

Jadłospisy za okres od dnia 2026-02-02 do dnia 2026-02-08 KUCHNIA SIEDLCE

	SIE- Podstawowa/Ogólna	SIE- Podstawowa wzbogacona	SIE- Położnicza podstawowa	SIE- Położnicza łatwostrawna	SIE- Z ogr. łatwoprzyswajalnych węglowodanów
2026-02-02 pomiedziatek	Śniadanie	<p>Platki jęczmienne na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU JĘCZ.</u>) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy parzony w osłonce niejadalnej 50 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Pomarańcza 150 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml</p>	<p>Platki jęczmienne na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU JĘCZ.</u>) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy parzony w osłonce niejadalnej 50 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g</p>	<p>Platki jęczmienne na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU JĘCZ.</u>) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy parzony w osłonce niejadalnej 50 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g</p>	<p>Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy parzony w osłonce niejadalnej 50 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml</p>
	II ŚN		Pomarańcza 150 g	Jabłko pieczone 150 g	Jabłko 150 g
	Obiad	<p>Brokułowa z ryżem () 300 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Gulasz warzywny z ciecierzycą * 150 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 180 g Marchew gotowana z olejem () 100 g Surówka z selera i jabłka () 100 g (<u>MLE, SEL.</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml</p>	<p>Brokułowa z ryżem () 300 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Pierogi leniwe 300 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>) Mus z jabłek () b/c 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml</p>	<p>Brokułowa z ryżem () 300 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Gulasz warzywny z ciecierzycą * 150 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 180 g Marchew gotowana z olejem () 100 g Surówka z selera i jabłka b/c () 100 g (<u>MLE, SEL.</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml</p>	
	PD		<p>Podplomyki b/c 20 g (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)</p>		<p>Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt Pieczywo chrupkie ekstrudowane-żytnie 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)</p>
	Kolacja	<p>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Pasztet rybno- warzywny (Morszczuk) 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u>) Schab Benedykta wp parzony z dodatkiem wody 25 g (<u>GLU PSZ, SOJ, SEL, może zawierać: JAJ, OZI, MLE, GOR, SEZ.</u>) Rzodkiew biała 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt</p>	<p>Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Pasztet rybno- warzywny (Morszczuk) 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u>) Schab Benedykta wp parzony z dodatkiem wody 25 g (<u>GLU PSZ, SOJ, SEL, może zawierać: JAJ, OZI, MLE, GOR, SEZ.</u>) Rzodkiew biała 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt</p>	<p>Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Pasztet rybno- warzywny (Morszczuk) 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u>) Schab Benedykta wp parzony z dodatkiem wody 25 g (<u>GLU PSZ, SOJ, SEL, może zawierać: JAJ, OZI, MLE, GOR, SEZ.</u>) Rzodkiew biała 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt</p>	<p>Kawa zbożowa b/c 250 ml (<u>GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Pasztet rybno- warzywny (Morszczuk) 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u>) Schab Benedykta wp parzony z dodatkiem wody 25 g (<u>GLU PSZ, SOJ, SEL, może zawierać: JAJ, OZI, MLE, GOR, SEZ.</u>) Rzodkiew biała 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt</p>

Jadłospisy za okres od dnia 2026-02-02 do dnia 2026-02-08 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- Podstawowa/Ogólna	SIE- Podstawowa wzbogacona	SIE- Położnicza podstawowa	SIE- Położnicza łatwostrawna	SIE- Z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów
2026-02-02 poniedziałek	PN					Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Szynka zielonogórska- wieprzowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 25 g (SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR.) Sałata zielona 10 g
		Wartość energetyczna: 2141.87 kcal; Białko ogółem: 84.84 g; Tłuszcz: 58.30 g; Kw. tł. nasy.: 23.99 g; Węglowodany ogółem: 339.31 g; W tym cukry: 90.02 g; Błonnik pok.: 45.21 g; Sól: 8.67 g; WW: 29.49 Por.; : 15.84 %; : 63.37 %; Ener. z T: 24.50 %; Ener. z Bł.: 4.22 %; K: 4859.13 mg;	Wartość energetyczna: 2341.67 kcal; Białko ogółem: 95.34 g; Tłuszcz: 62.99 g; Kw. tł. nasy.: 26.39 g; Węglowodany ogółem: 371.71 g; W tym cukry: 112.67 g; Błonnik pok.: 45.66 g; Sól: 8.82 g; WW: 32.73 Por.; : 16.29 %; : 63.50 %; Ener. z T: 24.21 %; Ener. z Bł.: 3.90 %; K: 5127.63 mg;		Wartość energetyczna: 2346.54 kcal; Białko ogółem: 103.72 g; Tłuszcz: 63.27 g; Kw. tł. nasy.: 28.23 g; Węglowodany ogółem: 352.68 g; W tym cukry: 98.04 g; Błonnik pok.: 23.42 g; Sól: 7.26 g; WW: 33.06 Por.; : 17.68 %; : 60.12 %; Ener. z T: 24.27 %; Ener. z Bł.: 2.00 %; K: 3127.15 mg;	Wartość energetyczna: 2151.64 kcal; Białko ogółem: 87.19 g; Tłuszcz: 59.42 g; Kw. tł. nasy.: 24.18 g; Węglowodany ogółem: 338.03 g; W tym cukry: 51.94 g; Błonnik pok.: 58.40 g; Sól: 9.05 g; WW: 28.05 Por.; : 16.21 %; : 62.84 %; Ener. z T: 24.85 %; Ener. z Bł.: 5.43 %; K: 4885.65 mg;
2026-02-03 wtorek	Śniadanie	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Twarożek 80 g (MLE.) Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 25 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Banan 150 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Twarożek 80 g (MLE.) Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 25 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Twarożek 80 g (MLE.) Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 25 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Twarożek 80 g (MLE.) Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 25 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Maślanka 150 ml (MLE.) Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Twarożek 80 g (MLE.) Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 25 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml
	II ŚN			Banan 150 g		Jabłko 150 g
	Obiad	Pieczarkowa z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, S02.) Makaron 180 g (GLU PSZ.) Szynka wieprzowa gotowana 100 g Sos szpinakowy* 80 ml (GLU PSZ.) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g Dyńia duszona z olejem* 100 g (GLU PSZ.) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml	Pieczarkowa z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, S02.) Makaron 180 g (GLU PSZ.) Szynka wieprzowa gotowana 100 g Sos szpinakowy* 80 ml (GLU PSZ.) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g Dyńia duszona z olejem* 100 g (GLU PSZ.) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml	Solferino () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Makaron 180 g (GLU PSZ.) Pulpet wieprzowy 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos szpinakowy* 80 ml (GLU PSZ.) Dyńia duszona z olejem* 100 g (GLU PSZ.) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml	Pieczarkowa z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, S02.) Makaron pełnoziarnisty 180 g (GLU PSZ.) Szynka wieprzowa gotowana 100 g Sos szpinakowy* 80 ml (GLU PSZ.) Dyńia duszona z olejem* 100 g (GLU PSZ.) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml	

Jadłospisy za okres od dnia 2026-02-02 do dnia 2026-02-08 KUCHNIA SIEDLCE

	SIE- Podstawowa/Ogólna	SIE- Podstawowa wzbogacona	SIE- Położnicza podstawowa	SIE- Położnicza łatwostrawna	SIE- Z ogr. łatwoprzyswajalnych węglowodanów
2026-02-03 wtorek	PD Kolacja		Jogurt brzoskwiniowy 150g, 1 szt (<u>MLE</u>) Ciasto drożdżowe 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SO2</u>)		Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Szynka gotowana wieprzowa wędzona parzona, zawiera wodę dodaną, w siatce niejadalnej 20 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU OW</u>) Sałata zielona 20 g
		Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Galaretki drobiowa z udźcem z kurczaka () 200 g (<u>SEL</u>) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 25 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR</u>) Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Galaretki drobiowa z udźcem z kurczaka () 200 g (<u>SEL</u>) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 25 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR</u>) Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Galaretki drobiowa z udźcem z kurczaka () 200 g (<u>SEL</u>) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 25 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR</u>) Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Galaretki drobiowa z udźcem z kurczaka () 200 g (<u>SEL</u>) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 25 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
2026-02-04 środa	Śniadanie				Pieczywo chrupkie ekstrudowane-żytnie 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ</u>) Sok pomidorowy 0,3l 1 szt
		Wartość energetyczna: 2188.09 kcal; Białko ogółem: 113.33 g; Tłuszcz: 52.88 g; Kw. tł. nasy.: 22.51 g; Węglowodany ogółem: 326.92 g; W tym cukry: 91.02 g; Błonnik pok.: 30.77 g; Sól: 8.05 g; WW: 29.66 Por.; : 20.72 %; : 59.76 %; Ener. z T: 21.75 %; Ener. z Bł.: 2.81 %; K: 4168.70 mg;	Wartość energetyczna: 2530.59 kcal; Białko ogółem: 123.03 g; Tłuszcz: 63.63 g; Kw. tł. nasy.: 26.26 g; Węglowodany ogółem: 377.92 g; W tym cukry: 113.67 g; Błonnik pok.: 32.37 g; Sól: 8.66 g; WW: 34.66 Por.; : 19.45 %; : 59.74 %; Ener. z T: 22.63 %; Ener. z Bł.: 2.56 %; K: 4468.70 mg;	Wartość energetyczna: 2675.69 kcal; Białko ogółem: 119.74 g; Tłuszcz: 71.02 g; Kw. tł. nasy.: 27.46 g; Węglowodany ogółem: 398.74 g; W tym cukry: 117.81 g; Błonnik pok.: 27.14 g; Sól: 7.22 g; WW: 37.31 Por.; : 17.90 %; : 59.61 %; Ener. z T: 23.89 %; Ener. z Bł.: 2.03 %; K: 4520.71 mg;	Wartość energetyczna: 2153.66 kcal; Białko ogółem: 119.29 g; Tłuszcz: 56.96 g; Kw. tł. nasy.: 23.50 g; Węglowodany ogółem: 303.69 g; W tym cukry: 47.54 g; Błonnik pok.: 46.18 g; Sól: 11.15 g; WW: 25.81 Por.; : 22.16 %; : 56.40 %; Ener. z T: 23.80 %; Ener. z Bł.: 4.29 %; K: 4161.18 mg;
		Makaron na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Szynka zielonogórska- wieprzowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 50 g (<u>SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR</u>) Ser żółty 25 g (<u>MLE</u>) Sałatka jarzynowa () 100 g (<u>JAJ, MLE, SEL, GOR</u>) Sałata jarzynowa - dieta () 100 g (<u>JAJ, MLE, SEL, GOR</u>) Mandarynka 2 szt Sałata zielona 20 g	Makaron na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Ser żółty 25 g (<u>MLE</u>) Sałatka jarzynowa - dieta () 100 g (<u>JAJ, MLE, SEL, GOR</u>) Sałata zielona 20 g	Makaron na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Szynka zielonogórska- wieprzowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 50 g (<u>SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR</u>) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 25 g (<u>SOJ</u>) Sałatka jarzynowa - dieta () 100 g (<u>MLE, SEL</u>) Sałata zielona 20 g	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>) Szynka zielonogórska- wieprzowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 50 g (<u>SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR</u>) Ser żółty 25 g (<u>MLE</u>) Sałatka jarzynowa - dieta () 100 g (<u>MLE, SEL</u>) Sałata zielona 20 g

Jadłospisy za okres od dnia 2026-02-02 do dnia 2026-02-08 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- Podstawowa/Ogólna	SIE- Podstawowa wzbogacona	SIE- Położnicza podstawowa	SIE- Położnicza łatwostrawna	SIE- Z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów
2026-02-04-środa	II ŚN		Mandarynka 2 szt		Jabłko pieczone 150 g	Jabłko 150 g
	Obiad	Grysikowa () 300 ml (GLU PSZ. SEL.) Kotlet mielony drobiowy 100 g (GLU PSZ. JAJ.) Ziemniaki gotowane () 180 g Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 100 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml	Grysikowa () 300 ml (GLU PSZ. SEL.) Ziemniaki gotowane () 180 g Kotlet mielony drobiowy 100 g (GLU PSZ. JAJ.) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 100 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml	Grysikowa () 300 ml (GLU PSZ. SEL.) Kotlet mielony drobiowy 100 g (GLU PSZ. JAJ.) Ziemniaki gotowane () 180 g Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 100 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml	Ryżowa () 300 ml (MLE. SEL.) Zrazik drobiowy z udźca pieczony mielony 100 g (GLU PSZ. JAJ.) Ziemniaki gotowane () 180 g Sos jarzynowy () 80 ml (GLU PSZ. SEL.) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 100 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml	Grysikowa () 300 ml (GLU PSZ. SEL.) Zrazik drobiowy z udźca pieczony mielony 100 g (GLU PSZ. JAJ.) Ziemniaki gotowane () 180 g Sos jarzynowy () 80 ml (GLU PSZ. SEL.) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 100 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml
	PD		Budyń o smaku waniliowym z/c 200 ml (MLE.)			Sok pomidorowy 0,3l 1 szt
	Kolacja	Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE. GLU ŻYT. GLU JĘCZ.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ. GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ. GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Pasta z soczewicy czerwonej 80 g Poledwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 25 g (SOJ.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g			Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE. GLU ŻYT. GLU JĘCZ.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt 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.) Poledwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 25 g (SOJ.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Kawa zbożowa b/c 250 ml (GLU ŻYT. GLU JĘCZ.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Chleb razowy pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ. GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Pasta z soczewicy czerwonej 80 g Poledwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 25 g (SOJ.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g
	PN					Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ. GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadanej 25 g (SOJ. SEL. może zawierać: MLE, GOR.) Sałata zielona 10 g
		Wartość energetyczna: 2559.31 kcal; Białko ogółem: 98.07 g; Tłuszcz: 84.56 g; Kw. tł. nasy.: 27.72 g; Węglowodany ogółem: 366.82 g; W tym cukry: 84.99 g; Błonnik pok.: 36.29 g; Sól: 7.98 g; WW: 33.14 Por.; : 15.33 %; : 57.33 %; Ener. z T: 29.74 %; Ener. z Bł.: 2.84 %; K: 4607.82 mg;	Wartość energetyczna: 2760.71 kcal; Białko ogółem: 104.74 g; Tłuszcz: 88.58 g; Kw. tł. nasy.: 30.10 g; Węglowodany ogółem: 401.38 g; W tym cukry: 109.99 g; Błonnik pok.: 36.33 g; Sól: 8.20 g; WW: 36.61 Por.; : 15.18 %; : 58.16 %; Ener. z T: 28.88 %; Ener. z Bł.: 2.63 %; K: 4891.76 mg;	Wartość energetyczna: 2441.20 kcal; Białko ogółem: 97.94 g; Tłuszcz: 68.04 g; Kw. tł. nasy.: 24.97 g; Węglowodany ogółem: 369.23 g; W tym cukry: 105.65 g; Błonnik pok.: 24.23 g; Sól: 7.89 g; WW: 34.59 Por.; : 16.05 %; : 60.50 %; Ener. z T: 25.09 %; Ener. z Bł.: 1.99 %; K: 4251.69 mg;	Wartość energetyczna: 2283.73 kcal; Białko ogółem: 95.61 g; Tłuszcz: 72.51 g; Kw. tł. nasy.: 26.83 g; Węglowodany ogółem: 330.17 g; W tym cukry: 43.52 g; Błonnik pok.: 38.51 g; Sól: 10.65 g; WW: 29.22 Por.; : 16.75 %; : 57.83 %; Ener. z T: 28.57 %; Ener. z Bł.: 3.37 %; K: 4492.86 mg;	

Jadłospisy za okres od dnia 2026-02-02 do dnia 2026-02-08 KUCHNIA SIEDLCE

	SIE- Podstawowa/Ogólna	SIE- Podstawowa wzbogacona	SIE- Położnicza podstawowa	SIE- Położnicza łatwostrawna	SIE- Z ogr. łatwoprzyswajalnych węglowodanów
2026-02-05 czwartek	Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt (MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt (MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt (MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt (MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g
	II ŚN		Pomarańcza 150 g	Banan 150 g	Jabłko 150 g
	Obiad	Barszcz biały z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT.) Risotto (ryż brązowy) z mięsem wieprzowym i warzywami () 300 g (SEL.) Fasolka szparagowa z wody* 100 g Surówka z marchwi i selera () 100 g (MLE, SEL.) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml		Ziemniaczana () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Risotto z mięsem wieprzowym i warzywami () 300 g (SEL.) Fasolka szparagowa z wody* 100 g Surówka z marchwi i selera () 100 g (MLE, SEL.) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Barszcz biały z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT.) Risotto (ryż brązowy) z mięsem wieprzowym i warzywami () 300 g (SEL.) Fasolka szparagowa z wody* 100 g Surówka z marchwi i selera b/c () 100 g (MLE, SEL.) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*b/c 250 ml
	PD		Maślanka truskawkowa 150 ml (MLE.) Herbatniki 30 g (GLU PSZ, SOJ, MLE.)		Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.) Płatki owsiane 20 g (GLU OW.)
	Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Makaron z serem 300 g (GLU PSZ, MLE.) Mus z jabłek () z/c 100 g		Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Pierogi z serem* 300 g (GLU PSZ, MLE.) Mus z jabłek () z/c 100 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Twarożek 80 g (MLE.) Szynka Delikatesowa z kurczaka produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w ostonce niejadalnej 25 g (może zawierać: MLE, GOR.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g
PN				Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt Pieczywo chrupkie ekstrudowane-żytnie 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	

Jadłospisy za okres od dnia 2026-02-02 do dnia 2026-02-08 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- Podstawowa/Ogólna	SIE- Podstawowa wzbogacona	SIE- Położnicza podstawowa	SIE- Położnicza łatwostrawna	SIE- Z ogr. łatwoprzyswajalnych węglowodanów
026-02-05 czwartek		Wartość energetyczna: 2222.72 kcal; Białko ogółem: 92.50 g; Tłuszcz: 55.04 g; Kw. tł. nasy.: 22.13 g; Węglowodany ogółem: 352.93 g; W tym cukry: 92.92 g; Błonnik pok.: 37.39 g; Sól: 5.02 g; WW: 31.66 Por.; : 16.65 %; : 63.51 %; Ener. z T: 22.29 %; Ener. z Bł.: 3.36 %; K: 3727.42 mg;	Wartość energetyczna: 2464.52 kcal; Białko ogółem: 99.76 g; Tłuszcz: 60.59 g; Kw. tł. nasy.: 24.05 g; Węglowodany ogółem: 393.97 g; W tym cukry: 102.97 g; Błonnik pok.: 37.78 g; Sól: 5.39 g; WW: 35.74 Por.; : 16.19 %; : 63.94 %; Ener. z T: 22.13 %; Ener. z Bł.: 3.07 %; K: 3764.32 mg;	Wartość energetyczna: 2664.71 kcal; Białko ogółem: 108.14 g; Tłuszcz: 64.75 g; Kw. tł. nasy.: 24.60 g; Węglowodany ogółem: 420.54 g; W tym cukry: 91.36 g; Błonnik pok.: 42.68 g; Sól: 5.42 g; WW: 37.76 Por.; : 16.23 %; : 63.13 %; Ener. z T: 21.87 %; Ener. z Bł.: 3.20 %; K: 3533.40 mg;	Wartość energetyczna: 2769.09 kcal; Białko ogółem: 108.15 g; Tłuszcz: 64.46 g; Kw. tł. nasy.: 23.96 g; Węglowodany ogółem: 447.25 g; W tym cukry: 104.91 g; Błonnik pok.: 35.17 g; Sól: 5.50 g; WW: 41.32 Por.; : 15.62 %; : 64.61 %; Ener. z T: 20.95 %; Ener. z Bł.: 2.54 %; K: 3626.96 mg;	Wartość energetyczna: 2148.77 kcal; Białko ogółem: 95.44 g; Tłuszcz: 62.13 g; Kw. tł. nasy.: 26.85 g; Węglowodany ogółem: 316.87 g; W tym cukry: 53.61 g; Błonnik pok.: 50.48 g; Sól: 6.77 g; WW: 26.82 Por.; : 17.77 %; : 58.99 %; Ener. z T: 26.02 %; Ener. z Bł.: 4.70 %; K: 4275.74 mg;
026-02-06 piątek	Śniadanie	Kasza manna na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE.) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-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 Sałata zielona 20 g Jabłko 150 g	Kasza manna na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE.) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-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 Sałata zielona 20 g	Kasza manna na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE.) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Chleb razowy żytnio-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.) Serek wiejski lekki 3% tł 150g 1 szt (MLE.) Dżem 25 g 1 szt Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Kasza manna na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE.) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 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 Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g	Maślanka 150 ml (MLE.) Kawa zbożowa b/c 250 ml (GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Serek wiejski lekki 3% tł 150g 1 szt (MLE.) Ser żółty 25 g (MLE.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g
	II ŚN		Jabłko 150 g		Jabłko pieczone 150 g	Jabłko 150 g
	Obiad	Dyniowa z makaronem () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryba pieczona (Morszczuk) 120 g (RYB.) Sos cytrynowy 80 ml (GLU PSZ, MLE.) Ziemniaki gotowane () 180 g Szpinak gotowany z olejem* 100 g (GLU PSZ.) Surówka z kapusty czerwonej z olejem 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml	Dyniowa z makaronem () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane () 180 g Ryba pieczona (Morszczuk) 120 g (RYB.) Sos cytrynowy 80 ml (GLU PSZ, MLE.) Surówka z kapusty czerwonej z olejem 100 g Szpinak gotowany z olejem* 100 g (GLU PSZ.) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml	Dyniowa z makaronem () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane () 180 g Ryba pieczona (Morszczuk) 120 g (RYB.) Sos cytrynowy 80 ml (GLU PSZ, MLE.) Szpinak gotowany z olejem* 100 g (GLU PSZ.) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 100 g (SEL.) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml	Dyniowa z makaronem () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane () 180 g Ryba pieczona (Morszczuk) 120 g (RYB.) Sos cytrynowy 80 ml (GLU PSZ, MLE.) Szpinak gotowany z olejem* 100 g (GLU PSZ.) Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml	
	PD		Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (MLE.) Mieszanka studencka 30 g (OZI, ORZ.)		Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (MLE.) Biszkopty 30 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JĘCZ.)	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt

Jadłospisy za okres od dnia 2026-02-02 do dnia 2026-02-08 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- Podstawowa/Ogólna	SIE- Podstawowa wzbogacona	SIE- Położnicza podstawowa	SIE- Położnicza łatwostrawna	SIE- Z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów
2026-02-06 piątek	Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Pasta z jaj z natką pietruszki i cebulą 80 g (<u>JAJ, MLE, GOR.</u>) Hummus 50 g (<u>SEZ.</u>) Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Pasta z jaj z natką pietruszki i cebulą 80 g (<u>JAJ, MLE, GOR.</u>) Miód (25g) 1 szt Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 80 g (<u>JAJ, MLE.</u>) Miód (25g) 1 szt Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 80 g (<u>JAJ, MLE.</u>) Hummus 50 g (<u>SEZ.</u>) Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	
	PN					Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Twarożek z ziołami 40 g (<u>MLE.</u>) Sałata zielona 10 g
		Wartość energetyczna: 2460.33 kcal; Białko ogółem: 118.25 g; Tłuszcz: 82.60 g; Kw. tł. nasy.: 23.83 g; Węglowodany ogółem: 323.43 g; W tym cukry: 93.17 g; Błonnik pok.: 31.39 g; Sól: 9.02 g; WW: 29.32 Por.; : 19.23 %; : 52.58 %; Ener. z T: 30.22 %; Ener. z Bł.: 2.55 %; K: 4383.22 mg;	Wartość energetyczna: 2721.93 kcal; Białko ogółem: 130.55 g; Tłuszcz: 95.05 g; Kw. tł. nasy.: 26.23 g; Węglowodany ogółem: 354.93 g; W tym cukry: 115.82 g; Błonnik pok.: 31.84 g; Sól: 9.17 g; WW: 32.47 Por.; : 19.19 %; : 52.16 %; Ener. z T: 31.43 %; Ener. z Bł.: 2.34 %; K: 4663.22 mg;	Wartość energetyczna: 2635.68 kcal; Białko ogółem: 126.28 g; Tłuszcz: 81.50 g; Kw. tł. nasy.: 24.93 g; Węglowodany ogółem: 369.91 g; W tym cukry: 116.32 g; Błonnik pok.: 31.84 g; Sól: 8.37 g; WW: 33.97 Por.; : 19.17 %; : 56.14 %; Ener. z T: 27.83 %; Ener. z Bł.: 2.42 %; K: 4663.22 mg;	Wartość energetyczna: 2607.44 kcal; Białko ogółem: 127.26 g; Tłuszcz: 71.06 g; Kw. tł. nasy.: 24.41 g; Węglowodany ogółem: 388.50 g; W tym cukry: 126.73 g; Błonnik pok.: 28.15 g; Sól: 7.27 g; WW: 36.23 Por.; : 19.52 %; : 59.60 %; Ener. z T: 24.53 %; Ener. z Bł.: 2.16 %; K: 4808.82 mg;	Wartość energetyczna: 2339.33 kcal; Białko ogółem: 127.03 g; Tłuszcz: 84.31 g; Kw. tł. nasy.: 27.78 g; Węglowodany ogółem: 285.43 g; W tym cukry: 46.09 g; Błonnik pok.: 40.14 g; Sól: 11.53 g; WW: 24.62 Por.; : 21.72 %; : 48.80 %; Ener. z T: 32.43 %; Ener. z Bł.: 3.43 %; K: 4522.87 mg;
2026-02-07 sobota	Śniadanie	Ryż na mleku 300 ml (<u>MLE.</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Ser żółty 25 g (<u>MLE.</u>) Szynka z piersią kurczaka-wędl.z drob.gr.rozd.parzo.w ost.niejadalnej 50 g (<u>SOJ.</u>) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Banan 150 g	Ryż na mleku 300 ml (<u>MLE.</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Ser żółty 25 g (<u>MLE.</u>) Szynka z piersią kurczaka-wędl.z drob.gr.rozd.parzo.w ost.niejadalnej 50 g (<u>SOJ.</u>) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g	Ryż na mleku 300 ml (<u>MLE.</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Ser żółty 25 g (<u>MLE.</u>) Szynka z piersią kurczaka-wędl.z drob.gr.rozd.parzo.w ost.niejadalnej 50 g (<u>SOJ.</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Ryż na mleku 300 ml (<u>MLE.</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Szynka z piersią kurczaka-wędl.z drob.gr.rozd.parzo.w ost.niejadalnej 50 g (<u>SOJ.</u>) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 25 g (<u>SOJ.</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Szynka z piersią kurczaka-wędl.z drob.gr.rozd.parzo.w ost.niejadalnej 50 g (<u>SOJ.</u>) Ser żółty 25 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g
	II ŚN			Banan 150 g		Jabłko 150 g

Jadłospisy za okres od dnia 2026-02-02 do dnia 2026-02-08 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- Podstawowa/Ogólna	SIE- Podstawowa wzbogacona	SIE- Położnicza podstawowa	SIE- Położnicza łatwostrawna	SIE- Z ogr. łatwoprzyswajalnych węglowodanów
2026-02-07 sobota	Obiad	Grochowa z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (GLU JE CZ.) Gulasz wieprzowy 150 g (GLU PSZ.) Buraczki gotowane () 100 g Ogórek kiszony z cebulką z olejem 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml		Jarzynowa z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (GLU JE CZ.) Gulasz wieprzowy 150 g (GLU PSZ.) Buraczki gotowane () 100 g Ogórek kiszony z cebulką z olejem 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami - dieta () 300 ml (MLE, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (GLU JE CZ.) Gulasz wieprzowy- dieta 150 g (GLU PSZ.) Buraczki gotowane () 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Grochowa z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Kasza gryczana 180 g Gulasz wieprzowy 150 g (GLU PSZ.) Buraczki gotowane () 100 g Ogórek kiszony z cebulką z olejem 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml
	PD	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt				
Kolejacja		Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa, wędzona, z wodą dodaną. 25 g (SOJ.) Twarożek 80 g (MLE.) Surówka z rzodkwi i czarnuszki 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (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.) Twarożek 80 g (MLE.) Sałata zielona 20 g Surówka z rzodkwi i czarnuszki 80 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa, wędzona, z wodą dodaną. 25 g (SOJ.) Twarożek 80 g (MLE.) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa, wędzona, z wodą dodaną. 25 g (SOJ.) Twarożek 80 g (MLE.) Surówka z rzodkwi i czarnuszki 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	
PN						Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Baton szynkowy z kurcząt 25 g (może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.) Sałata zielona 10 g
		Wartość energetyczna: 2341.77 kcal; Białko ogółem: 102.72 g; Tłuszcz: 75.21 g; Kw. tł. nasy.: 28.74 g; Węglowodany ogółem: 341.67 g; W tym cukry: 94.73 g; Błonnik pok.: 35.66 g; Sól: 8.72 g; WW: 30.72 Por.; : 17.55 %; : 58.36 %; Ener. z T: 28.91 %; Ener. z Bł.: 3.05 %; K: 4058.23 mg;	Wartość energetyczna: 2401.17 kcal; Białko ogółem: 105.36 g; Tłuszcz: 75.21 g; Kw. tł. nasy.: 28.74 g; Węglowodany ogółem: 352.56 g; W tym cukry: 94.73 g; Błonnik pok.: 38.63 g; Sól: 8.72 g; WW: 31.52 Por.; : 17.55 %; : 58.73 %; Ener. z T: 28.19 %; Ener. z Bł.: 3.22 %; K: 4058.23 mg;	Wartość energetyczna: 2303.96 kcal; Białko ogółem: 99.49 g; Tłuszcz: 71.99 g; Kw. tł. nasy.: 28.52 g; Węglowodany ogółem: 339.48 g; W tym cukry: 94.90 g; Błonnik pok.: 34.80 g; Sól: 8.72 g; WW: 30.59 Por.; : 17.27 %; : 58.94 %; Ener. z T: 28.12 %; Ener. z Bł.: 3.02 %; K: 3926.05 mg;	Wartość energetyczna: 2234.12 kcal; Białko ogółem: 101.21 g; Tłuszcz: 55.64 g; Kw. tł. nasy.: 22.88 g; Węglowodany ogółem: 355.08 g; W tym cukry: 104.12 g; Błonnik pok.: 31.06 g; Sól: 7.55 g; WW: 32.53 Por.; : 18.12 %; : 63.57 %; Ener. z T: 22.41 %; Ener. z Bł.: 2.78 %; K: 4258.32 mg;	Wartość energetyczna: 2302.24 kcal; Białko ogółem: 112.70 g; Tłuszcz: 83.99 g; Kw. tł. nasy.: 30.56 g; Węglowodany ogółem: 305.32 g; W tym cukry: 48.77 g; Błonnik pok.: 48.03 g; Sól: 9.35 g; WW: 25.73 Por.; : 19.58 %; : 53.05 %; Ener. z T: 32.83 %; Ener. z Bł.: 4.17 %; K: 4164.51 mg;

Jadłospisy za okres od dnia 2026-02-02 do dnia 2026-02-08 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- Podstawowa/Ogólna	SIE- Podstawowa wzbogacona	SIE- Położnicza podstawowa	SIE- Położnicza łatwostrawna	SIE- Z ogr. łatwoprzyswajalnych węglowodanów	
2026-02-08 niedziela	Śniadanie	Płatki pszenne na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Ser mozzarella 50 g (MLE.) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g Pomarańcza 150 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Płatki pszenne na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Ser mozzarella 50 g (MLE.) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Płatki pszenne na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE.) Chleb razowy żytnio-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.) Ser mozzarella 50 g (MLE.) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Sałata zielona 20 g Papryka świeża 80 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Płatki pszenne na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE.) 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.) Ser mozzarella 50 g (MLE.) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Ser mozzarella 50 g (MLE.) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	
	II ŚN			Pomarańcza 150 g	Jabłko pieczone 150 g	Jabłko 150 g	
	Obiad		Rosół z makaronem () 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki gotowane () 180 g udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 130 g Surówka Colesław () 100 g (JAJ, MLE, GÓR.) Brokuł gotowany* 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml			Rosół z makaronem () 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki gotowane () 180 g Udziec z kurczaka gotowany z/k z/s 130 g Brokuł gotowany* 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Rosół z makaronem () 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki gotowane () 180 g udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 130 g Brokuł gotowany* 100 g Surówka z kapusty białej z olejem b/c () 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml
	PD			Kisiel o smaku wiśniowym z jabłkiem z/c 200 ml		Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt Pieczywo chrupkie ekstrudowane-żytnie 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	
	Kolacja		Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-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, GÓR.) Dżem 25 g 1 szt Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb razowy żytnio-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.) Szynka zielonogórska- wieprzowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 50 g (SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GÓR.) Dżem 25 g 1 szt Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 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, GÓR.) Dżem 25 g 1 szt Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka zielonogórska- wieprzowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 50 g (SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GÓR.) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 25 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GÓR.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	
PN					Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Ser żółty 25 g (MLE.) Sałata zielona 10 g		

Jadłospisy za okres od dnia 2026-02-02 do dnia 2026-02-08 KUCHNIA SIEDLCE

	SIE- Podstawowa/Ogólna	SIE- Podstawowa wzbogacona	SIE- Położnicza podstawowa	SIE- Położnicza łatwostrawna	SIE- Z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów
2026-02-08 niedziela	Wartość energetyczna: 2178.33 kcal; Białko ogółem: 108.44 g; Tłuszcz: 67.37 g; Kw. tł. nasy.: 22.98 g; Węglowodany ogółem: 301.11 g; W tym cukry: 86.82 g; Błonnik pok.: 33.06 g; Sól: 7.79 g; WW: 26.86 Por; : 19.91 %; : 55.29 %; Ener. z T: 27.83 %; Ener. z Bł.: 3.04 %; K: 4273.58 mg;	Wartość energetyczna: 2325.73 kcal; Białko ogółem: 108.64 g; Tłuszcz: 67.53 g; Kw. tł. nasy.: 23.14 g; Węglowodany ogółem: 337.80 g; W tym cukry: 112.87 g; Błonnik pok.: 33.89 g; Sól: 7.83 g; WW: 30.46 Por; : 18.68 %; : 58.10 %; Ener. z T: 26.13 %; Ener. z Bł.: 2.91 %; K: 4275.05 mg;	Wartość energetyczna: 2307.49 kcal; Białko ogółem: 110.82 g; Tłuszcz: 63.88 g; Kw. tł. nasy.: 22.79 g; Węglowodany ogółem: 335.28 g; W tym cukry: 105.74 g; Błonnik pok.: 25.88 g; Sól: 7.69 g; WW: 30.94 Por; : 19.21 %; : 58.12 %; Ener. z T: 24.92 %; Ener. z Bł.: 2.24 %; K: 4081.35 mg;	Wartość energetyczna: 2274.16 kcal; Białko ogółem: 120.71 g; Tłuszcz: 77.47 g; Kw. tł. nasy.: 29.11 g; Węglowodany ogółem: 291.58 g; W tym cukry: 42.37 g; Błonnik pok.: 46.21 g; Sól: 8.74 g; WW: 24.63 Por; : 21.23 %; : 51.29 %; Ener. z T: 30.66 %; Ener. z Bł.: 4.06 %; K: 4344.97 mg;	

Jadłospisy za okres od dnia 2026-02-02 do dnia 2026-02-08 KUCHNIA SIEDLCE

	SIE- Z ogr. łatwoprzyswajalnych węgl. b/ml	SIE- Cukrzyca lekko strawna	SIE- Płynna 3x/Płynna wzb. 5x	SIE- Płynna wzbogacona b/ml	SIE- Papkowata	
2026-02-02 poniedziałek	Śniadanie	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynka z piersią kurczaka-wędł.z drob.gr.rozd.parzo.w ost.niejadalnej 50 g (<u>SOJ.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy parzony w osłonce niejadalnej 50 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Płynna śniadanie mleczna-SIED 500 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Płynna śniadanie bezmleczna-SIED 500 ml (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Kasza manna na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy parzony w osłonce niejadalnej mielona 25 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.</u>) Pasta z jaj 80 g (<u>JAJ, MLE.</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 100 g (<u>SEL.</u>)
	II ŚN	Jabłko 150 g	Jabłko pieczone 150 g	Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)	Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml	Jabłko pieczone 150 g
	Obiad	Brokułowa z ryżem (bez mleka) () 300 ml (<u>SEL.</u>) Gulasz warzywny z ciecierzycą* 150 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 180 g Marchew gotowana z olejem () 100 g Surówka z selera i jabłka z olejem b/c 100 g (<u>SEL.</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml	Brokułowa z ryżem () 300 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Gulasz warzywny z tofu dieta* 150 g (<u>GLU PSZ, SOJ, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 180 g Marchew gotowana z olejem () 100 g Surówka z selera i jabłka b/c () 100 g (<u>MLE, SEL.</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml	Płynna obiad*()-SIED 500 ml (<u>SEL.</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Brokułowa z ryżem () 300 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane puree () 180 g (<u>MLE.</u>) Pulpet drobiowy rozdrobniony 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos ziołowy () 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Marchew gotowana z olejem () 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	
	PD	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt Pieczywo chrupkie ekstrudowane-żytnie 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt Podpłomyki b/c 20 g (<u>GLU PSZ, MLE.</u>)	Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml	Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)	
	Kolacja	Kawa zbożowa b/c 250 ml (<u>GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Paszтет rybno- warzywny (Morszczuk) 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u>) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 25 g (<u>SOJ.</u>) Rzodkiew biała 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Kawa zbożowa b/c 250 ml (<u>GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Paszтет rybno- warzywny (Morszczuk) 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u>) Schab Benedykta wp parzony z dodatkiem wody 25 g (<u>GLU PSZ, SOJ, SEL, może zawierać: JAJ, OZI, MLE, GOR, SEZ.</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna kolacja *()-SIED 500 ml (<u>SEL.</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Paszтет rybno- warzywny (Morszczuk) 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u>) Schab Benedykta wp parzony z dodatkiem wody mielona 25 g (<u>GLU PSZ, SOJ, SEL, może zawierać: JAJ, OZI, MLE, GOR, SEZ.</u>) Szpinak gotowany z olejem* 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	

Jadłospisy za okres od dnia 2026-02-02 do dnia 2026-02-08 KUCHNIA SIEDLCE

	SIE- Z ogr. łatwoprzyswajalnych węgl. b/ml	SIE- Cukrzyca lekko strawna	SIE- Płynna 3x/Płynna wzb. 5x	SIE- Płynna wzbogacona b/ml	SIE- Papkowata	
2026-02-02 poniedziałek	PN	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ. GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Poledwica Sopotka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 25 g (SOJ.) Sałata zielona 10 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ. GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Szynka zielonogórska- wieprzowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 25 g (SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR.) Sałata zielona 10 g			
		Wartość energetyczna: 1976.00 kcal; Białko ogółem: 80.67 g; Tłuszcz: 52.89 g; Kw. tł. nasy.: 11.23 g; Węglowodany ogółem: 325.80 g; W tym cukry: 43.82 g; Błonnik pok.: 56.69 g; Sól: 9.08 g; WW: 27.04 Por; : 16.33 %; : 65.95 %; Ener. z T: 24.09 %; Ener. z Bł.: 5.74 %; K: 4435.23 mg;	Wartość energetyczna: 2159.80 kcal; Białko ogółem: 85.89 g; Tłuszcz: 60.56 g; Kw. tł. nasy.: 24.33 g; Węglowodany ogółem: 332.76 g; W tym cukry: 46.89 g; Błonnik pok.: 40.14 g; Sól: 9.89 g; WW: 29.28 Por; : 15.91 %; : 61.63 %; Ener. z T: 25.24 %; Ener. z Bł.: 3.72 %; K: 4171.91 mg;	Wartość energetyczna: 2092.42 kcal; Białko ogółem: 93.44 g; Tłuszcz: 80.06 g; Kw. tł. nasy.: 17.98 g; Węglowodany ogółem: 263.38 g; W tym cukry: 73.21 g; Błonnik pok.: 29.70 g; Sól: 2.18 g; WW: 29.28 Por; : 17.86 %; : 50.35 %; Ener. z T: 34.44 %; Ener. z Bł.: 2.84 %; K: 5320.25 mg;	Wartość energetyczna: 1894.56 kcal; Białko ogółem: 73.94 g; Tłuszcz: 68.81 g; Kw. tł. nasy.: 8.76 g; Węglowodany ogółem: 259.14 g; W tym cukry: 64.23 g; Błonnik pok.: 29.72 g; Sól: 1.56 g; WW: 22.72 Por; : 15.61 %; : 54.71 %; Ener. z T: 32.69 %; Ener. z Bł.: 3.14 %; K: 4455.35 mg;	Wartość energetyczna: 2484.20 kcal; Białko ogółem: 112.97 g; Tłuszcz: 74.85 g; Kw. tł. nasy.: 27.49 g; Węglowodany ogółem: 360.25 g; W tym cukry: 113.18 g; Błonnik pok.: 36.49 g; Sól: 8.46 g; WW: 32.40 Por; : 18.19 %; : 58.01 %; Ener. z T: 27.12 %; Ener. z Bł.: 2.94 %; K: 5034.44 mg;
2026-02-03 wtorek	Śniadanie	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU PSZ. GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g (SEZ.) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 25 g Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml	Maślanka 150 ml (MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ. GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Twarożek 80 g (MLE.) Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 25 g (może zawierać: GLU PSZ. JAJ. SOJ. MLE. SEL. GOR.) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml	Płynna śniadanie mleczna-SIED 500 ml (GLU PSZ. JAJ. MLE.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Płynna śniadanie bezmleczna-SIED 500 ml (GLU PSZ. JAJ.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ. GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Twarożek 80 g (MLE.) Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. mielona 25 g (może zawierać: GLU PSZ. JAJ. SOJ. MLE. SEL. GOR.) Kalafior gotowany* 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml
	II ŚN	Jabłko 150 g	Jabłko pieczone 150 g	Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml		Banan 150 g
	Obiad	Pieczarkowa z ziemniakami (bez mleka) () 300 ml (GLU PSZ. SEL. SO2.) Makaron pełnoziarnisty 180 g (GLU PSZ.) Szynka wieprzowa gotowana 100 g Sos szpinakowy* 80 ml (GLU PSZ.) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g Dyńia duszona z olejem* 100 g (GLU PSZ.) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml	Solferino () 300 ml (GLU PSZ. MLE. SEL.) Makaron 180 g (GLU PSZ.) Szynka wieprzowa gotowana 100 g Sos szpinakowy* 80 ml (GLU PSZ.) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g Dyńia duszona z olejem* 100 g (GLU PSZ.) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml	Płynna obiad*()-SIED 500 ml (SEL.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml		Solferino () 300 ml (GLU PSZ. MLE. SEL.) Ziemniaki gotowane puree () 180 g (MLE.) Pulpet wieprzowy rozdrobniony 100 g (GLU PSZ. JAJ.) Sos szpinakowy* 80 ml (GLU PSZ.) Dyńia duszona z olejem* 130 g (GLU PSZ.) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml

Jadłospisy za okres od dnia 2026-02-02 do dnia 2026-02-08 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- Z ogr. łatwoprzyswajalnych węgl. b/ml	SIE- Cukrzyca lekko strawna	SIE- Płynna 3x/Płynna wzb. 5x	SIE- Płynna wzbogacona b/ml	SIE- Papkowata
2026-02-03 wtorek	PD	Chleb razowy żytnio-pszeniczny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 20 g (SOJ.) Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Szynka gotowana wieprzowa wędzona parzona, zawiera wodę dodaną, w siatce niejadalnej 20 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU OW.) Sałata zielona 20 g	Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml		Jogurt brzoskwinowy 150g 1 szt (MLE.)
	Kolacja	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszeniczny 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Galaretki drobiowa z udźcem z kurczaka () 200 g (SEL.) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w ost.niejad 25 g Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Galaretki drobiowa z udźcem z kurczaka () 200 g (SEL.) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 25 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna kolacja *()-SIED 500 ml (SEL.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt		Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Serek a`la homogenizowany z ziołami 80 g (MLE.) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona mielona 25 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 100 g (SEL.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PN	Pieczewo chrupkie ekstrudowane-żytnie 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Sok pomidorowy 0,3l 1 szt	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt Wafle ryżowe 20 g			
		Wartość energetyczna: 2283.32 kcal; Białko ogółem: 106.88 g; Tłuszcz: 77.03 g; Kw. tł. nasy.: 16.03 g; Węglowodany ogółem: 301.16 g; W tym cukry: 37.42 g; Błonnik pok.: 46.18 g; Sól: 12.62 g; WW: 25.51 Por.; : 18.72 %; : 52.76 %; Ener. z T: 30.36 %; Ener. z Bł.: 4.05 %; K: 3826.15 mg;	Wartość energetyczna: 2219.88 kcal; Białko ogółem: 118.12 g; Tłuszcz: 55.91 g; Kw. tł. nasy.: 23.45 g; Węglowodany ogółem: 322.17 g; W tym cukry: 46.48 g; Błonnik pok.: 29.31 g; Sól: 10.49 g; WW: 29.32 Por.; : 21.28 %; : 58.05 %; Ener. z T: 22.67 %; Ener. z Bł.: 2.64 %; K: 3754.81 mg;	Wartość energetyczna: 2101.36 kcal; Białko ogółem: 87.20 g; Tłuszcz: 77.06 g; Kw. tł. nasy.: 16.19 g; Węglowodany ogółem: 278.80 g; W tym cukry: 83.89 g; Błonnik pok.: 29.72 g; Sól: 2.00 g; WW: 24.73 Por.; : 16.60 %; : 53.07 %; Ener. z T: 33.00 %; Ener. z Bł.: 2.83 %; K: 5021.85 mg;	Wartość energetyczna: 1894.56 kcal; Białko ogółem: 73.94 g; Tłuszcz: 68.81 g; Kw. tł. nasy.: 8.76 g; Węglowodany ogółem: 259.14 g; W tym cukry: 64.23 g; Błonnik pok.: 29.72 g; Sól: 1.56 g; WW: 22.72 Por.; : 15.61 %; : 54.71 %; Ener. z T: 32.69 %; Ener. z Bł.: 3.14 %; K: 4455.35 mg;	Wartość energetyczna: 2412.88 kcal; Białko ogółem: 109.34 g; Tłuszcz: 61.43 g; Kw. tł. nasy.: 26.69 g; Węglowodany ogółem: 366.34 g; W tym cukry: 120.49 g; Błonnik pok.: 28.93 g; Sól: 6.41 g; WW: 33.85 Por.; : 18.13 %; : 60.73 %; Ener. z T: 22.91 %; Ener. z Bł.: 2.40 %; K: 5267.55 mg;
2026-02-04 środa	Śniadanie	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszeniczny 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 75 g (SOJ.) Sałatka jarzynowa z olejem () 100 g (SEL.) Sałata zielona 20 g	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka zielonogórska- wieprzowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 50 g (SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR.) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 25 g (SOJ.) Sałatka jarzynowa - dieta () 100 g (MLE, SEL.) 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 ryżowe błyskawiczne na mleku 300 g (MLE.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka zielonogórska- wieprzowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa mielona 75 g (SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR.) Kalafior gotowany* 100 g

Jadłospisy za okres od dnia 2026-02-02 do dnia 2026-02-08 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- Z ogr. łatwoprzyswajalnych węgl. b/ml	SIE- Cukrzyca lekko strawna	SIE- Płynna 3x/Płynna wzb. 5x	SIE- Płynna wzbogacona b/ml	SIE- Papkowata
2026-02-04-środa	II ŚN	Jabłko 150 g	Jabłko pieczone 150 g	Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml		Jabłko pieczone 1szt. 1 szt
	Obiad	Grysikowa () 300 ml (GLU PSZ. SEL.) Ziemniaki gotowane () 180 g Zrazik drobiowy z udźca pieczony mielony 100 g (GLU PSZ. JAJ.) Sos jarzynowy () 80 ml (GLU PSZ. SEL.) Salatka z buraczków i jabłka z olejem () 100 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml		Płynna obiad*(SEL.)-SIED 500 ml (SEL.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml		Grysikowa () 300 ml (GLU PSZ. SEL.) Ziemniaki gotowane puree () 180 g (MLE.) Zrazik drobiowy z udźca pieczony mielony 100 g (GLU PSZ. JAJ.) Sos jarzynowy () 80 ml (GLU PSZ. SEL.) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml
	PD	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt		Budyń o smaku waniliowym b/c 200 ml (MLE.)	Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml	Budyń o smaku waniliowym b/c 200 ml (MLE.)
	Kolacja	Kawa zbożowa b/c 250 ml (GLU ŻYT. GLU JĘCZ.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Chleb razowy pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ. GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Połędwica Sopotcka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 25 g (SOJ.) Pasta z soczewicy czerwonej 80 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Kawa zbożowa b/c 250 ml (GLU ŻYT. GLU JĘCZ.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ. GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Połędwica Sopotcka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 25 g (SOJ.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Płynna kolacja *(SEL.)-SIED 500 ml (SEL.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt		Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE. GLU ŻYT. GLU JĘCZ.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ. GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Połędwica Sopotcka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona mielona 25 g (SOJ.) Pasta z jaj 80 g (JAJ. MLE.) Brokuł gotowany* 100 g
	PN	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ. GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Szynka z piersią kurczaka-wędł.z drob.gr.rozd.parzo.w osł.niejadalnej 25 g (SOJ.) Sałata zielona 10 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ. GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Szynka z piersią indyczą-wędłina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona,w osłonce niejadalnej 25 g (SOJ. SEL. może zawierać: MLE. GOR.) Sałata zielona 10 g			
	Wartość energetyczna: 2197.99 kcal; Białko ogółem: 89.37 g; Tłuszcz: 68.63 g; Kw. tł. nasy.: 11.89 g; Węglowodany ogółem: 330.09 g; W tym cukry: 45.36 g; Błonnik pok.: 38.85 g; Sól: 11.02 g; WW: 29.26 Por; : 16.26 %; : 60.07 %; Ener. z T: 28.10 %; Ener. z Bł.: 3.54 %; K: 4230.43 mg;	Wartość energetyczna: 2139.76 kcal; Białko ogółem: 87.22 g; Tłuszcz: 64.67 g; Kw. tł. nasy.: 22.92 g; Węglowodany ogółem: 313.44 g; W tym cukry: 38.85 g; Błonnik pok.: 26.96 g; Sól: 11.54 g; WW: 28.62 Por; : 16.30 %; : 58.59 %; Ener. z T: 27.20 %; Ener. z Bł.: 2.52 %; K: 3563.86 mg;	Wartość energetyczna: 2177.22 kcal; Białko ogółem: 93.81 g; Tłuszcz: 81.09 g; Kw. tł. nasy.: 18.58 g; Węglowodany ogółem: 281.99 g; W tym cukry: 85.25 g; Błonnik pok.: 29.74 g; Sól: 2.17 g; WW: 25.05 Por; : 17.23 %; : 51.81 %; Ener. z T: 33.52 %; Ener. z Bł.: 2.73 %; K: 5304.05 mg;	Wartość energetyczna: 1894.56 kcal; Białko ogółem: 73.94 g; Tłuszcz: 68.81 g; Kw. tł. nasy.: 8.76 g; Węglowodany ogółem: 259.14 g; W tym cukry: 64.23 g; Błonnik pok.: 29.72 g; Sól: 1.56 g; WW: 22.72 Por; : 15.61 %; : 54.71 %; Ener. z T: 32.69 %; Ener. z Bł.: 3.14 %; K: 4455.35 mg;	Wartość energetyczna: 2413.82 kcal; Białko ogółem: 105.91 g; Tłuszcz: 67.55 g; Kw. tł. nasy.: 26.29 g; Węglowodany ogółem: 351.40 g; W tym cukry: 93.34 g; Błonnik pok.: 21.15 g; Sól: 8.03 g; WW: 33.01 Por; : 17.55 %; : 58.23 %; Ener. z T: 25.19 %; Ener. z Bł.: 1.75 %; K: 3735.11 mg;	

Jadłospisy za okres od dnia 2026-02-02 do dnia 2026-02-08 KUCHNIA SIEDLCE

	SIE- Z ogr. łatwoprzyswajalnych węgl. b/ml	SIE- Cukrzyca lekko strawna	SIE- Płynna 3x/Płynna wzb. 5x	SIE- Płynna wzbogacona b/ml	SIE- Papkowata	
2026-02-05 czwartek	Śniadanie	Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 25 g (SOJ.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt (MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Płynna śniadanie mleczna-SIED 500 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Płynna śniadanie bezmleczna-SIED 500 ml (GLU PSZ, JAJ.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad mielona 50 g Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt (MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE.) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (SEL.)
	II ŚN	Jabłko 150 g	Jabłko pieczone 150 g	Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml		Banan 150 g
	Obiad	Ziemniaczana (bez mleka) () 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Risotto (ryż brązowy) z mięsem wieprzowym i warzywami () 300 g (SEL.) Fasolka szparagowa z wody* 100 g Surówka z marchwi i selera z olejem b/c () 100 g (SEL.) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml	Ziemniaczana () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Risotto z mięsem wieprzowym i warzywami () 300 g (SEL.) Fasolka szparagowa z wody* 100 g Surówka z marchwi i selera b/c () 100 g (MLE, SEL.) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml	Płynna obiad*()-SIED 500 ml (SEL.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml		Ziemniaczana () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryż na sypko 200 g Sos pomidorowy 80 ml (GLU PSZ.) Pulpet wieprzowy rozdrobniony 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Marchew gotowana z olejem () 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml
	PD	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 20 g Sałata zielona 20 g	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.) Płatki owsiane 20 g (GLU OW.)	Maślanka truskawkowa 150 ml (MLE.)	Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml	Maślanka truskawkowa 150 ml (MLE.)
	Kolacja	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Chleb razowy pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Poledwica Sopocka drobiowa-wieprzowa wędzona parzona 75 g (SOJ.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka Delikatesowa z kurczaka produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 25 g (może zawierać: MLE, GOR.) Twarożek 80 g (MLE.) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g	Płynna kolacja *()-SIED 500 ml (SEL.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt		Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka Delikatesowa z kurczaka produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej mielona 25 g (może zawierać: MLE, GOR.) Twarożek 80 g (MLE.) Kalafior gotowany* 100 g
	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 Podpłomyki b/c 20 g (GLU PSZ, MLE.)			

Jadłospisy za okres od dnia 2026-02-02 do dnia 2026-02-08 KUCHNIA SIEDLCE

	SIE- Z ogr. łatwoprzyswajalnych węgl. b/ml	SIE- Cukrzyca lekko strawna	SIE- Płynna 3x/Płynna wzb. 5x	SIE- Płynna wzbogacona b/ml	SIE- Papkowata
2026-02-05 czwartek	Wartość energetyczna: 2060.54 kcal; Białko ogółem: 85.94 g; Tłuszcz: 54.80 g; Kw. tł. nasy.: 12.52 g; Węglowodany ogółem: 321.06 g; W tym cukry: 40.14 g; Błonnik pok.: 48.62 g; Sól: 9.92 g; WW: 27.39 Por.; : 16.68 %; : 62.33 %; Ener. z T: 23.94 %; Ener. z Bł.: 4.72 %; K: 3712.98 mg;	Wartość energetyczna: 2157.55 kcal; Białko ogółem: 93.29 g; Tłuszcz: 60.69 g; Kw. tł. nasy.: 25.89 g; Węglowodany ogółem: 322.33 g; W tym cukry: 48.79 g; Błonnik pok.: 33.67 g; Sól: 7.32 g; WW: 29.04 Por.; : 17.30 %; : 59.76 %; Ener. z T: 25.32 %; Ener. z Bł.: 3.12 %; K: 3632.79 mg;	Wartość energetyczna: 2113.42 kcal; Białko ogółem: 91.94 g; Tłuszcz: 79.31 g; Kw. tł. nasy.: 17.69 g; Węglowodany ogółem: 272.08 g; W tym cukry: 66.91 g; Błonnik pok.: 29.70 g; Sól: 2.09 g; WW: 24.05 Por.; : 17.40 %; : 51.50 %; Ener. z T: 33.77 %; Ener. z Bł.: 2.81 %; K: 5020.25 mg;	Wartość energetyczna: 1894.56 kcal; Białko ogółem: 73.94 g; Tłuszcz: 68.81 g; Kw. tł. nasy.: 8.76 g; Węglowodany ogółem: 259.14 g; W tym cukry: 64.23 g; Błonnik pok.: 29.72 g; Sól: 1.56 g; WW: 22.72 Por.; : 15.61 %; : 54.71 %; Ener. z T: 32.69 %; Ener. z Bł.: 3.14 %; K: 4455.35 mg;	Wartość energetyczna: 2504.00 kcal; Białko ogółem: 102.31 g; Tłuszcz: 68.70 g; Kw. tł. nasy.: 28.20 g; Węglowodany ogółem: 385.09 g; W tym cukry: 98.81 g; Błonnik pok.: 32.27 g; Sól: 7.51 g; WW: 35.33 Por.; : 16.34 %; : 61.52 %; Ener. z T: 24.69 %; Ener. z Bł.: 2.58 %; K: 4000.03 mg;
2026-02-06 piątek	Sniadanie Kawa zbożowa b/c 250 ml (<u>GLU ŻYT.</u> , <u>GLU JECZ.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (<u>GLU PSZ.</u> , <u>GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynekowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 75 g Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g	Maślanka 150 ml (<u>MLE.</u>) Kawa zbożowa b/c 250 ml (<u>GLU ŻYT.</u> , <u>GLU JECZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ.</u> , <u>GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Serek wiejski lekki 3% tł 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) Szynekowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 25 g Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g	Płynna śniadanie mleczna-SIED 500 ml (<u>GLU PSZ.</u> , <u>JAJ.</u> , <u>MLE.</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Płynna śniadanie bezmleczna-SIED 500 ml (<u>GLU PSZ.</u> , <u>JAJ.</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Kasza manna na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ.</u> , <u>MLE.</u>) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE.</u> , <u>GLU ŻYT.</u> , <u>GLU JECZ.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ.</u> , <u>GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Twarożek 80 g (<u>MLE.</u>) Dżem 25 g 1 szt Marchew gotowana z olejem () 100 g
II ŚN	Jabłko 150 g	Jabłko pieczone 150 g	Budyń o smaku śmietankowym b/c 200 ml (<u>MLE.</u>)	Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml	Jabłko pieczone 150 g
Obiad	Dyniowa z makaronem (bez mleka) () 300 ml (<u>GLU PSZ.</u> , <u>SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 180 g Ryba pieczona (Morszczuk) 120 g (<u>RYB.</u>) Sos cytrynowy (bez mleka) 80 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 100 g Szpinak gotowany z olejem* 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml	Dyniowa z makaronem () 300 ml (<u>GLU PSZ.</u> , <u>MLE.</u> , <u>SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 180 g Ryba pieczona (Morszczuk) 120 g (<u>RYB.</u>) Sos cytrynowy 80 ml (<u>GLU PSZ.</u> , <u>MLE.</u>) Szpinak gotowany z olejem* 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 100 g (<u>SEL.</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml	Płynna obiad*(<u>SEL.</u>)-SIED 500 ml (<u>SEL.</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Dyniowa z makaronem () 300 ml (<u>GLU PSZ.</u> , <u>MLE.</u> , <u>SEL.</u>) Ziemniaki gotowane puree () 180 g (<u>MLE.</u>) Ryba pieczona (Morszczuk) rozdrobniona 120 g (<u>RYB.</u>) Sos cytrynowy 80 ml (<u>GLU PSZ.</u> , <u>MLE.</u>) Szpinak gotowany z olejem* 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 100 g (<u>SEL.</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	
PD	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt		Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)	Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml	Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)

Jadłospisy za okres od dnia 2026-02-02 do dnia 2026-02-08 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- Z ogr. łatwoprzyswajalnych węgl. b/ml	SIE- Cukrzyca lekko strawna	SIE- Płynna 3x/Płynna wzb. 5x	SIE- Płynna wzbogacona b/ml	SIE- Papkowata
2026-02-06 piątek	Kolacja	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszeniczny 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Hummus 50 g (SEZ.) Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 80 g (JAJ, MLE.) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Szynka z piersią indyczą-wędlna drobiowa grubo rozdrobniona, parzona,w osłonce niejadalnej 25 g (SOJ, SEL. może zawierać: MLE, GOR.)	Płynna kolacja *()-SIED 500 ml (SEL.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt		Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 80 g (JAJ, MLE.) Miód (25g) 1 szt Brokuł gotowany* 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PN	Chleb razowy żytnio-pszeniczny 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 ost.niejadalnej 25 g (SOJ.) Sałata zielona 10 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Twarożek z ziołami 40 g (MLE.) Sałata zielona 10 g			
		Wartość energetyczna: 2048.40 kcal; Białko ogółem: 104.43 g; Tłuszcz: 70.53 g; Kw. tł. nasy.: 13.23 g; Węglowodany ogółem: 271.80 g; W tym cukry: 33.91 g; Błonnik pok.: 40.10 g; Sól: 11.93 g; WW: 23.17 Por.; : 20.39 %; : 53.08 %; Ener. z T: 30.99 %; Ener. z Bł.: 3.92 %; K: 4145.25 mg;	Wartość energetyczna: 2237.29 kcal; Białko ogółem: 122.90 g; Tłuszcz: 66.87 g; Kw. tł. nasy.: 22.15 g; Węglowodany ogółem: 299.29 g; W tym cukry: 46.44 g; Błonnik pok.: 30.46 g; Sól: 11.57 g; WW: 26.97 Por.; : 21.97 %; : 53.51 %; Ener. z T: 26.90 %; Ener. z Bł.: 2.72 %; K: 4117.01 mg;	Wartość energetyczna: 2201.29 kcal; Białko ogółem: 101.86 g; Tłuszcz: 84.84 g; Kw. tł. nasy.: 20.98 g; Węglowodany ogółem: 275.27 g; W tym cukry: 90.92 g; Błonnik pok.: 30.16 g; Sól: 2.27 g; WW: 24.37 Por.; : 18.51 %; : 50.02 %; Ener. z T: 34.69 %; Ener. z Bł.: 2.74 %; K: 5570.95 mg;	Wartość energetyczna: 1894.56 kcal; Białko ogółem: 73.94 g; Tłuszcz: 68.81 g; Kw. tł. nasy.: 8.76 g; Węglowodany ogółem: 259.14 g; W tym cukry: 64.23 g; Błonnik pok.: 29.72 g; Sól: 1.56 g; WW: 22.72 Por.; : 15.61 %; : 54.71 %; Ener. z T: 32.69 %; Ener. z Bł.: 3.14 %; K: 4455.35 mg;	Wartość energetyczna: 2554.38 kcal; Białko ogółem: 123.62 g; Tłuszcz: 70.74 g; Kw. tł. nasy.: 26.44 g; Węglowodany ogółem: 374.39 g; W tym cukry: 121.75 g; Błonnik pok.: 32.76 g; Sól: 6.75 g; WW: 34.25 Por.; : 19.36 %; : 58.63 %; Ener. z T: 24.92 %; Ener. z Bł.: 2.56 %; K: 5070.43 mg;
2026-02-07 sobota	Śniadanie	Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszeniczny 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Paszтет sojowy z pomidorami 80 g (SOJ, GOR.) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 25 g (SOJ.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka z piersią kurczaka-wędł.z drob.gr.rozd.parzo.w ost.niejadalnej 50 g (SOJ.) 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	Ryż na mleku 300 ml (MLE.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka z piersią kurczaka-wędł.z drob.gr.rozd.parzo.w ost.niejadalnej mielona 50 g (SOJ.) 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	Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml		Banan 150 g

Jadłospisy za okres od dnia 2026-02-02 do dnia 2026-02-08 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- Z ogr. łatwoprzyswajalnych węgl. b/ml	SIE- Cukrzyca lekko strawna	SIE- Płynna 3x/Płynna wzb. 5x	SIE- Płynna wzbogacona b/ml	SIE- Papkowata
2026-02-07 sobota	Obiad	Grochowa z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Kasza gryczana 180 g Gulasz wieprzowy 150 g (GLU PSZ.) Ogórek kiszony z cebulką z olejem 100 g Buraczki gotowane () 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami - dieta () 300 ml (MLE, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (GLU JECZ.) Gulasz wieprzowy- dieta 150 g (GLU PSZ.) Buraczki gotowane () 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml	Płynna obiad*()-SIED 500 ml (SEL.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml		Selerowa z ziemniakami - dieta () 300 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane puree () 180 g (MLE.) Gulasz wieprzowy- dieta rozdrobniony 150 g (GLU PSZ.) Buraczki gotowane () 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml
	PD	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt		Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml		
	Kolacja	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w ost.niejad 75 g Surówka z rzodkwi i czarnuszki 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynkowa Extra-wędzonka wieprzowa,wędzona,z wodą dodaną. 25 g (SOJ.) Twarożek 80 g (MLE.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna kolacja *()-SIED 500 ml (SEL.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt		Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Twarożek 80 g (MLE.) Szynkowa Extra-wędzonka wieprzowa,wędzona,z wodą dodaną, mielona 25 g (SOJ.) Brokuł gotowany* 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PN	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 25 g Sałata zielona 10 g	Masło extra 82% 5 g (MLE.) Baton szynkowy z kurcząt 25 g (może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.) Sałata zielona 10 g			
		Wartość energetyczna: 2241.00 kcal; Białko ogółem: 97.49 g; Tłuszcz: 81.83 g; Kw. tł. nasy.: 14.89 g; Węglowodany ogółem: 298.33 g; W tym cukry: 39.77 g; Błonnik pok.: 50.27 g; Sól: 10.78 g; WW: 24.78 Por; : 17.40 %; : 53.25 %; Ener. z T: 32.86 %; Ener. z Bł.: 4.49 %; K: 3765.06 mg;	Wartość energetyczna: 1989.13 kcal; Białko ogółem: 97.68 g; Tłuszcz: 60.42 g; Kw. tł. nasy.: 24.31 g; Węglowodany ogółem: 286.66 g; W tym cukry: 54.40 g; Błonnik pok.: 32.60 g; Sól: 8.71 g; WW: 25.41 Por; : 19.64 %; : 57.65 %; Ener. z T: 27.34 %; Ener. z Bł.: 3.28 %; K: 3693.34 mg;	Wartość energetyczna: 2101.36 kcal; Białko ogółem: 87.20 g; Tłuszcz: 77.06 g; Kw. tł. nasy.: 16.19 g; Węglowodany ogółem: 278.80 g; W tym cukry: 83.89 g; Błonnik pok.: 29.72 g; Sól: 2.00 g; WW: 24.73 Por; : 16.60 %; : 53.07 %; Ener. z T: 33.00 %; Ener. z Bł.: 2.83 %; K: 5021.85 mg;	Wartość energetyczna: 1894.56 kcal; Białko ogółem: 73.94 g; Tłuszcz: 68.81 g; Kw. tł. nasy.: 8.76 g; Węglowodany ogółem: 259.14 g; W tym cukry: 64.23 g; Błonnik pok.: 29.72 g; Sól: 1.56 g; WW: 22.72 Por; : 15.61 %; : 54.71 %; Ener. z T: 32.69 %; Ener. z Bł.: 3.14 %; K: 4455.35 mg;	Wartość energetyczna: 2323.29 kcal; Białko ogółem: 100.70 g; Tłuszcz: 56.18 g; Kw. tł. nasy.: 22.79 g; Węglowodany ogółem: 380.40 g; W tym cukry: 125.54 g; Błonnik pok.: 32.71 g; Sól: 8.27 g; WW: 34.81 Por; : 17.34 %; : 65.49 %; Ener. z T: 21.76 %; Ener. z Bł.: 2.82 %; K: 5531.64 mg;

Jadłospisy za okres od dnia 2026-02-02 do dnia 2026-02-08 KUCHNIA SIEDLCE

	SIE- Z ogr. łatwoprzyswajalnych węgl. b/ml	SIE- Cukrzyca lekko strawna	SIE- Płynna 3x/Płynna wzb. 5x	SIE- Płynna wzbogacona b/ml	SIE- Papkowata	
2026-02-08 niedziela	Śniadanie	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 75 g Sałata zielona 20 g Papryka świeża 80 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Ser mozzarella 50 g (MLE.) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Sałata zielona 20 g Pomidor 80 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	Płatki pszenne na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Ser mozzarella 50 g (MLE.) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona mielona 50 g Dyńa z wody 100 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml
	II ŚN	Jabłko 150 g	Jabłko pieczone 150 g	Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE.)	Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml	Jabłko pieczone 150 g
	Obiad	Rosół z makaronem () 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki gotowane () 180 g udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 130 g Surówka z kapusty białej z olejem b/c () 100 g Brokuł gotowany* 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml	Rosół z makaronem () 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki gotowane () 180 g Udziec z kurczaka gotowany z/k z/s 130 g Brokuł gotowany* 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml	Płynna obiad*(-)-SIED 500 ml (SEL.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml		Rosół z makaronem () 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki gotowane puree () 180 g (MLE.) Pulpet drobiowy rozdrobniony 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Brokuł gotowany* 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml
	PD	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt Pieczywo chrupkie ekstrudowane-żytnie 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt Podplomyki b/c 20 g (GLU PSZ, MLE.)	Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml		
	Kolacja	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynka z pierśią kurczaka-wędl.z drob.gr.rozd.parzo.w ost.niejadalnej 75 g (SOJ.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (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 Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 25 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna kolacja*(-)-SIED 500 ml (SEL.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt		Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka 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 Buraczki gotowane () 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PN	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Sałata zielona 10 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Sałata zielona 10 g			

Jadłospisy za okres od dnia 2026-02-02 do dnia 2026-02-08 KUCHNIA SIEDLCE

	SIE- Z ogr. łatwoprzyswajalnych węgl. b/ml	SIE- Cukrzyca lekko strawna	SIE- Płynna 3x/Płynna wzb. 5x	SIE- Płynna wzbogacona b/ml	SIE- Papkowata
2026-02-08 niedziela	Wartość energetyczna: 2049.74 kcal; Białko ogółem: 105.84 g; Tłuszcz: 68.56 g; Kw. tł. nasy.: 17.19 g; Węglowodany ogółem: 286.21 g; W tym cukry: 38.33 g; Błonnik pok.: 46.21 g; Sól: 9.18 g; WW: 24.06 Por; : 20.66 %; : 55.85 %; Ener. z T: 30.10 %; Ener. z Bł.: 4.51 %; K: 4283.09 mg;	Wartość energetyczna: 2231.88 kcal; Białko ogółem: 120.16 g; Tłuszcz: 71.18 g; Kw. tł. nasy.: 25.28 g; Węglowodany ogółem: 288.17 g; W tym cukry: 32.76 g; Błonnik pok.: 29.05 g; Sól: 9.38 g; WW: 25.83 Por; : 21.54 %; : 51.65 %; Ener. z T: 28.70 %; Ener. z Bł.: 2.60 %; K: 3740.01 mg;	Wartość energetyczna: 2052.42 kcal; Białko ogółem: 90.44 g; Tłuszcz: 79.06 g; Kw. tł. nasy.: 17.38 g; Węglowodany ogółem: 258.78 g; W tym cukry: 71.01 g; Błonnik pok.: 29.70 g; Sól: 2.04 g; WW: 22.75 Por; : 17.63 %; : 50.43 %; Ener. z T: 34.67 %; Ener. z Bł.: 2.89 %; K: 5142.25 mg;	Wartość energetyczna: 1894.56 kcal; Białko ogółem: 73.94 g; Tłuszcz: 68.81 g; Kw. tł. nasy.: 8.76 g; Węglowodany ogółem: 259.14 g; W tym cukry: 64.23 g; Błonnik pok.: 29.72 g; Sól: 1.56 g; WW: 22.72 Por; : 15.61 %; : 54.71 %; Ener. z T: 32.69 %; Ener. z Bł.: 3.14 %; K: 4455.35 mg;	Wartość energetyczna: 2206.28 kcal; Białko ogółem: 99.13 g; Tłuszcz: 54.16 g; Kw. tł. nasy.: 19.01 g; Węglowodany ogółem: 342.26 g; W tym cukry: 105.94 g; Błonnik pok.: 27.85 g; Sól: 8.20 g; WW: 31.32 Por; : 17.97 %; : 62.05 %; Ener. z T: 22.09 %; Ener. z Bł.: 2.52 %; K: 4056.14 mg;

Jadłospisy za okres od dnia 2026-02-02 do dnia 2026-02-08 KUCHNIA SIEDLCE

	SIE- Papkowata b/ml	SIE- Łatwo strawna	SIE- Bezmleczna	SIE- Niskotłuszczowa	SIE- O kontr. zaw.kwasów tłuszczowych	
2026-02-02, pomiędzy II ŚN Obiad PD Kolacja	Śniadanie	Kasza manna na wodzie 300 ml (GLU PSZ.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g 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.) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 100 g (SEL.)	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (MLE, GLU JĘCZ.) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy parzony w osłonce niejadalnej 50 g (może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Jabłko pieczone 150 g	Kasza manna na wodzie 300 ml (GLU PSZ.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynka z piersią kurczaka-wędł.z drob.gr.rozd.parzo.w ost.niejadalnej 50 g (SOJ.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Jabłko pieczone 150 g	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (MLE, GLU JĘCZ.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy parzony w osłonce niejadalnej 50 g (może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.) Miód (25g) 1 szt Pomidor b/skórki 80 g Sałata zielona 20 g Jabłko pieczone 150 g	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (MLE, GLU JĘCZ.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy parzony w osłonce niejadalnej 50 g (może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g
	II ŚN	Jabłko pieczone 150 g			Pomarańcza 150 g	
	Obiad	Brokułowa z ryżem (bez mleka) () 300 ml (SEL.) Ziemniaki gotowane puree (bez mleka) () 180 g Pulpet drobiowy rozdrobniony 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos ziołowy () 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Marchew gotowana z olejem () 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Brokułowa z ryżem () 300 ml (MLE, SEL.) Gulasz warzywny z tofu dieta* 150 g (GLU PSZ, SOJ, SEL.) Ziemniaki gotowane () 180 g Marchew gotowana z olejem () 100 g Surówka z selera i jabłka () 100 g (MLE, SEL.) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Brokułowa z ryżem (bez mleka) () 300 ml (SEL.) Gulasz warzywny z tofu dieta* 150 g (GLU PSZ, SOJ, SEL.) Ziemniaki gotowane () 180 g Marchew gotowana z olejem () 100 g Surówka z selera i jabłka z olejem b/c 100 g (SEL.) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Brokułowa z ryżem () 300 ml (MLE, SEL.) Gulasz warzywny z tofu dieta* 150 g (GLU PSZ, SOJ, SEL.) Ziemniaki gotowane () 180 g Marchew gotowana z olejem () 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Brokułowa z ryżem () 300 ml (MLE, SEL.) Gulasz warzywny z ciecierzycą * 150 g (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki gotowane () 180 g Marchew gotowana z olejem () 100 g Surówka z selera i jabłka b/c () 100 g (MLE, SEL.) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml
	PD	Galaretką o smaku brzoskwiowym 200 g				Podpłomyki b/c 20 g (GLU PSZ, MLE.) Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (MLE.)
	Kolacja	Kawa zbożowa z/c 250 ml (GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Paszтет rybno- warzywny (Morszczuk) 80 g (GLU PSZ, JAJ, RYB.) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody mielona 25 g (SOJ.) Szpinak gotowany z olejem* 100 g (GLU PSZ.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Paszтет rybno- warzywny (Morszczuk) 80 g (GLU PSZ, JAJ, RYB.) Schab Benedykta wp parzony z dodatkiem wody 25 g (GLU PSZ, SOJ, SEL, może zawierać: JAJ, OZI, MLE, GOR, SEZ.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Kawa zbożowa z/c 250 ml (GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Paszтет rybno- warzywny (Morszczuk) 80 g (GLU PSZ, JAJ, RYB.) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 25 g (SOJ.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Paszтет rybno- warzywny (Morszczuk) 80 g (GLU PSZ, JAJ, RYB.) Schab Benedykta wp parzony z dodatkiem wody 25 g (GLU PSZ, SOJ, SEL, może zawierać: JAJ, OZI, MLE, GOR, SEZ.) Pomidor b/skórki 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Chleb razowy żytnio-pszenny 100 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.) Schab Benedykta wp parzony z dodatkiem wody 25 g (GLU PSZ, SOJ, SEL, może zawierać: JAJ, OZI, MLE, GOR, SEZ.) Rzodkiew biała 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt

Jadłospisy za okres od dnia 2026-02-02 do dnia 2026-02-08 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- Papkowata b/ml	SIE- Łatwo strawna	SIE- Bezmleczna	SIE- Niskotłuszczowa	SIE- O kontr. zaw.kwasów tłuszczowych
2026-02-02 poniedziałek	PN					
		Wartość energetyczna: 2165.53 kcal; Białko ogółem: 92.99 g; Tłuszcz: 58.99 g; Kw. tł. nasy.: 11.60 g; Węglowodany ogółem: 343.06 g; W tym cukry: 97.38 g; Błonnik pok.: 35.85 g; Sól: 8.49 g; WW: 30.73 Por; : 17.18 %; : 63.37 %; Ener. z T: 24.52 %; Ener. z Bł.: 3.31 %; K: 4091.77 mg;	Wartość energetyczna: 2185.13 kcal; Białko ogółem: 86.20 g; Tłuszcz: 60.84 g; Kw. tł. nasy.: 24.32 g; Węglowodany ogółem: 338.90 g; W tym cukry: 89.68 g; Błonnik pok.: 35.95 g; Sól: 8.72 g; WW: 30.41 Por; : 15.78 %; : 62.04 %; Ener. z T: 25.06 %; Ener. z Bł.: 3.29 %; K: 4546.39 mg;	Wartość energetyczna: 1858.40 kcal; Białko ogółem: 72.42 g; Tłuszcz: 49.03 g; Kw. tł. nasy.: 9.93 g; Węglowodany ogółem: 307.22 g; W tym cukry: 66.20 g; Błonnik pok.: 32.66 g; Sól: 8.04 g; WW: 27.54 Por; : 15.59 %; : 66.13 %; Ener. z T: 23.74 %; Ener. z Bł.: 3.51 %; K: 3777.33 mg;	Wartość energetyczna: 2131.16 kcal; Białko ogółem: 81.73 g; Tłuszcz: 48.19 g; Kw. tł. nasy.: 16.26 g; Węglowodany ogółem: 357.61 g; W tym cukry: 92.58 g; Błonnik pok.: 33.33 g; Sól: 7.88 g; WW: 32.57 Por; : 15.34 %; : 67.12 %; Ener. z T: 20.35 %; Ener. z Bł.: 3.13 %; K: 4582.37 mg;	Wartość energetyczna: 2234.75 kcal; Białko ogółem: 95.48 g; Tłuszcz: 62.90 g; Kw. tł. nasy.: 20.05 g; Węglowodany ogółem: 347.89 g; W tym cukry: 95.31 g; Błonnik pok.: 51.00 g; Sól: 8.44 g; WW: 29.84 Por; : 17.09 %; : 62.27 %; Ener. z T: 25.33 %; Ener. z Bł.: 4.56 %; K: 5417.25 mg;
2026-02-03 wtorek	Śniadanie	Kasza kukurydziana na wodzie 300 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona mielona 75 g Kalańfort gotowany* 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (<u>MLE.</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Twarożek 80 g (<u>MLE.</u>) Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy,grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 25 g (<u>może zawierać: GLU PSZ. JAJ. SOJ. MLE. SEL. GOR.</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Banan 150 g	Kasza kukurydziana na wodzie 300 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 25 g Dżem 25 g 1 szt Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Banan 150 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (<u>MLE.</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Twarożek 80 g (<u>MLE.</u>) Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy,grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 25 g (<u>może zawierać: GLU PSZ. JAJ. SOJ. MLE. SEL. GOR.</u>) Sałata zielona 20 g Pomidor b/skórki 80 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Banan 150 g	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (<u>MLE.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Twarożek 80 g (<u>MLE.</u>) Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy,grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 25 g (<u>może zawierać: GLU PSZ. JAJ. SOJ. MLE. SEL. GOR.</u>) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml
	II ŚN	Banan 150 g				Banan 150 g
	Obiad	Solferino (bez mleka) () 300 ml (<u>GLU PSZ. SEL.</u>) Ziemniaki gotowane puree (bez mleka) () 180 g Pulpet wieprzowy rozdrobniony 100 g (<u>GLU PSZ. JAJ.</u>) Sos szpinakowy* 80 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Dyńia duszona z olejem* 130 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Solferino () 300 ml (<u>GLU PSZ. MLE. SEL.</u>) Szynka wieprzowa gotowana 100 g Makaron 180 g (<u>GLU PSZ.</u>) Sos szpinakowy* 80 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Dyńia duszona z olejem* 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g Dyńia duszona z olejem* 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Solferino (bez mleka) () 300 ml (<u>GLU PSZ. SEL.</u>) Makaron 180 g (<u>GLU PSZ.</u>) Szynka wieprzowa gotowana 100 g Sos szpinakowy* 80 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g Dyńia duszona z olejem* 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Solferino () 300 ml (<u>GLU PSZ. MLE. SEL.</u>) Makaron 180 g (<u>GLU PSZ.</u>) Szynka wieprzowa gotowana 100 g Sos szpinakowy* 80 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Dyńia duszona z olejem* 130 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Pieczarkowa z ziemniakami () 300 ml (<u>GLU PSZ. MLE. SEL. S02.</u>) Makaron 180 g (<u>GLU PSZ.</u>) Szynka wieprzowa gotowana 100 g Sos szpinakowy* 80 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g Dyńia duszona z olejem* 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml

Jadłospisy za okres od dnia 2026-02-02 do dnia 2026-02-08 KUCHNIA SIEDLCE

	SIE- Papkowata b/ml	SIE- Łatwo strawna	SIE- Bezmleczna	SIE- Niskotłuszczowa	SIE- O kontr. zaw.kwasów tłuszczowych		
2026-02-03 wtorek	Kolacja	PD	Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml		Ciasto drożdżowe 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SO2.</u>) Jogurt brzoskwinowy 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)		
			Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w ost.niejad mielona 50 g Miód (25g) 1 szt Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 100 g (<u>SEL.</u>) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Galaretka drobiowa z udźcem z kurczaka () 200 g (<u>SEL.</u>) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 25 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Galaretka drobiowa z udźcem z kurczaka () 200 g (<u>SEL.</u>) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w ost.niejad 25 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Galaretka drobiowa z udźcem z kurczaka () 200 g (<u>SEL.</u>) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 25 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Pomidor b/skórki 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Galaretka drobiowa z udźcem z kurczaka () 200 g (<u>SEL.</u>) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 25 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
2026-02-04 środa	Śniadanie	PN	Wartość energetyczna: 2244.39 kcal; Białko ogółem: 82.72 g; Tłuszcz: 50.70 g; Kw. tł. nasy.: 12.64 g; Węglowodany ogółem: 375.80 g; W tym cukry: 97.34 g; Błonnik pok.: 28.50 g; Sól: 8.43 g; WW: 34.71 Por; : 14.74 %; : 66.97 %; Ener. z T: 20.33 %; Ener. z Bł.: 2.54 %; K: 4434.77 mg;	Wartość energetyczna: 2257.74 kcal; Białko ogółem: 116.58 g; Tłuszcz: 53.01 g; Kw. tł. nasy.: 22.52 g; Węglowodany ogółem: 338.55 g; W tym cukry: 95.01 g; Błonnik pok.: 25.25 g; Sól: 6.48 g; WW: 31.42 Por; : 20.65 %; : 59.98 %; Ener. z T: 21.13 %; Ener. z Bł.: 2.24 %; K: 4375.63 mg;	Wartość energetyczna: 2093.37 kcal; Białko ogółem: 93.61 g; Tłuszcz: 47.52 g; Kw. tł. nasy.: 12.32 g; Węglowodany ogółem: 333.67 g; W tym cukry: 89.12 g; Błonnik pok.: 25.25 g; Sól: 6.58 g; WW: 30.93 Por; : 17.89 %; : 63.76 %; Ener. z T: 20.43 %; Ener. z Bł.: 2.41 %; K: 3930.23 mg;	Wartość energetyczna: 2171.12 kcal; Białko ogółem: 118.49 g; Tłuszcz: 42.43 g; Kw. tł. nasy.: 16.80 g; Węglowodany ogółem: 336.88 g; W tym cukry: 95.08 g; Błonnik pok.: 21.71 g; Sól: 5.71 g; WW: 31.65 Por; : 21.83 %; : 62.07 %; Ener. z T: 17.59 %; Ener. z Bł.: 2.00 %; K: 4357.65 mg;	Wartość energetyczna: 2384.27 kcal; Białko ogółem: 123.09 g; Tłuszcz: 63.53 g; Kw. tł. nasy.: 19.92 g; Węglowodany ogółem: 344.24 g; W tym cukry: 86.71 g; Błonnik pok.: 37.47 g; Sól: 8.27 g; WW: 30.81 Por; : 20.65 %; : 57.75 %; Ener. z T: 23.98 %; Ener. z Bł.: 3.14 %; K: 4742.13 mg;
			Płatki ryżowe na wodzie 300 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody mielona 75 g (<u>SOJ.</u>) Kalafior gotowany* 100 g	Makaron na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Szynka zielonogórska- wieprzowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 50 g (<u>SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR.</u>) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 25 g (<u>SOJ.</u>) Sałatka jarzynowa - dieta () 100 g (<u>MLE, SEL.</u>) Jabłko pieczone 150 g Sałata zielona 20 g	Płatki ryżowe na wodzie 300 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 75 g (<u>SOJ.</u>) Sałatka jarzynowa z olejem () 100 g (<u>SEL.</u>) Jabłko pieczone 150 g Sałata zielona 20 g	Makaron na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Szynka zielonogórska- wieprzowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 50 g (<u>SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR.</u>) Dżem 25 g 1 szt Pomidor b/skórki 80 g Sałata zielona 20 g Jabłko pieczone 150 g	Makaron na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynka zielonogórska- wieprzowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 50 g (<u>SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR.</u>) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 25 g (<u>SOJ.</u>) Sałatka jarzynowa - dieta () 100 g (<u>MLE, SEL.</u>) Sałata zielona 20 g

Jadłospisy za okres od dnia 2026-02-02 do dnia 2026-02-08 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- Papkowata b/ml	SIE- Łatwo strawna	SIE- Bezmleczna	SIE- Niskotłuszczowa	SIE- O kontr. zaw.kwasów tłuszczowych
2026-02-04-środa	II ŚN	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt				Mandarynka 2 szt
	Obiad	Grysikowa () 300 ml (GLU PSZ. SEL.) Ziemniaki gotowane puree (bez mleka) () 180 g Zrazik drobiowy z udźca pieczony mielony 100 g (GLU PSZ. JAJ.) Sos jarzynowy () 80 ml (GLU PSZ. SEL.) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Grysikowa () 300 ml (GLU PSZ. SEL.) Zrazik drobiowy z udźca pieczony mielony 100 g (GLU PSZ. JAJ.) Ziemniaki gotowane () 180 g Sos jarzynowy () 80 ml (GLU PSZ. SEL.) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 100 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Grysikowa () 300 ml (GLU PSZ. SEL.) Ziemniaki gotowane () 180 g Zrazik drobiowy z udźca pieczony mielony 100 g (GLU PSZ. JAJ.) Sos jarzynowy () 80 ml (GLU PSZ. SEL.) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 100 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Grysikowa () 300 ml (GLU PSZ. SEL.) Ziemniaki gotowane () 180 g Zrazik drobiowy z udźca pieczony mielony 100 g (GLU PSZ. JAJ.) Sos jarzynowy () 80 ml (GLU PSZ. SEL.) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Grysikowa () 300 ml (GLU PSZ. SEL.) Ziemniaki gotowane () 180 g Zrazik drobiowy z udźca pieczony mielony 100 g (GLU PSZ. JAJ.) Sos jarzynowy () 80 ml (GLU PSZ. SEL.) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 100 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml
	PD	Galaretką o smaku brzoskwiowym 200 g				Budyń o smaku waniliowym z/c 200 ml (MLE.)
	Kolacja	Kawa zbożowa z/c 250 ml (GLU ŻYT. GLU JĘCZ.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ. GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Poledwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona mielona 25 g (SOJ.) Jajko gotowane kl M mielone 1 szt (JAJ.) Brokuł gotowany* 100 g	Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE. GLU ŻYT. GLU JĘCZ.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt 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.) Poledwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 25 g (SOJ.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Kawa zbożowa z/c 250 ml (GLU ŻYT. GLU JĘCZ.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ. GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Poledwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 25 g (SOJ.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE. GLU ŻYT. GLU JĘCZ.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Miód (25g) 1 szt Poledwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g (SOJ.) Pomidor b/skórki 80 g Sałata zielona 20 g	Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE. GLU ŻYT. GLU JĘCZ.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Chleb razowy pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ. GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Poledwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 25 g (SOJ.) Pasta z soczewicy czerwonej 80 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g
	PN					
		Wartość energetyczna: 2085.31 kcal; Białko ogółem: 86.86 g; Tłuszcz: 50.02 g; Kw. tł. nasy.: 10.26 g; Węglowodany ogółem: 328.78 g; W tym cukry: 81.97 g; Błonnik pok.: 21.11 g; Sól: 7.68 g; WW: 30.77 Por; : 16.66 %; : 63.06 %; Ener. z T: 21.59 %; Ener. z Bł.: 2.02 %; K: 2782.90 mg;	Wartość energetyczna: 2228.62 kcal; Białko ogółem: 91.36 g; Tłuszcz: 63.25 g; Kw. tł. nasy.: 22.49 g; Węglowodany ogółem: 333.49 g; W tym cukry: 80.26 g; Błonnik pok.: 24.22 g; Sól: 7.64 g; WW: 30.98 Por; : 16.40 %; : 59.86 %; Ener. z T: 25.54 %; Ener. z Bł.: 2.17 %; K: 3958.31 mg;	Wartość energetyczna: 2114.63 kcal; Białko ogółem: 80.07 g; Tłuszcz: 59.29 g; Kw. tł. nasy.: 10.93 g; Węglowodany ogółem: 326.10 g; W tym cukry: 62.89 g; Błonnik pok.: 24.60 g; Sól: 7.56 g; WW: 30.18 Por; : 15.15 %; : 61.69 %; Ener. z T: 25.24 %; Ener. z Bł.: 2.33 %; K: 3435.71 mg;	Wartość energetyczna: 2099.94 kcal; Białko ogółem: 85.84 g; Tłuszcz: 45.64 g; Kw. tł. nasy.: 15.23 g; Węglowodany ogółem: 342.39 g; W tym cukry: 82.99 g; Błonnik pok.: 17.52 g; Sól: 6.44 g; WW: 32.74 Por; : 16.35 %; : 65.22 %; Ener. z T: 19.56 %; Ener. z Bł.: 1.67 %; K: 3426.73 mg;	Wartość energetyczna: 2439.15 kcal; Białko ogółem: 102.10 g; Tłuszcz: 67.25 g; Kw. tł. nasy.: 17.52 g; Węglowodany ogółem: 372.41 g; W tym cukry: 94.83 g; Błonnik pok.: 35.56 g; Sól: 8.07 g; WW: 33.80 Por; : 16.74 %; : 61.07 %; Ener. z T: 24.81 %; Ener. z Bł.: 2.92 %; K: 5091.40 mg;

Jadłospisy za okres od dnia 2026-02-02 do dnia 2026-02-08 KUCHNIA SIEDLCE

	SIE- Papkowata b/ml	SIE- Łatwo strawna	SIE- Bezmleczna	SIE- Niskotłuszczowa	SIE- O kontr. zaw.kwasów tłuszczowych
Śniadanie	<p>Płatki owsiane na wodzie 300 ml (GLU OW.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ. GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad mielona 50 g Dżem 25 g 1 szt Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (SEL.)</p>	<p>Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE. GLU OW.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (GLU PSZ. GLU ŻYT.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ. GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt (MLE. może zawierać: RYB. OZI. MLE.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Banan 150 g</p>	<p>Płatki owsiane na wodzie 300 ml (GLU OW.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (GLU PSZ. GLU ŻYT.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ. GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 25 g (SOJ.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Banan 150 g</p>	<p>Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE. GLU OW.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (GLU PSZ. GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt (MLE. może zawierać: RYB. OZI. MLE.) Pomidor b/skórki 80 g Sałata zielona 20 g Banan 150 g</p>	<p>Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE. GLU OW.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ. GLU ŻYT.) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt (MLE. może zawierać: RYB. OZI. MLE.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g</p>
II ŚN	Banan 150 g				Pomarańcza 150 g
Obiad	<p>Ziemniaczana (bez mleka) () 300 ml (GLU PSZ. SEL.) Ryż na sypko 200 g Pulpet wieprzowy rozdrobniony 100 g (GLU PSZ. JAJ.) Sos pomidorowy 80 ml (GLU PSZ.) Marchew gotowana z olejem () 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml</p>	<p>Ziemniaczana () 300 ml (GLU PSZ. MLE. SEL.) Risotto z mięsem wieprzowym i warzywami () 300 g (SEL.) Fasolka szparagowa z wody* 100 g Surówka z marchwi i selera () 100 g (MLE. SEL.) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml</p>	<p>Ziemniaczana (bez mleka) () 300 ml (GLU PSZ. SEL.) Risotto z mięsem wieprzowym i warzywami () 300 g (SEL.) Fasolka szparagowa z wody* 100 g Surówka z marchwi i selera z olejem () 100 g (SEL.) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml</p>	<p>Ziemniaczana () 300 ml (GLU PSZ. MLE. SEL.) Risotto z mięsem wieprzowym i warzywami () 300 g (SEL.) Fasolka szparagowa z wody* 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml</p>	<p>Barszcz biały z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ. MLE. SEL. GLU ŻYT.) Risotto (ryż brązowy) z mięsem wieprzowym i warzywami () 300 g (SEL.) Fasolka szparagowa z wody* 100 g Surówka z marchwi i selera b/c () 100 g (MLE. SEL.) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml</p>
PD	Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml				Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.) Płatki owsiane 20 g (GLU OW.)
Kolacja	<p>Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ. GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Połędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona mielona 75 g (SOJ.) Kalafor gotowany* 100 g</p>	<p>Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Makaron z serem 300 g (GLU PSZ. MLE.) Mus z jabłek () z/c 100 g</p>	<p>Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ. GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Połędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 75 g (SOJ.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g</p>	<p>Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Makaron z serem 300 g (GLU PSZ. MLE.) Mus z jabłek () z/c 100 g</p>	<p>Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Makaron z serem b/c 300 g (GLU PSZ. MLE.) Mus z jabłek () b/c 100 g</p>
PN					

Jadłospisy za okres od dnia 2026-02-02 do dnia 2026-02-08 KUCHNIA SIEDLCE

	SIE- Papkowata b/ml	SIE- Łatwo strawna	SIE- Bezmleczna	SIE- Niskotłuszczowa	SIE- O kontr. zaw.kwasów tłuszczowych
2026-02-05 czwartek	Wartość energetyczna: 2280.53 kcal; Białko ogółem: 78.70 g; Tłuszcz: 53.03 g; Kw. tł. nasy.: 12.13 g; Węglowodany ogółem: 388.82 g; W tym cukry: 109.83 g; Błonnik pok.: 32.29 g; Sól: 8.38 g; WW: 35.70 Por; : 13.80 %; : 68.20 %; Ener. z T: 20.93 %; Ener. z Bł.: 2.83 %; K: 3540.36 mg;	Wartość energetyczna: 2327.10 kcal; Białko ogółem: 92.51 g; Tłuszcz: 54.75 g; Kw. tł. nasy.: 21.50 g; Węglowodany ogółem: 379.64 g; W tym cukry: 106.47 g; Błonnik pok.: 29.88 g; Sól: 5.10 g; WW: 35.22 Por; : 15.90 %; : 65.26 %; Ener. z T: 21.17 %; Ener. z Bł.: 2.57 %; K: 3820.98 mg;	Wartość energetyczna: 2040.52 kcal; Białko ogółem: 76.77 g; Tłuszcz: 49.90 g; Kw. tł. nasy.: 11.10 g; Węglowodany ogółem: 335.25 g; W tym cukry: 80.61 g; Błonnik pok.: 29.53 g; Sól: 8.49 g; WW: 30.78 Por; : 15.05 %; : 65.72 %; Ener. z T: 22.01 %; Ener. z Bł.: 2.89 %; K: 3575.80 mg;	Wartość energetyczna: 2246.72 kcal; Białko ogółem: 90.46 g; Tłuszcz: 48.90 g; Kw. tł. nasy.: 17.89 g; Węglowodany ogółem: 373.33 g; W tym cukry: 101.12 g; Błonnik pok.: 26.50 g; Sól: 3.81 g; WW: 35.00 Por; : 16.10 %; : 66.47 %; Ener. z T: 19.59 %; Ener. z Bł.: 2.36 %; K: 3705.72 mg;	Wartość energetyczna: 2201.16 kcal; Białko ogółem: 101.75 g; Tłuszcz: 59.91 g; Kw. tł. nasy.: 21.11 g; Węglowodany ogółem: 329.21 g; W tym cukry: 56.70 g; Błonnik pok.: 41.30 g; Sól: 5.07 g; WW: 28.87 Por; : 18.49 %; : 59.82 %; Ener. z T: 24.50 %; Ener. z Bł.: 3.75 %; K: 4240.79 mg;
2026-02-06 piątek	Śniadanie Kasza manna na wodzie 300 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Kawa zbożowa z/c 250 ml (<u>GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona mielona 50 g Dżem 25 g 1 szt Marchew gotowana z olejem () 100 g	Śniadanie Kasza manna na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Serek wiejski lekki 3% tł 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) Dżem 25 g 1 szt Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Jabłko pieczone 150 g	Śniadanie Kasza manna na wodzie 300 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Kawa zbożowa z/c 250 ml (<u>GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Dżem 25 g 1 szt Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Jabłko pieczone 150 g	Śniadanie Kasza manna na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Kawa zbożowa z/c 250 ml (<u>GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Serek wiejski lekki 3% tł 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) Dżem 25 g 1 szt Sałata zielona 20 g Pomidor b/skórki 80 g Jabłko pieczone 150 g	Śniadanie Kasza manna na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Serek wiejski lekki 3% tł 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) Dżem 25 g 1 szt Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g
	II ŚN Jabłko pieczone 150 g				Jabłko pieczone 150 g
Obiad	Dyniowa z makaronem (bez mleka) () 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane puree (bez mleka) () 180 g Ryba pieczona (Morszczuk) rozdrobniona 120 g (<u>RYB.</u>) Sos cytrynowy (bez mleka) 80 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Szpinak gotowany z olejem* 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 100 g (<u>SEL.</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Dyniowa z makaronem () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 180 g Ryba pieczona (Morszczuk) 120 g (<u>RYB.</u>) Sos cytrynowy 80 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Szpinak gotowany z olejem* 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 100 g (<u>SEL.</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Dyniowa z makaronem (bez mleka) () 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 180 g Ryba pieczona (Morszczuk) 120 g (<u>RYB.</u>) Sos cytrynowy (bez mleka) 80 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Szpinak gotowany z olejem* 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 100 g (<u>SEL.</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Dyniowa z makaronem () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 180 g Ryba pieczona (Morszczuk) 120 g (<u>RYB.</u>) Sos cytrynowy 80 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Szpinak gotowany z olejem* 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 100 g (<u>SEL.</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Dyniowa z makaronem () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 180 g Ryba pieczona (Morszczuk) 120 g (<u>RYB.</u>) Sos cytrynowy 80 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 100 g Szpinak gotowany z olejem* 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml
	PD Galaretką o smaku truskawkowym 200 g				Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)

Jadłospisy za okres od dnia 2026-02-02 do dnia 2026-02-08 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- Papkowata b/ml	SIE- Łatwo strawna	SIE- Bezmleczna	SIE- Niskotłuszczowa	SIE- O kontr. zaw.kwasów tłuszczowych
2026-02-06 piątek	Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ. GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Jajko gotowane kl M mielone 1 szt (JAJ.) Miód (25g) 1 szt Brokuł gotowany* 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ. GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 80 g (JAJ. MLE.) Miód (25g) 1 szt Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ. GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Miód (25g) 1 szt Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Szynka z piersią indyczą- wędlna drobiowa grubo rozdrobniona, parzona,w osłonce niejadalanej 50 g (SOJ. SEL. może zawierać: MLE, GOR.) Miód (25g) 1 szt Pomidor b/skórki 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU PSZ. GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 80 g (JAJ. MLE.) Hummus 50 g (SEZ.) Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PN					
		Wartość energetyczna: 2215.39 kcal; Białko ogółem: 95.14 g; Tłuszcz: 52.80 g; Kw. tł. nasy.: 10.03 g; Węglowodany ogółem: 354.70 g; W tym cukry: 75.63 g; Błonnik pok.: 32.07 g; Sól: 7.13 g; WW: 32.25 Por.; : 17.18 %; : 64.04 %; Ener. z T: 21.45 %; Ener. z Bł.: 2.90 %; K: 4024.81 mg;	Wartość energetyczna: 2398.64 kcal; Białko ogółem: 116.76 g; Tłuszcz: 65.48 g; Kw. tł. nasy.: 21.77 g; Węglowodany ogółem: 348.30 g; W tym cukry: 95.38 g; Błonnik pok.: 27.70 g; Sól: 6.97 g; WW: 32.21 Por.; : 19.47 %; : 58.08 %; Ener. z T: 24.57 %; Ener. z Bł.: 2.31 %; K: 4540.32 mg;	Wartość energetyczna: 2029.21 kcal; Białko ogółem: 90.21 g; Tłuszcz: 50.23 g; Kw. tł. nasy.: 9.88 g; Węglowodany ogółem: 317.31 g; W tym cukry: 71.87 g; Błonnik pok.: 27.47 g; Sól: 6.51 g; WW: 29.06 Por.; : 17.78 %; : 62.55 %; Ener. z T: 22.28 %; Ener. z Bł.: 2.71 %; K: 3862.74 mg;	Wartość energetyczna: 2188.03 kcal; Białko ogółem: 109.43 g; Tłuszcz: 47.70 g; Kw. tł. nasy.: 12.37 g; Węglowodany ogółem: 342.75 g; W tym cukry: 88.11 g; Błonnik pok.: 26.08 g; Sól: 6.80 g; WW: 31.89 Por.; : 20.01 %; : 62.66 %; Ener. z T: 19.62 %; Ener. z Bł.: 2.38 %; K: 4263.32 mg;	Wartość energetyczna: 2412.77 kcal; Białko ogółem: 126.87 g; Tłuszcz: 79.68 g; Kw. tł. nasy.: 18.99 g; Węglowodany ogółem: 315.95 g; W tym cukry: 96.82 g; Błonnik pok.: 36.78 g; Sól: 8.68 g; WW: 28.09 Por.; : 21.03 %; : 52.38 %; Ener. z T: 29.72 %; Ener. z Bł.: 3.05 %; K: 4946.31 mg;
2026-02-07 sobota	Śniadanie	Kasza kukurydziana na wodzie 300 ml Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ. GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynka z piersią kurczaka-wędł.z drob.gr.rozd.parzo.w osł.niejadalnej mielona 50 g (SOJ.) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody mielona 25 g (SOJ.) Marchew gotowana z olejem () 100 g	Ryż na mleku 300 ml (MLE.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ. GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka z piersią kurczaka-wędł.z drob.gr.rozd.parzo.w osł.niejadalnej 50 g (SOJ.) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 25 g (SOJ.) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Banan 150 g	Kasza kukurydziana na wodzie 300 ml Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ. GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynka z piersią kurczaka-wędł.z drob.gr.rozd.parzo.w osł.niejadalnej 50 g (SOJ.) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 25 g (SOJ.) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Banan 150 g	Ryż na mleku 300 ml (MLE.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Szynka z piersią kurczaka-wędł.z drob.gr.rozd.parzo.w osł.niejadalnej 50 g (SOJ.) Miód (25g) 1 szt Pomidor b/skórki 80 g Sałata zielona 20 g Banan 150 g	Ryż na mleku 300 ml (MLE.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU PSZ. GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynka z piersią kurczaka-wędł.z drob.gr.rozd.parzo.w osł.niejadalnej 50 g (SOJ.) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 25 g (SOJ.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g
	II ŚN	Banan 150 g				Banan 150 g

Jadłospisy za okres od dnia 2026-02-02 do dnia 2026-02-08 KUCHNIA SIEDLCE

	SIE- Papkowata b/ml	SIE- Łatwo strawna	SIE- Bezmleczna	SIE- Niskotłuszczowa	SIE- O kontr. zaw.kwasów tłuszczowych
Obiad	Selerowa z ziemniakami (bez mleka) () 300 ml (SEL.) Ziemniaki gotowane puree (bez mleka) () 180 g Gulasz wieprzowy- dieta rozdrobniony 150 g (GLU PSZ.) Buraczki gotowane () 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami - dieta () 300 ml (MLE, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (GLU JECZ.) Gulasz wieprzowy- dieta 150 g (GLU PSZ.) Buraczki gotowane () 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami (bez mleka) () 300 ml (SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (GLU JECZ.) Gulasz wieprzowy- dieta 150 g (GLU PSZ.) Buraczki gotowane () 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami - dieta () 300 ml (MLE, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (GLU JECZ.) Gulasz wieprzowy- dieta 150 g (GLU PSZ.) Buraczki gotowane () 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Grochowa z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Gulasz wieprzowy 150 g (GLU PSZ.) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (GLU JECZ.) Ogórek kiszony z cebulką z olejem 100 g Buraczki gotowane () 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml
PD	Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml				Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt
Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad mielona 75 g Brokuł gotowany* 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynkowa Extra-wędzonka wieprzowa,wędzona,z wodą dodaną. 25 g (SOJ.) Twarożek 80 g (MLE.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 75 g Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Szynkowa Extra-wędzonka wieprzowa,wędzona,z wodą dodaną. 25 g (SOJ.) Twarożek 80 g (MLE.) Pomidor b/skórki 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 100 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.) Twarożek 80 g (MLE.) Surówka z rzodkwi i czarnuszki 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
PN					
	Wartość energetyczna: 2118.54 kcal; Białko ogółem: 85.87 g; Tłuszcz: 47.18 g; Kw. tł. nasy.: 11.81 g; Węglowodany ogółem: 364.32 g; W tym cukry: 109.66 g; Błonnik pok.: 32.69 g; Sól: 9.50 g; WW: 33.15 Por; : 16.21 %; : 68.79 %; Ener. z T: 20.04 %; Ener. z Bł.: 3.09 %; K: 5062.95 mg;	Wartość energetyczna: 2174.72 kcal; Białko ogółem: 98.57 g; Tłuszcz: 55.64 g; Kw. tł. nasy.: 22.88 g; Węglowodany ogółem: 344.19 g; W tym cukry: 104.12 g; Błonnik pok.: 28.09 g; Sól: 7.55 g; WW: 31.73 Por; : 18.13 %; : 63.31 %; Ener. z T: 23.03 %; Ener. z Bł.: 2.58 %; K: 4258.32 mg;	Wartość energetyczna: 1972.27 kcal; Białko ogółem: 83.89 g; Tłuszcz: 46.73 g; Kw. tł. nasy.: 11.96 g; Węglowodany ogółem: 328.34 g; W tym cukry: 88.46 g; Błonnik pok.: 28.07 g; Sól: 8.78 g; WW: 30.09 Por; : 17.01 %; : 66.59 %; Ener. z T: 21.32 %; Ener. z Bł.: 2.85 %; K: 3795.97 mg;	Wartość energetyczna: 2174.22 kcal; Białko ogółem: 96.61 g; Tłuszcz: 46.93 g; Kw. tł. nasy.: 17.38 g; Węglowodany ogółem: 364.94 g; W tym cukry: 105.42 g; Błonnik pok.: 26.52 g; Sól: 6.19 g; WW: 33.99 Por; : 17.77 %; : 67.14 %; Ener. z T: 19.43 %; Ener. z Bł.: 2.44 %; K: 4359.98 mg;	Wartość energetyczna: 2184.95 kcal; Białko ogółem: 103.54 g; Tłuszcz: 68.34 g; Kw. tł. nasy.: 17.45 g; Węglowodany ogółem: 318.21 g; W tym cukry: 67.90 g; Błonnik pok.: 43.73 g; Sól: 8.49 g; WW: 27.61 Por; : 18.96 %; : 58.26 %; Ener. z T: 28.15 %; Ener. z Bł.: 4.00 %; K: 4331.66 mg;

Jadłospisy za okres od dnia 2026-02-02 do dnia 2026-02-08 KUCHNIA SIEDLCE

	SIE- Papkowata b/ml	SIE- Łatwo strawna	SIE- Bezmleczna	SIE- Niskotłuszczowa	SIE- O kontr. zaw.kwasów tłuszczowych	
2026-02-08 niedziela	Śniadanie	Płatki pszenne na wodzie 300 ml (GLU PSZ.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona mielona 75 g Dynia z wody 100 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Płatki pszenne na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Ser mozzarella 50 g (MLE.) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Jabłko pieczone 150 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Płatki pszenne na wodzie 300 ml (GLU PSZ.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 75 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Jabłko pieczone 150 g	Płatki pszenne na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Ser mozzarella 50 g (MLE.) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor b/skórki 80 g Sałata zielona 20 g Jabłko pieczone 150 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Płatki pszenne na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE.) Chleb razowy żytnio-pszeny 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Ser mozzarella 50 g (MLE.) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	II ŚN	Jabłko pieczone 150 g			Pomarańcza 150 g	
	Obiad	Rosół z makaronem () 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki gotowane puree (bez mleka) () 180 g Pulpet drobiowy rozdrobniony 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Brokuł gotowany* 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Rosół z makaronem () 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki gotowane () 180 g Udziec z kurczaka gotowany z/k z/s 130 g Brokuł gotowany* 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Ryżowa () 300 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane () 180 g Udziec z kurczaka gotowany z/k z/s 130 g Brokuł gotowany* 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Rosół z makaronem () 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki gotowane () 180 g Udziec z kurczaka gotowany z/k z/s 130 g Surówka z kapusty białej z olejem b/c () 100 g Brokuł gotowany* 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml	
	PD	Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml				Kisiel o smaku wiśniowym z jabłkiem z/c 200 ml
	Kolacja	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (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.niejadalnej mielona 50 g (SOJ.) Dżem 25 g 1 szt Buraczki gotowane () 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Dżem 25 g 1 szt Szynka zielonogórska- wieprzowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 50 g (SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	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.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Dżem 25 g 1 szt Szynka z piersią kurczaka-wędł.z drob.gr.rozd.parzo.w ost.niejadalnej 50 g (SOJ.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Dżem 25 g 1 szt Szynka zielonogórska- wieprzowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 50 g (SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR.) Pomidor b/skórki 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszeny 100 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 Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
PN						

Jadłospisy za okres od dnia 2026-02-02 do dnia 2026-02-08 KUCHNIA SIEDLCE

	SIE- Papkowata b/ml	SIE- Łatwo strawna	SIE- Bezmleczna	SIE- Niskotłuszczowa	SIE- O kontr. zaw.kwasów tłuszczowych
2026-02-08 niedziela	Wartość energetyczna: 1904.69 kcal; Białko ogółem: 81.38 g; Tłuszcz: 43.06 g; Kw. tł. nasy.: 10.06 g; Węglowodany ogółem: 320.89 g; W tym cukry: 85.07 g; Błonnik pok.: 27.85 g; Sól: 8.80 g; WW: 29.18 Por; : 17.09 %; : 67.39 %; Ener. z T: 20.35 %; Ener. z Bł.: 2.92 %; K: 3692.12 mg;	Wartość energetyczna: 2160.09 kcal; Białko ogółem: 110.62 g; Tłuszcz: 63.72 g; Kw. tł. nasy.: 22.63 g; Węglowodany ogółem: 298.59 g; W tym cukry: 79.69 g; Błonnik pok.: 25.06 g; Sól: 7.65 g; WW: 27.34 Por; : 20.48 %; : 55.29 %; Ener. z T: 26.55 %; Ener. z Bł.: 2.32 %; K: 4079.88 mg;	Wartość energetyczna: 1860.79 kcal; Białko ogółem: 93.03 g; Tłuszcz: 52.71 g; Kw. tł. nasy.: 13.74 g; Węglowodany ogółem: 277.44 g; W tym cukry: 59.05 g; Błonnik pok.: 25.06 g; Sól: 8.26 g; WW: 25.23 Por; : 20.00 %; : 59.64 %; Ener. z T: 25.50 %; Ener. z Bł.: 2.69 %; K: 3722.21 mg;	Wartość energetyczna: 2032.44 kcal; Białko ogółem: 108.08 g; Tłuszcz: 53.58 g; Kw. tł. nasy.: 16.36 g; Węglowodany ogółem: 291.51 g; W tym cukry: 72.26 g; Błonnik pok.: 23.11 g; Sól: 6.94 g; WW: 26.86 Por; : 21.27 %; : 57.37 %; Ener. z T: 23.73 %; Ener. z Bł.: 2.27 %; K: 4106.78 mg;	Wartość energetyczna: 2169.28 kcal; Białko ogółem: 108.67 g; Tłuszcz: 66.86 g; Kw. tł. nasy.: 16.70 g; Węglowodany ogółem: 303.08 g; W tym cukry: 84.59 g; Błonnik pok.: 39.30 g; Sól: 7.34 g; WW: 26.47 Por; : 20.04 %; : 55.89 %; Ener. z T: 27.74 %; Ener. z Bł.: 3.62 %; K: 4569.27 mg;

Jadłospisy za okres od dnia 2026-02-02 do dnia 2026-02-08 KUCHNIA SIEDLCE

	SIE- Bogatobiałkowa	SIE- Bogatobiałkowa bezmleczna	SIE- Niskobiałkowa do 50 g białka	SIE- Niskobiałkowa do 30 g białka	SIE- Kleikowa	
2026-02-02 pomiedziatek	Śniadanie	<p>Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (MLE, GLU, JECZ.)</p> <p>Herbata czarna granulowana z/c 250 ml</p> <p>Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.)</p> <p>Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.)</p> <p>Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.)</p> <p>Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy parzony w osłonce niejadalnej 50 g (może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.)</p> <p>Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.)</p> <p>Pomidor 80 g</p> <p>Salata zielona 20 g</p>	<p>Kasza manna na wodzie 300 ml (GLU PSZ.)</p> <p>Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.)</p> <p>Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.)</p> <p>Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g</p> <p>Szynka z piersią kurczaka-wędł.z drob.gr.rozd.parzo.w ost.niejadalnej 50 g (SOJ.)</p> <p>Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.)</p> <p>Pomidor 80 g</p> <p>Salata zielona 20 g</p>	<p>Herbata czarna granulowana z/c 250 ml</p> <p>Chleb bezglutenowy 100 g (SEZ, może zawierać: ORZ.)</p> <p>Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.)</p> <p>Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy parzony w osłonce niejadalnej 20 g (może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.)</p> <p>Dżem 25 g 2 szt</p> <p>Pomidor 80 g</p> <p>Salata zielona 20 g</p> <p>Jabłko pieczone 150 g</p>	<p>Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.)</p> <p>Chleb bezglutenowy 100 g (SEZ, może zawierać: ORZ.)</p> <p>Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy parzony w osłonce niejadalnej 20 g (może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.)</p> <p>Dżem 25 g 2 szt</p> <p>Pomidor 80 g</p> <p>Salata zielona 20 g</p> <p>Herbata czarna granulowana z/c 250 ml</p> <p>Jabłko pieczone 150 g</p>	<p>Kleik ryżowy na wodzie 200 g</p> <p>Herbata czarna granulowana z/c 250 ml</p> <p>Suchary b/c 30 g (GLU PSZ, SOJ, MLE.)</p>
	II ŚN	<p>Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml (MLE.)</p> <p>Jabłko pieczone 150 g</p>	<p>Jabłko pieczone 150 g</p> <p>Galaretko o smaku brzoskwiowym 200 g</p>			
	Obiad	<p>Brokułowa z ryżem () 300 ml (MLE, SEL.)</p> <p>Gulasz warzywny z tofu dieta* 150 g (GLU PSZ, SOJ, SEL.)</p> <p>Ziemniaki gotowane () 180 g</p> <p>Marchew gotowana z olejem () 100 g</p> <p>Surówka z selera i jabłka () 100 g (MLE, SEL.)</p> <p>Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml</p>	<p>Brokułowa z ryżem (bez mleka) () 300 ml (SEL.)</p> <p>Gulasz warzywny z tofu dieta* 150 g (GLU PSZ, SOJ, SEL.)</p> <p>Ziemniaki gotowane () 180 g</p> <p>Marchew gotowana z olejem () 100 g</p> <p>Surówka z selera i jabłka z olejem b/c 100 g (SEL.)</p> <p>Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml</p>	<p>Brokułowa z ryżem () 300 ml (MLE, SEL.)</p> <p>Gulasz warzywny z tofu dieta* 150 g (GLU PSZ, SOJ, SEL.)</p> <p>Ziemniaki gotowane () 180 g</p> <p>Marchew gotowana z olejem () 200 g</p> <p>Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml</p>		<p>Kleik ryżowy na wodzie 300 g</p> <p>Herbata czarna ekspresowa z/c 500 ml</p> <p>Suchary b/c 30 g (GLU PSZ, SOJ, MLE.)</p>
	PD	<p>Podpłomyki b/c 20 g (GLU PSZ, MLE.)</p> <p>Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (MLE.)</p>	<p>Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.)</p> <p>Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g</p> <p>Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 20 g</p> <p>Salata zielona 10 g</p>			
	Kolacja	<p>Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)</p> <p>Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.)</p> <p>Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.)</p> <p>Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.)</p> <p>Paszтет rybno- warzywny (Morszczuk) 80 g (GLU PSZ, JAJ, RYB.)</p> <p>Schab Benedykta wp parzony z dodatkiem wody 25 g (GLU PSZ, SOJ, SEL, może zawierać: JAJ, OZI, MLE, GOR, SEZ.)</p> <p>Pomidor 80 g</p> <p>Salata zielona 20 g</p> <p>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt</p>	<p>Kawa zbożowa z/c 250 ml (GLU ŻYT, GLU JECZ.)</p> <p>Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.)</p> <p>Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.)</p> <p>Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g</p> <p>Paszтет rybno- warzywny (Morszczuk) 80 g (GLU PSZ, JAJ, RYB.)</p> <p>Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 25 g (SOJ.)</p> <p>Pomidor 80 g</p> <p>Salata zielona 20 g</p> <p>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt</p>	<p>Herbata czarna granulowana z/c 250 ml</p> <p>Chleb bezglutenowy 100 g (SEZ, może zawierać: ORZ.)</p> <p>Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.)</p> <p>Paszтет rybno- warzywny (Morszczuk) 80 g (GLU PSZ, JAJ, RYB.)</p> <p>Miód (25g) 1 szt</p> <p>Pomidor 80 g</p> <p>Salata zielona 20 g</p> <p>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt</p>	<p>Herbata czarna granulowana z/c 250 ml</p> <p>Chleb bezglutenowy 100 g (SEZ, może zawierać: ORZ.)</p> <p>Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.)</p> <p>Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 20 g (SOJ.)</p> <p>Miód (25g) 2 szt</p> <p>Pomidor 80 g</p> <p>Salata zielona 20 g</p> <p>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt</p>	<p>Kleik ryżowy na wodzie 200 g</p> <p>Herbata czarna granulowana z/c 250 ml</p> <p>Suchary b/c 30 g (GLU PSZ, SOJ, MLE.)</p> <p>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt</p>

Jadłospisy za okres od dnia 2026-02-02 do dnia 2026-02-08 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- Bogatobiałkowa	SIE- Bogatobiałkowa bezmleczna	SIE- Niskobiałkowa do 50 g białka	SIE- Niskobiałkowa do 30 g białka	SIE- Kleikowa
2026-02-02 poniedziałek	PN					
		Wartość energetyczna: 2586.33 kcal; Białko ogółem: 103.37 g; Tłuszcz: 69.55 g; Kw. tł. nasy.: 29.11 g; Węglowodany ogółem: 405.86 g; W tym cukry: 137.33 g; Błonnik pok.: 36.44 g; Sól: 9.09 g; WW: 37.12 Por; : 15.99 %; : 62.77 %; Ener. z T: 24.20 %; Ener. z Bł.: 2.82 %; K: 5098.82 mg;	Wartość energetyczna: 2140.69 kcal; Białko ogółem: 83.54 g; Tłuszcz: 54.20 g; Kw. tł. nasy.: 11.38 g; Węglowodany ogółem: 355.18 g; W tym cukry: 85.49 g; Błonnik pok.: 34.50 g; Sól: 9.38 g; WW: 32.16 Por; : 15.61 %; : 66.37 %; Ener. z T: 22.79 %; Ener. z Bł.: 3.22 %; K: 3795.12 mg;	Wartość energetyczna: 1843.30 kcal; Białko ogółem: 42.73 g; Tłuszcz: 48.84 g; Kw. tł. nasy.: 14.27 g; Węglowodany ogółem: 319.75 g; W tym cukry: 90.22 g; Błonnik pok.: 34.84 g; Sól: 3.71 g; WW: 28.56 Por; : 9.27 %; : 69.39 %; Ener. z T: 23.85 %; Ener. z Bł.: 3.78 %; K: 3783.10 mg;	Wartość energetyczna: 1792.66 kcal; Białko ogółem: 28.88 g; Tłuszcz: 45.61 g; Kw. tł. nasy.: 13.43 g; Węglowodany ogółem: 328.55 g; W tym cukry: 89.59 g; Błonnik pok.: 33.32 g; Sól: 3.37 g; WW: 29.62 Por; : 6.44 %; : 73.31 %; Ener. z T: 22.90 %; Ener. z Bł.: 3.72 %; K: 3465.56 mg;	Wartość energetyczna: 887.22 kcal; Białko ogółem: 19.86 g; Tłuszcz: 7.47 g; Kw. tł. nasy.: 0.18 g; Węglowodany ogółem: 184.88 g; W tym cukry: 34.15 g; Błonnik pok.: 2.73 g; Sól: 0.25 g; WW: 18.29 Por; : 8.95 %; : 83.35 %; Ener. z T: 7.57 %; Ener. z Bł.: 0.62 %; K: 159.20 mg;
2026-02-03 wtorek	Śniadanie	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ. GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Twarożek 80 g (MLE.) Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 25 g (może zawierać: GLU PSZ. JAJ. SOJ. MLE. SEL. GOR.) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Kasza kukurydziana na wodzie 300 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ. GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 25 g Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 100 g (SEZ. może zawierać: ORZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 30 g (może zawierać: GLU PSZ. JAJ. SOJ. MLE. SEL. GOR.) Dżem 25 g 2 szt Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Banan 150 g	Chleb bezglutenowy 100 g (SEZ. może zawierać: ORZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 20 g (może zawierać: GLU PSZ. JAJ. SOJ. MLE. SEL. GOR.) Dżem 25 g 2 szt Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Banan 150 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Kleik ryżowy na wodzie 200 g Suchary b/c 30 g (GLU PSZ. SOJ. MLE.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml
	II ŚN	Banan 150 g Jogurt brzoskwiowy 150g 1 szt (MLE.)	Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml Banan 150 g			
	Obiad	Solferino () 300 ml (GLU PSZ. MLE. SEL.) Makaron 180 g (GLU PSZ.) Szynka wieprzowa gotowana 100 g Sos szpinakowy* 80 ml (GLU PSZ.) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g Dyńia duszona z olejem* 100 g (GLU PSZ.) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml	Solferino (bez mleka) () 300 ml (GLU PSZ. SEL.) Makaron 180 g (GLU PSZ.) Szynka wieprzowa gotowana 100 g Sos szpinakowy* 80 ml (GLU PSZ.) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g Dyńia duszona z olejem* 100 g (GLU PSZ.) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml	Solferino () 300 ml (GLU PSZ. MLE. SEL.) Makaron 180 g (GLU PSZ.) Szynka wieprzowa gotowana 50 g Sos szpinakowy* 80 ml (GLU PSZ.) Dyńia duszona z olejem* 100 g (GLU PSZ.) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml	Solferino (bez mleka) () 300 ml (GLU PSZ. SEL.) Makaron bezglutenowy niskobiałkowy PKU 180 g Szynka wieprzowa gotowana 30 g Sos szpinakowy* 80 ml (GLU PSZ.) Dyńia duszona z olejem* 100 g (GLU PSZ.) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Herbata czarna ekspresowa z/c 500 ml Suchary b/c 30 g (GLU PSZ. SOJ. MLE.)

Jadłospisy za okres od dnia 2026-02-02 do dnia 2026-02-08 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- Bogatobiałkowa	SIE- Bogatobiałkowa bezmleczna	SIE- Niskobiałkowa do 50 g białka	SIE- Niskobiałkowa do 30 g białka	SIE- Kleikowa
2026-02-03 wtorek	PD	Serek homogenizowany o smaku waniliowym 140g 1 szt (<u>MLE.</u>) Ciasto drożdżowe 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SO2.</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 20 g (<u>SOJ.</u>) Sałata zielona 10 g			
	Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Galaretką drobiowa z udźcem z kurczaka () 200 g (<u>SEL.</u>) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 25 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Galaretką drobiowa z udźcem z kurczaka () 200 g (<u>SEL.</u>) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodad.wody w osł.niejad 25 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Chleb bezglutenowy 100 g (<u>SEZ, może zawierać: ORZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 25 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Miód (25g) 2 szt Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 100 g (<u>SEZ, może zawierać: ORZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 20 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Miód (25g) 2 szt Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Kleik ryżowy na wodzie 200 g Suchary b/c 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u>) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
2026-02-04 środa	PN					
	Śniadanie	Wartość energetyczna: 2738.84 kcal; Białko ogółem: 133.14 g; Tłuszcz: 67.82 g; Kw. tł. nasy.: 28.93 g; Węglowodany ogółem: 408.31 g; W tym cukry: 134.60 g; Błonnik pok.: 26.93 g; Sól: 7.20 g; WW: 38.32 Por; : 19.44 %; : 59.63 %; Ener. z T: 22.29 %; Ener. z Bł.: 1.97 %; K: 4675.63 mg;	Wartość energetyczna: 2406.29 kcal; Białko ogółem: 106.81 g; Tłuszcz: 57.44 g; Kw. tł. nasy.: 15.12 g; Węglowodany ogółem: 376.86 g; W tym cukry: 96.84 g; Błonnik pok.: 27.12 g; Sól: 8.17 g; WW: 35.00 Por; : 17.75 %; : 62.65 %; Ener. z T: 21.48 %; Ener. z Bł.: 2.25 %; K: 4016.42 mg;	Wartość energetyczna: 1953.71 kcal; Białko ogółem: 50.20 g; Tłuszcz: 43.15 g; Kw. tł. nasy.: 14.21 g; Węglowodany ogółem: 346.20 g; W tym cukry: 95.64 g; Błonnik pok.: 24.31 g; Sól: 2.27 g; WW: 32.26 Por; : 10.28 %; : 70.88 %; Ener. z T: 19.88 %; Ener. z Bł.: 2.49 %; K: 3046.74 mg;	Wartość energetyczna: 1834.29 kcal; Białko ogółem: 32.09 g; Tłuszcz: 40.64 g; Kw. tł. nasy.: 14.16 g; Węglowodany ogółem: 337.87 g; W tym cukry: 96.01 g; Błonnik pok.: 23.09 g; Sól: 1.96 g; WW: 31.53 Por; : 7.00 %; : 73.68 %; Ener. z T: 19.94 %; Ener. z Bł.: 2.52 %; K: 2815.79 mg;	Wartość energetyczna: 887.22 kcal; Białko ogółem: 19.86 g; Tłuszcz: 7.47 g; Kw. tł. nasy.: 0.18 g; Węglowodany ogółem: 184.88 g; W tym cukry: 34.15 g; Błonnik pok.: 2.73 g; Sól: 0.25 g; WW: 18.29 Por; : 8.95 %; : 83.35 %; Ener. z T: 7.57 %; Ener. z Bł.: 0.62 %; K: 159.20 mg;
		Makaron na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Szynka zielonogórska- wieprzowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 50 g (<u>SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR.</u>) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 25 g (<u>SOJ.</u>) Sałatka jarzynowa - dieta () 100 g (<u>MLE, SEL.</u>) Sałata zielona 20 g	Płatki ryżowe na wodzie 300 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 75 g (<u>SOJ.</u>) Sałatka jarzynowa z olejem () 100 g (<u>SEL.</u>) Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 100 g (<u>SEZ, może zawierać: ORZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Szynka zielonogórska- wieprzowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 50 g (<u>SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR.</u>) Dżem 25 g 1 szt Sałatka jarzynowa z olejem () 100 g (<u>SEL.</u>) Jabiko pieczone 150 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 100 g (<u>SEZ, może zawierać: ORZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Szynka zielonogórska- wieprzowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 20 g (<u>SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR.</u>) Dżem 25 g 2 szt Sałatka jarzynowa z olejem () 100 g (<u>SEL.</u>) Jabiko pieczone 150 g Sałata zielona 20 g	Kleik ryżowy na wodzie 200 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Suchary b/c 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u>)

Jadłospisy za okres od dnia 2026-02-02 do dnia 2026-02-08 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- Bogatobiałkowa	SIE- Bogatobiałkowa bezmleczna	SIE- Niskobiałkowa do 50 g białka	SIE- Niskobiałkowa do 30 g białka	SIE- Kleikowa
2026-02-04-środa	II ŚN	Jabłko pieczone 150 g Galaretką o smaku brzoskwińowym 200 g				
	Obiad	Grysikowa () 300 ml (<u>GLU PSZ. SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 180 g Zrazik drobiowy z udźca pieczony mielony 100 g (<u>GLU PSZ. JAJ.</u>) Sos jarzynowy () 80 ml (<u>GLU PSZ. SEL.</u>) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 100 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Grysikowa () 300 ml (<u>GLU PSZ. SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 180 g Zrazik drobiowy z udźca pieczony mielony 50 g (<u>GLU PSZ. JAJ.</u>) Sos jarzynowy () 80 ml (<u>GLU PSZ. SEL.</u>) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 100 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Grysikowa () 300 ml (<u>GLU PSZ. SEL.</u>) Zrazik drobiowy z udźca pieczony mielony 30 g (<u>GLU PSZ. JAJ.</u>) Sos jarzynowy () 80 ml (<u>GLU PSZ. SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 180 g Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 100 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Herbata czarna granulowana z/c 500 ml Suchary b/c 30 g (<u>GLU PSZ. SOJ. MLE.</u>)	
	PD	Budyń o smaku waniliowym z/c 200 ml (<u>MLE.</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 25 g Sałata zielona 10 g			
	Kolacja	Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE. GLU ŻYT. GLU JĘCZ.</u>) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt 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>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Kawa zbożowa z/c 250 ml (<u>GLU ŻYT. GLU JĘCZ.</u>) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Połędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g (<u>SOJ.</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Chleb bezglutenowy 100 g (<u>SEZ. może zawierać: ORZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Połędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 25 g (<u>SOJ.</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Chleb bezglutenowy 100 g (<u>SEZ. może zawierać: ORZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Połędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 20 g (<u>SOJ.</u>) Miód (25g) 2 szt Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Kleik ryżowy na wodzie 200 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Suchary b/c 30 g (<u>GLU PSZ. SOJ. MLE.</u>) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PN					
		Wartość energetyczna: 2582.62 kcal; Białko ogółem: 105.32 g; Tłuszcz: 67.83 g; Kw. tł. nasy.: 25.09 g; Węglowodany ogółem: 396.94 g; W tym cukry: 132.72 g; Błonnik pok.: 24.26 g; Sól: 8.53 g; WW: 37.36 Por; : 16.31 %; : 61.48 %; Ener. z T: 23.64 %; Ener. z Bł.: 1.88 %; K: 4242.24 mg;	Wartość energetyczna: 2458.87 kcal; Białko ogółem: 95.29 g; Tłuszcz: 65.15 g; Kw. tł. nasy.: 12.63 g; Węglowodany ogółem: 383.90 g; W tym cukry: 90.70 g; Błonnik pok.: 26.44 g; Sól: 9.66 g; WW: 35.79 Por; : 15.50 %; : 62.45 %; Ener. z T: 23.85 %; Ener. z Bł.: 2.15 %; K: 3453.80 mg;	Wartość energetyczna: 1849.12 kcal; Białko ogółem: 46.46 g; Tłuszcz: 60.14 g; Kw. tł. nasy.: 18.65 g; Węglowodany ogółem: 285.89 g; W tym cukry: 68.07 g; Błonnik pok.: 26.11 g; Sól: 3.69 g; WW: 25.98 Por; : 10.05 %; : 61.84 %; Ener. z T: 29.27 %; Ener. z Bł.: 2.82 %; K: 3107.99 mg;	Wartość energetyczna: 1887.87 kcal; Białko ogółem: 31.39 g; Tłuszcz: 50.46 g; Kw. tł. nasy.: 16.21 g; Węglowodany ogółem: 333.19 g; W tym cukry: 78.54 g; Błonnik pok.: 26.06 g; Sól: 2.66 g; WW: 30.82 Por; : 6.65 %; : 70.60 %; Ener. z T: 24.06 %; Ener. z Bł.: 2.76 %; K: 2991.65 mg;	Wartość energetyczna: 887.22 kcal; Białko ogółem: 19.66 g; Tłuszcz: 7.47 g; Kw. tł. nasy.: 0.18 g; Węglowodany ogółem: 184.88 g; W tym cukry: 34.15 g; Błonnik pok.: 2.73 g; Sól: 0.19 g; WW: 18.29 Por; : 8.86 %; : 83.35 %; Ener. z T: 7.57 %; Ener. z Bł.: 0.62 %; K: 127.46 mg;

Jadłospisy za okres od dnia 2026-02-02 do dnia 2026-02-08 KUCHNIA SIEDLCE

	SIE- Bogatobiałkowa	SIE- Bogatobiałkowa bezmleczna	SIE- Niskobiałkowa do 50 g białka	SIE- Niskobiałkowa do 30 g białka	SIE- Kleikowa
Śniadanie	<p>Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.)</p> <p>Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml</p> <p>Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.)</p> <p>Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.)</p> <p>Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.)</p> <p>Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w ost.niejad 50 g</p> <p>Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt (MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE.)</p> <p>Pomidor 80 g</p> <p>Salata zielona 20 g</p>	<p>Płatki owsiane na wodzie 300 ml (GLU OW.)</p> <p>Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml</p> <p>Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.)</p> <p>Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.)</p> <p>Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g</p> <p>Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w ost.niejad 50 g</p> <p>Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 25 g (SOJ.)</p> <p>Pomidor 80 g</p> <p>Salata zielona 20 g</p>	<p>Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml</p> <p>Chleb bezglutenowy 100 g (SEZ, może zawierać: ORZ.)</p> <p>Masło extra 82% 15 g (MLE.)</p> <p>Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt (MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE.)</p> <p>Dżem 25 g 4 szt</p> <p>Pomidor 80 g</p> <p>Salata zielona 20 g</p> <p>Banan 150 g</p>	<p>Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml</p> <p>Chleb bezglutenowy 100 g (SEZ, może zawierać: ORZ.)</p> <p>Masło extra 82% 15 g (MLE.)</p> <p>Dżem 25 g 2 szt</p> <p>Pomidor 80 g</p> <p>Salata zielona 20 g</p> <p>Banan 150 g</p>	<p>Kleik ryżowy na wodzie 200 g</p> <p>Herbata czarna granulowana z/c 250 ml</p> <p>Suchary b/c 30 g (GLU PSZ, SOJ, MLE.)</p>
II ŚN	Banan 150 g				
Obiad	<p>Ziemniaczana () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.)</p> <p>Risotto z mięsem wieprzowym i warzywami () 300 g (SEL.)</p> <p>Fasolka szparagowa z wody* 100 g</p> <p>Surówka z marchwi i selera () 100 g (MLE, SEL.)</p> <p>Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml</p>	<p>Ziemniaczana (bez mleka) () 300 ml (GLU PSZ, SEL.)</p> <p>Risotto z mięsem wieprzowym i warzywami () 300 g (SEL.)</p> <p>Fasolka szparagowa z wody* 100 g</p> <p>Surówka z marchwi i selera z olejem () 100 g (SEL.)</p> <p>Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml</p>	<p>Ziemniaczana (bez mleka) () 300 ml (GLU PSZ, SEL.)</p> <p>Risotto z mięsem wieprzowym i warzywami () 200 g (SEL.)</p> <p>Fasolka szparagowa z wody* 100 g</p> <p>Surówka z marchwi i selera () 100 g (MLE, SEL.)</p> <p>Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml</p>	<p>Ziemniaczana (bez mleka) () 300 ml (GLU PSZ, SEL.)</p> <p>Risotto z mięsem wieprzowym i warzywami () 150 g (SEL.)</p> <p>Fasolka szparagowa z wody* 100 g</p> <p>Surówka z marchwi i selera () 100 g (MLE, SEL.)</p> <p>Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml</p>	<p>Kleik ryżowy na wodzie 300 g</p> <p>Herbata czarna granulowana z/c 500 ml</p> <p>Suchary b/c 30 g (GLU PSZ, SOJ, MLE.)</p>
PD	<p>Maślanka truskawkowa 150 ml (MLE.)</p> <p>Herbatniki 30 g (GLU PSZ, SOJ, MLE.)</p>	<p>Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.)</p> <p>Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g</p> <p>Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 20 g</p> <p>Salata zielona 20 g</p>			
Kolacja	<p>Herbata czarna granulowana z/c 250 ml</p> <p>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt</p> <p>Makaron z serem 300 g (GLU PSZ, MLE.)</p> <p>Mus z jabłek () z/c 100 g</p>	<p>Herbata czarna granulowana z/c 250 ml</p> <p>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt</p> <p>Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.)</p> <p>Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.)</p> <p>Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g</p> <p>Poledwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 75 g (SOJ.)</p> <p>Pomidor 80 g</p> <p>Salata zielona 20 g</p>	<p>Herbata czarna granulowana z/c 250 ml</p> <p>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt</p> <p>Chleb bezglutenowy 100 g (SEZ, może zawierać: ORZ.)</p> <p>Masło extra 82% 15 g (MLE.)</p> <p>Szynka Delikatesowa z kurczaka produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 30 g (może zawierać: MLE, GOR.)</p> <p>Miód (25g) 2 szt</p> <p>Salata zielona 20 g</p> <p>Pomidor 80 g</p>	<p>Herbata czarna granulowana z/c 250 ml</p> <p>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt</p> <p>Chleb bezglutenowy 100 g (SEZ, może zawierać: ORZ.)</p> <p>Masło extra 82% 15 g (MLE.)</p> <p>Szynka Delikatesowa z kurczaka produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 20 g (może zawierać: MLE, GOR.)</p> <p>Miód (25g) 2 szt</p> <p>Salata zielona 20 g</p> <p>Pomidor 80 g</p>	<p>Kleik ryżowy na wodzie 200 g</p> <p>Herbata czarna granulowana z/c 250 ml</p> <p>Suchary b/c 30 g (GLU PSZ, SOJ, MLE.)</p> <p>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt</p>
PN					

Jadłospisy za okres od dnia 2026-02-02 do dnia 2026-02-08 KUCHNIA SIEDLCE

	SIE- Bogatobiałkowa	SIE- Bogatobiałkowa bezmleczna	SIE- Niskobiałkowa do 50 g białka	SIE- Niskobiałkowa do 30 g białka	SIE- Kleikowa
2026-02-05 czwartek	Wartość energetyczna: 2568.90 kcal; Białko ogółem: 99.77 g; Tłuszcz: 60.30 g; Kw. tł. nasy.: 23.42 g; Węglowodany ogółem: 420.68 g; W tym cukry: 116.52 g; Błonnik pok.: 30.27 g; Sól: 5.47 g; WW: 39.30 Por; : 15.53 %; : 65.50 %; Ener. z T: 21.12 %; Ener. z Bł.: 2.36 %; K: 3857.88 mg;	Wartość energetyczna: 2229.23 kcal; Białko ogółem: 83.94 g; Tłuszcz: 55.10 g; Kw. tł. nasy.: 12.56 g; Węglowodany ogółem: 364.48 g; W tym cukry: 81.04 g; Błonnik pok.: 31.56 g; Sól: 9.81 g; WW: 33.50 Por; : 15.06 %; : 65.40 %; Ener. z T: 22.25 %; Ener. z Bł.: 2.83 %; K: 3611.98 mg;	Wartość energetyczna: 2058.78 kcal; Białko ogółem: 38.43 g; Tłuszcz: 56.63 g; Kw. tł. nasy.: 23.74 g; Węglowodany ogółem: 359.30 g; W tym cukry: 117.56 g; Błonnik pok.: 28.08 g; Sól: 2.06 g; WW: 33.51 Por; : 7.47 %; : 69.81 %; Ener. z T: 24.76 %; Ener. z Bł.: 2.73 %; K: 3208.58 mg;	Wartość energetyczna: 1825.50 kcal; Białko ogółem: 30.63 g; Tłuszcz: 47.95 g; Kw. tł. nasy.: 19.59 g; Węglowodany ogółem: 326.79 g; W tym cukry: 97.91 g; Błonnik pok.: 27.28 g; Sól: 1.66 g; WW: 30.20 Por; : 6.71 %; : 71.61 %; Ener. z T: 23.64 %; Ener. z Bł.: 2.99 %; K: 3088.46 mg;	Wartość energetyczna: 887.22 kcal; Białko ogółem: 19.66 g; Tłuszcz: 7.47 g; Kw. tł. nasy.: 0.18 g; Węglowodany ogółem: 184.88 g; W tym cukry: 34.15 g; Błonnik pok.: 2.73 g; Sól: 0.19 g; WW: 18.29 Por; : 8.86 %; : 83.35 %; Ener. z T: 7.57 %; Ener. z Bł.: 0.62 %; K: 127.46 mg;
2026-02-06 piątek	Jabłko pieczone 150 g Galaretko o smaku truskawkowym 200 g				
II ŚN					
Śniadanie	Kasza manna na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE.) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) 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 Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g	Kasza manna na wodzie 300 ml (GLU PSZ.) Kawa zbożowa z/c 250 ml (GLU ŻYT, GLU JECZ.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 75 g Dżem 25 g 1 szt Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Kawa zbożowa z/c 250 ml (GLU ŻYT, GLU JECZ.) Chleb bezglutenowy 100 g (SEZ, może zawierać: ORZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 25 g Dżem 25 g 2 szt Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Jabłko pieczone 150 g	Kawa zbożowa z/c 250 ml (GLU ŻYT, GLU JECZ.) Chleb bezglutenowy 100 g (SEZ, może zawierać: ORZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Dżem 25 g 2 szt Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Jabłko pieczone 150 g	Kleik ryżowy na wodzie 200 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Suchary b/c 30 g (GLU PSZ, SOJ, MLE.)
Obiad	Dyniowa z makaronem () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane () 180 g Ryba pieczona (Morszczuk) 120 g (RYB.) Sos cytrynowy 80 ml (GLU PSZ, MLE.) Szpinak gotowany z olejem* 100 g (GLU PSZ.) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 100 g (SEL.) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml	Dyniowa z makaronem (bez mleka) () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane () 180 g Ryba pieczona (Morszczuk) 120 g (RYB.) Sos cytrynowy (bez mleka) 80 ml (GLU PSZ.) Szpinak gotowany z olejem* 100 g (GLU PSZ.) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 100 g (SEL.) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml	Dyniowa z makaronem () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane () 180 g Ryba pieczona (Morszczuk) 50 g (RYB.) Sos cytrynowy 80 ml (GLU PSZ, MLE.) Szpinak gotowany z olejem* 100 g (GLU PSZ.) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 100 g (SEL.) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml	Dyniowa z makaronem () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane () 180 g Ryba pieczona (Morszczuk) 30 g (RYB.) Sos cytrynowy 80 ml (GLU PSZ, MLE.) Szpinak gotowany z olejem* 100 g (GLU PSZ.) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 100 g (SEL.) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Herbata czarna ekspresowa z/c 500 ml Suchary b/c 30 g (GLU PSZ, SOJ, MLE.)
PD	Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (MLE.)	Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml			

Jadłospisy za okres od dnia 2026-02-02 do dnia 2026-02-08 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- Bogatobiałkowa	SIE- Bogatobiałkowa bezmleczna	SIE- Niskobiałkowa do 50 g białka	SIE- Niskobiałkowa do 30 g białka	SIE- Kleikowa
2026-02-06 piątek	Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ. GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 80 g (JAJ. MLE.) Miód (25g) 1 szt Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ. GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Miód (25g) 1 szt Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 100 g (SEZ. może zawierać: ORZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 80 g (JAJ. MLE.) Miód (25g) 1 szt Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 100 g (SEZ. może zawierać: ORZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalnej 20 g (SOJ. SEL. może zawierać: MLE. GOR.) Miód (25g) 2 szt Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Kleik ryżowy na wodzie 200 g Suchary b/c 30 g (GLU PSZ. SOJ. MLE.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PN					
		Wartość energetyczna: 2651.98 kcal; Białko ogółem: 127.84 g; Tłuszcz: 69.23 g; Kw. tł. nasy.: 24.17 g; Węglowodany ogółem: 395.30 g; W tym cukry: 118.03 g; Błonnik pok.: 28.15 g; Sól: 7.12 g; WW: 36.92 Por.; : 19.28 %; : 59.62 %; Ener. z T: 23.49 %; Ener. z Bł.: 2.12 %; K: 4808.82 mg;	Wartość energetyczna: 2283.96 kcal; Białko ogółem: 97.92 g; Tłuszcz: 50.86 g; Kw. tł. nasy.: 10.06 g; Węglowodany ogółem: 371.40 g; W tym cukry: 89.07 g; Błonnik pok.: 27.50 g; Sól: 7.19 g; WW: 34.48 Por.; : 17.15 %; : 65.04 %; Ener. z T: 20.04 %; Ener. z Bł.: 2.41 %; K: 3864.34 mg;	Wartość energetyczna: 1916.82 kcal; Białko ogółem: 53.08 g; Tłuszcz: 57.89 g; Kw. tł. nasy.: 18.34 g; Węglowodany ogółem: 304.36 g; W tym cukry: 81.30 g; Błonnik pok.: 29.42 g; Sól: 3.14 g; WW: 27.55 Por.; : 11.08 %; : 63.51 %; Ener. z T: 27.18 %; Ener. z Bł.: 3.07 %; K: 3474.12 mg;	Wartość energetyczna: 1821.74 kcal; Białko ogółem: 33.28 g; Tłuszcz: 47.82 g; Kw. tł. nasy.: 15.46 g; Węglowodany ogółem: 323.08 g; W tym cukry: 80.74 g; Błonnik pok.: 29.37 g; Sól: 2.41 g; WW: 29.50 Por.; : 7.31 %; : 70.94 %; Ener. z T: 23.63 %; Ener. z Bł.: 3.22 %; K: 3225.73 mg;	Wartość energetyczna: 887.22 kcal; Białko ogółem: 19.86 g; Tłuszcz: 7.47 g; Kw. tł. nasy.: 0.18 g; Węglowodany ogółem: 184.88 g; W tym cukry: 34.15 g; Błonnik pok.: 2.73 g; Sól: 0.25 g; WW: 18.29 Por.; : 8.95 %; : 83.35 %; Ener. z T: 7.57 %; Ener. z Bł.: 0.62 %; K: 159.20 mg;
2026-02-07 sobota	Śniadanie	Ryż na mleku 300 ml (MLE.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ. GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka z piersią kurczaka-wędł.z drob.gr.rozd.parzo.w osł.niejadalnej 50 g (SOJ.) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 25 g (SOJ.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Kasza kukurydziana na wodzie 300 ml Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ. GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynka z piersią kurczaka-wędł.z drob.gr.rozd.parzo.w osł.niejadalnej 50 g (SOJ.) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 25 g (SOJ.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 100 g (SEZ. może zawierać: ORZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynka z piersią kurczaka-wędł.z drob.gr.rozd.parzo.w osł.niejadalnej 30 g (SOJ.) Miód (25g) 2 szt Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Banan 150 g	Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Masło extra 82% 15 g (MLE.) Chleb bezglutenowy 100 g (SEZ. może zawierać: ORZ.) Szynka z piersią kurczaka-wędł.z drob.gr.rozd.parzo.w osł.niejadalnej 20 g (SOJ.) Miód (25g) 2 szt Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Banan 150 g	Kleik ryżowy na wodzie 200 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Suchary b/c 30 g (GLU PSZ. SOJ. MLE.)
	II ŚN	Banan 150 g Koktajl bananowy 200 ml (MLE.)	Banan 150 g Galaretko o smaku brzoskwiowym 200 g			

Jadłospisy za okres od dnia 2026-02-02 do dnia 2026-02-08 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- Bogatobiałkowa	SIE- Bogatobiałkowa bezmleczna	SIE- Niskobiałkowa do 50 g białka	SIE- Niskobiałkowa do 30 g białka	SIE- Kleikowa
2026-02-07 sobota	Obiad	Selerowa z ziemniakami - dieta () 300 ml (MLE, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (GLU JECZ.) Gulasz wieprzowy- dieta 150 g (GLU PSZ.) Buraczki gotowane () 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami (bez mleka) () 300 ml (SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (GLU JECZ.) Gulasz wieprzowy- dieta 150 g (GLU PSZ.) Buraczki gotowane () 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami - dieta () 300 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane () 180 g Gulasz wieprzowy- dieta 80 g (GLU PSZ.) Buraczki gotowane () 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami (bez mleka) () 300 ml (SEL.) Gulasz wieprzowy- dieta 50 g (GLU PSZ.) Ziemniaki gotowane () 180 g Buraczki gotowane () 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Herbata czarna ekspresowa z/c 500 ml Suchary b/c 30 g (GLU PSZ. SOJ. MLE.)
	PD	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml			
	Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ. GLU ZYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa, wędzona, z wodą dodaną. 25 g (SOJ.) Twarożek 80 g (MLE.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ. GLU ZYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Miód (25g) 1 szt Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 100 g (SEZ. może zawierać: ORZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa, wędzona, z wodą dodaną. 30 g (SOJ.) Dżem 25 g 2 szt Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 100 g (SEZ. może zawierać: ORZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa, wędzona, z wodą dodaną. 20 g (SOJ.) Dżem 25 g 2 szt Pomidor 80 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Sałata zielona 20 g	Kleik ryżowy na wodzie 200 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Suchary b/c 30 g (GLU PSZ. SOJ. MLE.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
PN						
		Wartość energetyczna: 2388.58 kcal; Białko ogółem: 107.91 g; Tłuszcz: 59.10 g; Kw. tł. nasy.: 24.91 g; Węglowodany ogółem: 379.55 g; W tym cukry: 124.87 g; Błonnik pok.: 31.88 g; Sól: 7.77 g; WW: 34.90 Por; : 18.07 %; : 63.56 %; Ener. z T: 22.27 %; Ener. z Bł.: 2.67 %; K: 4730.58 mg;	Wartość energetyczna: 2254.12 kcal; Białko ogółem: 84.18 g; Tłuszcz: 45.99 g; Kw. tł. nasy.: 11.69 g; Węglowodany ogółem: 399.69 g; W tym cukry: 133.42 g; Błonnik pok.: 28.10 g; Sól: 8.04 g; WW: 37.27 Por; : 14.94 %; : 70.92 %; Ener. z T: 18.36 %; Ener. z Bł.: 2.49 %; K: 3809.07 mg;	Wartość energetyczna: 1948.53 kcal; Białko ogółem: 44.05 g; Tłuszcz: 46.43 g; Kw. tł. nasy.: 17.32 g; Węglowodany ogółem: 354.44 g; W tym cukry: 108.13 g; Błonnik pok.: 29.65 g; Sól: 3.60 g; WW: 32.59 Por; : 9.04 %; : 72.76 %; Ener. z T: 21.45 %; Ener. z Bł.: 3.04 %; K: 4584.81 mg;	Wartość energetyczna: 1859.74 kcal; Białko ogółem: 35.08 g; Tłuszcz: 40.79 g; Kw. tł. nasy.: 16.08 g; Węglowodany ogółem: 351.91 g; W tym cukry: 107.64 g; Błonnik pok.: 29.59 g; Sól: 2.90 g; WW: 32.34 Por; : 7.54 %; : 75.69 %; Ener. z T: 19.74 %; Ener. z Bł.: 3.18 %; K: 4481.83 mg;	Wartość energetyczna: 887.22 kcal; Białko ogółem: 19.86 g; Tłuszcz: 7.47 g; Kw. tł. nasy.: 0.18 g; Węglowodany ogółem: 184.88 g; W tym cukry: 34.15 g; Błonnik pok.: 2.73 g; Sól: 0.25 g; WW: 18.29 Por; : 8.95 %; : 83.35 %; Ener. z T: 7.57 %; Ener. z Bł.: 0.62 %; K: 159.20 mg;

Jadłospisy za okres od dnia 2026-02-02 do dnia 2026-02-08 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- Bogatobiałkowa	SIE- Bogatobiałkowa bezmleczna	SIE- Niskobiałkowa do 50 g białka	SIE- Niskobiałkowa do 30 g białka	SIE- Kleikowa	
2026-02-08 niedziela	Śniadanie	Płatki pszenne na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Ser mozzarella 50 g (MLE.) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Płatki pszenne na wodzie 300 ml (GLU PSZ.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 75 g Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 100 g (SEZ, może zawierać: ORZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Dżem 25 g 1 szt Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Jabłko pieczone 150 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 100 g (SEZ, może zawierać: ORZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Dżem 25 g 2 szt Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 20 g Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Jabłko pieczone 150 g	Kleik ryżowy na wodzie 200 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Suchary b/c 30 g (GLU PSZ, SOJ, MLE.)	
	II ŚN	Jabłko pieczone 150 g Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.)	Jabłko pieczone 150 g Galaretko o smaku truskawkowym 200 g				
	Obiad	Rosół z makaronem () 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki gotowane () 180 g Udziec z kurczaka gotowany z/k z/s 130 g Brokuł gotowany* 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml		Ryżowa () 300 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane () 180 g Udziec z kurczaka gotowany z/k z/s 60 g Brokuł gotowany* 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Ryżowa (bez mleka) () 300 ml (SEL.) Pulpet drobiowy 50 g (GLU PSZ, JAJ.) Ziemniaki gotowane () 180 g Brokuł gotowany* 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Herbata czarna granulowana z/c 500 ml Suchary b/c 30 g (GLU PSZ, SOJ, MLE.)	
	PD	Budyń o smaku waniliowym z/c 200 ml (MLE.)	Kisiel o smaku wiśniowym z jabłkiem z/c 200 ml				
Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Dżem 25 g 1 szt Szynka zielonogórska- wieprzowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 50 g (SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	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.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Dżem 25 g 1 szt Szynka z piersią kurczaka-wędł.z drob.gr.rozd.parzo.w osł.niejadalnej 50 g (SOJ.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb bezglutenowy 100 g (SEZ, może zawierać: ORZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynka zielonogórska- wieprzowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 50 g (SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR.) Miód (25g) 1 szt Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Chleb bezglutenowy 100 g (SEZ, może zawierać: ORZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynka zielonogórska- wieprzowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 20 g (SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR.) Miód (25g) 2 szt Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Kleik ryżowy na wodzie 200 g Suchary b/c 30 g (GLU PSZ, SOJ, MLE.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt		
PN							

Jadłospisy za okres od dnia 2026-02-02 do dnia 2026-02-08 KUCHNIA SIEDLCE

	SIE- Bogatobiałkowa	SIE- Bogatobiałkowa bezmleczna	SIE- Niskobiałkowa do 50 g białka	SIE- Niskobiałkowa do 30 g białka	SIE- Kleikowa
2026-02-08 niedziela	Wartość energetyczna: 2451.49 kcal; Białko ogółem: 123.58 g; Tłuszcz: 70.75 g; Kw. tł. nasy.: 26.81 g; Węglowodany ogółem: 342.45 g; W tym cukry: 110.99 g; Błonnik pok.: 25.10 g; Sól: 8.11 g; WW: 31.71 Por; : 20.17 %; : 55.88 %; Ener. z T: 25.97 %; Ener. z Bł.: 2.05 %; K: 4663.82 mg;	Wartość energetyczna: 2138.53 kcal; Białko ogółem: 96.20 g; Tłuszcz: 52.87 g; Kw. tł. nasy.: 13.90 g; Węglowodany ogółem: 343.13 g; W tym cukry: 85.10 g; Błonnik pok.: 25.88 g; Sól: 8.30 g; WW: 31.74 Por; : 17.99 %; : 64.18 %; Ener. z T: 22.25 %; Ener. z Bł.: 2.42 %; K: 3723.68 mg;	Wartość energetyczna: 1684.49 kcal; Białko ogółem: 50.60 g; Tłuszcz: 50.01 g; Kw. tł. nasy.: 20.49 g; Węglowodany ogółem: 264.35 g; W tym cukry: 57.12 g; Błonnik pok.: 24.66 g; Sól: 4.13 g; WW: 23.93 Por; : 12.01 %; : 62.77 %; Ener. z T: 26.72 %; Ener. z Bł.: 2.93 %; K: 3160.24 mg;	Wartość energetyczna: 1728.88 kcal; Białko ogółem: 35.00 g; Tłuszcz: 43.64 g; Kw. tł. nasy.: 18.18 g; Węglowodany ogółem: 306.12 g; W tym cukry: 75.06 g; Błonnik pok.: 24.80 g; Sól: 2.75 g; WW: 28.16 Por; : 8.10 %; : 70.83 %; Ener. z T: 22.72 %; Ener. z Bł.: 2.87 %; K: 3066.51 mg;	Wartość energetyczna: 887.22 kcal; Białko ogółem: 19.66 g; Tłuszcz: 7.47 g; Kw. tł. nasy.: 0.18 g; Węglowodany ogółem: 184.88 g; W tym cukry: 34.15 g; Błonnik pok.: 2.73 g; Sól: 0.19 g; WW: 18.29 Por; : 8.86 %; : 83.35 %; Ener. z T: 7.57 %; Ener. z Bł.: 0.62 %; K: 127.46 mg;

Jadłospisy za okres od dnia 2026-02-02 do dnia 2026-02-08 KUCHNIA SIEDLCE

	SIE- Kleikowa rozszerzona	SIE- Dzieci 1-3 lat Podstawowa	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż podstawa	SIE- Bogatoresztkowa	SIE- Bezglutenowa	
2026-02-02 pomiędzy Śniadanie II ŚN Obiad PD Kolejnia	Kleik ryżowy na wodzie 200 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Suchary b/c 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u>)	Płatki jęczmienne na mleku 250 ml (<u>MLE, GLU JĘCZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy parzony w osłonce niejadalnej 25 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU JĘCZ.</u>) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy parzony w osłonce niejadalnej 50 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU JĘCZ.</u>) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy parzony w osłonce niejadalnej 50 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Ryż na mleku 300 ml (<u>MLE.</u>) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 100 g (<u>SEZ, może zawierać: ORZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Szynka z piersią kurczaka-wędł.z drob.gr.rozd.parzo.w osł.niejadalnej 50 g (<u>SOJ.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Pomarańcza 150 g	
	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Suchary b/c 15 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u>) Kleik ryżowy na wodzie 200 g	Pomarańcza 150 g				
	Ryżowa (bez mleka) () 300 ml (<u>SEL.</u>) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Brokułowa z ryżem () 250 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Pierogi leniwe 200 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>) Mus z jabłek () b/c 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Brokułowa z ryżem () 300 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Pierogi leniwe 300 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>) Mus z jabłek () b/c 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Brokułowa z ryżem () 300 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Gulasz warzywny z ciecierzycą * 150 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 180 g Marchew gotowana z olejem () 100 g Surówka z selera i jabłka () 100 g (<u>MLE, SEL.</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Brokułowa z ryżem () 300 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Gulasz warzywny z ciecierzycą (bez glutenu) * 150 g (<u>SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 180 g Marchew gotowana z olejem () 100 g Surówka z selera i jabłka () 100 g (<u>MLE, SEL.</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	
	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Suchary b/c 15 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u>) Kleik ryżowy na wodzie 200 g	Podplomyki b/c 20 g (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)		Pieczywo chrupkie ekstrudowane-żytnie 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>) Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)		
	Kleik ryżowy na wodzie 200 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Suchary b/c 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u>) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Paszтет rybno- warzywny (Morszczuk) 40 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u>) Schab Benedykta wp parzony z dodatkiem wody 25 g (<u>GLU PSZ, SOJ, SEL, może zawierać: JAJ, OZI, MLE, GOR, SEZ.</u>) Rzodkiew biała 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Paszтет rybno- warzywny (Morszczuk) 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u>) Schab Benedykta wp parzony z dodatkiem wody 25 g (<u>GLU PSZ, SOJ, SEL, może zawierać: JAJ, OZI, MLE, GOR, SEZ.</u>) Rzodkiew biała 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Paszтет rybno- warzywny (Morszczuk) 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u>) Schab Benedykta wp parzony z dodatkiem wody 25 g (<u>GLU PSZ, SOJ, SEL, może zawierać: JAJ, OZI, MLE, GOR, SEZ.</u>) Rzodkiew biała 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 100 g (<u>SEZ, może zawierać: ORZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 75 g (<u>SOJ.</u>) Rzodkiew biała 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	

Jadłospisy za okres od dnia 2026-02-02 do dnia 2026-02-08 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- Kleikowa rozszerzona	SIE- Dzieci 1-3 lat Podstawowa	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż podstawa	SIE- Bogatoresztkowa	SIE- Bezglutenowa
2026-02-02 poniedziałek	PN					
		Wartość energetyczna: 1065.96 kcal; Białko ogółem: 22.96 g; Tłuszcz: 7.83 g; Kw. tł. nasy.: 0.25 g; Węglowodany ogółem: 226.66 g; W tym cukry: 44.09 g; Błonnik pok.: 4.91 g; Sól: 0.67 g; WW: 22.27 Por; : 8.61 %; : 85.05 %; Ener. z T: 6.61 %; Ener. z Bł.: 0.92 %; K: 286.12 mg;	Wartość energetyczna: 1782.35 kcal; Białko ogółem: 77.69 g; Tłuszcz: 51.54 g; Kw. tł. nasy.: 24.65 g; Węglowodany ogółem: 263.18 g; W tym cukry: 92.21 g; Błonnik pok.: 19.77 g; Sól: 4.38 g; WW: 24.41 Por; : 17.43 %; : 59.06 %; Ener. z T: 26.03 %; Ener. z Bł.: 2.22 %; K: 2731.78 mg;	Wartość energetyczna: 2348.58 kcal; Białko ogółem: 104.97 g; Tłuszcz: 63.06 g; Kw. tł. nasy.: 28.21 g; Węglowodany ogółem: 353.54 g; W tym cukry: 96.41 g; Błonnik pok.: 25.43 g; Sól: 7.28 g; WW: 32.91 Por; : 17.88 %; : 60.21 %; Ener. z T: 24.16 %; Ener. z Bł.: 2.17 %; K: 3257.79 mg;	Wartość energetyczna: 2346.77 kcal; Białko ogółem: 95.60 g; Tłuszcz: 62.93 g; Kw. tł. nasy.: 26.51 g; Węglowodany ogółem: 374.56 g; W tym cukry: 114.48 g; Błonnik pok.: 53.31 g; Sól: 8.69 g; WW: 32.27 Por; : 16.29 %; : 63.84 %; Ener. z T: 24.14 %; Ener. z Bł.: 4.54 %; K: 5406.63 mg;	Wartość energetyczna: 1897.61 kcal; Białko ogółem: 59.16 g; Tłuszcz: 56.89 g; Kw. tł. nasy.: 18.54 g; Węglowodany ogółem: 310.50 g; W tym cukry: 79.49 g; Błonnik pok.: 37.24 g; Sól: 6.03 g; WW: 27.33 Por; : 12.47 %; : 65.45 %; Ener. z T: 26.98 %; Ener. z Bł.: 3.93 %; K: 3994.13 mg;
2026-02-03 wtorek	Śniadanie	Kleik ryżowy na wodzie 200 g Suchary b/c 30 g (<u>GLU PSZ. SOJ. MLE.</u>) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Kasza kukurydziana na mleku 250 ml (<u>MLE.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 25 g (<u>może zawierać: GLU PSZ. JAJ. SOJ. MLE. SEL. GOR.</u>) Twarożek 80 g (<u>MLE.</u>) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (<u>MLE.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Twarożek 80 g (<u>MLE.</u>) Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 25 g (<u>może zawierać: GLU PSZ. JAJ. SOJ. MLE. SEL. GOR.</u>) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (<u>MLE.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Twarożek 80 g (<u>MLE.</u>) Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 25 g (<u>może zawierać: GLU PSZ. JAJ. SOJ. MLE. SEL. GOR.</u>) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (<u>MLE.</u>) Chleb bezglutenowy 100 g (<u>SEZ. może zawierać: ORZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Twarożek 80 g (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 25 g Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Banan 150 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml
	II ŚN	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Suchary b/c 15 g (<u>GLU PSZ. SOJ. MLE.</u>) Kleik ryżowy na wodzie 200 g	Banan 150 g			
	Obiad	Marchewkowa z ziemniakami (bez mleka) 300 g (<u>GLU PSZ. SEL.</u>) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Pieczarkowa z ziemniakami () 250 ml (<u>GLU PSZ. MLE. SEL. S02.</u>) Makaron 90 g (<u>GLU PSZ.</u>) Szynka wieprzowa gotowana 50 g Sos szpinakowy* 80 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Dyńa duszona z olejem* 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 50 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml	Pieczarkowa z ziemniakami () 300 ml (<u>GLU PSZ. MLE. SEL. S02.</u>) Makaron 180 g (<u>GLU PSZ.</u>) Szynka wieprzowa gotowana 100 g Sos szpinakowy* 80 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g Dyńa duszona z olejem* 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml	Pieczarkowa z ziemniakami (bez glutenu)* () 300 ml (<u>MLE. SEL. S02.</u>) Makaron bezglutenowy 180 g Szynka wieprzowa gotowana 100 g Sos szpinakowy (bez glutenu)* 80 ml Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g Dyńa z wody 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml	

Jadłospisy za okres od dnia 2026-02-02 do dnia 2026-02-08 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- Kleikowa rozszerzona	SIE- Dzieci 1-3 lat Podstawowa	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż podstawa	SIE- Bogatoresztkowa	SIE- Bezglutenowa
2026-02-03 wtorek	PD	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Suchary b/c 15 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u>) Kleik ryżowy na wodzie 200 g	Serek homogenizowany o smaku waniliowym 140g 1 szt (<u>MLE</u>) Ciasto drożdżowe 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SO2</u>)		Jogurt brzoskwinowy 150g 1 szt (<u>MLE</u>) Ciasto drożdżowe 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SO2</u>)	
	Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Kleik ryżowy na wodzie 200 g Suchary b/c 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u>) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 25 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR</u>) Serek a'la homogenizowany z ziołami 40g (<u>MLE</u>) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Serek a'la homogenizowany z ziołami 80g (<u>MLE</u>) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 25 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Galaretki drobiowa z udźcem z kurczaka () 200 g (<u>SEL</u>) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 25 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR</u>) Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 100 g (<u>SEZ, może zawierać: ORZ</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Galaretki drobiowa z udźcem z kurczaka () 200 g (<u>SEL</u>) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parlo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PN					
		Wartość energetyczna: 1061.16 kcal; Białko ogółem: 23.08 g; Tłuszcz: 7.81 g; Kw. tł. nasy.: 0.25 g; Węglowodany ogółem: 226.10 g; W tym cukry: 45.55 g; Błonnik pok.: 6.20 g; Sól: 0.73 g; WW: 22.07 Por; : 8.70 %; : 85.23 %; Ener. z T: 6.63 %; Ener. z Bł.: 1.17 %; K: 619.27 mg;	Wartość energetyczna: 1902.93 kcal; Białko ogółem: 89.09 g; Tłuszcz: 49.86 g; Kw. tł. nasy.: 23.53 g; Węglowodany ogółem: 279.82 g; W tym cukry: 102.17 g; Błonnik pok.: 15.93 g; Sól: 3.76 g; WW: 26.54 Por; : 18.73 %; : 58.82 %; Ener. z T: 23.58 %; Ener. z Bł.: 1.67 %; K: 2955.82 mg;	Wartość energetyczna: 2567.94 kcal; Białko ogółem: 125.64 g; Tłuszcz: 62.09 g; Kw. tł. nasy.: 27.34 g; Węglowodany ogółem: 384.05 g; W tym cukry: 109.59 g; Błonnik pok.: 23.38 g; Sól: 5.80 g; WW: 36.20 Por; : 19.57 %; : 59.82 %; Ener. z T: 21.76 %; Ener. z Bł.: 1.82 %; K: 3776.81 mg;	Wartość energetyczna: 2503.59 kcal; Białko ogółem: 123.23 g; Tłuszcz: 64.03 g; Kw. tł. nasy.: 26.26 g; Węglowodany ogółem: 372.82 g; W tym cukry: 115.27 g; Błonnik pok.: 37.47 g; Sól: 8.20 g; WW: 33.66 Por; : 19.69 %; : 59.57 %; Ener. z T: 23.02 %; Ener. z Bł.: 2.99 %; K: 4747.70 mg;	Wartość energetyczna: 2122.51 kcal; Białko ogółem: 95.76 g; Tłuszcz: 56.96 g; Kw. tł. nasy.: 21.82 g; Węglowodany ogółem: 310.54 g; W tym cukry: 88.53 g; Błonnik pok.: 26.21 g; Sól: 5.87 g; WW: 28.35 Por; : 18.05 %; : 58.52 %; Ener. z T: 24.15 %; Ener. z Bł.: 2.47 %; K: 3722.01 mg;
2026-02-04 środa	Śniadanie	Kleik ryżowy na wodzie 200 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Suchary b/c 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u>)	Makaron na mleku 250 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Ser żółty 25 g (<u>MLE</u>) Szynka zielonogórska- wieprzowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 25 g (<u>SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR</u>) Sałatka jarzynowa () 100 g (<u>JAJ, MLE, SEL, GOR</u>) Sałata zielona 20 g	Makaron na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Ser żółty 25 g (<u>MLE</u>) Szynka zielonogórska- wieprzowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 50 g (<u>SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR</u>) Sałatka jarzynowa () 100 g (<u>JAJ, MLE, SEL, GOR</u>) Sałata zielona 20 g	Makaron na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Szynka zielonogórska- wieprzowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 50 g (<u>SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR</u>) Ser żółty 25 g (<u>MLE</u>) Sałatka jarzynowa () 100 g (<u>JAJ, MLE, SEL, GOR</u>) Sałata zielona 20 g	Kasza jaglana na mleku 300 ml (<u>MLE</u>) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 100 g (<u>SEZ, może zawierać: ORZ</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Ser żółty 25 g (<u>MLE</u>) Szynka zielonogórska- wieprzowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 50 g (<u>SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR</u>) Sałatka jarzynowa () 100 g (<u>JAJ, MLE, SEL, GOR</u>) Mandarynka 2 szt Sałata zielona 20 g

Jadłospisy za okres od dnia 2026-02-02 do dnia 2026-02-08 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- Kleikowa rozszerzona	SIE- Dzieci 1-3 lat Podstawowa	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż podstawa	SIE- Bogatoresztkowa	SIE- Bezglutenowa	
2026-02-04-środa	II ŚN	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Suchary b/c 15 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u>) Kleik ryżowy na wodzie 200 g	Mandarynka 2 szt				
	Obiad	Grycikowa () 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Grycikowa () 250 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Ziemniaki gotowane () 90 g Zrazik drobiowy z udźca pieczony mielony 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Sos jarzynowy () 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 50 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 50 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Grycikowa () 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Ziemniaki gotowane () 180 g Kotlet mielony drobiowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 100 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Ryżowa () 300 ml (<u>MLE, SEL</u>) Ziemniaki gotowane () 180 g Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony (bez glutenu) 100 g (<u>JAJ</u>) Sos jarzynowy (bez glutenu) () 80 ml (<u>SEL</u>) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 100 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml		
	PD	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Suchary b/c 15 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u>) Kleik ryżowy na wodzie 200 g	Budyń o smaku waniliowym z/c 200 ml (<u>MLE</u>)				
	Kolacja	Kleik ryżowy na wodzie 200 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Suchary b/c 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u>) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ</u>) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Poledwica Sopotcka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 25 g (<u>SOJ</u>) Pasta z soczewicy czerwonej 40 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ</u>) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Pasta z soczewicy czerwonej 80 g Poledwica Sopotcka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 25 g (<u>SOJ</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ</u>) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Chleb razowy pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Pasta z soczewicy czerwonej 80 g Poledwica Sopotcka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 25 g (<u>SOJ</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Chleb bezglutenowy 100 g (<u>SEZ, może zawierać: ORZ</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Miód (25g) 1 szt Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	
	PN						
	Wartość energetyczna: 1067.54 kcal; Białko ogółem: 23.42 g; Tłuszcz: 7.96 g; Kw. tł. nasy.: 0.25 g; Węglowodany ogółem: 226.17 g; W tym cukry: 44.06 g; Błonnik pok.: 4.93 g; Sól: 0.64 g; WW: 22.20 Por; : 8.77 %; : 84.74 %; Ener. z T: 6.71 %; Ener. z Bł.: 0.92 %; K: 271.37 mg;	Wartość energetyczna: 1931.80 kcal; Białko ogółem: 72.20 g; Tłuszcz: 63.22 g; Kw. tł. nasy.: 26.57 g; Węglowodany ogółem: 278.06 g; W tym cukry: 103.31 g; Błonnik pok.: 19.92 g; Sól: 4.97 g; WW: 25.87 Por; : 14.95 %; : 57.57 %; Ener. z T: 29.45 %; Ener. z Bł.: 2.06 %; K: 3432.03 mg;	Wartość energetyczna: 2794.21 kcal; Białko ogółem: 107.44 g; Tłuszcz: 88.58 g; Kw. tł. nasy.: 30.07 g; Węglowodany ogółem: 405.33 g; W tym cukry: 110.39 g; Błonnik pok.: 32.28 g; Sól: 7.78 g; WW: 37.41 Por; : 15.38 %; : 58.02 %; Ener. z T: 28.53 %; Ener. z Bł.: 2.31 %; K: 4864.26 mg;	Wartość energetyczna: 2727.79 kcal; Białko ogółem: 106.44 g; Tłuszcz: 88.58 g; Kw. tł. nasy.: 30.10 g; Węglowodany ogółem: 391.80 g; W tym cukry: 102.51 g; Błonnik pok.: 36.33 g; Sól: 8.20 g; WW: 35.66 Por; : 15.61 %; : 57.45 %; Ener. z T: 29.23 %; Ener. z Bł.: 2.66 %; K: 5027.59 mg;	Wartość energetyczna: 2195.30 kcal; Białko ogółem: 76.52 g; Tłuszcz: 71.27 g; Kw. tł. nasy.: 25.57 g; Węglowodany ogółem: 318.23 g; W tym cukry: 76.15 g; Błonnik pok.: 27.30 g; Sól: 4.39 g; WW: 29.03 Por; : 13.94 %; : 57.98 %; Ener. z T: 29.22 %; Ener. z Bł.: 2.49 %; K: 3898.34 mg;		

Jadłospisy za okres od dnia 2026-02-02 do dnia 2026-02-08 KUCHNIA SIEDLCE

	SIE- Kleikowa rozszerzona	SIE- Dzieci 1-3 lat Podstawowa	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż podstawa	SIE- Bogatoresztkowa	SIE- Bezglutenowa
Śniadanie	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Kleik ryżowy na wodzie 200 g Suchary b/c 30 g (GLU PSZ, SOJ, MLE)	Płatki owsiane na mleku 250 ml (MLE, GLU OW) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt (MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt (MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt (MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 100 g (SEZ, może zawierać: ORZ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt (MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Pomarańcza 150 g
II ŚN	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Suchary b/c 15 g (GLU PSZ, SOJ, MLE) Kleik ryżowy na wodzie 200 g	Pomarańcza 150 g			
Obiad	Ziemniaczana (bez mleka) () 300 ml (GLU PSZ, SEL) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Barszcz biały z ziemniakami () 250 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT) Risotto (ryż brązowy) z mięsem wieprzowym i warzywami () 200 g (SEL) Fasolka szparagowa z wody* 50 g Surówka z marchwi i selera () 50 g (MLE, SEL) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Barszcz biały z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT) Risotto (ryż brązowy) z mięsem wieprzowym i warzywami () 300 g (SEL) Fasolka szparagowa z wody* 100 g Surówka z marchwi i selera () 100 g (MLE, SEL) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Ziemniaczana (bez glutenu) () 300 ml (MLE, SEL) Risotto (ryż brązowy) z mięsem wieprzowym i warzywami () 300 g (SEL) Fasolka szparagowa z wody* 100 g Surówka z marchwi i selera () 100 g (MLE, SEL) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	
PD	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Suchary b/c 15 g (GLU PSZ, SOJ, MLE) Kleik ryżowy na wodzie 200 g	Maślanka truskawkowa 100 ml (MLE) Herbatniki 30 g (GLU PSZ, SOJ, MLE)	Maślanka truskawkowa 150 ml (MLE) Herbatniki 30 g (GLU PSZ, SOJ, MLE)		
Kolacja	Kleik ryżowy na wodzie 200 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Suchary b/c 30 g (GLU PSZ, SOJ, MLE) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Pierogi z serem* 200 g (GLU PSZ, MLE) Mus z jabłek () z/c 50 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Pierogi z serem* 300 g (GLU PSZ, MLE) Mus z jabłek () z/c 100 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Makaron z serem 300 g (GLU PSZ, MLE) Mus z jabłek () z/c 100 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Makaron bezglutenowy z serem 300 g (MLE, SEL) Mus z jabłek () z/c 100 g
PN					

Jadłospisy za okres od dnia 2026-02-02 do dnia 2026-02-08 KUCHNIA SIEDLCE

	SIE- Kleikowa rozszerzona	SIE- Dzieci 1-3 lat Podstawowa	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż podstawa	SIE- Bogatoresztkowa	SIE- Bezglutenowa
2026-02-05 czwartek	Wartość energetyczna: 1139.04 kcal; Białko ogółem: 24.68 g; Tłuszcz: 7.87 g; Kw. tł. nasy.: 0.24 g; Węglowodany ogółem: 244.19 g; W tym cukry: 44.54 g; Błonnik pok.: 7.01 g; Sól: 0.67 g; WW: 23.82 Por; : 8.67 %; : 85.75 %; Ener. z T: 6.22 %; Ener. z Bł.: 1.23 %; K: 1040.31 mg;	Wartość energetyczna: 1939.89 kcal; Białko ogółem: 74.23 g; Tłuszcz: 50.02 g; Kw. tł. nasy.: 19.86 g; Węglowodany ogółem: 302.23 g; W tym cukry: 78.44 g; Błonnik pok.: 27.13 g; Sól: 3.28 g; WW: 27.50 Por; : 15.31 %; : 62.32 %; Ener. z T: 23.21 %; Ener. z Bł.: 2.80 %; K: 2603.12 mg;	Wartość energetyczna: 2664.71 kcal; Białko ogółem: 108.14 g; Tłuszcz: 64.75 g; Kw. tł. nasy.: 24.60 g; Węglowodany ogółem: 420.54 g; W tym cukry: 91.36 g; Błonnik pok.: 42.68 g; Sól: 5.42 g; WW: 37.76 Por; : 16.23 %; : 63.13 %; Ener. z T: 21.87 %; Ener. z Bł.: 3.20 %; K: 3533.40 mg;	Wartość energetyczna: 2411.12 kcal; Białko ogółem: 99.86 g; Tłuszcz: 60.79 g; Kw. tł. nasy.: 24.05 g; Węglowodany ogółem: 381.44 g; W tym cukry: 93.79 g; Błonnik pok.: 40.33 g; Sól: 5.16 g; WW: 34.24 Por; : 16.57 %; : 63.28 %; Ener. z T: 22.69 %; Ener. z Bł.: 3.35 %; K: 3903.62 mg;	Wartość energetyczna: 2188.33 kcal; Białko ogółem: 80.18 g; Tłuszcz: 56.70 g; Kw. tł. nasy.: 20.98 g; Węglowodany ogółem: 348.99 g; W tym cukry: 90.55 g; Błonnik pok.: 35.29 g; Sól: 3.63 g; WW: 31.41 Por; : 14.66 %; : 63.79 %; Ener. z T: 23.32 %; Ener. z Bł.: 3.23 %; K: 3425.65 mg;
2026-02-06 piątek	Śniadanie Kleik ryżowy na wodzie 200 g Suchary b/c 30 g (GLU PSZ, SOJ, MLE) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Płatki kukurydziane na mleku 250 ml (MLE) Kakao z mlekiem z/c 250 ml (MLE) Bułka pszenna długa krojona 50 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 Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g	Płatki kukurydziane na mleku 300 ml (MLE) Kakao z mlekiem z/c 250 ml (MLE) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Dżem 25 g 1 szt Serek wiejski lekki 3% tł 150g 1 szt (MLE) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g	Kasza manna na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ) 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) Dżem 25 g 1 szt Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Płatki kukurydziane na mleku 300 ml (MLE) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Wafle ryżowe 60 g Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Serek wiejski lekki 3% tł 150g 1 szt (MLE) Dżem 25 g 1 szt Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Jabłko 150 g
	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Suchary b/c 15 g (GLU PSZ, SOJ, MLE) Kleik ryżowy na wodzie 200 g		Jabłko 150 g		
	Grycikowa () 300 ml (GLU PSZ, SEL) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Dyniowa z makaronem () 250 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Ziemniaki gotowane () 90 g Ryba pieczona (Morszczuk) 60 g (RYB) Sos cytrynowy 80 ml (GLU PSZ, MLE) Szpinak gotowany z olejem* 50 g (GLU PSZ) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 50 g (SEL) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml	Dyniowa z makaronem () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Ziemniaki gotowane () 180 g Ryba pieczona (Morszczuk) 120 g (RYB) Sos cytrynowy 80 ml (GLU PSZ, MLE) Surówka z kapusty czerwonej z olejem 100 g Szpinak gotowany z olejem* 100 g (GLU PSZ) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml	Dyniowa z makaronem (bez glutenu) () 300 ml (MLE, SEL) Ziemniaki gotowane () 180 g Ryba pieczona (Morszczuk) 120 g (RYB) Sos cytrynowy (bez glutenu) 80 ml (MLE) Surówka z kapusty czerwonej z olejem 100 g Szpinak gotowany z olejem (bez glutenu)* 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml	
	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Suchary b/c 15 g (GLU PSZ, SOJ, MLE) Kleik ryżowy na wodzie 200 g		Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (MLE)		

Jadłospisy za okres od dnia 2026-02-02 do dnia 2026-02-08 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- Kleikowa rozszerzona	SIE- Dzieci 1-3 lat Podstawowa	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż podstawa	SIE- Bogatoresztkowa	SIE- Bezglutenowa
2026-02-06 piątek	Kolacja	Kleik ryżowy na wodzie 200 g Suchary b/c 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u>) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Pasta z jaj z natką pietruszki i cebulą 40 g (<u>JAJ, MLE, GOR</u>) Hummus 25 g (<u>SEZ</u>) Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Pasta z jaj z natką pietruszki i cebulą 80 g (<u>JAJ, MLE, GOR</u>) Hummus 50 g (<u>SEZ</u>) Sałata zielona 20 g Ogórek kiszony 80 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Pasta z jaj z natką pietruszki i cebulą 80 g (<u>JAJ, MLE, GOR</u>) Hummus 50 g (<u>SEZ</u>) Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 100 g (<u>SEZ, może zawierać: ORZ</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Pasta z jaj z natką pietruszki i cebulą 80 g (<u>JAJ, MLE, GOR</u>) Hummus 50 g (<u>SEZ</u>) Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PN					
		Wartość energetyczna: 1067.54 kcal; Białko ogółem: 23.52 g; Tłuszcz: 7.96 g; Kw. tł. nasy.: 0.25 g; Węglowodany ogółem: 226.17 g; W tym cukry: 44.06 g; Błonnik pok.: 4.93 g; Sól: 0.67 g; WW: 22.20 Por.; : 8.81 %; : 84.74 %; Ener. z T: 6.71 %; Ener. z Bł.: 0.92 %; K: 287.24 mg;	Wartość energetyczna: 1887.14 kcal; Białko ogółem: 89.58 g; Tłuszcz: 63.92 g; Kw. tł. nasy.: 22.98 g; Węglowodany ogółem: 248.09 g; W tym cukry: 113.23 g; Błonnik pok.: 18.56 g; Sól: 6.43 g; WW: 23.10 Por.; : 18.99 %; : 52.59 %; Ener. z T: 30.49 %; Ener. z Bł.: 1.97 %; K: 3268.57 mg;	Wartość energetyczna: 2671.25 kcal; Białko ogółem: 130.76 g; Tłuszcz: 87.53 g; Kw. tł. nasy.: 27.27 g; Węglowodany ogółem: 352.14 g; W tym cukry: 121.10 g; Błonnik pok.: 26.41 g; Sól: 9.39 g; WW: 32.72 Por.; : 19.58 %; : 52.73 %; Ener. z T: 29.49 %; Ener. z Bł.: 1.98 %; K: 4611.38 mg;	Wartość energetyczna: 2556.33 kcal; Białko ogółem: 126.55 g; Tłuszcz: 86.75 g; Kw. tł. nasy.: 26.23 g; Węglowodany ogółem: 336.33 g; W tym cukry: 117.42 g; Błonnik pok.: 36.94 g; Sól: 8.71 g; WW: 30.12 Por.; : 19.80 %; : 52.63 %; Ener. z T: 30.54 %; Ener. z Bł.: 2.89 %; K: 4930.72 mg;	Wartość energetyczna: 2355.85 kcal; Białko ogółem: 103.80 g; Tłuszcz: 82.66 g; Kw. tł. nasy.: 21.80 g; Węglowodany ogółem: 303.40 g; W tym cukry: 86.67 g; Błonnik pok.: 26.42 g; Sól: 6.48 g; WW: 27.72 Por.; : 17.62 %; : 51.51 %; Ener. z T: 31.58 %; Ener. z Bł.: 2.24 %; K: 3847.46 mg;
2026-02-07 sobota	Śniadanie	Kleik ryżowy na wodzie 200 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Suchary b/c 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u>)	Kasza manna na mleku 250 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Szynka z piersią kurczaka-wędł.z drob.gr.rozd.parzo.w ost.niejadalnej 50 g (<u>SOJ</u>) Ser żółty 25 g (<u>MLE</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Kasza manna na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Ser żółty 25 g (<u>MLE</u>) Szynka z piersią kurczaka-wędł.z drob.gr.rozd.parzo.w ost.niejadalnej 50 g (<u>SOJ</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Ryż na mleku 300 ml (<u>MLE</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Ser żółty 25 g (<u>MLE</u>) Szynka z piersią kurczaka-wędł.z drob.gr.rozd.parzo.w ost.niejadalnej 50 g (<u>SOJ</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Ryż na mleku 300 ml (<u>MLE</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 100 g (<u>SEZ, może zawierać: ORZ</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Szynka z piersią kurczaka-wędł.z drob.gr.rozd.parzo.w ost.niejadalnej 50 g (<u>SOJ</u>) Ser żółty 25 g (<u>MLE</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Banan 150 g
	II ŚN	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Suchary b/c 15 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u>) Kleik ryżowy na wodzie 200 g	Banan 150 g			

Jadłospisy za okres od dnia 2026-02-02 do dnia 2026-02-08 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- Kleikowa rozszerzona	SIE- Dzieci 1-3 lat Podstawowa	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż podstawa	SIE- Bogatoresztkowa	SIE- Bezglutenowa
2026-02-07 sobota	Obiad	Selerowa z ziemniakami (bez mleka) () 300 ml (SEL.) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami - dieta () 250 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane () 90 g Gulasz wieprzowy 80 g (GLU PSZ.) Buraczki gotowane () 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami - dieta () 300 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane () 180 g Gulasz wieprzowy 150 g (GLU PSZ.) Buraczki gotowane () 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Grochowa z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (GLU JECZ.) Gulasz wieprzowy 150 g (GLU PSZ.) Ogórek kiszony z cebulką z olejem 100 g Buraczki gotowane () 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Grochowa z ziemniakami (bez glutenu) * 300 ml (SEL.) Ziemniaki gotowane () 180 g Gulasz wieprzowy (bez glutenu) 150 g Ogórek kiszony z cebulką z olejem 100 g Buraczki gotowane () 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml
	PD	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Suchary b/c 15 g (GLU PSZ, SOJ, MLE.) Kleik ryżowy na wodzie 200 g	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt			
Kolacja	Kleik ryżowy na wodzie 200 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Suchary b/c 30 g (GLU PSZ, SOJ, MLE.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa, wędzona, z wodą dodaną. 25 g (SOJ.) Twarożek 80 g (MLE.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa, wędzona, z wodą dodaną. 25 g (SOJ.) Twarożek 80 g (MLE.) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa, wędzona, z wodą dodaną. 25 g (SOJ.) Surówka z rzodkwi i czarnuszki 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 100 g (SEZ, może zawierać: ORZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parlo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g Twarożek 80 g (MLE.) Surówka z rzodkwi i czarnuszki 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	
PN						
		Wartość energetyczna: 1116.14 kcal; Białko ogółem: 24.70 g; Tłuszcz: 7.97 g; Kw. tł. nasy.: 0.25 g; Węglowodany ogółem: 239.38 g; W tym cukry: 45.83 g; Błonnik pok.: 9.17 g; Sól: 0.81 g; WW: 23.13 Por; : 8.85 %; : 85.79 %; Ener. z T: 6.43 %; Ener. z Bł.: 1.64 %; K: 1067.17 mg;	Wartość energetyczna: 1676.03 kcal; Białko ogółem: 78.00 g; Tłuszcz: 50.54 g; Kw. tł. nasy.: 24.63 g; Węglowodany ogółem: 246.29 g; W tym cukry: 91.70 g; Błonnik pok.: 21.52 g; Sól: 5.08 g; WW: 22.60 Por; : 18.61 %; : 58.78 %; Ener. z T: 27.14 %; Ener. z Bł.: 2.57 %; K: 3824.95 mg;	Wartość energetyczna: 2293.53 kcal; Białko ogółem: 103.63 g; Tłuszcz: 60.44 g; Kw. tł. nasy.: 27.54 g; Węglowodany ogółem: 357.23 g; W tym cukry: 104.91 g; Błonnik pok.: 31.20 g; Sól: 7.42 g; WW: 32.71 Por; : 18.07 %; : 62.30 %; Ener. z T: 23.72 %; Ener. z Bł.: 2.72 %; K: 5372.66 mg;	Wartość energetyczna: 2334.27 kcal; Białko ogółem: 105.56 g; Tłuszcz: 75.61 g; Kw. tł. nasy.: 28.74 g; Węglowodany ogółem: 337.48 g; W tym cukry: 86.35 g; Błonnik pok.: 43.73 g; Sól: 8.27 g; WW: 29.52 Por; : 18.09 %; : 57.83 %; Ener. z T: 29.15 %; Ener. z Bł.: 3.75 %; K: 4337.03 mg;	Wartość energetyczna: 2256.74 kcal; Białko ogółem: 88.53 g; Tłuszcz: 75.03 g; Kw. tł. nasy.: 27.57 g; Węglowodany ogółem: 326.55 g; W tym cukry: 92.67 g; Błonnik pok.: 29.97 g; Sól: 5.85 g; WW: 29.69 Por; : 15.69 %; : 57.88 %; Ener. z T: 29.92 %; Ener. z Bł.: 2.66 %; K: 4655.72 mg;

Jadłospisy za okres od dnia 2026-02-02 do dnia 2026-02-08 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- Kleikowa rozszerzona	SIE- Dzieci 1-3 lat Podstawowa	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż podstawa	SIE- Bogatoresztkowa	SIE- Bezglutenowa	
2026-02-08 niedziela	Śniadanie	Kleik ryżowy na wodzie 200 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Suchary b/c 30 g (GLU PSZ, SOJ, MLE.)	Płatki pszenne na mleku 250 ml (GLU PSZ, MLE.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Ser mozzarella 50 g (MLE.) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 25 g Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Płatki pszenne na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Ser mozzarella 50 g (MLE.) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Płatki pszenne na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE.) 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 drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Kasza jaglana na mleku 300 ml (MLE.) Chleb bezglutenowy 100 g (SEZ, może zawierać: ORZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Ser mozzarella 50 g (MLE.) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Pomarańcza 150 g	
	II ŚN	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Suchary b/c 15 g (GLU PSZ, SOJ, MLE.) Kleik ryżowy na wodzie 200 g	Pomarańcza 150 g				
	Obiad	Ryżowa (bez mleka) () 300 ml (SEL.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Rosół z makaronem () 250 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki gotowane () 90 g udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 60 g Brokuł gotowany* 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml	Rosół z makaronem () 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki gotowane () 180 g udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 130 g Surówka Colesław () 100 g (JAJ, MLE, GOR.) Brokuł gotowany* 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml		Rosół z makaronem (bez glutenu) () 300 ml (SEL.) Ziemniaki gotowane () 180 g udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 130 g Surówka Colesław () 100 g (JAJ, MLE, GOR.) Brokuł gotowany* 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml	
	PD	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Suchary b/c 15 g (GLU PSZ, SOJ, MLE.) Kleik ryżowy na wodzie 200 g	Kisiel o smaku wiśniowym z jabłkiem z/c 200 ml				
	Kolacja	Kleik ryżowy na wodzie 200 g Suchary b/c 30 g (GLU PSZ, SOJ, MLE.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Dżem 25 g 1 szt Szynka zielonogórska- wieprzowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 30 g (SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Dżem 25 g 1 szt Szynka zielonogórska- wieprzowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 50 g (SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Dżem 25 g 1 szt Szynka zielonogórska- wieprzowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 50 g (SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 100 g (SEZ, może zawierać: ORZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) 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 Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Sałata zielona 20 g	
PN							

Jadłospisy za okres od dnia 2026-02-02 do dnia 2026-02-08 KUCHNIA SIEDLCE

	SIE- Kleikowa rozszerzona	SIE- Dzieci 1-3 lat Podstawowa	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż podstawa	SIE- Bogatoresztkowa	SIE- Bezglutenowa
2026-02-08 niedziela	Wartość energetyczna: 1065.96 kcal; Białko ogółem: 22.86 g; Tłuszcz: 7.83 g; Kw. tł. nasy.: 0.25 g; Węglowodany ogółem: 226.66 g; W tym cukry: 44.09 g; Błonnik pok.: 4.91 g; Sól: 0.64 g; WW: 22.27 Por; : 8.58 %; : 85.05 %; Ener. z T: 6.61 %; Ener. z Bł.: 0.92 %; K: 270.25 mg;	Wartość energetyczna: 1644.40 kcal; Białko ogółem: 71.92 g; Tłuszcz: 48.36 g; Kw. tł. nasy.: 18.24 g; Węglowodany ogółem: 239.87 g; W tym cukry: 101.15 g; Błonnik pok.: 18.16 g; Sól: 4.02 g; WW: 22.20 Por; : 17.49 %; : 58.35 %; Ener. z T: 26.47 %; Ener. z Bł.: 2.21 %; K: 2768.96 mg;	Wartość energetyczna: 2372.73 kcal; Białko ogółem: 111.24 g; Tłuszcz: 67.33 g; Kw. tł. nasy.: 23.11 g; Węglowodany ogółem: 344.30 g; W tym cukry: 112.47 g; Błonnik pok.: 27.29 g; Sól: 7.64 g; WW: 31.76 Por; : 18.75 %; : 58.04 %; Ener. z T: 25.54 %; Ener. z Bł.: 2.30 %; K: 4108.05 mg;	Wartość energetyczna: 2264.81 kcal; Białko ogółem: 108.84 g; Tłuszcz: 67.93 g; Kw. tł. nasy.: 23.14 g; Węglowodany ogółem: 324.22 g; W tym cukry: 105.99 g; Błonnik pok.: 38.99 g; Sól: 7.37 g; WW: 28.61 Por; : 19.22 %; : 57.26 %; Ener. z T: 26.99 %; Ener. z Bł.: 3.44 %; K: 4553.88 mg;	Wartość energetyczna: 2189.26 kcal; Białko ogółem: 96.94 g; Tłuszcz: 73.98 g; Kw. tł. nasy.: 22.38 g; Węglowodany ogółem: 291.56 g; W tym cukry: 84.06 g; Błonnik pok.: 27.34 g; Sól: 4.68 g; WW: 26.38 Por; : 17.71 %; : 53.27 %; Ener. z T: 30.42 %; Ener. z Bł.: 2.50 %; K: 3934.81 mg;

Jadłospisy za okres od dnia 2026-02-02 do dnia 2026-02-08 KUCHNIA SIEDLCE

	SIE- Wegetariańska	SIE- Pooperacyjna	SIE- Dzieci 1-3 lat Łatwo strawna	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż łatwostrawna	SIE- Z ogr.subst.pobudz.wydz.soków żołądkowych	
2026-02-02, pomiędzy Śniadanie II ŚN Obiad PD Kolacja	<p>Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (MLE, GLU, JĘCZ.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLU, PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Hummus 80 g (SEZ.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Pomarańcza 150 g</p>	<p>Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (MLE, GLU, JĘCZ.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU, PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy parzony w osłonce niejadalnej 50 g (może zawierać: GLU, PSZ, MLE, GOR.) Miód (25g) 1 szt</p>	<p>Płatki jęczmienne na mleku 250 ml (MLE, GLU, JĘCZ.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy parzony w osłonce niejadalnej 25 g (może zawierać: GLU, PSZ, MLE, GOR.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g</p>	<p>Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (MLE, GLU, JĘCZ.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy parzony w osłonce niejadalnej 50 g (może zawierać: GLU, PSZ, MLE, GOR.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g</p>	<p>Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (MLE, GLU, JĘCZ.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy parzony w osłonce niejadalnej 50 g (może zawierać: GLU, PSZ, MLE, GOR.) Miód (25g) 1 szt Pomidor b/skórki 80 g Sałata zielona 20 g Jabłko pieczone 150 g</p>	
				Jabłko pieczone 150 g		
		<p>Brokułowa z ryżem () 300 ml (MLE, SEL.) Gulasz warzywny z ciecierzycą * 150 g (GLU, PSZ, SEL.) Ziemniaki gotowane () 180 g Marchew gotowana z olejem () 100 g Surówka z selera i jabłka () 100 g (MLE, SEL.) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml</p>	<p>Ryżowa (bez mleka) () 300 ml (SEL.) Pulpet drobiowy 100 g (GLU, PSZ, JAJ.) Sos ziołowy () 80 ml (GLU, PSZ, SEL.) Ziemniaki gotowane () 180 g Marchew gotowana z olejem () 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml</p>	<p>Brokułowa z ryżem () 250 ml (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>Brokułowa z ryżem () 300 ml (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</p>	<p>Brokułowa z ryżem () 300 ml (MLE, SEL.) Pulpet drobiowy 100 g (GLU, PSZ, JAJ.) Sos ziołowy () 80 ml (GLU, PSZ, SEL.) Ziemniaki gotowane () 180 g Marchew gotowana z olejem () 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml</p>
		Podpłomyki b/c 20 g (GLU, PSZ, MLE.)		Podpłomyki b/c 20 g (GLU, PSZ, MLE.) Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (MLE.)		
		<p>Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU, ŻYT, GLU, JĘCZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Paszтет ryбно- warzywny (Morszczuk) 80 g (GLU, PSZ, JAJ, RYB.) Ser żółty 25 g (MLE.) Rzodkiew biała 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt</p>	<p>Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU, PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 75 g (SOJ.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt</p>	<p>Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU, ŻYT, GLU, JĘCZ.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU, PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Paszтет ryбно- warzywny (Morszczuk) 40 g (GLU, PSZ, JAJ, RYB.) Schab Benedykta wp parzony z dodatkiem wody 25 g (GLU, PSZ, SOJ, SEL, może zawierać: JAJ, OZI, MLE, GOR, SEZ.) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g</p>	<p>Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU, ŻYT, GLU, JĘCZ.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU, PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Paszтет ryбно- warzywny (Morszczuk) 80 g (GLU, PSZ, JAJ, RYB.) Schab Benedykta wp parzony z dodatkiem wody 25 g (GLU, PSZ, SOJ, SEL, może zawierać: JAJ, OZI, MLE, GOR, SEZ.) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g</p>	<p>Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU, ŻYT, GLU, JĘCZ.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU, PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Paszтет ryбно- warzywny (Morszczuk) 80 g (GLU, PSZ, JAJ, RYB.) Schab Benedykta wp parzony z dodatkiem wody 25 g (GLU, PSZ, SOJ, SEL, może zawierać: JAJ, OZI, MLE, GOR, SEZ.) Pomidor b/skórki 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt</p>

Jadłospisy za okres od dnia 2026-02-02 do dnia 2026-02-08 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- Wegetariańska	SIE- Pooperacyjna	SIE- Dzieci 1-3 lat Łatwo strawna	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż łatwostrawna	SIE- Z ogr.subst.pobudz.wydz.soków żołądkowych
2026-02-02 poniedziałek	PN					
		Wartość energetyczna: 2389.47 kcal; Białko ogółem: 89.17 g; Tłuszcz: 79.58 g; Kw. tł. nasy.: 28.14 g; Węglowodany ogółem: 346.79 g; W tym cukry: 90.02 g; Błonnik pok.: 45.21 g; Sól: 8.74 g; WW: 30.23 Por; : 14.93 %; : 58.05 %; Ener. z T: 29.97 %; Ener. z Bł.: 3.78 %; K: 4859.13 mg;	Wartość energetyczna: 2111.87 kcal; Białko ogółem: 82.20 g; Tłuszcz: 52.98 g; Kw. tł. nasy.: 19.70 g; Węglowodany ogółem: 340.89 g; W tym cukry: 75.24 g; Błonnik pok.: 26.24 g; Sól: 7.97 g; WW: 31.56 Por; : 15.57 %; : 64.57 %; Ener. z T: 22.58 %; Ener. z Bł.: 2.48 %; K: 3501.36 mg;	Wartość energetyczna: 1780.31 kcal; Białko ogółem: 76.43 g; Tłuszcz: 51.76 g; Kw. tł. nasy.: 24.67 g; Węglowodany ogółem: 262.31 g; W tym cukry: 93.84 g; Błonnik pok.: 17.76 g; Sól: 4.36 g; WW: 24.57 Por; : 17.17 %; : 58.94 %; Ener. z T: 26.17 %; Ener. z Bł.: 2.00 %; K: 2601.14 mg;	Wartość energetyczna: 2346.54 kcal; Białko ogółem: 103.72 g; Tłuszcz: 63.27 g; Kw. tł. nasy.: 28.23 g; Węglowodany ogółem: 352.68 g; W tym cukry: 98.04 g; Błonnik pok.: 23.42 g; Sól: 7.26 g; WW: 33.06 Por; : 17.68 %; : 60.12 %; Ener. z T: 24.27 %; Ener. z Bł.: 2.00 %; K: 3127.15 mg;	Wartość energetyczna: 2263.59 kcal; Białko ogółem: 92.92 g; Tłuszcz: 59.24 g; Kw. tł. nasy.: 23.08 g; Węglowodany ogółem: 354.22 g; W tym cukry: 87.75 g; Błonnik pok.: 32.65 g; Sól: 8.44 g; WW: 32.26 Por; : 16.42 %; : 62.59 %; Ener. z T: 23.55 %; Ener. z Bł.: 2.88 %; K: 4502.48 mg;
2026-02-03 wtorek	Śniadanie	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (<u>MLE.</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Twarożek 80 g (<u>MLE.</u>) Hummus 80 g (<u>SEZ.</u>) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Banan 150 g	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (<u>MLE.</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Twarożek 80 g (<u>MLE.</u>) Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 25 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Kasza kukurydziana na mleku 250 ml (<u>MLE.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Twarożek 80 g (<u>MLE.</u>) Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 25 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (<u>MLE.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Twarożek 80 g (<u>MLE.</u>) Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 25 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (<u>MLE.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Twarożek 80 g (<u>MLE.</u>) Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 25 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Sałata zielona 20 g Pomidor b/skórki 80 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Banan 150 g
	II ŚN			Banan 150 g		
	Obiad	Pieczarkowa z ziemniakami () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, SO2.</u>) Makaron ze szpinakiem i serem żółtym* 300 g (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g Dynia duszona z olejem* 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml	Solferino () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Makaron 180 g (<u>GLU PSZ.</u>) Szynka wieprzowa gotowana 100 g Sos szpinakowy* 80 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Dynia duszona z olejem* 130 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml	Solferino () 250 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Makaron 90 g (<u>GLU PSZ.</u>) Szynka wieprzowa gotowana 50 g Sos szpinakowy* 80 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Dynia duszona z olejem* 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml	Solferino () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Makaron 180 g (<u>GLU PSZ.</u>) Szynka wieprzowa gotowana 100 g Sos szpinakowy* 80 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Dynia duszona z olejem* 130 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml	

Jadłospisy za okres od dnia 2026-02-02 do dnia 2026-02-08 KUCHNIA SIEDLCE

	SIE- Wegetariańska	SIE- Kooperacyjna	SIE- Dzieci 1-3 lat Łatwo strawna	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż łatwostrawna	SIE- Z ogr.subst.pobudz.wydz.soków żołądkowych	
2026-02-03 wtorek	PD	Jogurt brzoskwinowy 150g 1 szt (MLE.)	Serek homogenizowany o smaku waniliowym 140g 1 szt (MLE.) Ciasto drożdżowe 50 g (GLU PSZ. JAJ. MLE. SO2.)			
	Kolacja	Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 25 g (SOJ. może zawierać: GLU PSZ. JAJ. MLE. SEL. GOR.) Serek a'la homogenizowany z ziołami 80g (MLE.) Miód (25g) 1 szt Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Serek a'la homogenizowany z ziołami 40g (MLE.) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 25 g (SOJ. może zawierać: GLU PSZ. JAJ. MLE. SEL. GOR.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ. GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 25 g (SOJ. może zawierać: GLU PSZ. JAJ. MLE. SEL. GOR.) Serek a'la homogenizowany z ziołami 80g (MLE.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ. GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 25 g (SOJ. może zawierać: GLU PSZ. JAJ. MLE. SEL. GOR.) Serek a'la homogenizowany z ziołami 80g (MLE.) Pomidor b/skórki 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ. GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 25 g (SOJ. może zawierać: GLU PSZ. JAJ. MLE. SEL. GOR.) Serek a'la homogenizowany z ziołami 80g (MLE.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
2026-02-04 środa	PN					
	Śniadanie	Wartość energetyczna: 2507.13 kcal; Białko ogółem: 87.28 g; Tłuszcz: 84.07 g; Kw. tł. nasy.: 29.31 g; Węglowodany ogółem: 359.25 g; W tym cukry: 91.28 g; Błonnik pok.: 28.90 g; Sól: 7.30 g; WW: 33.12 Por.; : 13.93 %; : 57.32 %; Ener. z T: 30.18 %; Ener. z Bł.: 2.31 %; K: 3295.88 mg;	Wartość energetyczna: 2296.43 kcal; Białko ogółem: 117.97 g; Tłuszcz: 52.25 g; Kw. tł. nasy.: 25.39 g; Węglowodany ogółem: 343.38 g; W tym cukry: 112.18 g; Błonnik pok.: 16.73 g; Sól: 4.63 g; WW: 32.79 Por.; : 20.55 %; : 59.81 %; Ener. z T: 20.48 %; Ener. z Bł.: 1.46 %; K: 3742.50 mg;	Wartość energetyczna: 1927.97 kcal; Białko ogółem: 90.05 g; Tłuszcz: 49.67 g; Kw. tł. nasy.: 23.53 g; Węglowodany ogółem: 284.76 g; W tym cukry: 104.95 g; Błonnik pok.: 16.20 g; Sól: 3.74 g; WW: 27.01 Por.; : 18.68 %; : 59.08 %; Ener. z T: 23.19 %; Ener. z Bł.: 1.68 %; K: 3182.99 mg;	Wartość energetyczna: 2553.17 kcal; Białko ogółem: 125.55 g; Tłuszcz: 59.81 g; Kw. tł. nasy.: 27.14 g; Węglowodany ogółem: 384.43 g; W tym cukry: 110.68 g; Błonnik pok.: 21.85 g; Sól: 5.71 g; WW: 36.41 Por.; : 19.67 %; : 60.23 %; Ener. z T: 21.08 %; Ener. z Bł.: 1.71 %; K: 3876.86 mg;	Wartość energetyczna: 2193.77 kcal; Białko ogółem: 113.14 g; Tłuszcz: 48.75 g; Kw. tł. nasy.: 23.13 g; Węglowodany ogółem: 332.37 g; W tym cukry: 93.53 g; Błonnik pok.: 20.55 g; Sól: 5.12 g; WW: 31.29 Por.; : 20.63 %; : 60.60 %; Ener. z T: 20.00 %; Ener. z Bł.: 1.87 %; K: 3857.52 mg;
		Makaron na mleku 300 ml (GLU PSZ. MLE.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ. GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ. GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Ser żółty 50 g (MLE.) Dżem 25 g 1 szt Sałatka jarzynowa () 100 g (JAJ. MLE. SEL. GOR.) Mandarynka 2 szt Sałata zielona 20 g	Ryż na mleku 300 ml (MLE.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka zielonogórska- 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.)	Makaron na mleku 250 ml (GLU PSZ. MLE.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka zielonogórska- wieprzowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 25 g (SOJ. MLE. SEL. może zawierać: JAJ. GOR.) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 25 g (SOJ.) Sałatka jarzynowa - dieta () 100 g (MLE. SEL.) Sałata zielona 20 g	Makaron na mleku 300 ml (GLU PSZ. MLE.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ. GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka zielonogórska- wieprzowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 50 g (SOJ. MLE. SEL. może zawierać: JAJ. GOR.) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 25 g (SOJ.) Sałatka jarzynowa - dieta () 100 g (MLE. SEL.) Sałata zielona 20 g	Makaron na mleku 300 ml (GLU PSZ. MLE.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ. GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka zielonogórska- wieprzowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 50 g (SOJ. MLE. SEL. może zawierać: JAJ. GOR.) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 25 g (SOJ.) Pomidor b/skórki 80 g Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Sałata zielona 20 g

Jadłospisy za okres od dnia 2026-02-02 do dnia 2026-02-08 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- Wegetariańska	SIE- Pooperacyjna	SIE- Dzieci 1-3 lat Łatwo strawna	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż łatwostrawna	SIE- Z ogr.subst.pobudz.wydz.soków żołądkowych	
2026-02-04-środa	II ŚN		Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Jabłko pieczone 150 g			
	Obiad	Grysikowa () 300 ml (GLU PSZ. SEL.) Kotlety gryczane z ciecierz. () 300 g (GLU PSZ.) Sos jarzynowy () 80 ml (GLU PSZ. SEL.) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 100 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Grysikowa () 300 ml (GLU PSZ. SEL.) Ziemniaki gotowane () 180 g Zrazik drobiowy z udźca pieczony mielony 100 g (GLU PSZ. JAJ.) Sos jarzynowy () 80 ml (GLU PSZ. SEL.) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Grysikowa () 250 ml (GLU PSZ. SEL.) Ziemniaki gotowane () 90 g Zrazik drobiowy z udźca pieczony mielony 50 g (GLU PSZ. JAJ.) Sos jarzynowy () 80 ml (GLU PSZ. SEL.) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 50 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 50 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Grysikowa () 300 ml (GLU PSZ. SEL.) Ziemniaki gotowane () 180 g Zrazik drobiowy z udźca pieczony mielony 100 g (GLU PSZ. JAJ.) Sos jarzynowy () 80 ml (GLU PSZ. SEL.) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 100 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Grysikowa () 300 ml (GLU PSZ. SEL.) Ziemniaki gotowane () 180 g Zrazik drobiowy z udźca pieczony mielony 100 g (GLU PSZ. JAJ.) Sos jarzynowy () 80 ml (GLU PSZ. SEL.) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	
	PD	Budyń o smaku waniliowym z/c 200 ml (MLE.)					
	Kolacja	Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE. GLU ŻYT. GLU JĘCZ.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ. GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ. GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Pasta z soczewicy czerwonej 80 g Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Połędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g (SOJ.) Miód (25g) 1 szt	Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE. GLU ŻYT. GLU JĘCZ.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Połędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 25 g (SOJ.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE. GLU ŻYT. GLU JĘCZ.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ. GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Połędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 25 g (SOJ.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE. GLU ŻYT. GLU JĘCZ.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt 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 Połędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g (SOJ.) Pomidor b/skórki 80 g Sałata zielona 20 g	
	PN						
		Wartość energetyczna: 2975.31 kcal; Białko ogółem: 94.17 g; Tłuszcz: 118.24 g; Kw. tł. nasy.: 33.82 g; Węglowodany ogółem: 399.56 g; W tym cukry: 97.97 g; Błonnik pok.: 42.55 g; Sól: 6.53 g; WW: 35.73 Por; : 12.66 %; : 53.72 %; Ener. z T: 35.77 %; Ener. z Bł.: 2.86 %; K: 3631.33 mg;	Wartość energetyczna: 2272.53 kcal; Białko ogółem: 85.60 g; Tłuszcz: 63.32 g; Kw. tł. nasy.: 21.38 g; Węglowodany ogółem: 348.52 g; W tym cukry: 92.03 g; Błonnik pok.: 17.39 g; Sól: 7.42 g; WW: 33.16 Por; : 15.07 %; : 61.35 %; Ener. z T: 25.08 %; Ener. z Bł.: 1.53 %; K: 3599.40 mg;	Wartość energetyczna: 1765.66 kcal; Białko ogółem: 70.81 g; Tłuszcz: 51.24 g; Kw. tł. nasy.: 22.07 g; Węglowodany ogółem: 262.78 g; W tym cukry: 99.04 g; Błonnik pok.: 16.92 g; Sól: 4.98 g; WW: 24.64 Por; : 16.04 %; : 59.53 %; Ener. z T: 26.12 %; Ener. z Bł.: 1.92 %; K: 3159.50 mg;	Wartość energetyczna: 2430.02 kcal; Białko ogółem: 98.03 g; Tłuszcz: 67.28 g; Kw. tł. nasy.: 24.88 g; Węglowodany ogółem: 368.05 g; W tym cukry: 105.26 g; Błonnik pok.: 24.26 g; Sól: 7.87 g; WW: 34.45 Por; : 16.14 %; : 60.58 %; Ener. z T: 24.92 %; Ener. z Bł.: 2.00 %; K: 4242.24 mg;	Wartość energetyczna: 2188.13 kcal; Białko ogółem: 84.83 g; Tłuszcz: 62.76 g; Kw. tł. nasy.: 20.97 g; Węglowodany ogółem: 331.12 g; W tym cukry: 78.46 g; Błonnik pok.: 21.62 g; Sól: 8.04 g; WW: 31.02 Por; : 15.51 %; : 60.53 %; Ener. z T: 25.81 %; Ener. z Bł.: 1.98 %; K: 3967.23 mg;	

Jadłospisy za okres od dnia 2026-02-02 do dnia 2026-02-08 KUCHNIA SIEDLCE

	SIE- Wegetariańska	SIE- Pooperacyjna	SIE- Dzieci 1-3 lat Łatwo strawna	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż łatwostrawna	SIE- Z ogr.subst.pobudz.wydz.soków żołądkowych
Śniadanie	<p>Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Hummus 80 g (SEZ.) Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt (MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Pomarańcza 150 g</p>	<p>Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 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 Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt (MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE.)</p>	<p>Płatki owsiane na mleku 250 ml (MLE, GLU OW.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt (MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE.) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g</p>	<p>Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt (MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g</p>	<p>Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt (MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE.) Pomidor b/skórki 80 g Sałata zielona 20 g Banan 150 g</p>
II ŚN			Banan 150 g		
Obiad	<p>Barszcz biały z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT.) Risotto wegetariańskie* 300 g (SEL.) Fasolka szparagowa z wody* 100 g Surówka z marchwi i selera () 100 g (MLE, SEL.) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml</p>	<p>Ziemniaczana () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryż na sypko 180 g Sos własny () 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Pulpet wieprzowy 100 g (GLU PSZ, JA.J.) Marchew gotowana z olejem () 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml</p>	<p>Ziemniaczana () 250 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Risotto z mięsem wieprzowym i warzywami () 150 g (SEL.) Fasolka szparagowa z wody* 50 g Surówka z marchwi i selera () 50 g (MLE, SEL.) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml</p>	<p>Ziemniaczana () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Risotto z mięsem wieprzowym i warzywami () 300 g (SEL.) Fasolka szparagowa z wody* 100 g Surówka z marchwi i selera () 100 g (MLE, SEL.) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml</p>	<p>Ziemniaczana () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Risotto z mięsem wieprzowym i warzywami () 300 g (SEL.) Marchew gotowana z olejem () 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml</p>
PD		Maślanka truskawkowa 150 ml (MLE.)	Maślanka truskawkowa 100 ml (MLE.) Herbatniki 30 g (GLU PSZ, SOJ, MLE.)	Maślanka truskawkowa 150 ml (MLE.) Herbatniki 30 g (GLU PSZ, SOJ, MLE.)	
Kolacja	<p>Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Makaron z serem 300 g (GLU PSZ, MLE.) Mus z jabłek () z/c 100 g</p>	<p>Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka Delikatesowa z kurczaka produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 25 g (może zawierać: MLE, GOR.) Twarożek 80 g (MLE.)</p>	<p>Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Pierogi z serem* 200 g (GLU PSZ, MLE.) Mus z jabłek () z/c 50 g</p>	<p>Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Pierogi z serem* 300 g (GLU PSZ, MLE.) Mus z jabłek () z/c 100 g</p>	<p>Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Makaron z serem 300 g (GLU PSZ, MLE.) Mus z jabłek () z/c 100 g</p>
PN					

Jadłospisy za okres od dnia 2026-02-02 do dnia 2026-02-08 KUCHNIA SIEDLCE

	SIE- Wegetariańska	SIE- Pooperacyjna	SIE- Dzieci 1-3 lat Łatwo strawna	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż łatwostrawna	SIE- Z ogr.subst.pobudz.wydz.soków żołądkowych
2026-02-05 czwartek	Wartość energetyczna: 2280.37 kcal; Białko ogółem: 74.91 g; Tłuszcz: 64.76 g; Kw. tł. nasy.: 20.65 g; Węglowodany ogółem: 361.39 g; W tym cukry: 93.34 g; Błonnik pok.: 38.32 g; Sól: 4.93 g; WW: 32.41 Por.; : 13.14 %; : 63.39 %; Ener. z T: 25.56 %; Ener. z Bł.: 3.36 %; K: 3470.68 mg;	Wartość energetyczna: 2381.80 kcal; Białko ogółem: 100.31 g; Tłuszcz: 62.90 g; Kw. tł. nasy.: 27.73 g; Węglowodany ogółem: 365.99 g; W tym cukry: 92.44 g; Błonnik pok.: 24.32 g; Sól: 6.40 g; WW: 34.30 Por.; : 16.85 %; : 61.46 %; Ener. z T: 23.77 %; Ener. z Bł.: 2.04 %; K: 3557.72 mg;	Wartość energetyczna: 1931.90 kcal; Białko ogółem: 70.29 g; Tłuszcz: 46.09 g; Kw. tł. nasy.: 18.75 g; Węglowodany ogółem: 314.01 g; W tym cukry: 92.90 g; Błonnik pok.: 22.70 g; Sól: 3.19 g; WW: 29.24 Por.; : 14.55 %; : 65.02 %; Ener. z T: 21.47 %; Ener. z Bł.: 2.35 %; K: 2726.84 mg;	Wartość energetyczna: 2769.09 kcal; Białko ogółem: 108.15 g; Tłuszcz: 64.46 g; Kw. tł. nasy.: 23.96 g; Węglowodany ogółem: 447.25 g; W tym cukry: 104.91 g; Błonnik pok.: 35.17 g; Sól: 5.50 g; WW: 41.32 Por.; : 15.62 %; : 64.61 %; Ener. z T: 20.95 %; Ener. z Bł.: 2.54 %; K: 3626.96 mg;	Wartość energetyczna: 2355.12 kcal; Białko ogółem: 90.66 g; Tłuszcz: 58.30 g; Kw. tł. nasy.: 21.19 g; Węglowodany ogółem: 381.64 g; W tym cukry: 109.18 g; Błonnik pok.: 31.97 g; Sól: 5.24 g; WW: 35.11 Por.; : 15.40 %; : 64.82 %; Ener. z T: 22.28 %; Ener. z Bł.: 2.71 %; K: 3896.77 mg;
Śniadanie	Kasza manna na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE.) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Serek wiejski lekki 3% tł 150g 1 szt (MLE.) Dżem 25 g 1 szt Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Jabłko 150 g	Kasza manna na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Serek wiejski lekki 3% tł 150g 1 szt (MLE.) Dżem 25 g 1 szt	Płatki kukurydziane na mleku 250 ml (MLE.) Kakao z mlekiem z/c 250 ml (MLE.) Bułka pszenna długa krojona 50 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 Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g	Płatki kukurydziane na mleku 300 ml (MLE.) Kakao z mlekiem z/c 250 ml (MLE.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Serek wiejski lekki 3% tł 150g 1 szt (MLE.) Dżem 25 g 1 szt Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g	Kasza manna na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE.) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) 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 b/skórki 80 g Sałata zielona 20 g Jabłko pieczone 150 g
II ŚN	Jabłko pieczone 150 g				
Obiad	Dyniowa z makaronem () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane () 180 g Ryba pieczona (Morszczuk) 120 g (RYB.) Sos cytrynowy 80 ml (GLU PSZ, MLE.) Surówka z kapusty czerwonej z olejem 100 g Szpinak gotowany z olejem* 100 g (GLU PSZ.) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Dyniowa z makaronem () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane () 180 g Ryba pieczona (Morszczuk) 120 g (RYB.) Sos cytrynowy 80 ml (GLU PSZ, MLE.) Szpinak gotowany z olejem* 100 g (GLU PSZ.) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 100 g (SEL.) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Dyniowa z makaronem () 250 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane () 90 g Ryba pieczona (Morszczuk) 60 g (RYB.) Sos cytrynowy 40 ml (GLU PSZ, MLE.) Szpinak gotowany z olejem* 50 g (GLU PSZ.) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 50 g (SEL.) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Dyniowa z makaronem () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane () 180 g Ryba pieczona (Morszczuk) 120 g (RYB.) Sos cytrynowy 80 ml (GLU PSZ, MLE.) Szpinak gotowany z olejem* 100 g (GLU PSZ.) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 100 g (SEL.) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Dyniowa z makaronem () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane () 180 g Ryba pieczona (Morszczuk) 120 g (RYB.) Sos cytrynowy 80 ml (GLU PSZ, MLE.) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g (SEL.) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml
PD	Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (MLE.)				

Jadłospisy za okres od dnia 2026-02-02 do dnia 2026-02-08 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- Wegetariańska	SIE- Pooperacyjna	SIE- Dzieci 1-3 lat Łatwo strawna	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż łatwostrawna	SIE- Z ogr.subst.pobudz.wydz.soków żołądkowych
2026-02-06 piątek	Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Pasta z jaj z natką pietruszki i cebulą 80 g (<u>JAJ. MLE. GOR.</u>) Hummus 50 g (<u>SEZ.</u>) Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Twaróg półtłusty 100 g (<u>MLE.</u>) Miód (25g) 1 szt Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 40 g (<u>JAJ. MLE.</u>) Miód (25g) 1 szt Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 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>) Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 80 g (<u>JAJ. MLE.</u>) Miód (25g) 1 szt Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Szynka z piersią indyczą- wędlna drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadanej 50 g (<u>SOJ. SEL. może zawierać: MLE. GOR.</u>) Miód (25g) 1 szt Pomidor b/skórki 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PN					
		Wartość energetyczna: 2474.33 kcal; Białko ogółem: 119.00 g; Tłuszcz: 82.40 g; Kw. tł. nasy.: 23.83 g; Węglowodany ogółem: 325.43 g; W tym cukry: 92.87 g; Błonnik pok.: 28.84 g; Sól: 9.25 g; WW: 29.77 Por.; : 19.24 %; : 52.61 %; Ener. z T: 29.97 %; Ener. z Bł.: 2.33 %; K: 4311.72 mg;	Wartość energetyczna: 2414.44 kcal; Białko ogółem: 127.62 g; Tłuszcz: 62.33 g; Kw. tł. nasy.: 22.39 g; Węglowodany ogółem: 350.36 g; W tym cukry: 108.82 g; Błonnik pok.: 23.76 g; Sól: 5.86 g; WW: 32.88 Por.; : 21.14 %; : 58.04 %; Ener. z T: 23.23 %; Ener. z Bł.: 1.97 %; K: 4104.55 mg;	Wartość energetyczna: 1843.21 kcal; Białko ogółem: 87.35 g; Tłuszcz: 52.82 g; Kw. tł. nasy.: 21.86 g; Węglowodany ogółem: 265.62 g; W tym cukry: 116.02 g; Błonnik pok.: 19.00 g; Sól: 4.56 g; WW: 24.85 Por.; : 18.96 %; : 57.64 %; Ener. z T: 25.79 %; Ener. z Bł.: 2.06 %; K: 3449.49 mg;	Wartość energetyczna: 2562.56 kcal; Białko ogółem: 126.67 g; Tłuszcz: 70.61 g; Kw. tł. nasy.: 25.24 g; Węglowodany ogółem: 370.51 g; W tym cukry: 123.71 g; Błonnik pok.: 29.32 g; Sól: 7.54 g; WW: 34.31 Por.; : 19.77 %; : 57.83 %; Ener. z T: 24.80 %; Ener. z Bł.: 2.29 %; K: 4935.48 mg;	Wartość energetyczna: 2362.02 kcal; Białko ogółem: 110.61 g; Tłuszcz: 61.63 g; Kw. tł. nasy.: 19.84 g; Węglowodany ogółem: 355.71 g; W tym cukry: 99.80 g; Błonnik pok.: 30.83 g; Sól: 7.99 g; WW: 32.66 Por.; : 18.73 %; : 60.24 %; Ener. z T: 23.48 %; Ener. z Bł.: 2.61 %; K: 4575.32 mg;
2026-02-07 sobota	Śniadanie	Ryż na mleku 300 ml (<u>MLE.</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Paszтет sojowy z pomidorami 80 g (<u>SOJ. GOR.</u>) Ser żółty 25 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Banan 150 g	Ryż na mleku 300 ml (<u>MLE.</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Szynka z piersią kurczaka-wędł.z drob.gr.rozd.parzo.w osł.niejadanej 50 g (<u>SOJ.</u>) Miód (25g) 1 szt	Kasza manna na mleku 250 ml (<u>GLU PSZ. MLE.</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Szynka z piersią kurczaka-wędł.z drob.gr.rozd.parzo.w osł.niejadanej 25 g (<u>SOJ.</u>) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 25 g (<u>SOJ.</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Kasza manna na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ. MLE.</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Szynka z piersią kurczaka-wędł.z drob.gr.rozd.parzo.w osł.niejadanej 50 g (<u>SOJ.</u>) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 25 g (<u>SOJ.</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Ryż na mleku 300 ml (<u>MLE.</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Szynka z piersią kurczaka-wędł.z drob.gr.rozd.parzo.w osł.niejadanej 50 g (<u>SOJ.</u>) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 25 g (<u>SOJ.</u>) Sałata zielona 20 g Pomidor b/skórki 80 g Banan 150 g
	II ŚN	Banan 150 g				

Jadłospisy za okres od dnia 2026-02-02 do dnia 2026-02-08 KUCHNIA SIEDLCE

	SIE- Wegetariańska	SIE- Pooperacyjna	SIE- Dzieci 1-3 lat Łatwo strawna	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż łatwostrawna	SIE- Z ogr.subst.pobudz.wydz.soków żołądkowych
2026-02-07 sobota	Obiad	Grochowa z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (GLU JEJCZ.) Gulasz sojowy z warzywami * 150 g (SOJ, SEL.) Ogórek kiszony z cebulką z olejem 100 g Buraczki gotowane () 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami - dieta () 300 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane () 180 g Klopsik wieprzowy 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Marchew gotowana z olejem () 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami - dieta () 250 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane () 90 g Gulasz wieprzowy- dieta 80 g (GLU PSZ.) Buraczki gotowane () 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami - dieta () 300 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane () 180 g Gulasz wieprzowy- dieta 150 g (GLU PSZ.) Buraczki gotowane () 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml
	PD	Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt		
	Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Twarożek 80 g (MLE.) Miód (25g) 1 szt Surówka z rzodkwi i czarnuszki 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynkowa Extra-wędzonka wieprzowa,wędzona,z wodą dodaną. 25 g (SOJ.) Twarożek 80 g (MLE.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynkowa Extra-wędzonka wieprzowa,wędzona,z wodą dodaną. 25 g (SOJ.) Twarożek 80 g (MLE.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 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.) Twarożek 80 g (MLE.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
PN					
	Wartość energetyczna: 2456.21 kcal; Białko ogółem: 91.23 g; Tłuszcz: 71.80 g; Kw. tł. nasy.: 24.45 g; Węglowodany ogółem: 374.37 g; W tym cukry: 94.89 g; Błonnik pok.: 45.35 g; Sól: 7.51 g; WW: 33.00 Por; : 14.86 %; : 60.97 %; Ener. z T: 26.31 %; Ener. z Bł.: 3.69 %; K: 3635.86 mg;	Wartość energetyczna: 2336.23 kcal; Białko ogółem: 90.30 g; Tłuszcz: 58.17 g; Kw. tł. nasy.: 22.54 g; Węglowodany ogółem: 387.74 g; W tym cukry: 111.80 g; Błonnik pok.: 27.94 g; Sól: 6.68 g; WW: 36.14 Por; : 15.46 %; : 66.39 %; Ener. z T: 22.41 %; Ener. z Bł.: 2.39 %; K: 4698.83 mg;	Wartość energetyczna: 1585.83 kcal; Białko ogółem: 72.82 g; Tłuszcz: 41.06 g; Kw. tł. nasy.: 19.24 g; Węglowodany ogółem: 244.50 g; W tym cukry: 91.56 g; Błonnik pok.: 21.43 g; Sól: 4.62 g; WW: 22.43 Por; : 18.37 %; : 61.67 %; Ener. z T: 23.31 %; Ener. z Bł.: 2.70 %; K: 3818.50 mg;	Wartość energetyczna: 2220.33 kcal; Białko ogółem: 101.62 g; Tłuszcz: 53.64 g; Kw. tł. nasy.: 22.58 g; Węglowodany ogółem: 355.87 g; W tym cukry: 104.53 g; Błonnik pok.: 31.03 g; Sól: 7.58 g; WW: 32.60 Por; : 18.31 %; : 64.11 %; Ener. z T: 21.74 %; Ener. z Bł.: 2.80 %; K: 5360.56 mg;	Wartość energetyczna: 2164.91 kcal; Białko ogółem: 98.49 g; Tłuszcz: 53.52 g; Kw. tł. nasy.: 22.58 g; Węglowodany ogółem: 346.77 g; W tym cukry: 104.36 g; Błonnik pok.: 28.01 g; Sól: 7.56 g; WW: 32.00 Por; : 18.20 %; : 64.07 %; Ener. z T: 22.25 %; Ener. z Bł.: 2.59 %; K: 5342.29 mg;

Jadłospisy za okres od dnia 2026-02-02 do dnia 2026-02-08 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- Wegetariańska	SIE- Pooperacyjna	SIE- Dzieci 1-3 lat Łatwo strawna	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż łatwostrawna	SIE- Z ogr.subst.pobudz.wydz.soków żołądkowych
2026-02-08 niedziela	Śniadanie	Płatki pszenne na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Ser mozzarella 50 g (MLE.) Hummus 80 g (SEZ.) Sałata zielona 20 g Papryka świeża 80 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Pomarańcza 150 g	Płatki pszenne na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Poledwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkiem wody parzona 50 g (GLU PSZ, SOJ. może zawierać: MLE, SEL, GOR.) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g	Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Płatki pszenne na mleku 250 ml (GLU PSZ, MLE.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Ser mozzarella 50 g (MLE.) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 25 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Płatki pszenne na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Ser mozzarella 50 g (MLE.) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Płatki pszenne na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Ser mozzarella 50 g (MLE.) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor b/skórki 80 g Sałata zielona 20 g Jabłko pieczone 150 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml
	II ŚN			Jabłko pieczone 150 g		
	Obiad	Ryżowa () 300 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane () 180 g Kotlety sojowe 100 g (SOJ.) Surówka Coleslaw () 100 g (JAJ, MLE, GOR.) Brokuł gotowany* 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Ryżowa () 300 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane () 180 g Udziec z kurczaka gotowany z/k z/s 130 g Cukinia pieczona z olejem * 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Rosół z makaronem () 250 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki gotowane () 90 g Udziec z kurczaka gotowany z/k z/s 60 g Brokuł gotowany* 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Rosół z makaronem () 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki gotowane () 180 g Udziec z kurczaka gotowany z/k z/s 130 g Brokuł gotowany* 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Rosół z makaronem () 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki gotowane () 180 g Udziec z kurczaka gotowany z/k z/s 130 g Cukinia pieczona z olejem * 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml
	PD		Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml	Kisiel o smaku wiśniowym z jabłkiem z/c 200 ml		
	Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 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 Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka zielonogórska- wieprzowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 50 g (SOJ, MLE, SEL. może zawierać: JAJ, GOR.) Dżem 25 g 1 szt Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka zielonogórska- wieprzowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 30 g (SOJ, MLE, SEL. może zawierać: JAJ, GOR.) Dżem 25 g 1 szt Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 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 Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Dżem 25 g 1 szt Szynka zielonogórska- wieprzowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 50 g (SOJ, MLE, SEL. może zawierać: JAJ, GOR.) Pomidor b/skórki 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
PN						

Jadłospisy za okres od dnia 2026-02-02 do dnia 2026-02-08 KUCHNIA SIEDLCE

	SIE- Wegetariańska	SIE- Pooperacyjna	SIE- Dzieci 1-3 lat Łatwo strawna	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż łatwostrawna	SIE- Z ogr.subst.pobudz.wydz.soków żołądkowych
2026-02-08 niedziela	Wartość energetyczna: 2200.30 kcal; Białko ogółem: 87.13 g; Tłuszcz: 69.08 g; Kw. tł. nasy.: 19.05 g; Węglowodany ogółem: 317.50 g; W tym cukry: 86.51 g; Błonnik pok.: 40.04 g; Sól: 6.52 g; WW: 27.81 Por; : 15.84 %; : 57.72 %; Ener. z T: 28.26 %; Ener. z Bł.: 3.64 %; K: 3676.99 mg;	Wartość energetyczna: 2176.49 kcal; Białko ogółem: 98.88 g; Tłuszcz: 62.35 g; Kw. tł. nasy.: 23.19 g; Węglowodany ogółem: 314.26 g; W tym cukry: 94.06 g; Błonnik pok.: 18.05 g; Sól: 8.14 g; WW: 29.69 Por; : 18.17 %; : 57.76 %; Ener. z T: 25.78 %; Ener. z Bł.: 1.66 %; K: 3550.47 mg;	Wartość energetyczna: 1632.49 kcal; Białko ogółem: 70.61 g; Tłuszcz: 48.32 g; Kw. tł. nasy.: 18.22 g; Węglowodany ogółem: 237.84 g; W tym cukry: 100.35 g; Błonnik pok.: 17.29 g; Sól: 4.02 g; WW: 22.10 Por; : 17.30 %; : 58.28 %; Ener. z T: 26.64 %; Ener. z Bł.: 2.12 %; K: 2678.11 mg;	Wartość energetyczna: 2307.49 kcal; Białko ogółem: 110.82 g; Tłuszcz: 63.88 g; Kw. tł. nasy.: 22.79 g; Węglowodany ogółem: 335.28 g; W tym cukry: 105.74 g; Błonnik pok.: 25.88 g; Sól: 7.69 g; WW: 30.94 Por; : 19.21 %; : 58.12 %; Ener. z T: 24.92 %; Ener. z Bł.: 2.24 %; K: 4081.35 mg;	Wartość energetyczna: 2230.92 kcal; Białko ogółem: 107.91 g; Tłuszcz: 73.12 g; Kw. tł. nasy.: 23.19 g; Węglowodany ogółem: 296.55 g; W tym cukry: 80.97 g; Błonnik pok.: 22.67 g; Sól: 7.50 g; WW: 27.42 Por; : 19.35 %; : 53.17 %; Ener. z T: 29.50 %; Ener. z Bł.: 2.03 %; K: 4042.87 mg;

Oznaczenia wskaźników odż.:

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

Białko ogółem - Białko ogółemwg rozp. 1169/2011,

Tłuszcz - Tłuszcz,

Węglowodany ogółem - Węglowodany ogółem,

Sól - Sól,

K - Potas,

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

Błonnik pok. - Błonnik pokarmowy,

- % energii z białka,

Ener. z T - % energii z tłuszczu,

- % energii z węglowodanów,

Ener. z Bł. - % energii z błonnika,

W tym cukry - w tym cukry,

WW - WW,