20.40 %; Ener z W.: 55.63 %; Ener. z T.: 27.16 %; Potas: 3902.07 mg; Sód: 2923.39 mg;	Wartość energetyczna: 2224.47 kcal; Białko ogółem: 99.88 g; Tłuszcz: 51.75 g; Kw. tł. nasy.: 18.68 g; Węglowodany ogółem: 358.76 g; W tym cukry: 102.93 g; Błonnik pok.: 25.43 g; Sól: 6.57 g; WW: 33.42 Por; Ener z B.: 17.96 %; Ener z W.: 64.51 %; Ener. z T.: 20.94 %; Potas: 3921.95 mg; Sód: 2625.69 mg;	Wartość energetyczna: 2185.90 kcal; Białko ogółem: 111.23 g; Tłuszcz: 69.21 g; Kw. tł. nasy.: 27.57 g; Węglowodany ogółem: 318.74 g; W tym cukry: 45.30 g; Błonnik pok.: 42.27 g; Sól: 7.58 g; WW: 27.61 Por; Ener z B.: 20.35 %; Ener z W.: 58.33 %; Ener. z T.: 28.50 %; Potas: 4130.88 mg; Sód: 3024.28 mg;	Wartość energetyczna: 2161.70 kcal; Białko ogółem: 113.44 g; Tłuszcz: 69.83 g; Kw. tł. nasy.: 28.60 g; Węglowodany ogółem: 303.03 g; W tym cukry: 82.68 g; Błonnik pok.: 33.57 g; Sól: 6.76 g; WW: 26.89 Por; Ener z B.: 20.99 %; Ener z W.: 56.07 %; Ener. z T.: 29.07 %; Potas: 4149.88 mg; Sód: 2698.74 mg;	Wartość energetyczna: 2199.96 kcal; Białko ogółem: 102.96 g; Tłuszcz: 75.47 g; Kw. tł. nasy.: 28.08 g; Węglowodany ogółem: 293.26 g; W tym cukry: 79.14 g; Błonnik pok.: 25.90 g; Sól: 4.73 g; WW: 26.72 Por; Ener z B.: 18.72 %; Ener z W.: 53.32 %; Ener. z T.: 30.87 %; Potas: 4056.09 mg; Sód: 1886.83 mg;
2026-06-06 sobota	Śniadanie Platki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/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.) Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Pasta z cukinii i marchewki 80 g Sałata zielona 20 g	Śniadanie Platki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/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 piersi kurczaka-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt (MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE.) Rzodkiew biała 80 g Sałata zielona 20 g	Śniadanie Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (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 z piersi kurczaka-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt (MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE.) Rzodkiew biała 80 g Sałata zielona 20 g	Śniadanie Platki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 90 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt (MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE.) Rzodkiew biała 80 g Sałata zielona 20 g	Śniadanie Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Chleb bezglutenowy 90 g (SEZ, może zawierać: ORZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (SOJ.) Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt (MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE.) Rzodkiew biała 80 g Sałata zielona 20 g Banan 150 g
II ŚN	Banan 150 g	Jabłko 1 szt 1 szt	Jabłko 150 g	Banan 150 g	
Obiad	Koperkowa z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Kociolatek meksykański z kurczakiem i fasolą 150 g (SEL.) Ryż na sypko (brązowy) 180 g Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c () 75 g Buraczki gotowane () 75 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Koperkowa z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryż na sypko 180 g Potrawka drobiowa () 150 g (GLU PSZ, SEL.) Buraczki gotowane () 75 g Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c () 75 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Koperkowa z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryż na sypko (brązowy) 180 g Kociolatek meksykański z kurczakiem i fasolą 150 g (SEL.) Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c () 75 g Buraczki gotowane () 75 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Koperkowa z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryż na sypko (brązowy) 160 g Kociolatek meksykański z kurczakiem i fasolą 150 g (SEL.) Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c () 75 g Buraczki gotowane () 75 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Koperkowa z ziemniakami (bez glutenu) () 300 ml (MLE, SEL.) Kociolatek meksykański z kurczakiem i fasolą 150 g (SEL.) Ryż na sypko (brązowy) 160 g Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c () 75 g Buraczki gotowane () 75 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml
PD					

Jadłospisy za okres od dnia 2026-06-05 do dnia 2026-06-14 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- P01/3 Podstawowa 10-18 lat	SIE- P02/3 Łatwo strawna dzieci 10-18 lat	SIE- P03/3 Z ogr.łatwooprzy. wegl. dzieci 10-18 lat	SIE- D06 Bogatoresztkowa	SIE- D01/GL Bezglutenowa
2026-06-06 sobota	Kolacja	Herbata czarna granulowana b/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.) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa, wędzona, z wodą dodaną. 25 g (SOJ.) Pasta z twarogu z natką pietruszki 80 g (MLE.) 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 twarogu z natką pietruszki 80 g (MLE.) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa, wędzona, z wodą dodaną. 25 g (SOJ.) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 90 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa, wędzona, z wodą dodaną. 25 g (SOJ.) Pasta z twarogu z natką pietruszki 80 g (MLE.) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb bezglutenowy 90 g (SEZ, może zawierać: ORZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka z piersią kurczaka-wędł.z drob.gr.rozd.parzo.w osł.niejadalnej 50 g (SOJ.) Miód (25g) 1 szt Pomidor 80 g Salata zielona 20 g	
	PN	Przecier owocowy jablko-banan 120g 1 szt	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g Salata zielona 10 g	Przecier owocowy jablko-banan 120g 1 szt		
		Wartość energetyczna: 2109.91 kcal; Białko ogółem: 79.75 g; Tłuszcz: 51.93 g; Kw. tł. nasy.: 22.73 g; Węglowodany ogółem: 349.14 g; W tym cukry: 96.74 g; Błonnik pok.: 34.39 g; Sól: 6.99 g; WW: 31.51 Por; Ener z B.: 15.12 %; Ener z W.: 66.19 %; Ener. z T.: 22.15 %; Potas: 3693.85 mg; Sód: 2802.20 mg;	Wartość energetyczna: 2095.87 kcal; Białko ogółem: 89.57 g; Tłuszcz: 52.09 g; Kw. tł. nasy.: 23.11 g; Węglowodany ogółem: 337.17 g; W tym cukry: 81.75 g; Błonnik pok.: 30.42 g; Sól: 6.91 g; WW: 30.72 Por; Ener z B.: 17.10 %; Ener z W.: 64.35 %; Ener. z T.: 22.37 %; Potas: 3416.60 mg; Sód: 2775.21 mg;	Wartość energetyczna: 1862.07 kcal; Białko ogółem: 75.76 g; Tłuszcz: 55.44 g; Kw. tł. nasy.: 26.33 g; Węglowodany ogółem: 306.02 g; W tym cukry: 49.46 g; Błonnik pok.: 47.43 g; Sól: 7.44 g; WW: 25.88 Por; Ener z B.: 16.27 %; Ener z W.: 65.74 %; Ener. z T.: 26.80 %; Potas: 3646.55 mg; Sód: 2978.44 mg;	Wartość energetyczna: 1936.36 kcal; Białko ogółem: 75.69 g; Tłuszcz: 49.39 g; Kw. tł. nasy.: 22.51 g; Węglowodany ogółem: 331.64 g; W tym cukry: 97.47 g; Błonnik pok.: 45.40 g; Sól: 5.99 g; WW: 28.65 Por; Ener z B.: 15.64 %; Ener z W.: 68.51 %; Ener. z T.: 22.96 %; Potas: 4119.23 mg; Sód: 2399.17 mg;	Wartość energetyczna: 1952.92 kcal; Białko ogółem: 53.42 g; Tłuszcz: 54.81 g; Kw. tł. nasy.: 20.10 g; Węglowodany ogółem: 337.38 g; W tym cukry: 110.68 g; Błonnik pok.: 35.81 g; Sól: 4.46 g; WW: 30.26 Por; Ener z B.: 10.94 %; Ener z W.: 69.10 %; Ener. z T.: 25.26 %; Potas: 3461.34 mg; Sód: 1788.05 mg;
2026-06-07 niedziela	Śniadanie	Kasza jęczmienna na mleku 300 ml (MLE, GLU JĘCZ.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) 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 Rzodkiewka 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Kasza jęczmienna na mleku 300 ml (MLE, GLU JĘCZ.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka zielonogórska- wieprzowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 50 g (SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR.) Dżem 25 g 1 szt Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Maślanka 150 ml (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.) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 25 g (SOJ.) Rzodkiewka 80 g Salata zielona 20 g	Kasza jęczmienna na mleku 300 ml (MLE, GLU JĘCZ.) Chleb razowy żytnio-pszenny 90 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka zielonogórska- wieprzowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 50 g (SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR.) Dżem 25 g 1 szt Rzodkiewka 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb bezglutenowy 90 g (SEZ, może zawierać: ORZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka zielonogórska- wieprzowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 50 g (SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR.) Dżem 25 g 1 szt Rzodkiewka 80 g Salata zielona 20 g Jablko 150 g
	II ŚN	Jablko 150 g	Jablko pieczone 150 g	Jablko 150 g		

Jadłospisy za okres od dnia 2026-06-05 do dnia 2026-06-14 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- P01/3 Podstawowa 10-18 lat	SIE- P02/3 Łatwo strawna dzieci 10-18 lat	SIE- P03/3 Z ogr.łatwoprzy. wegl. dzieci 10-18 lat	SIE- D06 Bogatoresztkowa	SIE- D01/GL Bezglutenowa
2026-06-07 niedziela	Obiad	Pomidorowa z zacierką () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane () 180 g Schab duszony 100 g Sos własny () 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Mizeria 75 g (MLE.) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 75 g (SEL.) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Pomidorowa z zacierką () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane () 180 g Schab duszony 100 g Sos własny () 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 150 g (SEL.) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Pomidorowa z zacierką () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane () 180 g Schab duszony 100 g Sos własny () 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Mizeria 75 g (MLE.) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 75 g (SEL.) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml	Pomidorowa z zacierką () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane () 160 g Schab duszony 100 g Sos własny () 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Mizeria 75 g (MLE.) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 75 g (SEL.) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem (bez glutenu) () 300 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane () 160 g Schab duszony 100 g Sos własny (bez glutenu) 80 ml Mizeria 75 g (MLE.) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 75 g (SEL.) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml
	PD					
	Kolacja	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Ser mozzarella 50 g (MLE.) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g Pasta z brokuła * 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.) Ser mozzarella 50 g (MLE.) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g Pasta z brokuła * 80 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 90 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Ser mozzarella 50 g (MLE.) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g Pasta z brokuła * 80 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb bezglutenowy 90 g (SEZ, może zawierać: ORZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Ser mozzarella 50 g (MLE.) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g Pasta z brokuła * 80 g Sałata zielona 20 g	
PN	Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt Biszkopty b/c 30 g (GLU PSZ, JAJ.)	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt Pieczywo chrupkie ekstrudowane-żytnie 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt Biszkopty b/c 30 g (GLU PSZ, JAJ.)	Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt Biszkopty b/c 30 g (GLU PSZ, JAJ.)	Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt Wafle ryżowe 30 g	
	Wartość energetyczna: 2237.64 kcal; Białko ogółem: 103.73 g; Tłuszcz: 60.81 g; Kw. tł. nasy.: 20.75 g; Węglowodany ogółem: 337.41 g; W tym cukry: 83.24 g; Błonnik pok.: 27.30 g; Sól: 7.40 g; WW: 31.01 Por; Ener. z B.: 18.54 %; Ener z W.: 60.32 %; Ener. z T.: 24.46 %; Potas: 4023.24 mg; Sód: 2954.97 mg;	Wartość energetyczna: 2261.36 kcal; Białko ogółem: 103.74 g; Tłuszcz: 62.00 g; Kw. tł. nasy.: 20.18 g; Węglowodany ogółem: 341.36 g; W tym cukry: 86.36 g; Błonnik pok.: 28.85 g; Sól: 7.67 g; WW: 31.29 Por; Ener. z B.: 18.35 %; Ener z W.: 60.38 %; Ener. z T.: 24.67 %; Potas: 4160.94 mg; Sód: 3055.31 mg;	Wartość energetyczna: 2003.88 kcal; Białko ogółem: 103.44 g; Tłuszcz: 56.23 g; Kw. tł. nasy.: 17.54 g; Węglowodany ogółem: 309.24 g; W tym cukry: 43.63 g; Błonnik pok.: 44.22 g; Sól: 8.20 g; WW: 26.49 Por; Ener. z B.: 20.65 %; Ener z W.: 61.73 %; Ener. z T.: 25.25 %; Potas: 4266.72 mg; Sód: 3268.26 mg;	Wartość energetyczna: 2092.61 kcal; Białko ogółem: 99.52 g; Tłuszcz: 61.04 g; Kw. tł. nasy.: 20.72 g; Węglowodany ogółem: 319.64 g; W tym cukry: 84.83 g; Błonnik pok.: 36.85 g; Sól: 6.86 g; WW: 28.24 Por; Ener. z B.: 19.02 %; Ener z W.: 61.10 %; Ener. z T.: 26.25 %; Potas: 4271.05 mg; Sód: 2730.32 mg;	Wartość energetyczna: 2121.16 kcal; Białko ogółem: 87.52 g; Tłuszcz: 65.52 g; Kw. tł. nasy.: 19.58 g; Węglowodany ogółem: 310.63 g; W tym cukry: 80.90 g; Błonnik pok.: 28.53 g; Sól: 4.75 g; WW: 28.21 Por; Ener. z B.: 16.50 %; Ener z W.: 58.58 %; Ener. z T.: 27.80 %; Potas: 3711.40 mg; Sód: 1888.47 mg;	

Jadłospisy za okres od dnia 2026-06-05 do dnia 2026-06-14 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- P01/3 Podstawowa 10-18 lat	SIE- P02/3 Łatwo strawna dzieci 10-18 lat	SIE- P03/3 Z ogr.łatwoprzy. wegl. dzieci 10-18 lat	SIE- D06 Bogatoresztkowa	SIE- D01/GL Bezglutenowa
2026-06-08 poniedziałek	Śniadanie	Platki pszenne na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE) Herbata czarna granulowana b/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 Extra- wędzonka wieprzowa, wędzona, z wodą dodaną. 25 g (SOJ) Ser żółty 50 g (MLE) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Platki pszenne na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa, wędzona, z wodą dodaną. 25 g (SOJ) Serek homo. naturalny 80 g (MLE) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Maślanka 150 ml (MLE) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa, wędzona, z wodą dodaną. 25 g (SOJ) Ser żółty 50 g (MLE) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Platki pszenne na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa, wędzona, z wodą dodaną. 25 g (SOJ) Ser żółty 50 g (MLE) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Platki ryżowe błyskawiczne na mleku 300 g (MLE) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb bezglutenowy 90 g (SEZ, może zawierać: ORZ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 25 g (SOJ) Ser żółty 50 g (MLE) Pomidor 80 g Arbuz 100 g Sałata zielona 20 g
	II ŚN	Arbuz 100 g	Jabłko pieczone 150 g	Jabłko 150 g	Arbuz 100 g	
	Obiad	Zupa wiosenna z cukinią i ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Makaron z serem 300 g (GLU PSZ, MLE) Mus z jabłek () z/c 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml	Fasolowa z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, SEL) Makaron pełnoziarnisty 180 g (GLU PSZ) Pulpet drobiowy 100 g (GLU PSZ, JAJ) Sos szpinakowy* 80 ml (GLU PSZ) Surówka z selera i marchwi z olejem () b/c 150 g (SEL) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml	Fasolowa z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, SEL) Makaron z serem 300 g (GLU PSZ, MLE) Mus z jabłek () z/c 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml	Fasolowa z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, SEL) Makaron z serem 300 g (GLU PSZ, MLE) Mus z jabłek () z/c 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml	Fasolowa z ziemniakami () (bez glutenu) 300 ml (SEL) Makaron bezglutenowy z serem biały 300 g (MLE) Mus z jabłek () z/c 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml
	PD					
Kolacja	Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 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- wędlna drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalanej 50 g (SOJ, SEL, może zawierać: MLE, GOR) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ) Sałata zielona 20 g Cwikła z jabłkiem () 80 g	Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/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- wędlna drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalanej 50 g (SOJ, SEL, może zawierać: MLE, GOR) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ) Sałata zielona 20 g Cwikła z jabłkiem () 80 g	Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 90 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Szynka z piersią indyczą- wędlna drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalanej 50 g (SOJ, SEL, może zawierać: MLE, GOR) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ) Sałata zielona 20 g Cwikła z jabłkiem b/c () 80 g	Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 90 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Szynka z piersią indyczą- wędlna drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalanej 50 g (SOJ, SEL, może zawierać: MLE, GOR) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ) Sałata zielona 20 g Cwikła z jabłkiem () 80 g	Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Chleb bezglutenowy 90 g (SEZ, może zawierać: ORZ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Szynka z piersią indyczą- wędlna drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalanej 50 g (SOJ, SEL, może zawierać: MLE, GOR) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ) Sałata zielona 20 g Cwikła z jabłkiem () 80 g	

Jadłospisy za okres od dnia 2026-06-05 do dnia 2026-06-14 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- P01/3 Podstawowa 10-18 lat	SIE- P02/3 Łatwo strawna dzieci 10-18 lat	SIE- P03/3 Z ogr.łatwooprzy. wegl. dzieci 10-18 lat	SIE- D06 Bogatoresztkowa	SIE- D01/GL Bezglutenowa
2026-06-08 poniedziałek	PN	Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 30 g		Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt Pieczywo chrupkie ekstrudowane-żytnie 50 g (GLUSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 30 g	
		Wartość energetyczna: 2311.37 kcal; Białko ogółem: 96.14 g; Tłuszcz: 57.95 g; Kw. tł. nasy.: 31.04 g; Węglowodany ogółem: 370.19 g; W tym cukry: 88.42 g; Błonnik pok.: 23.52 g; Sól: 7.58 g; WW: 34.64 Por; Ener z B.: 16.64 %; Ener z W.: 64.06 %; Ener z T.: 22.56 %; Potas: 2601.81 mg; Sód: 3035.30 mg;	Wartość energetyczna: 2223.57 kcal; Białko ogółem: 93.44 g; Tłuszcz: 46.15 g; Kw. tł. nasy.: 21.22 g; Węglowodany ogółem: 376.09 g; W tym cukry: 86.42 g; Błonnik pok.: 23.62 g; Sól: 6.69 g; WW: 35.22 Por; Ener z B.: 16.81 %; Ener z W.: 67.65 %; Ener z T.: 18.68 %; Potas: 2428.81 mg; Sód: 2674.60 mg;	Wartość energetyczna: 2290.81 kcal; Białko ogółem: 102.56 g; Tłuszcz: 72.71 g; Kw. tł. nasy.: 28.09 g; Węglowodany ogółem: 346.20 g; W tym cukry: 49.03 g; Błonnik pok.: 53.09 g; Sól: 8.30 g; WW: 29.40 Por; Ener z B.: 17.91 %; Ener z W.: 60.45 %; Ener z T.: 28.57 %; Potas: 3910.55 mg; Sód: 3318.29 mg;	Wartość energetyczna: 2321.00 kcal; Białko ogółem: 99.27 g; Tłuszcz: 61.42 g; Kw. tł. nasy.: 31.22 g; Węglowodany ogółem: 374.06 g; W tym cukry: 90.26 g; Błonnik pok.: 34.55 g; Sól: 7.00 g; WW: 33.93 Por; Ener z B.: 17.11 %; Ener z W.: 64.47 %; Ener z T.: 23.82 %; Potas: 3144.98 mg; Sód: 2794.10 mg;	Wartość energetyczna: 2412.27 kcal; Białko ogółem: 82.21 g; Tłuszcz: 64.30 g; Kw. tł. nasy.: 29.88 g; Węglowodany ogółem: 394.29 g; W tym cukry: 89.71 g; Błonnik pok.: 26.44 g; Sól: 4.31 g; WW: 36.75 Por; Ener z B.: 13.63 %; Ener z W.: 65.38 %; Ener z T.: 23.99 %; Potas: 2495.66 mg; Sód: 1718.57 mg;
2026-06-09 wtorek	Śniadanie	Zacierka 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) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 25 g Twarożek z koperkiem 80 g (MLE) Rzepa biała 80 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Sałata zielona 20 g	Zacierka 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) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 25 g Twarożek z koperkiem 80 g (MLE) Pomidor 80 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Sałata zielona 20 g	Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE) Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 25 g Twarożek z koperkiem 80 g (MLE) Rzepa biała 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Zacierka na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE) Chleb razowy żytnio-pszenny 90 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 25 g Twarożek z koperkiem 80 g (MLE) Rzepa biała 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Kasza jaglana na mleku 300 ml (MLE) Chleb bezglutenowy 90 g (SEZ, może zawierać: ORZ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 25 g Twarożek z koperkiem 80 g (MLE) Jabłko 150 g Rzepa biała 80 g Sałata zielona 20 g
	II ŚN	Jabłko 150 g	Jabłko pieczone 150 g	Jabłko 150 g		
	Obiad	Ogórkowa z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Szynka wieprzowa gotowana 100 g Ryż na sypko (brązowy) 180 g Sos meksykański 80 g (GLU PSZ) Surówka z kapusty białej z olejem () 75 g Buraczki gotowane () 75 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Brokułowa z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Ryż na sypko 180 g Szynka wieprzowa gotowana 100 g Sos własny () 80 ml (GLU PSZ, SEL) Buraczki gotowane () 150 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Ogórkowa z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Szynka wieprzowa gotowana 100 g Sos własny () 80 ml (GLU PSZ, SEL) Ryż na sypko (brązowy) 180 g Surówka z kapusty białej z olejem b/c () 75 g Buraczki gotowane () 75 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml	Ogórkowa z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Ryż na sypko (brązowy) 160 g Karczek pieczony 100 g (GLU PSZ) Sos meksykański 80 g (GLU PSZ) Surówka z kapusty białej z olejem () 75 g Buraczki gotowane () 75 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Brokułowa z ziemniakami (bez glutenu) () 300 ml (MLE, SEL) Ryż na sypko 160 g Szynka wieprzowa gotowana 100 g Sos meksykański b/glutenu 80 g Surówka z kapusty białej z olejem () 75 g Buraczki gotowane () 75 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml
PD						

Jadłospisy za okres od dnia 2026-06-05 do dnia 2026-06-14 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- P01/3 Podstawowa 10-18 lat	SIE- P02/3 Łatwo strawna dzieci 10-18 lat	SIE- P03/3 Z ogr.łatwooprzy. wegl. dzieci 10-18 lat	SIE- D06 Bogatoresztkowa	SIE- D01/GL Bezglutenowa
2026-06-09 wtorek	Kolacja	Herbata czarna granulowana b/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 dodatkami wody z połączonych kawałków mięsa 50 g (SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR.) Miód (25g) 1 szt Pasta warzywna () 80 g (SEL.) Sałata lodowa 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.) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g Szynka zielonogórska- wieprzowa parzona z dodatkami wody z połączonych kawałków mięsa 50 g (SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR.) Pasta warzywna () 80 g (SEL.) Sałata lodowa 20 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 90 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Miód (25g) 1 szt Szynka zielonogórska- wieprzowa parzona z dodatkami wody z połączonych kawałków mięsa 50 g (SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR.) Pasta warzywna () 80 g (SEL.) Sałata lodowa 20 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb bezglutenowy 90 g (SEZ, może zawierać: ORZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Miód (25g) 1 szt Szynka zielonogórska- wieprzowa parzona z dodatkami wody z połączonych kawałków mięsa 50 g (SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR.) Pasta warzywna () 80 g (SEL.) Sałata lodowa 20 g	
	PN	Przecier owocowy jabłko-truskawka 120g 1 szt	Przecier owocowy jabłko-truskawka 120g 1 szt	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g Sałata zielona 5 g	Przecier owocowy jabłko-truskawka 120g 1 szt	
		Wartość energetyczna: 2205.74 kcal; Białko ogółem: 101.81 g; Tłuszcz: 51.25 g; Kw. tł. nasy.: 21.94 g; Węglowodany ogółem: 351.71 g; W tym cukry: 101.33 g; Błonnik pok.: 33.30 g; Sól: 6.90 g; WW: 31.86 Por; Ener z B.: 18.46 %; Ener z W.: 63.78 %; Ener. z T.: 20.91 %; Potas: 3655.40 mg; Sód: 2756.10 mg;	Wartość energetyczna: 2170.75 kcal; Białko ogółem: 101.30 g; Tłuszcz: 47.55 g; Kw. tł. nasy.: 21.45 g; Węglowodany ogółem: 352.09 g; W tym cukry: 100.81 g; Błonnik pok.: 26.05 g; Sól: 6.37 g; WW: 32.62 Por; Ener z B.: 18.67 %; Ener z W.: 64.88 %; Ener. z T.: 19.71 %; Potas: 3701.91 mg; Sód: 2549.45 mg;	Wartość energetyczna: 1982.84 kcal; Białko ogółem: 100.79 g; Tłuszcz: 58.29 g; Kw. tł. nasy.: 26.09 g; Węglowodany ogółem: 303.96 g; W tym cukry: 51.17 g; Błonnik pok.: 48.42 g; Sól: 8.39 g; WW: 25.54 Por; Ener z B.: 20.33 %; Ener z W.: 61.32 %; Ener. z T.: 26.46 %; Potas: 3920.11 mg; Sód: 3353.07 mg;	Wartość energetyczna: 2198.16 kcal; Białko ogółem: 93.57 g; Tłuszcz: 68.66 g; Kw. tł. nasy.: 27.67 g; Węglowodany ogółem: 333.97 g; W tym cukry: 102.94 g; Błonnik pok.: 42.62 g; Sól: 6.41 g; WW: 29.12 Por; Ener z B.: 17.03 %; Ener z W.: 60.77 %; Ener. z T.: 28.11 %; Potas: 3950.93 mg; Sód: 2555.78 mg;	Wartość energetyczna: 2074.90 kcal; Białko ogółem: 87.00 g; Tłuszcz: 56.13 g; Kw. tł. nasy.: 21.19 g; Węglowodany ogółem: 322.01 g; W tym cukry: 99.46 g; Błonnik pok.: 31.45 g; Sól: 3.94 g; WW: 29.12 Por; Ener z B.: 16.77 %; Ener z W.: 62.08 %; Ener. z T.: 24.35 %; Potas: 3610.31 mg; Sód: 1572.68 mg;
2026-06-10 środa	Śniadanie	Kasza manna z jabłkiem prażonym 300 g (GLU PSZ, MLE.) Herbata czarna granulowana b/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.) Paszтет rybno- warzywny (Łosoś) 80 g (GLU PSZ, JAJ, RYB.) Połędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g (SOJ.) Ogórek świeży 80 g Sałata zielona 20 g	Kasza manna z jabłkiem prażonym 300 g (GLU PSZ, MLE.) Herbata czarna granulowana b/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.) Paszтет rybno- warzywny (Łosoś) 80 g (GLU PSZ, JAJ, RYB.) Połędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g (SOJ.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Maślanka 150 ml (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.) Paszтет rybno- warzywny (Łosoś) 80 g (GLU PSZ, JAJ, RYB.) Połędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g (SOJ.) Ogórek świeży 80 g Sałata zielona 20 g	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 90 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Paszтет rybno- warzywny (Morszczuk) 80 g (GLU PSZ, JAJ, RYB.) Połędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g (SOJ.) Ogórek świeży 80 g Sałata zielona 20 g	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE.) Chleb bezglutenowy 90 g (SEZ, może zawierać: ORZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Połędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g (SOJ.) Dżem 25 g 1 szt Banan 150 g Ogórek świeży 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	II ŚN	Banan 150 g	Jabłko 150 g	Banan 150 g		

Jadłospisy za okres od dnia 2026-06-05 do dnia 2026-06-14 KUCHNIA SIEDLCE

	SIE- P01/3 Podstawowa 10-18 lat	SIE- P02/3 Łatwo strawna dzieci 10-18 lat	SIE- P03/3 Z ogr.łatwoprzy. wegl. dzieci 10-18 lat	SIE- D06 Bogatoresztkowa	SIE- D01/GL Bezglutenowa
Obiad	Jarzynowa z makaronem dieta () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane () 180 g Zrazik drobiowy z udźca pieczony mielony 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos pietruszkowy 80 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Fasolka szparagowa z wody* 75 g Surówka z marchwi z olejem b/c () 75 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Jarzynowa z makaronem dieta () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane () 180 g Zrazik drobiowy z udźca pieczony mielony 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos pietruszkowy 80 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Surówka z marchwi z olejem b/c () 75 g Fasolka szparagowa z wody* 75 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Pieczarkowa z makaronem () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, S02.) Zrazik drobiowy z udźca pieczony mielony 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Ziemniaki gotowane () 180 g Sos pietruszkowy 80 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Fasolka szparagowa z wody* 75 g Surówka z marchwi z olejem b/c () 75 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Pieczarkowa z makaronem () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, S02.) Ziemniaki gotowane () 160 g Zrazik drobiowy z udźca pieczony mielony 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Fasolka szparagowa z wody* 75 g Surówka z marchwi z olejem b/c () 75 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml Sos pietruszkowy 80 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.)	Pieczarkowa z makaronem (bez glutenu) () 300 ml (MLE, SEL, S02.) Ziemniaki gotowane () 160 g Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony (bez glutenu) 100 g (JAJ.) Sos pietruszkowy (bez glutenu) 80 ml (MLE.) Fasolka szparagowa z wody* 75 g Surówka z marchwi z olejem b/c () 75 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml
PD					
2026-06-10 środa Kolacja	Herbata czarna granulowana b/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.) Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona,parzona,z dod.wody,białka wp 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Pomidor 80 g 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.) Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona,parzona,z dod.wody,białka wp 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt (MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 90 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona,parzona,z dod.wody,białka wp 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt (MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb bezglutenowy 90 g (SEZ, może zawierać: ORZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt (MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	
PN	Ciasto drożdżowe 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE.)	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt Pieczywo chrupkie ekstrudowane-żytnie 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JE CZ.)	Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt Pieczywo chrupkie ekstrudowane-żytnie 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JE CZ.)	Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt	
	Wartość energetyczna: 2530.76 kcal; Białko ogółem: 103.37 g; Tłuszcz: 72.11 g; Kw. tł. nasy.: 24.99 g; Węglowodany ogółem: 358.06 g; W tym cukry: 78.48 g; Błonnik pok.: 25.71 g; Sól: 7.34 g; WW: 33.35 Por; Ener z B.: 16.34 %; Ener z W.: 56.59 %; Ener. z T.: 25.65 %; Potas: 4227.29 mg; Sód: 2939.95 mg;	Wartość energetyczna: 2531.26 kcal; Białko ogółem: 103.35 g; Tłuszcz: 72.17 g; Kw. tł. nasy.: 25.00 g; Węglowodany ogółem: 358.31 g; W tym cukry: 79.20 g; Błonnik pok.: 26.17 g; Sól: 7.33 g; WW: 33.38 Por; Ener z B.: 16.33 %; Ener z W.: 56.62 %; Ener. z T.: 25.66 %; Potas: 4329.37 mg; Sód: 2934.33 mg;	Wartość energetyczna: 2150.31 kcal; Białko ogółem: 98.27 g; Tłuszcz: 69.82 g; Kw. tł. nasy.: 22.94 g; Węglowodany ogółem: 319.75 g; W tym cukry: 42.62 g; Błonnik pok.: 40.39 g; Sól: 9.05 g; WW: 28.01 Por; Ener z B.: 18.28 %; Ener z W.: 59.48 %; Ener. z T.: 29.22 %; Potas: 4147.28 mg; Sód: 3622.65 mg;	Wartość energetyczna: 2197.12 kcal; Białko ogółem: 97.14 g; Tłuszcz: 62.59 g; Kw. tł. nasy.: 23.30 g; Węglowodany ogółem: 345.15 g; W tym cukry: 88.32 g; Błonnik pok.: 36.68 g; Sól: 6.66 g; WW: 30.94 Por; Ener z B.: 17.68 %; Ener z W.: 62.84 %; Ener. z T.: 25.64 %; Potas: 4410.13 mg; Sód: 2665.61 mg;	Wartość energetyczna: 1885.34 kcal; Białko ogółem: 69.67 g; Tłuszcz: 52.87 g; Kw. tł. nasy.: 21.39 g; Węglowodany ogółem: 296.51 g; W tym cukry: 93.22 g; Błonnik pok.: 23.87 g; Sól: 4.61 g; WW: 27.39 Por; Ener z B.: 14.78 %; Ener z W.: 62.91 %; Ener. z T.: 25.24 %; Potas: 3665.69 mg; Sód: 1840.05 mg;

Jadłospisy za okres od dnia 2026-06-05 do dnia 2026-06-14 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- P01/3 Podstawowa 10-18 lat	SIE- P02/3 Łatwo strawna dzieci 10-18 lat	SIE- P03/3 Z ogr.łatwoprzy. wegl. dzieci 10-18 lat	SIE- D06 Bogatoresztkowa	SIE- D01/GL Bezglutenowa
2026-06-11 czwartek	Śniadanie	Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Platki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) Bułka graham-pszena 50g 1 szt (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Ser żółty 25 g (MLE.) Sałatka wiosenna 200 g Sałata zielona 20 g	Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Platki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) 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.) Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 25 g (SOJ.) Sałatka wiosenna - diety 200 g Sałata zielona 20 g	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Bułka graham-pszena 50g 1 szt (GLU PSZ.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Ser żółty 25 g (MLE.) Sałatka wiosenna 200 g Sałata zielona 20 g	Platki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka graham-pszena 50g 1 szt (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Ser żółty 25 g (MLE.) Sałatka wiosenna - diety 200 g Sałata zielona 20 g	Platki ryżowe błyskawiczne na mleku 300 g (MLE.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Chleb bezglutenowy 90 g (SEZ, może zawierać: ORZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (SOJ.) Ser żółty 25 g (MLE.) Sałatka wiosenna 200 g Sałata zielona 20 g Jabłko 150 g
	II ŚN	Jabłko 150 g	Jabłko pieczone 150 g	Jabłko 150 g	Jabłko 150 g	
	Obiad	Barszcz biały z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT.) Pierogi leniwe 300 g (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Mus z jabłek () b/c 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml	Ziemniaczana () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Pierogi leniwe 300 g (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Mus z jabłek () b/c 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml	Barszcz biały z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT.) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami* 300 g (SEL, GLU JĘCZ.) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 150 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml	Barszcz biały z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT.) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami* 300 g (SEL, GLU JĘCZ.) Dyńa duszona z marchewką * 75 g (GLU PSZ.) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 75 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml	Ziemniaczana (bez glutenu) () 300 ml (MLE, SEL.) Pulpet wieprzowy (bez glutenu) 100 g (JAJ.) Sos pomidorowy (bez glutenu) 80 ml Ziemniaki gotowane () 160 g Dyńa duszona z marchewką * (bez glutenu) 75 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 75 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml
	PD					
Kolacja	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Gulaszowa z mięsem drobiowym- dieta () 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Banan 150 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Gulaszowa z mięsem drobiowym- dieta () 300 ml (GLU PSZ, SEL.)	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Gulaszowa z mięsem drobiowym- dieta () 300 ml (GLU PSZ, SEL.)	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Gulaszowa z mięsem drobiowym- dieta () 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Chleb razowy żytnio-pszenny 90 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Banan 150 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb bezglutenowy 90 g (SEZ, może zawierać: ORZ.) Gulaszowa z mięsem drobiowym- dieta () (bez glutenu) 300 ml (SEL.) Banan 150 g	

Jadłospisy za okres od dnia 2026-06-05 do dnia 2026-06-14 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- P01/3 Podstawowa 10-18 lat	SIE- P02/3 Łatwo strawna dzieci 10-18 lat	SIE- P03/3 Z ogr.łatwooprzy. wegl. dzieci 10-18 lat	SIE- D06 Bogatoresztkowa	SIE- D01/GL Bezglutenowa
2026-06-11 czwartek	PN	Dżem 25 g 1 szt Wafle ryżowe 30 g		Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt Pieczywo chrupkie ekstrudowane-żytnie 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt Pieczywo chrupkie ekstrudowane-żytnie 30 g (GLUPSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	Wafle ryżowe 30 g Dżem 25 g 1 szt
		Wartość energetyczna: 2325.46 kcal; Białko ogółem: 86.74 g; Tłuszcz: 50.13 g; Kw. tł. nasy.: 20.57 g; Węglowodany ogółem: 407.90 g; W tym cukry: 92.65 g; Błonnik pok.: 33.65 g; Sól: 6.24 g; WW: 37.61 Por; Ener z B.: 14.92 %; Ener z W.: 70.16 %; Ener z T.: 19.40 %; Potas: 4547.89 mg; Sód: 2509.45 mg;	Wartość energetyczna: 2430.26 kcal; Białko ogółem: 84.71 g; Tłuszcz: 57.30 g; Kw. tł. nasy.: 15.95 g; Węglowodany ogółem: 418.02 g; W tym cukry: 97.24 g; Błonnik pok.: 30.71 g; Sól: 6.51 g; WW: 38.91 Por; Ener z B.: 13.94 %; Ener z W.: 68.80 %; Ener z T.: 21.22 %; Potas: 4398.35 mg; Sód: 2610.41 mg;	Wartość energetyczna: 2080.38 kcal; Białko ogółem: 86.41 g; Tłuszcz: 56.27 g; Kw. tł. nasy.: 18.93 g; Węglowodany ogółem: 345.89 g; W tym cukry: 44.78 g; Błonnik pok.: 49.25 g; Sól: 6.60 g; WW: 29.66 Por; Ener z B.: 16.61 %; Ener z W.: 66.51 %; Ener z T.: 24.34 %; Potas: 4562.53 mg; Sód: 2660.06 mg;	Wartość energetyczna: 2435.18 kcal; Białko ogółem: 90.25 g; Tłuszcz: 72.48 g; Kw. tł. nasy.: 21.28 g; Węglowodany ogółem: 392.30 g; W tym cukry: 97.67 g; Błonnik pok.: 50.22 g; Sól: 6.25 g; WW: 34.29 Por; Ener z B.: 14.82 %; Ener z W.: 64.44 %; Ener z T.: 26.79 %; Potas: 5296.88 mg; Sód: 2512.72 mg;	Wartość energetyczna: 2414.74 kcal; Białko ogółem: 87.85 g; Tłuszcz: 65.70 g; Kw. tł. nasy.: 20.89 g; Węglowodany ogółem: 387.50 g; W tym cukry: 97.91 g; Błonnik pok.: 33.64 g; Sól: 4.60 g; WW: 35.54 Por; Ener z B.: 14.55 %; Ener z W.: 64.19 %; Ener z T.: 24.49 %; Potas: 5749.24 mg; Sód: 1844.33 mg;
2026-06-12 piątek	Śniadanie	Kasza manna 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.) Serek wiejski lekki 3% tł 150g 1 szt (MLE.) Dżem 25 g 1 szt Rzodkiewka 80 g Kakao z mlekiem z/c 250 ml (MLE.) Sałata zielona 20 g	Kasza manna 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.) Serek wiejski lekki 3% tł 150g 1 szt (MLE.) Dżem 25 g 1 szt Pomidor 80 g Kakao z mlekiem z/c 250 ml (MLE.) Sałata zielona 20 g	Masłanka 150 ml (MLE.) Kawa zbożowa b/c 250 ml (GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Serek wiejski lekki 3% tł 150g 1 szt (MLE.) Hummus z ciecierzycy 50 g Rzodkiewka 80 g Sałata zielona 20 g	Kasza manna na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE.) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Chleb razowy żytnio-pszenny 90 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Hummus z ciecierzycy 50 g Serek wiejski lekki 3% tł 150g 1 szt (MLE.) Rzodkiewka 80 g Sałata zielona 20 g	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb bezglutenowy 90 g (SEZ, może zawierać: ORZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Dżem 25 g 1 szt Serek wiejski lekki 3% tł 150g 1 szt (MLE.) Rzodkiewka 80 g Arbuz 100 g Sałata zielona 20 g
	II ŚN	Arbuz 100 g	Przecier owocowy jablko-banan 120g 1 szt	Jablko 150 g	Arbuz 100 g	
	Obiad	Szpinakowa z zacierką () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane () 180 g Ryba pieczona (Morszczuk) 120 g (RYB.) Sos koperkowy () 80 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Surówka z kapusty czerwonej z olejem 75 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 75 g (SEL.) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Szpinakowa z zacierką () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane () 180 g Pulpet rybny (Morszczuk) 120 g (GLU PSZ, JAJ, RYB.) Sos koperkowy () 80 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 75 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 75 g (SEL.) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Szpinakowa z zacierką () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane () 180 g Pulpet rybny (Morszczuk) 120 g (GLU PSZ, JAJ, RYB.) Sos koperkowy () 80 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 75 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 75 g (SEL.) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml	Szpinakowa z zacierką () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane () 160 g Ryba pieczona (Morszczuk) 120 g (RYB.) Sos koperkowy () 80 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Surówka z kapusty czerwonej z olejem 75 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 75 g (SEL.) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Szpinakowa z makaronem (bez glutenu) () 300 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane () 160 g Ryba pieczona (Morszczuk) 120 g (RYB.) Sos koperkowy (bez glutenu) 80 ml (MLE.) Surówka z kapusty czerwonej z olejem 75 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 75 g (SEL.) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml
	PD					

Jadłospisy za okres od dnia 2026-06-05 do dnia 2026-06-14 KUCHNIA SIEDLCE

	SIE- P01/3 Podstawowa 10-18 lat	SIE- P02/3 Łatwo strawna dzieci 10-18 lat	SIE- P03/3 Z ogr.łatwoprzy. wegl. dzieci 10-18 lat	SIE- D06 Bogatoresztkowa	SIE- D01/GL Bezglutenowa	
2026-06-12 piątek	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>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Pomidor 80 g Serek homo z natką pietruszki 50 g (<u>MLE.</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>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Serek homo z natką pietruszki 50 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 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>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Serek homo z natką pietruszki 50 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 90 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Pomidor 80 g Serek homo z natką pietruszki 50 g (<u>MLE.</u>) Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb bezglutenowy 90 g (<u>SEZ, może zawierać: ORZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Serek homo z natką pietruszki 50 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g
	PN	Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt Biszkopty b/ml 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>)	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt Pieczywo chrupkie ekstrudowane-żytnie 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>)	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt Pieczywo chrupkie ekstrudowane-żytnie 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>)	Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 30 g	
	Wartość energetyczna: 2403.55 kcal; Białko ogółem: 122.42 g; Tłuszcz: 60.94 g; Kw. tł. nasy.: 21.44 g; Węglowodany ogółem: 358.35 g; W tym cukry: 107.76 g; Błonnik pok.: 24.64 g; Sól: 6.63 g; WW: 33.46 Por; Ener z B.: 20.37 %; Ener z W.: 59.64 %; Ener. z T.: 22.82 %; Potas: 4461.75 mg; Sód: 2644.62 mg;	Wartość energetyczna: 2458.65 kcal; Białko ogółem: 116.18 g; Tłuszcz: 59.84 g; Kw. tł. nasy.: 21.44 g; Węglowodany ogółem: 382.11 g; W tym cukry: 109.62 g; Błonnik pok.: 27.84 g; Sól: 7.17 g; WW: 35.51 Por; Ener z B.: 18.90 %; Ener z W.: 62.17 %; Ener. z T.: 21.90 %; Potas: 4149.25 mg; Sód: 2853.00 mg;	Wartość energetyczna: 2126.88 kcal; Białko ogółem: 108.80 g; Tłuszcz: 56.40 g; Kw. tł. nasy.: 16.84 g; Węglowodany ogółem: 334.42 g; W tym cukry: 47.07 g; Błonnik pok.: 44.75 g; Sól: 8.99 g; WW: 29.03 Por; Ener z B.: 20.46 %; Ener z W.: 62.89 %; Ener. z T.: 23.87 %; Potas: 4273.70 mg; Sód: 3585.22 mg;	Wartość energetyczna: 2222.17 kcal; Białko ogółem: 121.10 g; Tłuszcz: 64.63 g; Kw. tł. nasy.: 20.93 g; Węglowodany ogółem: 322.35 g; W tym cukry: 70.86 g; Błonnik pok.: 38.54 g; Sól: 8.47 g; WW: 28.42 Por; Ener z B.: 21.80 %; Ener z W.: 58.02 %; Ener. z T.: 26.18 %; Potas: 4590.18 mg; Sód: 3378.19 mg;	Wartość energetyczna: 2116.33 kcal; Białko ogółem: 99.55 g; Tłuszcz: 60.59 g; Kw. tł. nasy.: 18.14 g; Węglowodany ogółem: 306.94 g; W tym cukry: 85.96 g; Błonnik pok.: 26.03 g; Sól: 3.88 g; WW: 28.18 Por; Ener z B.: 18.82 %; Ener z W.: 58.01 %; Ener. z T.: 25.77 %; Potas: 3864.95 mg; Sód: 1546.01 mg;	
2026-06-13 sobota	Śniadanie	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU JECZ.</u>) 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>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Połędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g (<u>SOJ.</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	Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Połędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g (<u>SOJ.</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	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU JECZ.</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 90 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Połędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g (<u>SOJ.</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	Ryż na mleku 300 ml (<u>MLE.</u>) Chleb bezglutenowy 90 g (<u>SEZ, może zawierać: ORZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Połędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g (<u>SOJ.</u>) Dżem 25 g 1 szt Pomidor 80 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Banan 150 g Sałata zielona 20 g	
	II ŚN	Banan 150 g	Jabłko 150 g	Banan 150 g		
	Koperkowa z ryżem () 300 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (<u>GLU JECZ.</u>) Gulasz wieprzowy 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c () 75 g Buraczki gotowane drobno tarte () 75 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Koperkowa z ryżem () 300 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (<u>GLU JECZ.</u>) Gulasz wieprzowy- dieta 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c () 75 g Buraczki gotowane drobno tarte () 75 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Koperkowa z ryżem () 300 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (<u>GLU JECZ.</u>) Gulasz wieprzowy- dieta 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c () 75 g Buraczki gotowane drobno tarte() b/c 75 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml	Koperkowa z ryżem () 300 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 160 g (<u>GLU JECZ.</u>) Gulasz wieprzowy 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c () 75 g Buraczki gotowane drobno tarte () 75 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Koperkowa z ryżem () 300 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 160 g Gulasz wieprzowy (bez glutenu) 150 g Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c () 75 g Buraczki gotowane drobno tarte () 75 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	

Jadłospisy za okres od dnia 2026-06-05 do dnia 2026-06-14 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- P01/3 Podstawowa 10-18 lat	SIE- P02/3 Łatwo strawna dzieci 10-18 lat	SIE- P03/3 Z ogr.łatwooprzy. wegl. dzieci 10-18 lat	SIE- D06 Bogatoresztkowa	SIE- D01/GL Bezglutenowa
2026-06-13 sobota	PD					
	Kolacja	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Paszтет z soczewicy () 80 g (GLU PSZ, JAJ.) Ser mozzarella 25 g (MLE.) Ogórek świeży 80 g 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 ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa,wędzona,z wodą dodaną. 50 g (SOJ.) Ser mozzarella 25 g (MLE.) 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.) Paszтет z soczewicy () 80 g (GLU PSZ, JAJ.) Ser mozzarella 25 g (MLE.) Ogórek świeży 80 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 90 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Paszтет z soczewicy () 80 g (GLU PSZ, JAJ.) Ser mozzarella 25 g (MLE.) Ogórek świeży 80 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb bezglutenowy 90 g (SEZ, może zawierać: ORZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Ser mozzarella 25 g (MLE.) Ogórek świeży 80 g Sałata zielona 20 g
	PN	Bułka maślana 1 szt 1 szt (GLU PSZ, JAJ, MLE.)	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Szynka z pierśią kurczaka-wędł.z drob.gr.rozd.parzo.w ost.niejadalnej 25 g (SOJ.) Sałata zielona 5 g	Bułka maślana 1 szt 1 szt (GLU PSZ, JAJ, MLE.)	Przecier owocowy jabłko-truskawka 120g 1 szt	
	Wartość energetyczna: 2603.02 kcal; Białko ogółem: 106.64 g; Tłuszcz: 74.36 g; Kw. tł. nasy.: 23.83 g; Węglowodany ogółem: 401.88 g; W tym cukry: 84.18 g; Błonnik pok.: 34.23 g; Sól: 7.80 g; WW: 36.78 Por; Ener z B.: 16.39 %; Ener z W.: 61.76 %; Ener. z T.: 25.71 %; Potas: 3735.92 mg; Sód: 3121.55 mg;	Wartość energetyczna: 2378.46 kcal; Białko ogółem: 103.24 g; Tłuszcz: 62.66 g; Kw. tł. nasy.: 22.82 g; Węglowodany ogółem: 368.87 g; W tym cukry: 81.70 g; Błonnik pok.: 26.97 g; Sól: 9.62 g; WW: 34.25 Por; Ener z B.: 17.36 %; Ener z W.: 62.03 %; Ener. z T.: 23.71 %; Potas: 3239.71 mg; Sód: 3846.59 mg;	Wartość energetyczna: 2181.95 kcal; Białko ogółem: 95.97 g; Tłuszcz: 77.94 g; Kw. tł. nasy.: 26.73 g; Węglowodany ogółem: 322.44 g; W tym cukry: 46.72 g; Błonnik pok.: 43.95 g; Sól: 7.55 g; WW: 27.74 Por; Ener z B.: 17.59 %; Ener z W.: 59.11 %; Ener. z T.: 32.15 %; Potas: 3514.92 mg; Sód: 3017.44 mg;	Wartość energetyczna: 2470.54 kcal; Białko ogółem: 102.33 g; Tłuszcz: 74.16 g; Kw. tł. nasy.: 23.76 g; Węglowodany ogółem: 384.44 g; W tym cukry: 85.02 g; Błonnik pok.: 41.24 g; Sól: 7.48 g; WW: 34.30 Por; Ener z B.: 16.57 %; Ener z W.: 62.24 %; Ener. z T.: 27.02 %; Potas: 3966.82 mg; Sód: 2990.63 mg;	Wartość energetyczna: 1982.95 kcal; Białko ogółem: 72.89 g; Tłuszcz: 57.91 g; Kw. tł. nasy.: 19.88 g; Węglowodany ogółem: 307.91 g; W tym cukry: 93.76 g; Błonnik pok.: 24.15 g; Sól: 4.50 g; WW: 28.40 Por; Ener z B.: 14.70 %; Ener z W.: 62.11 %; Ener. z T.: 26.28 %; Potas: 3794.28 mg; Sód: 1802.89 mg;	
2026-06-14 niedziela	Śniadanie	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE.) Herbata czarna granulowana b/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.) Pomidor 80 g Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 25 g (SOJ.) Twaróg półtłusty 80 g (MLE.) Sałata zielona 20 g	Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (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.) Twaróg półtłusty 80 g (MLE.) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 25 g (SOJ.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 90 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 25 g (SOJ.) Rzepa biała 80 g Twaróg półtłusty 80 g (MLE.) Sałata zielona 20 g	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb bezglutenowy 90 g (SEZ, może zawierać: ORZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 25 g (SOJ.) Twaróg półtłusty 80 g (MLE.) Rzepa biała 80 g Jabłko 150 g Sałata zielona 20 g	
	II ŚN	Jabłko 150 g	Przecier owocowy jabłko-banan 120g 1 szt	Jabłko 150 g		

Jadłospisy za okres od dnia 2026-06-05 do dnia 2026-06-14 KUCHNIA SIEDLCE

	SIE- P01/3 Podstawowa 10-18 lat	SIE- P02/3 Łatwo strawna dzieci 10-18 lat	SIE- P03/3 Z ogr.łatwoprzy. wegl. dzieci 10-18 lat	SIE- D06 Bogatoresztkowa	SIE- D01/GL Bezglutenowa
Obiad	Rosół z makaronem () 300 ml (GLU PSZ, SEL) Ziemniaki gotowane () 180 g Ćwiartka z kurczaka pieczona 130 g Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 75 g Brokuł gotowany* 75 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Rosół z makaronem () 300 ml (GLU PSZ, SEL) Ziemniaki gotowane () 180 g Ćwiartka z kurczaka gotowana 130 g Brokuł gotowany* 75 g Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 75 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Rosół z makaronem () 300 ml (GLU PSZ, SEL) Ziemniaki gotowane () 180 g Ćwiartka z kurczaka pieczona 130 g Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 75 g Brokuł gotowany* 75 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml	Rosół z makaronem () 300 ml (GLU PSZ, SEL) Ziemniaki gotowane () 160 g Ćwiartka z kurczaka pieczona 130 g Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 75 g Brokuł gotowany* 75 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Rosół z makaronem (bez glutenu) () 300 ml (SEL) Ziemniaki gotowane () 160 g Ćwiartka z kurczaka pieczona 130 g Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 75 g Brokuł gotowany* 75 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml
PD					
2026-06-14 niedziela Kolacja	Herbata czarna granulowana b/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 kurczaka-wędl.z drob.gr.rozd.parzo.w osł.niejadalnej 50 g (SOJ) Dżem 25 g 1 szt Pasta marchewkowo-pomidorowa 80 g 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 ŻYT) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Dżem 25 g 1 szt Szynka z piersią kurczaka-wędl.z drob.gr.rozd.parzo.w osł.niejadalnej 50 g (SOJ) Pasta marchewkowo-pomidorowa 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) Szynka z piersią kurczaka-wędl.z drob.gr.rozd.parzo.w osł.niejadalnej 75 g (SOJ) Pasta marchewkowo-pomidorowa 80 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 90 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Dżem 25 g 1 szt Szynka z piersią kurczaka-wędl.z drob.gr.rozd.parzo.w osł.niejadalnej 50 g (SOJ) Pasta marchewkowo-pomidorowa 80 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb bezglutenowy 90 g (SEZ, może zawierać: ORZ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Dżem 25 g 1 szt Szynka z piersią kurczaka-wędl.z drob.gr.rozd.parzo.w osł.niejadalnej 50 g (SOJ) Pasta marchewkowo-pomidorowa 80 g Sałata zielona 20 g
PN	Mleko Smakowe UHT 1,5% tł 0,2l 1 szt (MLE) Podplomyki b/c 20 g (GLU PSZ, MLE)		Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt Pieczywo chrupkie ekstrudowane-żytnie 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JECZ)	Mleko Smakowe UHT 1,5% tł 0,2l 1 szt (MLE) Podplomyki b/c 20 g (GLU PSZ, MLE)	Mleko Smakowe UHT 1,5% tł 0,2l 1 szt (MLE) Wafle ryżowe 20 g
	Wartość energetyczna: 2461.59 kcal; Białko ogółem: 129.20 g; Tłuszcz: 81.97 g; Kw. tł. nasy.: 30.73 g; Węglowodany ogółem: 329.50 g; W tym cukry: 69.72 g; Błonnik pok.: 24.14 g; Sól: 7.60 g; WW: 30.62 Por; Ener z B.: 20.99 %; Ener z W.: 53.54 %; Ener. z T.: 29.97 %; Potas: 4383.29 mg; Sód: 3044.73 mg;	Wartość energetyczna: 2456.79 kcal; Białko ogółem: 128.96 g; Tłuszcz: 78.89 g; Kw. tł. nasy.: 30.50 g; Węglowodany ogółem: 335.35 g; W tym cukry: 71.97 g; Błonnik pok.: 24.74 g; Sól: 7.60 g; WW: 31.12 Por; Ener z B.: 21.00 %; Ener z W.: 54.60 %; Ener. z T.: 28.90 %; Potas: 4182.29 mg; Sód: 3046.53 mg;	Wartość energetyczna: 2133.78 kcal; Białko ogółem: 119.46 g; Tłuszcz: 78.44 g; Kw. tł. nasy.: 27.49 g; Węglowodany ogółem: 291.20 g; W tym cukry: 44.28 g; Błonnik pok.: 40.78 g; Sól: 7.90 g; WW: 25.06 Por; Ener z B.: 22.39 %; Ener z W.: 54.59 %; Ener. z T.: 33.08 %; Potas: 4571.91 mg; Sód: 3161.19 mg;	Wartość energetyczna: 2331.74 kcal; Białko ogółem: 125.27 g; Tłuszcz: 82.32 g; Kw. tł. nasy.: 30.75 g; Węglowodany ogółem: 316.04 g; W tym cukry: 72.72 g; Błonnik pok.: 36.02 g; Sól: 7.07 g; WW: 28.07 Por; Ener z B.: 21.49 %; Ener z W.: 54.22 %; Ener. z T.: 31.77 %; Potas: 4654.97 mg; Sód: 2829.45 mg;	Wartość energetyczna: 2367.22 kcal; Białko ogółem: 113.42 g; Tłuszcz: 87.37 g; Kw. tł. nasy.: 30.31 g; Węglowodany ogółem: 307.81 g; W tym cukry: 70.01 g; Błonnik pok.: 28.40 g; Sól: 5.02 g; WW: 28.05 Por; Ener z B.: 19.16 %; Ener z W.: 52.01 %; Ener. z T.: 33.22 %; Potas: 4119.24 mg; Sód: 2010.47 mg;

		SIE- D01/WE Wegetariańska	SIE- D04 Wegańska	SIE- Pooperacyjna
2026-06-05 piątek	Śniadanie	Zacierka na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Powidła śliwkowe 25 g Serek wiejski lekki 3% tł 150g 1 szt (MLE) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Jabłko 150 g	Zacierka na napoju owsianym 300 ml (GLU PSZ, GLU OW) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Hummus z ciecierzycy 50 g Pasta z tofu, brokuła i szpinaku 80 g (SOJ) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Zacierka na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 90 g (GLU PSZ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Miód (25g) 1 szt Serek wiejski lekki 3% tł 150g 1 szt (MLE)
	II ŚN		Jabłko 150 g	Jabłko pieczone 150 g
	Obiad	Krupnik jęczmienny () 300 ml (MLE, SEL, GLU JĘCZ) Ziemniaki gotowane () 160 g Ryba pieczona (Morszczuk) 120 g (RYB) Sos koperkowy * 80 ml (GLU PSZ, MLE) Surówka z kapusty młodej z olejem () 75 g Warzywa po grecku () 75 g (GLU PSZ, SEL) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Krupnik jęczmienny (bez mleka) () 300 ml (SEL, GLU JĘCZ) Ziemniaki gotowane () 160 g Falafele klopsiki z ciecierzycy 100 g (GLU PSZ, SEL) Sos koperkowy *(bez mleka) 80 ml (GLU PSZ) Surówka z kapusty młodej z olejem () 75 g Warzywa po grecku () 75 g (GLU PSZ, SEL) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Krupnik jęczmienny () 300 ml (MLE, SEL, GLU JĘCZ) Ziemniaki gotowane () 160 g Pulpet rybny (Morszczuk) 120 g (GLU PSZ, JAJ, RYB) Sos koperkowy * 80 ml (GLU PSZ, MLE) Warzywa po grecku () 150 g (GLU PSZ, SEL) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml
	PD			
	Kolacja	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (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) Ser żółty 50 g (MLE) Ogórek świeży 80 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Paszтет sojowy z pomidorami 80 g (SOJ, GOR) Pasta z groszku zielonego b/ml 80 g Ogórek świeży 80 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 90 g (GLU PSZ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Dżem 25 g 1 szt Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (SOJ)
PN	Przecier owocowy jabłko-truskawka 120g 1 szt		Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 30 g	

Jadłospisy za okres od dnia 2026-06-05 do dnia 2026-06-14 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- D01/WE Wegetariańska	SIE- D04 Wegańska	SIE- Pooperacyjna
2026-06-05 piątek		Wartość energetyczna: 2188.70 kcal; Białko ogółem: 113.24 g; Tłuszcz: 69.43 g; Kw. tł. nasy.: 28.60 g; Węglowodany ogółem: 303.03 g; W tym cukry: 81.08 g; Błonnik pok.: 28.47 g; Sól: 7.22 g; WW: 27.39 Por; Ener z B.: 20.70 %; Ener z W.: 55.38 %; Ener. z T.: 28.55 %; Potas: 3870.88 mg; Sód: 2882.74 mg;	Wartość energetyczna: 2273.06 kcal; Białko ogółem: 63.00 g; Tłuszcz: 84.49 g; Kw. tł. nasy.: 10.76 g; Węglowodany ogółem: 345.80 g; W tym cukry: 69.85 g; Błonnik pok.: 37.15 g; Sól: 6.17 g; WW: 30.94 Por; Ener z B.: 11.09 %; Ener z W.: 60.85 %; Ener. z T.: 33.45 %; Potas: 2913.21 mg; Sód: 2532.97 mg;	Wartość energetyczna: 2147.80 kcal; Białko ogółem: 103.26 g; Tłuszcz: 47.43 g; Kw. tł. nasy.: 16.91 g; Węglowodany ogółem: 340.50 g; W tym cukry: 86.66 g; Błonnik pok.: 20.27 g; Sól: 6.79 g; WW: 32.22 Por; Ener z B.: 19.23 %; Ener z W.: 63.41 %; Ener. z T.: 19.87 %; Potas: 3240.43 mg; Sód: 2718.87 mg;
2026-06-06 sobota	Śniadanie	Platki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Pasta z soczewicy czerwonej 80 g Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt (MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE.) Rzodkiew biała 80 g Sałata zielona 20 g Banan 150 g	Platki owsiane na napoju owsianym 300 ml (GLU OW.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Pasta z soczewicy czerwonej 80 g Dżem 25 g 1 szt Rzodkiew biała 80 g Sałata zielona 20 g	Platki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Bulka pszenna długa krojona 90 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt (MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE.)
	II ŚN		Banan 150 g	
	Obiad	Koperkowa z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Kotlet z cieciorki i pieczarek 300 g (GLU PSZ.) Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c () 75 g Buraczki gotowane () 75 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Koperkowa z ziemniakami (bez mleka) () 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Kotlet z cieciorki i pieczarek 300 g (GLU PSZ.) Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c () 75 g Buraczki gotowane () 75 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Koperkowa z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryż na sypko 160 g Potrawka drobiowa () 150 g (GLU PSZ, SEL.) Marchew gotowana z olejem () 150 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml
	PD			

Jadłospisy za okres od dnia 2026-06-05 do dnia 2026-06-14 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- D01/WE Wegetariańska	SIE- D04 Wegańska	SIE- Pooperacyjna
2026-06-06 sobota	Kolacja	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Pasta z twarogu z natką pietruszki 80 g (MLE.) Miód (25g) 1 szt Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Sałatka z soczewicy, pomidora i ogórka kiszzonego 150 g Paprykarz warzywny 80 g (SEL.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 90 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka z piersią kurczaka-wędł.z drob.gr.rozd.parzo.w osł.niejadalnej 50 g (SOJ.) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa,wędzona,z wodą dodaną. 25 g (SOJ.)
	PN	Przecier owocowy jablko-banan 120g 1 szt		Wafle ryżowe 30 g
		Wartość energetyczna: 2711.82 kcal; Białko ogółem: 86.62 g; Tłuszcz: 95.66 g; Kw. tł. nasy.: 24.45 g; Węglowodany ogółem: 414.98 g; W tym cukry: 116.12 g; Błonnik pok.: 58.14 g; Sól: 4.73 g; WW: 35.81 Por; Ener z B.: 12.78 %; Ener z W.: 61.21 %; Ener. z T.: 31.75 %; Potas: 4232.08 mg; Sód: 1898.81 mg;	Wartość energetyczna: 2813.45 kcal; Białko ogółem: 78.36 g; Tłuszcz: 96.33 g; Kw. tł. nasy.: 11.10 g; Węglowodany ogółem: 451.14 g; W tym cukry: 107.58 g; Błonnik pok.: 65.22 g; Sól: 6.15 g; WW: 38.83 Por; Ener z B.: 11.14 %; Ener z W.: 64.14 %; Ener. z T.: 30.81 %; Potas: 4590.80 mg; Sód: 2461.21 mg;	Wartość energetyczna: 1997.89 kcal; Białko ogółem: 83.50 g; Tłuszcz: 53.35 g; Kw. tł. nasy.: 21.93 g; Węglowodany ogółem: 322.79 g; W tym cukry: 70.50 g; Błonnik pok.: 23.86 g; Sól: 6.74 g; WW: 30.07 Por; Ener z B.: 16.72 %; Ener z W.: 64.63 %; Ener. z T.: 24.03 %; Potas: 3222.71 mg; Sód: 2706.40 mg;
2026-06-07 niedziela	Śniadanie	Kasza jęczmienna na mleku 300 ml (MLE, GLU JĘCZ.) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Paszтет sojowy z pomidorami 100 g (SOJ, GOR.) Rzodkiewka 80 g Sałata zielona 20 g Jabłko 150 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Kasza jęczmienna na napoju owsianym 300 ml (GLU OW, GLU JĘCZ.) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Paszтет sojowy z pomidorami 100 g (SOJ, GOR.) Rzodkiewka 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Kasza jęczmienna na mleku 300 ml (MLE, GLU JĘCZ.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 90 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.) Dżem 25 g 1 szt
	II ŚN		Jabłko 150 g	Jabłko pieczone 150 g

Jadłospisy za okres od dnia 2026-06-05 do dnia 2026-06-14 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- D01/WE Wegetariańska	SIE- D04 Wegańska	SIE- Pooperacyjna
2026-06-07 niedziela	Obiad	Pomidorowa z zacierką () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane () 160 g Kotlety sojowe 100 g (SOJ.) Mizeria 75 g (MLE.) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 75 g (SEL.) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem (bez mleka) () 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki gotowane () 160 g Kotlety sojowe 100 g (SOJ.) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 150 g (SEL.) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Ryżowa (bez mleka) () 300 ml (SEL.) Ziemniaki gotowane () 160 g Schab duszony 100 g Sos własny () 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 150 g (SEL.) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml
	PD			
	Kolacja	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Ser mozzarella 50 g (MLE.) Dżem 25 g 1 szt Pasta z brokuła * 80 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% 10 g Tofu 80 g (SOJ.) Dżem 25 g 1 szt Pasta z brokuła * 80 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 90 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Serek a'la homogenizowany 80 g (MLE.) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzy.z dodat.wody w osł.niejad 25 g
	PN	Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt Biszkopty b/c 30 g (GLU PSZ, JAJ.)	Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt Pieczywo chrupkie ekstrudowane-żytnie 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	Biszkopty b/c 30 g (GLU PSZ, JAJ.)
		Wartość energetyczna: 2213.79 kcal; Białko ogółem: 82.09 g; Tłuszcz: 71.67 g; Kw. tł. nasy.: 18.62 g; Węglowodany ogółem: 340.81 g; W tym cukry: 83.15 g; Błonnik pok.: 41.74 g; Sól: 6.67 g; WW: 29.87 Por; Ener z B.: 14.83 %; Ener z W.: 61.58 %; Ener. z T.: 29.13 %; Potas: 3425.66 mg; Sód: 2656.98 mg;	Wartość energetyczna: 2168.93 kcal; Białko ogółem: 71.74 g; Tłuszcz: 65.20 g; Kw. tł. nasy.: 9.49 g; Węglowodany ogółem: 357.32 g; W tym cukry: 83.44 g; Błonnik pok.: 48.05 g; Sól: 7.41 g; WW: 31.10 Por; Ener z B.: 13.23 %; Ener z W.: 65.90 %; Ener. z T.: 27.06 %; Potas: 3275.78 mg; Sód: 2948.44 mg;	Wartość energetyczna: 1945.21 kcal; Białko ogółem: 97.06 g; Tłuszcz: 48.29 g; Kw. tł. nasy.: 21.32 g; Węglowodany ogółem: 295.39 g; W tym cukry: 64.86 g; Błonnik pok.: 22.84 g; Sól: 5.90 g; WW: 27.41 Por; Ener z B.: 19.96 %; Ener z W.: 60.74 %; Ener. z T.: 22.34 %; Potas: 3437.67 mg; Sód: 2357.67 mg;

		SIE- D01/WE Wegetariańska	SIE- D04 Wegańska	SIE- Pooperacyjna
2026-06-08 poniedziałek	Śniadanie	Płatki pszenne na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Hummus z ciecierzycy 50 g Ser żółty 50 g (MLE.) Pomidor 80 g Arbuz 100 g Sałata zielona 20 g	Płatki pszenne na napoju owsianym 300 ml (GLU PSZ, GLU OW.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Hummus z ciecierzycy 50 g Paszтет sojowy z pomidorami 80 g (SOJ, GOR.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Płatki pszenne na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynekowa Extra- wędziona wieprzowa, wędzona, z wodą dodaną. 25 g (SOJ.) Serek homo. naturalny 80 g (MLE.)
	II ŚN		Arbuz 100 g	Jabłko pieczone 150 g
	Obiad	Fasolowa z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Makaron z serem 300 g (GLU PSZ, MLE.) Mus z jabłek () z/c 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Fasolowa z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Makaron z warzywami*- dieta BM 300 g (GLU PSZ, SEL.) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Zupa wiosenna z cukinią i ziemniakami () (bez mleka) 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Makaron 160 g (GLU PSZ.) Pulpet drobiowy 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos szpinakowy* 80 ml (GLU PSZ.) Marchew gotowana z olejem () 150 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml
	PD			
	Kolacja	Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Ser żółty 50 g (MLE.) Sałata zielona 20 g Cwikła z jabłkiem () 80 g	Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Dżem 25 g 1 szt Pasta z groszku zielonego b/ml 80 g Sałata zielona 20 g Cwikła z jabłkiem () 80 g	Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 90 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szyńka z piersią indyczą- wędlna drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalanej 75 g (SOJ, SEL, może zawierać: MLE, GOR.)

Jadłospisy za okres od dnia 2026-06-05 do dnia 2026-06-14 KUCHNIA SIEDLCE

	SIE- D01/WE Wegetariańska	SIE- D04 Wegańska	SIE- Pooperacyjna	
2026-06-08 poniedziałek	PN	Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 30 g	Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 30 g	
		Wartość energetyczna: 2547.59 kcal; Białko ogółem: 104.76 g; Tłuszcz: 78.32 g; Kw. tł. nasy.: 40.62 g; Węglowodany ogółem: 381.88 g; W tym cukry: 88.69 g; Błonnik pok.: 31.86 g; Sól: 6.47 g; WW: 34.98 Por; Ener z B.: 16.45 %; Ener z W.: 59.96 %; Ener. z T.: 27.67 %; Potas: 2903.01 mg; Sód: 2583.74 mg;	Wartość energetyczna: 2227.30 kcal; Białko ogółem: 57.58 g; Tłuszcz: 62.14 g; Kw. tł. nasy.: 8.96 g; Węglowodany ogółem: 384.03 g; W tym cukry: 86.31 g; Błonnik pok.: 38.39 g; Sól: 6.04 g; WW: 34.65 Por; Ener z B.: 10.34 %; Ener z W.: 68.97 %; Ener. z T.: 25.11 %; Potas: 2741.93 mg; Sód: 2415.98 mg;	Wartość energetyczna: 2014.65 kcal; Białko ogółem: 90.00 g; Tłuszcz: 50.27 g; Kw. tł. nasy.: 18.56 g; Węglowodany ogółem: 314.65 g; W tym cukry: 54.86 g; Błonnik pok.: 22.42 g; Sól: 6.86 g; WW: 29.26 Por; Ener z B.: 17.87 %; Ener z W.: 62.47 %; Ener. z T.: 22.45 %; Potas: 2690.65 mg; Sód: 2751.08 mg;
2026-06-09 wtorek	Śniadanie	Zacierka na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Twarożek z koperkiem 80 g (MLE) Dżem 25 g 1 szt Rzepa biała 80 g Jabłko 150 g Sałata zielona 20 g	Zacierka na napoju owsianym 300 ml (GLU PSZ, GLU OW.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Hummus zielony z ciecierzycy 80 g Dżem 25 g 1 szt Rzepa biała 80 g Sałata zielona 20 g	Zacierka na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE) Bułka pszenna długa krojona 90 g (GLU PSZ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 25 g Twarożek 80 g (MLE) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	II ŚN		Jabłko 150 g	Jabłko pieczone 150 g
	Obiad	Ogórkowa z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Kotlety sojowe 100 g (SOJ.) Sos meksykański 80 g (GLU PSZ) Ryż na sypko (brązowy) 160 g Surówka z kapusty białej z olejem () 75 g Buraczki gotowane () 75 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Brokułowa z ziemniakami (bez mleka) () 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Kotlety sojowe 100 g (SOJ.) Sos meksykański 80 g (GLU PSZ) Ryż na sypko (brązowy) 160 g Surówka z kapusty białej z olejem () 75 g Buraczki gotowane () 75 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Brokułowa z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane () 160 g Szynka wieprzowa gotowana 100 g Sos własny () 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Dynia z wody 150 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml
PD				

Jadłospisy za okres od dnia 2026-06-05 do dnia 2026-06-14 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- D01/WE Wegetariańska	SIE- D04 Wegańska	SIE- Pooperacyjna
2026-06-09 wtorek	Kolacja	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Ser żółty 50 g (MLE.) Miód (25g) 1 szt Pasta warzywna() 80 g (SEL.) Sałata lodowa 20 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Pasta z kalafiora z natką pietruszki 80 g Tofu 50 g (SOJ.) Pasta warzywna() 80 g (SEL.) Sałata lodowa 20 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 90 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka zielonogórska- wieprzowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 50 g (SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR.) Miód (25g) 1 szt
	PN	Przecier owocowy jabłko-truskawka 120g 1 szt		Biszkopty b/ml 30 g (GLU PSZ, JAJ.)
		Wartość energetyczna: 2193.80 kcal; Białko ogółem: 88.66 g; Tłuszcz: 57.10 g; Kw. tł. nasy.: 28.01 g; Węglowodany ogółem: 361.71 g; W tym cukry: 110.63 g; Błonnik pok.: 44.87 g; Sól: 6.03 g; WW: 31.73 Por; Ener z B.: 16.16 %; Ener z W.: 65.95 %; Ener. z T.: 23.42 %; Potas: 3180.30 mg; Sód: 2410.76 mg;	Wartość energetyczna: 2077.07 kcal; Białko ogółem: 68.43 g; Tłuszcz: 52.54 g; Kw. tł. nasy.: 8.49 g; Węglowodany ogółem: 363.51 g; W tym cukry: 89.69 g; Błonnik pok.: 50.37 g; Sól: 5.84 g; WW: 31.43 Por; Ener z B.: 13.18 %; Ener z W.: 70.00 %; Ener. z T.: 22.77 %; Potas: 3020.07 mg; Sód: 2325.00 mg;	Wartość energetyczna: 1969.37 kcal; Białko ogółem: 98.51 g; Tłuszcz: 41.28 g; Kw. tł. nasy.: 20.71 g; Węglowodany ogółem: 308.95 g; W tym cukry: 73.54 g; Błonnik pok.: 18.07 g; Sól: 5.43 g; WW: 29.13 Por; Ener z B.: 20.01 %; Ener z W.: 62.75 %; Ener. z T.: 18.86 %; Potas: 3843.43 mg; Sód: 2172.49 mg;
2026-06-10 środa	Śniadanie	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Paszтет rybno- warzywny (Morszczuk) 100 g (GLU PSZ, JAJ, RYB.) Banan 150 g Ogórek świeży 80 g Sałata zielona 20 g	Kasza kukurydziana na napoju owsianym 300 ml (GLU OW.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Pasta z fasoli 100 g Ogórek świeży 80 g Sałata zielona 20 g	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 90 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Poledwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g (SOJ.) Dżem 25 g 1 szt
	II ŚN	Banan 150 g		

Jadłospisy za okres od dnia 2026-06-05 do dnia 2026-06-14 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- D01/WE Wegetariańska	SIE- D04 Wegańska	SIE- Pooperacyjna
2026-06-10 środa	Obiad	Pieczarkowa z makaronem () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, S02.</u>) Ziemniaki gotowane () 160 g Falafele klopsiki z ciecierzycy 100 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Sos pietruszkowy 80 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Fasolka szparagowa z wody* 75 g Surówka z marchwi z olejem b/c () 75 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Jarzynowa z makaronem (bez mleka) () 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 160 g Falafele klopsiki z ciecierzycy 100 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Sos pietruszkowy (bez mleka) 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Fasolka szparagowa z wody* 75 g Surówka z marchwi z olejem b/c () 75 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Jarzynowa z makaronem (bez mleka) () 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 160 g Zrazik drobiowy z udźca pieczony mielony 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos pietruszkowy 80 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Marchew gotowana z olejem () 150 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml
	PD			
	Kolacja	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Paszтет sojowy z pomidorami 80 g (<u>SOJ, GOR.</u>) Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt (<u>MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE.</u>) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Paszтет sojowy z pomidorami 80 g (<u>SOJ, GOR.</u>) Dżem 25 g 1 szt Pomidor 80 g Salata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bulka pszenna długa krojona 90 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona,parzona,z dod.wody,białka wp 50 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u>)
	PN	Ciasto drożdżowe 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>)	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt Pieczywo chrupkie ekstrudowane-żytnie 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>)	Ciasto drożdżowe 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>)
		Wartość energetyczna: 2416.27 kcal; Białko ogółem: 85.30 g; Tłuszcz: 73.42 g; Kw. tł. nasy.: 22.78 g; Węglowodany ogółem: 354.85 g; W tym cukry: 74.93 g; Błonnik pok.: 32.06 g; Sól: 6.68 g; WW: 32.37 Por; Ener z B.: 14.12 %; Ener z W.: 58.74 %; Ener. z T.: 27.35 %; Potas: 3849.19 mg; Sód: 2745.21 mg;	Wartość energetyczna: 2362.29 kcal; Białko ogółem: 71.11 g; Tłuszcz: 66.07 g; Kw. tł. nasy.: 9.69 g; Węglowodany ogółem: 406.25 g; W tym cukry: 77.96 g; Błonnik pok.: 44.39 g; Sól: 8.68 g; WW: 36.44 Por; Ener z B.: 12.04 %; Ener z W.: 68.79 %; Ener. z T.: 25.17 %; Potas: 4034.57 mg; Sód: 3535.31 mg;	Wartość energetyczna: 2162.12 kcal; Białko ogółem: 80.86 g; Tłuszcz: 54.87 g; Kw. tł. nasy.: 19.14 g; Węglowodany ogółem: 324.07 g; W tym cukry: 83.04 g; Błonnik pok.: 21.48 g; Sól: 5.60 g; WW: 30.42 Por; Ener z B.: 14.96 %; Ener z W.: 59.95 %; Ener. z T.: 22.84 %; Potas: 3487.31 mg; Sód: 2249.86 mg;

		SIE- D01/WE Wegetariańska	SIE- D04 Wegańska	SIE- Pooperacyjna
2026-06-11 czwartek	Śniadanie	<p>Płatki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE,</u> <u>GLU OW,</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Ser żółty 50 g (<u>MLE,</u>) Miód (25g) 1 szt Sałatka wiosenna 200 g Sałata zielona 20 g Jabłko 150 g</p>	<p>Płatki owsiane na napoju owsianym 300 ml (<u>GLU OW,</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Pasta z ciecierzycy z warzywami () 100 g (<u>SEL,</u>) Sałatka wiosenna 200 g Sałata zielona 20 g</p>	<p>Płatki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE,</u> <u>GLU OW,</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 90 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 75 g (<u>SOJ,</u>)</p>
	II ŚN		Jabłko 150 g	Jabłko pieczone 150 g
	Obiad	<p>Barszcz biały z ziemniakami () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT,</u>) Kaszotto wegetariańskie z tofu * 300 g (<u>SOJ, SEL, GLU JĘCZ,</u>) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 75 g Dyńia duszona z marchewką * 75 g (<u>GLU PSZ,</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml</p>	<p>Ziemniaczana (bez mleka) () 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Kaszotto wegetariańskie z tofu * 300 g (<u>SOJ, SEL, GLU JĘCZ,</u>) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 75 g Dyńia duszona z marchewką * 75 g (<u>GLU PSZ,</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml</p>	<p>Ziemniaczana (bez mleka) () 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Ziemniaki gotowane () 160 g Pulpet wieprzowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>) Dyńia duszona z marchewką * 150 g (<u>GLU PSZ,</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml</p>
	PD			
Kolacja	<p>Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Gulasz ziemniaczano-jarzynowy () 300 g (<u>SEL,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Banan 150 g</p>		<p>Twarożek 100 g (<u>MLE,</u>) Miód (25g) 1 szt Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 90 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>)</p>	

Jadłospisy za okres od dnia 2026-06-05 do dnia 2026-06-14 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- D01/WE Wegetariańska	SIE- D04 Wegańska	SIE- Pooperacyjna
2026-06-11 czwartek	PN	Wafle ryżowe 30 g Dżem 25 g 1 szt		
		Wartość energetyczna: 2547.65 kcal; Białko ogółem: 73.35 g; Tłuszcz: 62.93 g; Kw. tł. nasy.: 22.90 g; Węglowodany ogółem: 453.01 g; W tym cukry: 120.77 g; Błonnik pok.: 50.62 g; Sól: 6.32 g; WW: 40.43 Por; Ener z B.: 11.52 %; Ener z W.: 71.13 %; Ener. z T.: 22.23 %; Potas: 5580.81 mg; Sód: 2544.97 mg;	Wartość energetyczna: 2478.85 kcal; Białko ogółem: 61.37 g; Tłuszcz: 55.65 g; Kw. tł. nasy.: 7.26 g; Węglowodany ogółem: 465.83 g; W tym cukry: 100.10 g; Błonnik pok.: 57.63 g; Sól: 5.47 g; WW: 41.11 Por; Ener z B.: 9.90 %; Ener z W.: 75.17 %; Ener. z T.: 20.20 %; Potas: 5262.20 mg; Sód: 2195.09 mg;	Wartość energetyczna: 2158.16 kcal; Białko ogółem: 97.40 g; Tłuszcz: 51.94 g; Kw. tł. nasy.: 22.08 g; Węglowodany ogółem: 339.69 g; W tym cukry: 83.69 g; Błonnik pok.: 22.33 g; Sól: 5.71 g; WW: 31.91 Por; Ener z B.: 18.05 %; Ener z W.: 62.96 %; Ener. z T.: 21.66 %; Potas: 3917.34 mg; Sód: 2292.10 mg;
2026-06-12 piątek	Śniadanie	Kasza manna na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE,) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JEĆZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Dżem 25 g 1 szt Serek wiejski lekki 3% tł 150g 1 szt (MLE,) Rzodkiewka 80 g Arbuz 100 g Sałata zielona 20 g	Kasza manna na napoju owsianym 300 ml (GLU PSZ, GLU OW,) Kawa zbożowa z napojem owsianym b/c 250 ml (GLU ŻYT, GLU OW, GLU JEĆZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10g Dżem 25 g 1 szt Pasta z fasoli 80 g Rzodkiewka 80 g Sałata zielona 20 g	Kasza manna na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE,) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bulka pszenna długa krojona 90 g (GLU PSZ,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Dżem 25 g 1 szt Serek wiejski lekki 3% tł 150g 1 szt (MLE,)
	II ŚN		Arbuz 100 g	Przecier owocowy jabłko-banan 120g 1 szt
	Obiad	Szpinakowa z zacierką () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Ziemniaki gotowane () 160 g Ryba pieczona (Morszczuk) 120 g (RYB,) Sos koperkowy () 80 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 75 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 75 g (SEL,) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Szpinakowa z zacierką (bez mleka) () 300 ml (GLU PSZ, SEL,) Ziemniaki gotowane () 160 g Falafele klopsiki z ciecierzycy 100 g (GLU PSZ, SEL,) Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 75 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 75 g (SEL,) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Grysikowa () 300 ml (GLU PSZ, SEL,) Ziemniaki gotowane () 160 g Pulpet rybny (Morszczuk) 120 g (GLU PSZ, JAJ, RYB,) Sos koperkowy () 80 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 150 g (SEL,) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml
PD				

Jadłospisy za okres od dnia 2026-06-05 do dnia 2026-06-14 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- D01/WE Wegetariańska	SIE- D04 Wegańska	SIE- Pooperacyjna
2026-06-12 piątek	Kolacja	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Serek homo z natką pietruszki 50 g (MLE.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Pasta z groszku zielonego b/ml 80 g Pasta warzywna () 50 g (SEL.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 90 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) 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.)
	PN	Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt Biszkopty b/ml 30 g (GLU PSZ, JAJ.)	Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt Pieczywo chrupkie ekstrudowane-żytnie 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Biszkopty b/ml 30 g (GLU PSZ, JAJ.)
		Wartość energetyczna: 2212.49 kcal; Białko ogółem: 115.85 g; Tłuszcz: 58.69 g; Kw. tł. nasy.: 20.38 g; Węglowodany ogółem: 329.39 g; W tym cukry: 93.82 g; Błonnik pok.: 28.99 g; Sól: 6.48 g; WW: 30.08 Por; Ener z B.: 20.95 %; Ener z W.: 59.55 %; Ener. z T.: 23.87 %; Potas: 4302.02 mg; Sód: 2581.34 mg;	Wartość energetyczna: 2278.62 kcal; Białko ogółem: 67.00 g; Tłuszcz: 57.27 g; Kw. tł. nasy.: 9.16 g; Węglowodany ogółem: 410.74 g; W tym cukry: 93.91 g; Błonnik pok.: 48.23 g; Sól: 6.10 g; WW: 36.46 Por; Ener z B.: 11.76 %; Ener z W.: 72.10 %; Ener. z T.: 22.62 %; Potas: 4066.33 mg; Sód: 2505.25 mg;	Wartość energetyczna: 2085.04 kcal; Białko ogółem: 104.87 g; Tłuszcz: 49.88 g; Kw. tł. nasy.: 17.19 g; Węglowodany ogółem: 319.06 g; W tym cukry: 67.42 g; Błonnik pok.: 22.64 g; Sól: 8.04 g; WW: 29.76 Por; Ener z B.: 20.12 %; Ener z W.: 61.21 %; Ener. z T.: 21.53 %; Potas: 3089.03 mg; Sód: 3210.86 mg;
2026-06-13 sobota	Śniadanie	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (MLE, GLU JECZ.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Paszтет sojowy z pomidorami 50 g (SOJ, GOR.) Ser żółty 25 g (MLE.) Pomidor 80 g Banan 150 g Sałata zielona 20 g	Płatki jęczmienne na napoju owsianym 300 ml (GLU OW, GLU JECZ.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Paszтет sojowy z pomidorami 80 g (SOJ, GOR.) Dżem 25 g 1 szt Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (MLE, GLU JECZ.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 90 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Połędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g (SOJ.) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 25 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.)
	II ŚN	Banan 150 g		
	Obiad	Koperkowa z ryżem () 300 ml (MLE, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 160 g (GLU JECZ.) Gulasz sojowy z warzywami * 150 g (SOJ, SEL.) Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c () 75 g Buraczki gotowane drobno tarte () 75 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Koperkowa z ryżem (bez mleka) () 300 ml (SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 160 g (GLU JECZ.) Gulasz sojowy z warzywami * 150 g (SOJ, SEL.) Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c () 75 g Buraczki gotowane drobno tarte () 75 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Koperkowa z ryżem (bez mleka) () 300 ml (SEL.) Ziemniaki gotowane () 160 g Klopsik drobiowy z udźca 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Marchew gotowana z olejem () 130 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml

Jadłospisy za okres od dnia 2026-06-05 do dnia 2026-06-14 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- D01/WE Wegetariańska	SIE- D04 Wegańska	SIE- Pooperacyjna
2026-06-13 sobota	PD			
	Kolacja	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Paszтет z soczewicy () 80 g (GLU PSZ, JAJ.) Ser mozzarella 25 g (MLE.) Ogórek świeży 80 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Pasta z soczewicy czerwonej 80 g Tofu 50 g (SOJ.) Ogórek świeży 80 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 90 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa,wędzona,z wodą dodaną. 50 g (SOJ.) Miód (25g) 1 szt
	PN	Bułka maślana 1 szt 1 szt (GLU PSZ, JAJ, MLE.)	Przecier owocowy jabłko-truskawka 120g 1 szt	Bułka maślana 1 szt 1 szt (GLU PSZ, JAJ, MLE.)
		Wartość energetyczna: 2543.07 kcal; Białko ogółem: 95.45 g; Tłuszcz: 75.68 g; Kw. tł. nasy.: 24.45 g; Węglowodany ogółem: 403.24 g; W tym cukry: 83.24 g; Błonnik pok.: 44.99 g; Sól: 7.11 g; WW: 35.79 Por; Ener z B.: 15.01 %; Ener z W.: 63.43 %; Ener. z T.: 26.78 %; Potas: 3253.95 mg; Sód: 2840.51 mg;	Wartość energetyczna: 2133.55 kcal; Białko ogółem: 71.92 g; Tłuszcz: 56.54 g; Kw. tł. nasy.: 9.00 g; Węglowodany ogółem: 366.89 g; W tym cukry: 93.89 g; Błonnik pok.: 42.93 g; Sól: 6.07 g; WW: 32.55 Por; Ener z B.: 13.48 %; Ener z W.: 68.78 %; Ener. z T.: 23.85 %; Potas: 2747.19 mg; Sód: 2429.24 mg;	Wartość energetyczna: 2239.47 kcal; Białko ogółem: 88.66 g; Tłuszcz: 53.64 g; Kw. tł. nasy.: 20.15 g; Węglowodany ogółem: 365.68 g; W tym cukry: 93.74 g; Błonnik pok.: 22.81 g; Sól: 9.01 g; WW: 34.40 Por; Ener z B.: 15.84 %; Ener z W.: 65.31 %; Ener. z T.: 21.56 %; Potas: 3554.03 mg; Sód: 3611.35 mg;
2026-06-14 niedziela	Śniadanie	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Pasta warzywna* 80 g (SEL.) Twaróg półtłusty 80 g (MLE.) Rzepa biała 80 g Jabłko 150 g Sałata zielona 20 g	Kasza kukurydziana na napoju owsianym 300 ml (GLU OW.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Pasta z fasoli 80 g Pasta z tofu i buraka 50 g (SOJ.) Rzepa biała 80 g Sałata zielona 20 g	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 90 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.) Twaróg półtłusty 80 g (MLE.)
	II ŚN		Jabłko 150 g	Jabłko pieczone 150 g

Jadłospisy za okres od dnia 2026-06-05 do dnia 2026-06-14 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- D01/WE Wegetariańska	SIE- D04 Wegańska	SIE- Pooperacyjna
2026-06-14 niedziela	Obiad	Marchewkowa z ziemniakami (bez mleka) 300 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 160 g Kotlety sojowe 100 g (<u>SOJ.</u>) Salatka z buraczków i jabłka z olejem () 75 g Brokuł gotowany* 75 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml		Marchewkowa z ziemniakami (bez mleka) 300 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 160 g Ćwiartka z kurczaka gotowana 130 g Dyńia z wody 150 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml
	PD			
	Kolacja	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Hummus zielony z ciecierzycy 80 g Dżem 25 g 1 szt Pasta marchewkowo-pomidorowa 80 g Salata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Hummus zielony z ciecierzycy 80 g Dżem 25 g 1 szt Pasta marchewkowo-pomidorowa 80 g Salata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 90 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Dżem 25 g 1 szt Szynka z piersią kurczaka-wędł.z drob.gr.rozd.parzo.w osł.niejadalnej 50 g (<u>SOJ.</u>)
	PN	Mleko Smakowe UHT 1,5% tł 0,2l 1 szt (<u>MLE.</u>) Podplomyki b/c 20 g (<u>GLU PSZ, MLE.</u>)	Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt	Podplomyki b/c 20 g (<u>GLU PSZ, MLE.</u>)
		Wartość energetyczna: 2100.94 kcal; Białko ogółem: 86.43 g; Tłuszcz: 53.36 g; Kw. tł. nasy.: 21.23 g; Węglowodany ogółem: 350.00 g; W tym cukry: 76.17 g; Błonnik pok.: 45.30 g; Sól: 5.73 g; WW: 30.49 Por; Ener z B.: 16.46 %; Ener z W.: 66.64 %; Ener. z T.: 22.86 %; Potas: 4037.58 mg; Sód: 2289.98 mg;	Wartość energetyczna: 2097.16 kcal; Białko ogółem: 73.10 g; Tłuszcz: 50.64 g; Kw. tł. nasy.: 9.07 g; Węglowodany ogółem: 372.58 g; W tym cukry: 89.17 g; Błonnik pok.: 52.34 g; Sól: 6.19 g; WW: 32.16 Por; Ener z B.: 13.94 %; Ener z W.: 71.06 %; Ener. z T.: 21.73 %; Potas: 4180.67 mg; Sód: 2472.69 mg;	Wartość energetyczna: 2053.69 kcal; Białko ogółem: 113.18 g; Tłuszcz: 66.01 g; Kw. tł. nasy.: 26.19 g; Węglowodany ogółem: 271.52 g; W tym cukry: 62.60 g; Błonnik pok.: 17.67 g; Sól: 6.07 g; WW: 25.50 Por; Ener z B.: 22.04 %; Ener z W.: 52.88 %; Ener. z T.: 28.93 %; Potas: 3806.40 mg; Sód: 2434.12 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,