

Jadłospisy za okres od dnia 2024-07-08 do dnia 2024-07-14 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- Podstawowa/Ogólna	SIE- Podstawowa wzbogacona	SIE- Położnicza podstawowa	SIE- Położnicza łatwostrawna	SIE- Z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów
2024-07-08 poniedziałek	Śniadanie	Płatki pszenne na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE,) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Bułka graham-pszenna 60g 1 szt (GLU PSZ,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa, wędzona, z wodą dodaną. 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,) Miód (25g) 1 szt Ogórek świeży 80 g Mix sałat 20 g Gruszka 1szt. 150 g	Płatki pszenne na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE,) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Bułka graham-pszenna 60g 1 szt (GLU PSZ,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa, wędzona, z wodą dodaną. 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,) Miód (25g) 1 szt Ogórek świeży 80 g Mix sałat 20 g	Płatki pszenne na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE,) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka graham-pszenna 60g 1 szt (GLU PSZ,) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa, wędzona, z wodą dodaną. 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,) Miód (25g) 1 szt Ogórek świeży 80 g Mix sałat 20 g	Płatki pszenne na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE,) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (GLU PSZ, SOJ, MLE,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa, wędzona, z wodą dodaną. 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,) Miód (25g) 1 szt Pomidor 80 g Mix sałat 20 g	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE,) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka graham-pszenna 60g 1 szt (GLU PSZ,) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa, wędzona, z wodą dodaną. 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,) Serek a'la homogenizowany 50 g (MLE,) Ogórek świeży 80 g Mix sałat 20 g
	II ŚN		Gruszka 1szt. 150 g		Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Gruszka 1szt. 150 g
	Obiad	Fasolowa z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, SEL,) Makaron pełnoziarnisty z serem 300 g (GLU PSZ, MLE,) Mus z truskawek* 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Zupa wiosenna z cukinią i ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Makaron pełnoziarnisty z serem 300 g (GLU PSZ, MLE,) Mus z truskawek* 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Zupa wiosenna z cukinią i ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Kopytka ziemniaczane () 300 g (GLU PSZ, JAJ,) Sos szpinakowy* 80 ml (GLU PSZ,) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Surówka z marchwi z olejem () 200 g	Zupa wiosenna z cukinią i ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Makaron pełnoziarnisty z serem 300 g (GLU PSZ, MLE,) Mus z truskawek* b/c 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	
PD		Budyń o smaku waniliowym z/c 200 ml (MLE,) Mieszanka studencka 30 g (OZI, ORZ,)		Budyń o smaku waniliowym z/c 200 ml (MLE,) Biszkopty 30 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JEĆZ,)	Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło extra 82% 5 g (MLE,) Serek a'la fromage z ziołami 40 g (MLE,) Sałata zielona 20 g	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-07-08 do dnia 2024-07-14 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- Podstawowa/Ogólna	SIE- Podstawowa wzbogacona	SIE- Położnicza podstawowa	SIE- Położnicza łatwostrawna	SIE- Z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów
2024-07-08 poniedziałek	Kolacja	Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 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 z pierśią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalanej 30g (SOJ, SEL.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Sałata zielona 20 g Pomidorki koktajlowe 80 g Jogurt brzoskwinowy 150g 1 szt (MLE.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka z pierśią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalanej 30 g (SOJ, SEL.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Pomidorki koktajlowe 80 g Sałata zielona 20 g Jogurt brzoskwinowy 150g 1 szt (MLE.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka z pierśią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalanej 30 g (SOJ, SEL.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Pomidorki koktajlowe 80 g Sałata zielona 20 g Jogurt brzoskwinowy 150g 1 szt (MLE.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka z pierśią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalanej 30 g (SOJ, SEL.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Sałata zielona 20 g Jogurt brzoskwinowy 150g 1 szt (MLE.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Pomidorki koktajlowe 80 g	Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Chleb razowy pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka z pierśią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalanej 30 g (SOJ, SEL.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Sałata zielona 20 g Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Pomidorki koktajlowe 80 g
	PN	Mleko Smakowe UHT 1,5% tł 0,2l 1 szt (MLE.) Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 30 g				Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt Pieczywo chrupkie ekstrudowane-żytnie 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JECZ.)
		Wartość energetyczna: 2502.45 kcal; Białko ogółem: 99.90 g; Tłuszcz: 54.39 g; Kw. tł. nasy.: 24.30 g; Węglowodany ogółem: 409.33 g; W tym cukry: 91.57 g; Błonnik pok.: 35.05 g; Sól: 7.93 g; WW: 37.54 Por.; : 15.97 %; : 830.70 %; Ener. z T: 19.56 %; Ener. z Bł.: 2.80 %; K: 3174.58 mg;	Wartość energetyczna: 2842.45 kcal; Białko ogółem: 110.77 g; Tłuszcz: 67.12 g; Kw. tł. nasy.: 26.69 g; Węglowodany ogółem: 457.39 g; W tym cukry: 116.57 g; Błonnik pok.: 35.09 g; Sól: 8.15 g; WW: 42.35 Por.; : 15.59 %; : 934.64 %; Ener. z T: 21.25 %; Ener. z Bł.: 2.47 %; K: 3458.51 mg;	Wartość energetyczna: 2760.03 kcal; Białko ogółem: 106.58 g; Tłuszcz: 63.71 g; Kw. tł. nasy.: 26.45 g; Węglowodany ogółem: 444.89 g; W tym cukry: 116.00 g; Błonnik pok.: 27.48 g; Sól: 8.06 g; WW: 41.85 Por.; : 15.45 %; : 936.53 %; Ener. z T: 20.78 %; Ener. z Bł.: 1.99 %; K: 3138.55 mg;	Wartość energetyczna: 2928.05 kcal; Białko ogółem: 92.81 g; Tłuszcz: 63.27 g; Kw. tł. nasy.: 25.08 g; Węglowodany ogółem: 518.48 g; W tym cukry: 117.28 g; Błonnik pok.: 34.93 g; Sól: 10.35 g; WW: 48.48 Por.; : 12.68 %; : 1258.28 %; Ener. z T: 19.45 %; Ener. z Bł.: 2.39 %; K: 5012.87 mg;	Wartość energetyczna: 2270.19 kcal; Białko ogółem: 110.25 g; Tłuszcz: 55.08 g; Kw. tł. nasy.: 26.44 g; Węglowodany ogółem: 336.76 g; W tym cukry: 54.99 g; Błonnik pok.: 38.62 g; Sól: 8.32 g; WW: 29.83 Por.; : 19.43 %; : 869.26 %; Ener. z T: 21.84 %; Ener. z Bł.: 3.40 %; K: 3268.14 mg;
2024-07-09 wtorek	Śniadanie	Zacierka na mleku 300 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 25 g Twarożek z koperkiem 80 g (MLE.) Pomidor 80 g Rukola 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Zacierka na mleku 300 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 25 g Twarożek z koperkiem 80 g (MLE.) Pomidor 80 g Rukola 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Zacierka na mleku 300 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 25 g Twarożek z koperkiem 80 g (MLE.) Pomidor 80 g Rukola 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Zacierka na mleku 300 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 25 g Twarożek z koperkiem 80 g (MLE.) Pomidor 80 g Rukola 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE.) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 25 g Twarożek z koperkiem 80 g (MLE.) Pomidor 80 g Rukola 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml

Jadłospisy za okres od dnia 2024-07-08 do dnia 2024-07-14 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- Podstawowa/Ogólna	SIE- Podstawowa wzbogacona	SIE- Położnicza podstawowa	SIE- Położnicza łatwostrawna	SIE- Z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów	
2024-07-09 wtorek	II ŚN		Jabłko 1 szt 1 szt		Banan 150 g	Jabłko 150 g	
	Obiad	Szczawiowa z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryż na sypko (brązowy) 180 g Karczek pieczony 100 g (GLU PSZ.) Sos meksykański 80 g (GLU PSZ.) Surówka z pora i jabłka z koperkiem (z olejem) 100 g Buraczki gotowane () 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Szczawiowa z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Karczek pieczony 100 g (GLU PSZ.) Sos meksykański 80 g (GLU PSZ.) Ryż na sypko (brązowy) 180 g Surówka z pora i jabłka z koperkiem (z olejem) 100 g Buraczki gotowane () 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml		Ziemniaczana () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Szynka wieprzowa gotowana 100 g Sos własny () 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Ryż na sypko 180 g Buraczki gotowane () 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Szczawiowa z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Szynka wieprzowa gotowana 100 g Sos własny () 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Ryż na sypko (brązowy) 180 g Surówka z pora i jabłka z koperkiem (z olejem) 100 g Buraczki gotowane () 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml	
	PD		Drożdźówka mini 50g 50 g (GLU PSZ, JAJ.)			Sok pomidorowy 0,3l 1 szt	
	Kolacja	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony w ostonce niejadalnej. 50 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Ser mozzarella kulki 35 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 mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony w ostonce niejadalnej. 50 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Ser mozzarella kulki 35 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 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony w ostonce niejadalnej. 50 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Ser mozzarella kulki 35 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 Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony w ostonce niejadalnej. 50 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Ser mozzarella kulki 35 g (MLE.) 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 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony w ostonce niejadalnej. 50 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Ser mozzarella kulki 35 g (MLE.) Surówka z rzodkwi i czarnuszki 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	
	PN		Przecier owocowy jabłko-truskawka 120g 1 szt (może zawierać: MLE.)				Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 25 g (SOJ.) Sałata zielona 5 g

Jadłospisy za okres od dnia 2024-07-08 do dnia 2024-07-14 KUCHNIA SIEDLCE

	SIE- Podstawowa/Ogólna	SIE- Podstawowa wzbogacona	SIE- Położnicza podstawowa	SIE- Położnicza łatwostrawna	SIE- Z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów
2024-07-09 wtorek	Wartość energetyczna: 2487.89 kcal; Białko ogółem: 107.00 g; Tłuszcz: 79.16 g; Kw. tł. nasy.: 32.07 g; Węglowodany ogółem: 350.04 g; W tym cukry: 90.05 g; Błonnik pok.: 39.26 g; Sól: 8.48 g; WW: 31.13 Por; : 17.20 %; : 847.97 %; Ener. z T: 28.64 %; Ener. z Bł.: 3.16 %; K: 3827.96 mg;	Wartość energetyczna: 2658.31 kcal; Białko ogółem: 109.70 g; Tłuszcz: 82.21 g; Kw. tł. nasy.: 32.07 g; Węglowodany ogółem: 382.52 g; W tym cukry: 98.53 g; Błonnik pok.: 39.26 g; Sól: 8.67 g; WW: 34.38 Por; : 16.51 %; : 856.47 %; Ener. z T: 27.83 %; Ener. z Bł.: 2.95 %; K: 3828.13 mg;	Wartość energetyczna: 2647.51 kcal; Białko ogółem: 109.78 g; Tłuszcz: 82.37 g; Kw. tł. nasy.: 32.07 g; Węglowodany ogółem: 380.48 g; W tym cukry: 99.17 g; Błonnik pok.: 41.30 g; Sól: 8.48 g; WW: 33.98 Por; : 16.59 %; : 886.83 %; Ener. z T: 28.00 %; Ener. z Bł.: 3.12 %; K: 3939.73 mg;	Wartość energetyczna: 2549.83 kcal; Białko ogółem: 116.23 g; Tłuszcz: 52.97 g; Kw. tł. nasy.: 25.39 g; Węglowodany ogółem: 413.07 g; W tym cukry: 113.60 g; Błonnik pok.: 25.42 g; Sól: 7.28 g; WW: 38.88 Por; : 18.23 %; : 926.12 %; Ener. z T: 18.70 %; Ener. z Bł.: 1.99 %; K: 4284.69 mg;	Wartość energetyczna: 2221.69 kcal; Białko ogółem: 111.41 g; Tłuszcz: 64.57 g; Kw. tł. nasy.: 27.66 g; Węglowodany ogółem: 318.39 g; W tym cukry: 61.66 g; Błonnik pok.: 48.31 g; Sól: 10.79 g; WW: 27.08 Por; : 20.06 %; : 891.02 %; Ener. z T: 26.16 %; Ener. z Bł.: 4.35 %; K: 4058.95 mg;
2024-07-10 środa	Śniadanie	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (<u>MLE,</u>) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Paprykarz szczeciński 50 g (<u>RYB, SOJ,</u>) Pierś gotowana premium-dr, produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,</u>) Ogórek świeży 80 g Różponka 20 g		Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (<u>MLE,</u>) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 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>) Pierś gotowana premium-dr, produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ,</u>) Pomidor 80 g Różponka 20 g	Maślanka 150 ml (<u>MLE,</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Paprykarz szczeciński 50 g (<u>RYB, SOJ,</u>) Pierś gotowana premium-dr, produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,</u>) Ogórek świeży 80 g Różponka 20 g
	II ŚN		Kiwi 1 szt 1 szt	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Kiwi 1 szt 1 szt
Obiad	Pieczarkowa z makaronem () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Ziemniaki młode gotowane () 180 g Pulpet drobiowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>) Sos pietruszkowy () 80 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Fasolka szparagowa z wody* 100 g Marchew gotowana z olejem () 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Pieczarkowa z makaronem () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Pulpet drobiowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>) Ziemniaki młode gotowane () 180 g Sos pietruszkowy () 80 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Fasolka szparagowa z wody* 100 g Marchew gotowana z olejem () 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Jarzynowa z makaronem dieta () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>) Ziemniaki młode gotowane () 180 g Sos pietruszkowy () 80 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Marchew gotowana z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Pieczarkowa z makaronem () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Pulpet drobiowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>) Ziemniaki młode gotowane () 180 g Sos pietruszkowy () 80 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Fasolka szparagowa z wody* 100 g Marchew gotowana z olejem () 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-07-08 do dnia 2024-07-14 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- Podstawowa/Ogólna	SIE- Podstawowa wzbogacona	SIE- Położnicza podstawowa	SIE- Położnicza łatwostrawna	SIE- Z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów
2024-07-10 środa	PD		Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml (<u>MLE.</u>) Podpłomyki b/c 20 g (<u>GLU PSZ, MLE.</u>)			Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony osłonce niejadalnej 20 g (<u>SOJ.</u>) Sałata zielona 20 g
	Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 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>) Połędwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkiem wody wędzona parzona 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ.</u>) Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt (<u>MLE.</u>) Pomidorki koktajlowe 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 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Połędwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkiem wody wędzona parzona 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ.</u>) Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt (<u>MLE.</u>) Pomidorki koktajlowe 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 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt (<u>MLE.</u>) Połędwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkiem wody wędzona parzona 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ.</u>) Pomidorki koktajlowe 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 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Połędwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkiem wody wędzona parzona 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ.</u>) Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt (<u>MLE.</u>) Pomidorki koktajlowe 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	
	PN	Ciasto drożdżowe 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SO2.</u>)				Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt Pieczywo chrupkie ekstrudowane-żytnie 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>)
		Wartość energetyczna: 2176.40 kcal; Białko ogółem: 92.43 g; Tłuszcz: 63.24 g; Kw. tł. nasy.: 24.53 g; Węglowodany ogółem: 324.38 g; W tym cukry: 57.83 g; Błonnik pok.: 32.53 g; Sól: 9.16 g; WW: 29.35 Por; : 16.99 %; : 828.27 %; Ener. z T: 26.15 %; Ener. z Bł.: 2.99 %; K: 3708.76 mg;	Wartość energetyczna: 2454.60 kcal; Białko ogółem: 101.50 g; Tłuszcz: 68.20 g; Kw. tł. nasy.: 26.92 g; Węglowodany ogółem: 373.34 g; W tym cukry: 82.83 g; Błonnik pok.: 32.57 g; Sól: 9.38 g; WW: 34.25 Por; : 16.54 %; : 932.20 %; Ener. z T: 25.01 %; Ener. z Bł.: 2.65 %; K: 3992.70 mg;	Wartość energetyczna: 2488.77 kcal; Białko ogółem: 103.02 g; Tłuszcz: 65.59 g; Kw. tł. nasy.: 27.79 g; Węglowodany ogółem: 384.50 g; W tym cukry: 94.59 g; Błonnik pok.: 29.45 g; Sól: 9.05 g; WW: 35.55 Por; : 16.56 %; : 985.52 %; Ener. z T: 23.72 %; Ener. z Bł.: 2.37 %; K: 3884.73 mg;	Wartość energetyczna: 2059.10 kcal; Białko ogółem: 92.50 g; Tłuszcz: 60.78 g; Kw. tł. nasy.: 24.65 g; Węglowodany ogółem: 304.59 g; W tym cukry: 39.20 g; Błonnik pok.: 48.04 g; Sól: 9.39 g; WW: 25.87 Por; : 17.97 %; : 926.06 %; Ener. z T: 26.56 %; Ener. z Bł.: 4.67 %; K: 4121.77 mg;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-07-08 do dnia 2024-07-14 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- Podstawowa/Ogólna	SIE- Podstawowa wzbogacona	SIE- Położnicza podstawowa	SIE- Położnicza łatwostrawna	SIE- Z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów
2024-07-11 czwartek	Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka graham-pszenna 60g 1 szt (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Sałatka wiosenna () 200 g Banan 150 g	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka graham-pszenna 60g 1 szt (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Sałatka wiosenna () 200 g	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bułka graham-pszenna 60g 1 szt (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Sałatka wiosenna () 200 g Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.)	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (GLU PSZ, SOJ, MLE.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Sałatka wiosenna - diety 200 g Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.)	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Bułka graham-pszenna 60g 1 szt (GLU PSZ.) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Sałatka wiosenna () 200 g
	II ŚN			Banan 150 g		Jabłko 1 szt 1 szt
	Obiad	Barszcz biały z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT.) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami* 300 g (SEL, GLU JĘCZ.) Surówka z marchwi i jabłka z olejem () 100 g Surówka z kapusty białej z koperkiem i z olejem 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml	Barszcz biały z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT.) Naleśniki z serem 300 g (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Mus z jabłek () b/c 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml	Ziemniaczana () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami* 300 g (SEL, GLU JĘCZ.) Surówka z marchwi i jabłka z olejem () 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml	Ziemniaczana () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami* 300 g (SEL, GLU JĘCZ.) Surówka z marchwi i jabłka z olejem () 100 g Surówka z kapusty białej z koperkiem i z olejem b/c 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml	
PD			Herbatniki 30 g (GLU PSZ, SOJ, MLE.) Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (MLE.)		Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Połędwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkami wody wędzona parzona 20 g (GLU PSZ, SOJ.) Sałata zielona 20 g	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-07-08 do dnia 2024-07-14 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- Podstawowa/Ogólna	SIE- Podstawowa wzbogacona	SIE- Położnicza podstawowa	SIE- Położnicza łatwostrawna	SIE- Z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów
2024-07-11 czwartek	Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Leczo z drobiem-dieta () 300 g Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Arbuz 100 g			Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Leczo z drobiem-dieta () 300 g Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Arbuz 100 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Leczo z drobiem-dieta () 300 g Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PN	Wafle ryżowe 30 g Dżem 25 g 1 szt				Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt Pieczywo chrupkie ekstrudowane-żytnie 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)
		Wartość energetyczna: 2559.27 kcal; Białko ogółem: 98.31 g; Tłuszcz: 57.90 g; Kw. tł. nasy.: 16.52 g; Węglowodany ogółem: 427.32 g; W tym cukry: 142.15 g; Błonnik pok.: 40.31 g; Sól: 7.11 g; WW: 38.85 Por; : 15.37 %; : 1204.34 %; Ener. z T: 20.36 %; Ener. z Bł.: 3.15 %; K: 5002.19 mg;	Wartość energetyczna: 2780.07 kcal; Białko ogółem: 106.17 g; Tłuszcz: 63.45 g; Kw. tł. nasy.: 18.26 g; Węglowodany ogółem: 462.66 g; W tym cukry: 160.45 g; Błonnik pok.: 41.15 g; Sól: 7.51 g; WW: 42.33 Por; : 15.28 %; : 1304.15 %; Ener. z T: 20.54 %; Ener. z Bł.: 2.96 %; K: 5307.59 mg;	Wartość energetyczna: 2998.20 kcal; Białko ogółem: 114.79 g; Tłuszcz: 60.94 g; Kw. tł. nasy.: 19.95 g; Węglowodany ogółem: 508.97 g; W tym cukry: 172.66 g; Błonnik pok.: 32.07 g; Sól: 6.66 g; WW: 47.94 Por; : 15.31 %; : 1210.48 %; Ener. z T: 18.29 %; Ener. z Bł.: 2.14 %; K: 4285.74 mg;	Wartość energetyczna: 2896.67 kcal; Białko ogółem: 104.80 g; Tłuszcz: 73.10 g; Kw. tł. nasy.: 18.48 g; Węglowodany ogółem: 473.49 g; W tym cukry: 158.36 g; Błonnik pok.: 40.44 g; Sól: 7.98 g; WW: 43.43 Por; : 14.47 %; : 1231.71 %; Ener. z T: 22.71 %; Ener. z Bł.: 2.79 %; K: 5191.48 mg;	Wartość energetyczna: 2319.82 kcal; Białko ogółem: 101.30 g; Tłuszcz: 60.20 g; Kw. tł. nasy.: 17.61 g; Węglowodany ogółem: 362.68 g; W tym cukry: 69.95 g; Błonnik pok.: 56.48 g; Sól: 7.66 g; WW: 30.71 Por; : 17.47 %; : 1112.22 %; Ener. z T: 23.36 %; Ener. z Bł.: 4.87 %; K: 4886.38 mg;
2024-07-12 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 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Dżem 25 g 1 szt Serek wiejski lekki 3% tł 150g 1 szt (MLE.) Rzepa biała 80 g Sałata zielona 20 g Arbuz 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 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Dżem 25 g 1 szt Serek wiejski lekki 3% tł 150g 1 szt (MLE.) Rzepa biała 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.) Chleb razowy żytnio-pszenny 70 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.) Rzepa biała 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 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Dżem 25 g 1 szt Serek wiejski lekki 3% tł 150g 1 szt (MLE.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Maślanka 150 ml (MLE.) Kawa zbożowa b/c 250 ml (GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Serek wiejski lekki 3% tł 150g 1 szt (MLE.) Rzepa biała 80 g Sałata zielona 20 g

Jadłospisy za okres od dnia 2024-07-08 do dnia 2024-07-14 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- Podstawowa/Ogólna	SIE- Podstawowa wzbogacona	SIE- Położnicza podstawowa	SIE- Położnicza łatwostrawna	SIE- Z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów	
2024-07-12, piątek	II ŚN			Arbuz 150 g		Jabłko 1 szt 1 szt	
	Obiad	Szpinakowa z zacierką () 300 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.) Ziemniaki młode gotowane () 180 g Kotlet z ryby (Miruna) 120 g (GLU PSZ, JAJ, RYB.) Surówka z kapusty czerwonej z olejem 100 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 100 g (SEL.) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml			Szpinakowa z zacierką () 300 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.) Ziemniaki młode gotowane () 180 g Pulpet rybny (Miruna) 120 g (GLU PSZ, JAJ, RYB.) Sos koperkowy () 80 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g (SEL.) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml		Szpinakowa z zacierką () 300 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.) Ziemniaki młode gotowane () 180 g Pulpet rybny (Miruna) 120 g (GLU PSZ, JAJ, RYB.) Sos koperkowy () 80 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 100 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 100 g (SEL.) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml
	PD		Jogurt brzoskwinowy 150g 1 szt (MLE.)			Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Twarożek z koperkiem 30 g (MLE.) Sałata zielona 20 g	
	Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 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.) Serek homo z natką pietruszki 50 g (MLE.) Pomidor 80 g Mix sałat 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Serek homo z natką pietruszki 50 g (MLE.) Pomidor 80 g Mix sałat 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Serek homo z natką pietruszki 50 g (MLE.) Pomidor 80 g Mix sałat 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Serek homo z natką pietruszki 50 g (MLE.) Pomidor 80 g Mix sałat 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt		
	PN	Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (MLE.) Biszkopty b/m 30 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ.)					Sok pomidorowy 0,3l 1 szt Pieczywo chrupkie ekstrudowane-żytnie 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JECZ.)

Jadłospisy za okres od dnia 2024-07-08 do dnia 2024-07-14 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- Podstawowa/Ogólna	SIE- Podstawowa wzbogacona	SIE- Położnicza podstawowa	SIE- Położnicza łatwostrawna	SIE- Z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów
2024-07-12 piątek		Wartość energetyczna: 2668.21 kcal; Białko ogółem: 112.14 g; Tłuszcz: 77.91 g; Kw. tł. nasy.: 22.75 g; Węglowodany ogółem: 395.02 g; W tym cukry: 118.77 g; Błonnik pok.: 36.13 g; Sól: 7.91 g; WW: 36.00 Por; : 16.81 %; : 1179.38 %; Ener. z T: 26.28 %; Ener. z Bł.: 2.71 %; K: 4192.64 mg;	Wartość energetyczna: 2756.21 kcal; Białko ogółem: 115.24 g; Tłuszcz: 80.11 g; Kw. tł. nasy.: 24.07 g; Węglowodany ogółem: 409.02 g; W tym cukry: 127.77 g; Błonnik pok.: 36.58 g; Sól: 8.01 g; WW: 37.40 Por; : 16.72 %; : 1261.43 %; Ener. z T: 26.16 %; Ener. z Bł.: 2.65 %; K: 4492.64 mg;	Wartość energetyczna: 2750.81 kcal; Białko ogółem: 115.28 g; Tłuszcz: 80.19 g; Kw. tł. nasy.: 24.07 g; Węglowodany ogółem: 408.00 g; W tym cukry: 128.09 g; Błonnik pok.: 37.60 g; Sól: 7.92 g; WW: 37.20 Por; : 16.76 %; : 1276.61 %; Ener. z T: 26.24 %; Ener. z Bł.: 2.73 %; K: 4548.44 mg;	Wartość energetyczna: 2637.20 kcal; Białko ogółem: 118.88 g; Tłuszcz: 67.01 g; Kw. tł. nasy.: 23.07 g; Węglowodany ogółem: 402.94 g; W tym cukry: 125.68 g; Błonnik pok.: 28.75 g; Sól: 8.31 g; WW: 37.56 Por; : 18.03 %; : 1262.86 %; Ener. z T: 22.87 %; Ener. z Bł.: 2.18 %; K: 4403.02 mg;	Wartość energetyczna: 2177.49 kcal; Białko ogółem: 106.57 g; Tłuszcz: 58.33 g; Kw. tł. nasy.: 19.61 g; Węglowodany ogółem: 327.96 g; W tym cukry: 54.11 g; Błonnik pok.: 50.60 g; Sól: 9.99 g; WW: 27.86 Por; : 19.58 %; : 970.26 %; Ener. z T: 24.11 %; Ener. z Bł.: 4.65 %; K: 3936.22 mg;
2024-07-13 sobota	Śniadanie	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (MLE, GLU JĘCZ.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Parówki z szynki-kiełbasa wieprzowa, homogenizowana, wędzona, parzona 60 g Ketchup 20 g (SEL.) Ser żółty 25 g (MLE.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kiwi 1 szt 1 szt	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (MLE, GLU JĘCZ.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Parówki z szynki-kiełbasa wieprzowa, homogenizowana, wędzona, parzona 60 g Ketchup 20 g (SEL.) Ser żółty 25 g (MLE.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (MLE, GLU JĘCZ.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Parówki z szynki-kiełbasa wieprzowa, homogenizowana, wędzona, parzona 60 g Ser żółty 25 g (MLE.) Ketchup 20 g (SEL.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (MLE, GLU JĘCZ.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Pierś gotowana premium-dr, produkt grubo rozdrobniony, parzony w ostrońce niejadalnej. 50 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Miód (25g) 1 szt Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Pierś gotowana premium-dr, produkt grubo rozdrobniony, parzony w ostrońce niejadalnej. 50 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Ser żółty 25 g (MLE.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g
	II ŚN		Kiwi 1 szt 1 szt		Banan 1szt. 1 szt	Kiwi 1 szt 1 szt
	Obiad	Koperkowa z ryżem () 300 ml (MLE, SEL.) Kasza jaglana na sypko 180 g Gulasz wołowy 150 g (GLU PSZ.) Surówka z selera i jabłka z olejem () 100 g (SEL.) Buraczki gotowane drobno tarte () 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt				Koperkowa z ryżem () 300 ml (MLE, SEL.) Kasza jaglana na sypko 180 g Gulasz wołowy 150 g (GLU PSZ.) Surówka z selera i jabłka z olejem () b/c 100 g (SEL.) Buraczki gotowane drobno tarte() b/c 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt

Jadłospisy za okres od dnia 2024-07-08 do dnia 2024-07-14 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- Podstawowa/Ogólna	SIE- Podstawowa wzbogacona	SIE- Położnicza podstawowa	SIE- Położnicza łatwostrawna	SIE- Z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów
2024-07-13 sobota	PD		Wafelki 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u>) Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml (<u>MLE.</u>)			Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt
	Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 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 z soczewicy () 60 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalanej 25 g (<u>SOJ, SEL.</u>) Ogórek świeży 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 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Paszтет z soczewicy () 60 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalanej 25 g (<u>SOJ, SEL.</u>) Ogórek świeży 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 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa, wędzona, z wodą dodaną. 50 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalanej 25 g (<u>SOJ, SEL.</u>) 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 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Paszтет z soczewicy () 60 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalanej 25 g (<u>SOJ, SEL.</u>) Ogórek świeży 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	
	PN	Bułka maślana 1 szt 1 szt (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>)				Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Połudwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 25 g (<u>SOJ.</u>) Sałata zielona 5 g
		Wartość energetyczna: 2705.40 kcal; Białko ogółem: 106.47 g; Tłuszcz: 84.62 g; Kw. tł. nasy.: 33.07 g; Węglowodany ogółem: 396.21 g; W tym cukry: 74.01 g; Błonnik pok.: 39.99 g; Sól: 9.61 g; WW: 35.65 Por; : 15.74 %; : 815.80 %; Ener. z T: 28.15 %; Ener. z Bł.: 2.96 %; K: 3647.52 mg;	Wartość energetyczna: 3068.80 kcal; Białko ogółem: 114.70 g; Tłuszcz: 97.95 g; Kw. tł. nasy.: 41.16 g; Węglowodany ogółem: 448.77 g; W tym cukry: 99.01 g; Błonnik pok.: 40.03 g; Sól: 9.98 g; WW: 40.92 Por; : 14.95 %; : 919.73 %; Ener. z T: 28.73 %; Ener. z Bł.: 2.61 %; K: 3931.46 mg;	Wartość energetyczna: 2925.64 kcal; Białko ogółem: 114.26 g; Tłuszcz: 66.51 g; Kw. tł. nasy.: 29.26 g; Węglowodany ogółem: 482.26 g; W tym cukry: 126.61 g; Błonnik pok.: 31.05 g; Sól: 10.12 g; WW: 45.21 Por; : 15.62 %; : 978.91 %; Ener. z T: 20.46 %; Ener. z Bł.: 2.12 %; K: 4010.82 mg;	Wartość energetyczna: 2212.33 kcal; Białko ogółem: 104.30 g; Tłuszcz: 65.89 g; Kw. tł. nasy.: 26.68 g; Węglowodany ogółem: 322.67 g; W tym cukry: 40.94 g; Błonnik pok.: 49.74 g; Sól: 7.95 g; WW: 27.31 Por; : 18.86 %; : 803.19 %; Ener. z T: 26.80 %; Ener. z Bł.: 4.50 %; K: 3845.79 mg;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-07-08 do dnia 2024-07-14 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- Podstawowa/Ogólna	SIE- Podstawowa wzbogacona	SIE- Położnicza podstawowa	SIE- Położnicza łatwostrawna	SIE- Z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów
2024-07-14 niedziela	Śniadanie	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Ser mozzarella kulki 35 g (MLE.) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (SOJ.) Pomidorki koktajlowe 80 g Mix sałat 20 g Jabłko 1 szt 1 szt	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Ser mozzarella kulki 35 g (MLE.) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (SOJ.) Pomidorki koktajlowe 80 g Mix sałat 20 g	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Ser mozzarella kulki 35 g (MLE.) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (SOJ.) Pomidorki koktajlowe 80 g Mix sałat 20 g	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (SOJ.) Ser mozzarella kulki 35 g (MLE.) Pomidorki koktajlowe 80 g Mix sałat 20 g	Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Ser mozzarella kulki 35 g (MLE.) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (SOJ.) Pomidorki koktajlowe 80 g Mix sałat 20 g
	II ŚN			Jabłko 1 szt 1 szt	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Jabłko 1 szt 1 szt
	Obiad		Rosół z makaronem () 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki młode gotowane () 180 g Ćwiartka z kurczaka pieczona 130 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g Fasolka szparagowa z wody* 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml			Rosół z makaronem () 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki młode gotowane () 180 g Ćwiartka z kurczaka gotowana 100 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g Fasolka szparagowa z wody* 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml
PD				Ciasto drożdżowe 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, S02.)		Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Szynka zielonogórska- wp. parzona 20 g (SOJ.) Sałata zielona 20 g

Jadłospisy za okres od dnia 2024-07-08 do dnia 2024-07-14 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- Podstawowa/Ogólna	SIE- Podstawowa wzbogacona	SIE- Położnicza podstawowa	SIE- Położnicza łatwostrawna	SIE- Z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów
2024-07-14 niedziela	Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 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>) Dżem 25 g 1 szt Połudwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkim wody wędzona parzona 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ.</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 razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Dżem 25 g 1 szt Połudwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkim wody wędzona parzona 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ.</u>) Rzodkiew biała 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 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Dżem 25 g 1 szt Połudwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkim wody wędzona parzona 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ.</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Szynka gotowana wieprzowa wędzona parzona, zawiera wodę dodaną, w siatce niejadalnej 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ.</u>) Połudwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkim wody wędzona parzona 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ.</u>) Rzodkiew biała 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	
	PN	Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt Podłomyki b/c 20 g (<u>GLU PSZ, MLE.</u>)				Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt Pieczywo chrupkie ekstrudowane-żytnie 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>)
		Wartość energetyczna: 2435.14 kcal; Białko ogółem: 120.72 g; Tłuszcz: 76.08 g; Kw. tł. nasy.: 30.26 g; Węglowodany ogółem: 333.05 g; W tym cukry: 96.39 g; Błonnik pok.: 32.38 g; Sól: 8.94 g; WW: 30.28 Por; : 19.83 %; : 801.91 %; Ener. z T: 28.12 %; Ener. z Bł.: 2.66 %; K: 3921.93 mg;	Wartość energetyczna: 2654.64 kcal; Białko ogółem: 126.22 g; Tłuszcz: 83.08 g; Kw. tł. nasy.: 31.61 g; Węglowodany ogółem: 366.05 g; W tym cukry: 96.39 g; Błonnik pok.: 33.53 g; Sól: 9.40 g; WW: 33.48 Por; : 19.02 %; : 801.91 %; Ener. z T: 28.17 %; Ener. z Bł.: 2.53 %; K: 3921.93 mg;	Wartość energetyczna: 2649.24 kcal; Białko ogółem: 126.26 g; Tłuszcz: 83.16 g; Kw. tł. nasy.: 31.61 g; Węglowodany ogółem: 365.03 g; W tym cukry: 96.71 g; Błonnik pok.: 34.55 g; Sól: 9.31 g; WW: 33.28 Por; : 19.06 %; : 817.09 %; Ener. z T: 28.25 %; Ener. z Bł.: 2.61 %; K: 3977.73 mg;	Wartość energetyczna: 2565.17 kcal; Białko ogółem: 117.06 g; Tłuszcz: 73.36 g; Kw. tł. nasy.: 29.46 g; Węglowodany ogółem: 370.48 g; W tym cukry: 96.12 g; Błonnik pok.: 24.77 g; Sól: 9.04 g; WW: 34.78 Por; : 18.25 %; : 888.32 %; Ener. z T: 25.74 %; Ener. z Bł.: 1.93 %; K: 3496.79 mg;	Wartość energetyczna: 2266.44 kcal; Białko ogółem: 123.72 g; Tłuszcz: 75.99 g; Kw. tł. nasy.: 31.31 g; Węglowodany ogółem: 290.97 g; W tym cukry: 38.53 g; Błonnik pok.: 49.04 g; Sól: 9.60 g; WW: 24.40 Por; : 21.84 %; : 850.60 %; Ener. z T: 30.18 %; Ener. z Bł.: 4.33 %; K: 4231.74 mg;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-07-08 do dnia 2024-07-14 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
2024-07-08 poniedziałek	Śniadanie	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka graham-pszenna 60g 1 szt (<u>GLU PSZ.</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>) Ogórek świeży 80 g Mix sałat 20 g	Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa,wędzona,z wodą dodaną. 50 g (<u>SOJ. może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Serek a'la homogenizowany 50 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 80 g Mix sałat 20 g	Płynna śniadanie mleczna-SIED 500 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>)	Płynna śniadanie bezmleczna-SIED 500 ml (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>)	Płatki pszenne na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa,wędzona,z wodą dodaną. 50 g (<u>SOJ. może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Miód (25g) 1 szt Kalafior gotowany* 100 g
	II ŚN	Gruszka 1szt. 150 g	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Budyń o smaku waniliowym b/c 200 ml (<u>MLE.</u>)	Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt
	Obiad	Zupa wiosenna z cukinią i ziemniakami* (bez mleka) 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Makaron pełnoziarnisty 180 g (<u>GLU PSZ.</u>) Pulpet drobiowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos szpinakowy* 80 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Surówka z marchwi z olejem b/c () 200 g	Zupa wiosenna z cukinią i ziemniakami () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Makaron 180 g (<u>GLU PSZ.</u>) Pulpet drobiowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos szpinakowy* 80 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Surówka z marchwi z olejem b/c () 200 g	Płynna obiad*()-SIED 500 ml (<u>SEL.</u>)		Zupa wiosenna z cukinią i ziemniakami () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Makaron 180 g (<u>GLU PSZ.</u>) Pulpet drobiowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos szpinakowy* 80 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g (<u>SEL.</u>) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
PD	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 20 g Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Serek a'la fromage z ziołami 40 g (<u>MLE.</u>) Sałata zielona 20 g	Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml		Budyń o smaku waniliowym z/c 200 ml (<u>MLE.</u>)	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-07-08 do dnia 2024-07-14 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
2024-07-08 poniedziałek	Kolacja	Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Chleb razowy pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona,w osłonce niejadalanej 30 g (SOJ, SEL.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Sałata zielona 20 g Pomidorki koktajlowe 80 g	Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona,w osłonce niejadalanej 30 g (SOJ, SEL.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Sałata zielona 20 g Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Pomidorki koktajlowe 80 g	Płynna kolacja *(-)-SIED 500 ml (SEL.)		Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona,w osłonce niejadalanej 30 g (SOJ, SEL.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Brokuł gotowany* 100 g Jogurt brzoskwinowy 150g 1 szt (MLE.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PN	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt Pieczywo chrupkie ekstrudowane-żytnie 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt		Mleko Smakowe UHT 1,5% tł 0,2l 1 szt (MLE.)
		Wartość energetyczna: 2178.73 kcal; Białko ogółem: 93.50 g; Tłuszcz: 57.06 g; Kw. tł. nasy.: 12.06 g; Węglowodany ogółem: 333.29 g; W tym cukry: 51.46 g; Błonnik pok.: 45.36 g; Sól: 9.66 g; WW: 28.80 Por; : 17.17 %; : 803.31 %; Ener. z T: 23.57 %; Ener. z Bł.: 4.16 %; K: 3205.11 mg;	Wartość energetyczna: 2372.45 kcal; Białko ogółem: 107.04 g; Tłuszcz: 66.39 g; Kw. tł. nasy.: 26.00 g; Węglowodany ogółem: 349.04 g; W tym cukry: 52.96 g; Błonnik pok.: 34.25 g; Sól: 9.85 g; WW: 31.42 Por; : 18.05 %; : 775.27 %; Ener. z T: 25.19 %; Ener. z Bł.: 2.89 %; K: 3582.47 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 %; : 1017.71 %; Ener. z T: 33.52 %; Ener. z Bł.: 2.73 %; K: 5303.66 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 %; : 489.75 %; Ener. z T: 32.69 %; Ener. z Bł.: 3.14 %; K: 4454.96 mg;	Wartość energetyczna: 2718.63 kcal; Białko ogółem: 107.37 g; Tłuszcz: 71.43 g; Kw. tł. nasy.: 26.31 g; Węglowodany ogółem: 426.75 g; W tym cukry: 103.32 g; Błonnik pok.: 34.11 g; Sól: 9.73 g; WW: 39.22 Por; : 15.80 %; : 994.68 %; Ener. z T: 23.65 %; Ener. z Bł.: 2.51 %; K: 4074.93 mg;
2024-07-09 wtorek	Śniadanie	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 25 g (SOJ.) Pomidor 80 g Rukola 20 g	Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 25 g Twarożek z koperkiem 80 g (MLE.) Pomidor 80 g Rukola 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Płynna śniadanie mleczna-SIED 500 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE.)	Płynna śniadanie bezmleczna-SIED 500 ml (GLU PSZ, JAJ.)	Zacierka na mleku 300 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 25 g Twarożek z koperkiem 80 g (MLE.) Dyńia z wody 100 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml

Jadłospisy za okres od dnia 2024-07-08 do dnia 2024-07-14 KUCHNIA SIEDLCE

	SIE- Z ogr. łatwoprzyswajalnych węgl. b/ml	SIE- Cukrzyca lekko strawna	SIE- Płynna 3x/Płynna wzb. 5x	SIE- Płynna wzbogacona b/ml	SIE- Papkowata
II ŚN	Jabłko 150 g	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.)	Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml	Banan 150 g
Obiad	Brokułowa z ziemniakami (bez mleka) () 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Szynka wieprzowa gotowana 100 g Sos własny () 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Ryż na sypko (brązowy) 180 g Surówka z pora i jabłka z koperkiem (z olejem) 100 g Buraczki gotowane () 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml	Brokułowa z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Szynka wieprzowa gotowana 100 g Sos własny () 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Ryż na sypko 180 g Buraczki gotowane () 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml	Płynna obiad*(-)-SIED 500 ml (SEL.)		Brokułowa z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Klopsik wieprzowy 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos własny () 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki młode gotowane () 180 g Buraczki gotowane () 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml
PD	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt		Kisiel o smaku wiśniowym b/c 150 ml		Drożdżówka mini 50g 50 g (GLU PSZ, JAJ.)
Kolacja	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 120 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.) Surówka z rzodkwi i czarnuszki 80 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy,grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Ser mozzarella kulki 35 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 z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy,grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 25 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Serek a'la homogenizowany 80 g (MLE.) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
PN	Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 25 g (SOJ.) Sałata zielona 5 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 25 g (SOJ.) Sałata zielona 5 g	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt		Przecier owocowy jabłko-truskawka 120g 1 szt (może zawierać: MLE.)

2024-07-09 wtorek

Jadłospisy za okres od dnia 2024-07-08 do dnia 2024-07-14 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
2024-07-09 wtorek	Wartość energetyczna: 2021.32 kcal; Białko ogółem: 97.34 g; Tłuszcz: 60.86 g; Kw. tł. nasy.: 13.98 g; Węglowodany ogółem: 302.86 g; W tym cukry: 45.92 g; Błonnik pok.: 48.79 g; Sól: 11.71 g; WW: 25.44 Por; : 19.26 %; : 835.00 %; Ener. z T: 27.10 %; Ener. z Bł.: 4.83 %; K: 3882.32 mg;	Wartość energetyczna: 2180.90 kcal; Białko ogółem: 111.09 g; Tłuszcz: 52.49 g; Kw. tł. nasy.: 26.76 g; Węglowodany ogółem: 329.11 g; W tym cukry: 51.51 g; Błonnik pok.: 27.74 g; Sól: 11.11 g; WW: 30.17 Por; : 20.37 %; : 701.15 %; Ener. z T: 21.66 %; Ener. z Bł.: 2.54 %; K: 3406.32 mg;	Wartość energetyczna: 2067.69 kcal; Białko ogółem: 93.43 g; Tłuszcz: 80.06 g; Kw. tł. nasy.: 17.98 g; Węglowodany ogółem: 257.20 g; W tym cukry: 68.96 g; Błonnik pok.: 29.69 g; Sól: 2.17 g; WW: 22.53 Por; : 18.07 %; : 976.35 %; Ener. z T: 34.85 %; Ener. z Bł.: 2.87 %; K: 5319.46 mg;	Wartość energetyczna: 1869.82 kcal; Białko ogółem: 73.92 g; Tłuszcz: 68.81 g; Kw. tł. nasy.: 8.76 g; Węglowodany ogółem: 252.96 g; W tym cukry: 59.99 g; Błonnik pok.: 29.72 g; Sól: 1.54 g; WW: 22.10 Por; : 15.81 %; : 483.10 %; Ener. z T: 33.12 %; Ener. z Bł.: 3.18 %; K: 4454.56 mg;	Wartość energetyczna: 2539.75 kcal; Białko ogółem: 111.98 g; Tłuszcz: 56.47 g; Kw. tł. nasy.: 24.00 g; Węglowodany ogółem: 403.28 g; W tym cukry: 116.91 g; Błonnik pok.: 26.67 g; Sól: 7.24 g; WW: 37.68 Por; : 17.64 %; : 1072.09 %; Ener. z T: 20.01 %; Ener. z Bł.: 2.10 %; K: 4703.68 mg;
2024-07-10 środa	Śniadanie Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Paprykarz szczeciński 50 g (<u>RYB, SOJ.</u>) Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w ostonce niejadalnej 50 g (<u>SOJ, SEL.</u>) Ogórek świeży 80 g Rozsponka 20 g	Maślanka 150 ml (<u>MLE.</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Pierś gotowana premium-dr, produkt grubo rozdrobniony, parzony w ostonce niejadalnej. 50 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Pomidor 80 g Rozsponka 20 g	Płynna śniadanie mleczna-SIED 500 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>)	Płynna śniadanie bezmleczna-SIED 500 ml (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>)	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (<u>MLE.</u>) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Pierś gotowana premium-dr, produkt grubo rozdrobniony, parzony w ostonce niejadalnej. 50 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Kalafior gotowany* 100 g
II ŚN	Kiwi 1 szt 1 szt	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml (<u>MLE.</u>)	Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt
Obiad	Jarzynowa z makaronem (bez mleka) () 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Pulpet drobiowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos pietruszkowy (bez mleka) 80 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Ziemniaki młode gotowane () 180 g Marchew gotowana z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Jarzynowa z makaronem dieta () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Pulpet drobiowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Ziemniaki młode gotowane () 180 g Sos pietruszkowy () 80 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Marchew gotowana z olejem () 100 g Fasolka szparagowa z wody* 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna obiad*()-SIED 500 ml (<u>SEL.</u>)		Jarzynowa z makaronem dieta () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Pulpet drobiowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos pietruszkowy () 80 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki młode gotowane () 180 g Marchew gotowana z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt

Jadłospisy za okres od dnia 2024-07-08 do dnia 2024-07-14 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
2024-07-10 środa	PD	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ. GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 20 g (SOJ.) Sałata zielona 20 g	Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 20 g (SOJ.) Sałata zielona 20 g	Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml		Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml (MLE.)
	Kolacja	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (GLU PSZ. GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Połudwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkiem wody wędzona parzona 50 g (GLU PSZ. SOJ.) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 25 g Pomidorki koktajlowe 80 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ. GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Połudwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkiem wody wędzona parzona 50 g (GLU PSZ. SOJ.) Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt (MLE.) Pomidorki koktajlowe 80 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Sałata zielona 20 g	Płynna kolacja *()-SIED 500 ml (SEL.)		Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ. GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt (MLE.) Połudwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkiem wody wędzona parzona 50 g (GLU PSZ. SOJ.) Brokuł gotowany* 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PN	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt Pieczywo chrupkie ekstrudowane-żytnie 30 g (GLU PSZ. GLU ŻYT. GLU JECZ.)	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt		Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt
			Wartość energetyczna: 1967.45 kcal; Białko ogółem: 83.90 g; Tłuszcz: 55.63 g; Kw. tł. nasy.: 12.55 g; Węglowodany ogółem: 302.50 g; W tym cukry: 35.68 g; Błonnik pok.: 50.32 g; Sól: 10.25 g; WW: 25.30 Por; : 17.06 %; : 875.75 %; Ener. z T: 25.45 %; Ener. z Bł.: 5.11 %; K: 3997.39 mg;	Wartość energetyczna: 2029.25 kcal; Białko ogółem: 90.81 g; Tłuszcz: 58.21 g; Kw. tł. nasy.: 25.52 g; Węglowodany ogółem: 297.83 g; W tym cukry: 42.39 g; Błonnik pok.: 30.98 g; Sól: 9.78 g; WW: 26.81 Por; : 17.90 %; : 768.45 %; Ener. z T: 25.82 %; Ener. z Bł.: 3.05 %; K: 3272.65 mg;	Wartość energetyczna: 2203.82 kcal; Białko ogółem: 93.81 g; Tłuszcz: 81.09 g; Kw. tł. nasy.: 18.58 g; Węglowodany ogółem: 288.64 g; W tym cukry: 91.91 g; Błonnik pok.: 29.74 g; Sól: 2.17 g; WW: 25.72 Por; : 17.03 %; : 1024.38 %; Ener. z T: 33.11 %; Ener. z Bł.: 2.70 %; K: 5303.79 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 %; : 489.75 %; Ener. z T: 32.69 %; Ener. z Bł.: 3.14 %; K: 4454.96 mg;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-07-08 do dnia 2024-07-14 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
2024-07-11 czwartek	Śniadanie	Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka graham-pszenna 60g 1 szt (GLU PSZ.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 75 g (SOJ.) Sałatka wiosenna () 200 g	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Sałatka wiosenna - diety 200 g	Płynna śniadanie mleczna-SIED 500 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE.)	Płynna śniadanie bezmleczna-SIED 500 ml (GLU PSZ, JAJ.)	Kasza manna na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Dżem 25 g 1 szt Marchew gotowana z olejem () 100 g
	II ŚN	Jabłko 1 szt 1 szt	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE.)	Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml	Banan 150 g
	Obiad	Ziemniaczana (bez mleka) () 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami* 300 g (SEL, GLU JECZ.) Surówka z marchwi i jabłka z olejem () 100 g Surówka z kapusty białej z koperkiem i z olejem b/c 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml	Ziemniaczana () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami* 300 g (SEL, GLU JECZ.) Surówka z marchwi i jabłka z olejem () 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml	Płynna obiad*()-SIED 500 ml (SEL.)		Ziemniaczana () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Pulpet wieprzowy 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos pomidorowy 80 ml (GLU PSZ.) Surówka z marchwi i jabłka z olejem () 200 g Ziemniaki młode gotowane () 180 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 Połudwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkim wody wędzona parzona 20 g (GLU PSZ, SOJ.) Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Połudwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkim wody wędzona parzona 20 g (GLU PSZ, SOJ.) Sałata zielona 20 g	Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml		Kisiel o smaku cytrynowym z/c 200 ml	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-07-08 do dnia 2024-07-14 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		
2024-07-11 czwartek	Kolacja	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Leczo z drobiem-dieta () 300 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Arbuz 100 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Leczo z drobiem-dieta () 300 g Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Arbuz 100 g	Płynna kolacja *(-)-SIED 500 ml (SEL.)		Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Serek a`la homogenizowany z ziołami 150 g (MLE.) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 100 g (SEL.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	
		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	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt		Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt
			Wartość energetyczna: 2262.80 kcal; Białko ogółem: 96.95 g; Tłuszcz: 55.41 g; Kw. tł. nasy.: 9.57 g; Węglowodany ogółem: 365.16 g; W tym cukry: 74.41 g; Błonnik pok.: 57.08 g; Sól: 8.45 g; WW: 30.91 Por; : 17.14 %; : 1187.81 %; Ener. z T: 22.04 %; Ener. z Bł.: 5.05 %; K: 4710.05 mg;	Wartość energetyczna: 2442.84 kcal; Białko ogółem: 97.00 g; Tłuszcz: 67.92 g; Kw. tł. nasy.: 18.08 g; Węglowodany ogółem: 378.70 g; W tym cukry: 81.59 g; Błonnik pok.: 43.12 g; Sól: 8.76 g; WW: 33.54 Por; : 15.88 %; : 1052.13 %; Ener. z T: 25.02 %; Ener. z Bł.: 3.53 %; K: 4391.77 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 %; : 958.15 %; Ener. z T: 34.67 %; Ener. z Bł.: 2.89 %; K: 5141.86 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 %; : 489.75 %; Ener. z T: 32.69 %; Ener. z Bł.: 3.14 %; K: 4454.96 mg;	Wartość energetyczna: 2661.57 kcal; Białko ogółem: 102.67 g; Tłuszcz: 61.30 g; Kw. tł. nasy.: 24.34 g; Węglowodany ogółem: 444.30 g; W tym cukry: 165.58 g; Błonnik pok.: 37.33 g; Sól: 7.57 g; WW: 40.87 Por; : 15.43 %; : 1107.05 %; Ener. z T: 20.73 %; Ener. z Bł.: 2.81 %; K: 5075.73 mg;
2024-07-12 piątek	Śniadanie	Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw ostonce niejadalnej 75 g (SOJ.) Rzepa biała 80 g Kawa zbożowa b/c 250 ml (GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Sałata zielona 20 g	Maślanka 150 ml (MLE.) Kawa zbożowa b/c 250 ml (GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Serek wiejski lekki 3% tł 150g 1 szt (MLE.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Płynna śniadanie mleczna-SIED 500 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE.)	Płynna śniadanie bezmleczna-SIED 500 ml (GLU PSZ, JAJ.)	Kasza manna na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 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.) Dyńa z wody 100 g	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-07-08 do dnia 2024-07-14 KUCHNIA SIEDLCE

	SIE- Z ogr. łatwoprzyswajalnych węgl. b/ml	SIE- Cukrzyca lekko strawna	SIE- Płynna 3x/Płynna wzb. 5x	SIE- Płynna wzbogacona b/ml	SIE- Papkowata
II ŚN	Jabłko 1 szt 1 szt	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE.)	Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt
Obiad	Szpinakowa z zacierką (bez mleka) () 300 ml (GLU PSZ, JAJ, SEL.) Ziemniaki młode gotowane () 180 g Pulpet rybny (Miruna) 120 g (GLU PSZ, JAJ, RYB.) Sos koperkowy *(bez mleka) 80 ml (GLU PSZ.) Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 200 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 100 g (SEL.) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml	Szpinakowa z zacierką () 300 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.) Ziemniaki młode gotowane () 180 g Pulpet rybny (Miruna) 120 g (GLU PSZ, JAJ, RYB.) Sos koperkowy () 80 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g (SEL.) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml	Płynna obiad*(-)-SIED 500 ml (SEL.)		Szpinakowa z zacierką () 300 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.) Ziemniaki młode gotowane () 180 g Pulpet rybny (Miruna) 120 g (GLU PSZ, JAJ, RYB.) Sos koperkowy () 80 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g (SEL.) 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 Szynka gotowana wieprzowa wędzona parzona,zawiera wodę dodaną, w siatce niejadalnej 20 g (GLU PSZ, SOJ.) Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Twarożek z koperkiem 30 g (MLE.) Sałata zielona 20 g	Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml		Jogurt brzoskwinowy 150g 1 szt (MLE.)
Kolacja	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Jajko gotowane kl M 2 szt (JAJ.) Pomidor 80 g Mix sałat 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Serek homo z natką pietruszki 50 g (MLE.) Pomidor 80 g Mix sałat 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna kolacja*(-)-SIED 500 ml (SEL.)		Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Jajko gotowane kl M 2 szt (JAJ.) Brokuł gotowany* 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
PN	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt Pieczywo chrupkie ekstrudowane-żytnie 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt		Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (MLE.) Biszkopty b/m 30 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ.)

Jadłospisy za okres od dnia 2024-07-08 do dnia 2024-07-14 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
2024-07-12 piątek	Wartość energetyczna: 2177.61 kcal; Białko ogółem: 91.88 g; Tłuszcz: 67.43 g; Kw. tł. nasy.: 15.88 g; Węglowodany ogółem: 324.32 g; W tym cukry: 46.98 g; Błonnik pok.: 53.67 g; Sól: 11.29 g; WW: 27.08 Por; : 16.88 %; : 949.99 %; Ener. z T: 27.87 %; Ener. z Bł.: 4.93 %; K: 4022.35 mg;	Wartość energetyczna: 2166.51 kcal; Białko ogółem: 103.00 g; Tłuszcz: 59.69 g; Kw. tł. nasy.: 19.59 g; Węglowodany ogółem: 319.23 g; W tym cukry: 49.55 g; Błonnik pok.: 33.37 g; Sól: 11.39 g; WW: 28.65 Por; : 19.02 %; : 757.92 %; Ener. z T: 24.79 %; Ener. z Bł.: 3.08 %; K: 3229.15 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 %; : 958.15 %; Ener. z T: 34.67 %; Ener. z Bł.: 2.89 %; K: 5141.86 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 %; : 489.75 %; Ener. z T: 32.69 %; Ener. z Bł.: 3.14 %; K: 4454.96 mg;	Wartość energetyczna: 2685.36 kcal; Białko ogółem: 116.83 g; Tłuszcz: 68.66 g; Kw. tł. nasy.: 23.04 g; Węglowodany ogółem: 413.63 g; W tym cukry: 111.46 g; Błonnik pok.: 34.50 g; Sól: 9.71 g; WW: 37.88 Por; : 17.40 %; : 1037.64 %; Ener. z T: 23.01 %; Ener. z Bł.: 2.57 %; K: 4135.09 mg;
2024-07-13 sobota	Śniadanie Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynka zielonogórska- wp. parzona 50 g (SOJ.) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 25 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Pierś gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w ostonce niejadalnej. 50 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Płynna śniadanie mleczna-SIED 500 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE.)	Płynna śniadanie bezmleczna-SIED 500 ml (GLU PSZ, JAJ.)	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (MLE, GLU JĘCZ.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Pierś gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w ostonce niejadalnej. 50 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Miód (25g) 1 szt Szpinak gotowany z olejem* 100 g (GLU PSZ.)
II ŚN	Kiwi 1 szt 1 szt	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml (MLE.)	Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml	Banan 1szt. 1 szt
Obiad	Koperkowa z ryżem (bez mleka) () 300 ml (SEL.) Kasza jaglana na sypko 180 g Gulasz wołowy 150 g (GLU PSZ.) Surówka z selera i jabłka z olejem () b/c 100 g (SEL.) Buraczki gotowane drobno tarte() b/c 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ryżem () 300 ml (MLE, SEL.) Kasza jaglana na sypko 180 g Gulasz wołowy 150 g (GLU PSZ.) Surówka z selera i jabłka z olejem () b/c 100 g (SEL.) Buraczki gotowane drobno tarte() b/c 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna obiad*()-SIED 500 ml (SEL.)		Koperkowa z ryżem () 300 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki młode gotowane () 180 g Gulasz wołowy 150 g (GLU PSZ.) Buraczki gotowane drobno tarte () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt

Jadłospisy za okres od dnia 2024-07-08 do dnia 2024-07-14 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	
2024-07-13 sobota	PD	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt		Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml		Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml (<u>MLE</u>)	
	Kolacja	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Paszтет z soczewicy () 60 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona,w osłonce niejadanej 25 g (<u>SOJ, SEL.</u>) Ogórek świeży 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 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa,wędzona,z wodą dodaną. 50 g (<u>SOJ. może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona,w osłonce niejadanej 25 g (<u>SOJ, SEL.</u>) Pomidor 80 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Sałata zielona 20 g	Płynna kolacja *()-SIED 500 ml (<u>SEL.</u>)		Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona,w osłonce niejadanej 25 g (<u>SOJ, SEL.</u>) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa,wędzona,z wodą dodaną. 50 g (<u>SOJ. może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Marchew gotowana z olejem () 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	
	PN	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Połędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 25 g (<u>SOJ.</u>) Sałata zielona 5 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Połędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 25 g (<u>SOJ.</u>) Sałata zielona 5 g	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt		Mus- przecier owocowy jabłko 100g (tubka) 1 szt	
	Wartość energetyczna: 2037.33 kcal; Białko ogółem: 93.22 g; Tłuszcz: 55.38 g; Kw. tł. nasy.: 12.52 g; Węglowodany ogółem: 312.51 g; W tym cukry: 34.06 g; Błonnik pok.: 49.74 g; Sól: 7.98 g; WW: 26.33 Por; : 18.30 %; : 737.64 %; Ener. z T: 24.46 %; Ener. z Bł.: 4.88 %; K: 3528.96 mg;		Wartość energetyczna: 2130.20 kcal; Białko ogółem: 103.32 g; Tłuszcz: 54.45 g; Kw. tł. nasy.: 22.56 g; Węglowodany ogółem: 318.76 g; W tym cukry: 42.22 g; Błonnik pok.: 32.82 g; Sól: 10.61 g; WW: 28.54 Por; : 19.40 %; : 570.77 %; Ener. z T: 23.00 %; Ener. z Bł.: 3.08 %; K: 2816.05 mg;		Wartość energetyczna: 2203.82 kcal; Białko ogółem: 93.81 g; Tłuszcz: 81.09 g; Kw. tł. nasy.: 18.58 g; Węglowodany ogółem: 288.64 g; W tym cukry: 91.91 g; Błonnik pok.: 29.74 g; Sól: 2.17 g; WW: 25.72 Por; : 17.03 %; : 1024.38 %; Ener. z T: 33.11 %; Ener. z Bł.: 2.70 %; K: 5303.79 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 %; : 489.75 %; Ener. z T: 32.69 %; Ener. z Bł.: 3.14 %; K: 4454.96 mg;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-07-08 do dnia 2024-07-14 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
2024-07-14 niedziela	Śniadanie	Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynka z piersią indyczą- wędziona, drobiowa grubo rozdrobniona, parzona,w osłonce niejadalanej 25 g (SOJ, SEL.) Szynka Piastowska- wp., wędziona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (SOJ.) Pomidorki koktajlowe 80 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Mix sałat 20 g	Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Ser mozzarella kulki 35 g (MLE.) Szynka Piastowska- wp., wędziona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (SOJ.) Pomidorki koktajlowe 80 g Mix sałat 20 g	Płynna śniadanie mleczna-SIED 500 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE.)	Płynna śniadanie bezmleczna-SIED 500 ml (GLU PSZ, JAJ.)	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka Piastowska- wp., wędziona, parzona z dod. b.sojowego i wody 75 g (SOJ.) Marchew gotowana z olejem () 100 g
	II ŚN	Jabłko 1 szt 1 szt	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (MLE.)	Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt
	Obiad	Rosół z makaronem () 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki młode gotowane () 180 g Cwiartka z kurczaka gotowana 130 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g Fasolka szparagowa z wody* 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml	Płynna obiad*(-)-SIED 500 ml (SEL.)		Rosół z makaronem () 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki młode gotowane () 180 g Pulpet drobiowy 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos pietruszkowy* 80 ml (GLU PSZ, MLE.) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g (SEL.) 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 Szynka zielonogórska- wp. parzona 20 g (SOJ.) Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Szynka zielonogórska- wp. parzona 20 g (SOJ.) Sałata zielona 20 g	Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml			

Jadłospisy za okres od dnia 2024-07-08 do dnia 2024-07-14 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
2024-07-14 niedziela	Kolacja	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Połudwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkim wody wędzona parzona 30 g (GLU PSZ, SOJ.) Szynka gotowana wieprzowa wędzona parzona,zawiera wodę dodaną, w siatce niejadalnej 30 g (GLU PSZ, SOJ.) Rzodkiew biała 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 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka gotowana wieprzowa wędzona parzona,zawiera wodę dodaną, w siatce niejadalnej 30 g (GLU PSZ, SOJ.) Połudwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkim wody wędzona parzona 30 g (GLU PSZ, SOJ.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna kolacja *(-)-SIED 500 ml (SEL.)		Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Dżem 25 g 1 szt Połudwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkim wody wędzona parzona 50 g (GLU PSZ, SOJ.) Seler z pietruszką gotowany z olejem () 100 g (GLU PSZ, SEL.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	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	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt		Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt Biszkopty 30 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JĘCZ.)
		Wartość energetyczna: 2148.73 kcal; Białko ogółem: 116.99 g; Tłuszcz: 67.73 g; Kw. tł. nasy.: 18.00 g; Węglowodany ogółem: 286.87 g; W tym cukry: 33.76 g; Błonnik pok.: 49.04 g; Sól: 9.62 g; WW: 23.96 Por; : 21.78 %; : 812.80 %; Ener. z T: 28.37 %; Ener. z Bł.: 4.56 %; K: 4103.49 mg;	Wartość energetyczna: 2229.31 kcal; Białko ogółem: 120.18 g; Tłuszcz: 74.27 g; Kw. tł. nasy.: 31.17 g; Węglowodany ogółem: 281.34 g; W tym cukry: 33.81 g; Błonnik pok.: 29.54 g; Sól: 10.59 g; WW: 25.32 Por; : 21.56 %; : 629.06 %; Ener. z T: 29.98 %; Ener. z Bł.: 2.65 %; K: 3365.50 mg;	Wartość energetyczna: 2092.42 kcal; Białko ogółem: 92.54 g; Tłuszcz: 79.31 g; Kw. tł. nasy.: 17.51 g; Węglowodany ogółem: 266.38 g; W tym cukry: 75.16 g; Błonnik pok.: 30.15 g; Sól: 2.12 g; WW: 23.45 Por; : 17.69 %; : 999.35 %; Ener. z T: 34.11 %; Ener. z Bł.: 2.88 %; K: 5288.36 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 %; : 489.75 %; Ener. z T: 32.69 %; Ener. z Bł.: 3.14 %; K: 4454.96 mg;	Wartość energetyczna: 2484.32 kcal; Białko ogółem: 96.06 g; Tłuszcz: 62.56 g; Kw. tł. nasy.: 20.23 g; Węglowodany ogółem: 411.46 g; W tym cukry: 137.08 g; Błonnik pok.: 38.17 g; Sól: 10.31 g; WW: 37.42 Por; : 15.47 %; : 925.51 %; Ener. z T: 22.66 %; Ener. z Bł.: 3.07 %; K: 3953.89 mg;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-07-08 do dnia 2024-07-14 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- Papkowata b/ml	SIE- Łatwo strawna	SIE- Bezmleczna	SIE- Niskotłuszczowa	SIE- O kontr. zaw.kwasów tłuszczowych
2024-07-08 poniedziałek	Śniadanie	Płatki pszenne na wodzie 300 g (GLU PSZ.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 60 g Miód (25g) 1 szt Kalafior gotowany* 100 g	Płatki pszenne na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (GLU PSZ, SOJ, MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa, wędzona, z wodą dodaną. 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Miód (25g) 1 szt Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Pomidor 80 g Mix sałat 20 g	Płatki pszenne na wodzie 300 g (GLU PSZ.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 60 g Miód (25g) 1 szt Pomidor 80 g Mix sałat 20 g Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Płatki pszenne na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa, wędzona, z wodą dodaną. 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Miód (25g) 1 szt Pomidor b/skórki 80 g Mix sałat 20 g Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Płatki pszenne na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka graham-pszenna 60g 1 szt (GLU PSZ.) Chleb razowy żytnio-pszenny 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa, wędzona, z wodą dodaną. 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Miód (25g) 1 szt Ogórek świeży 80 g Mix sałat 20 g
	II ŚN	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt				Gruszka 1szt. 150 g
	Obiad	Zupa wiosenna z cukinią i ziemniakami* (bez mleka) 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Makaron 180 g (GLU PSZ.) Pulpet drobiowy 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos szpinakowy* 80 ml (GLU PSZ.) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g (SEL.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Zupa wiosenna z cukinią i ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Makaron z serem 300 g (GLU PSZ, MLE.) Mus z truskawek* 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Zupa wiosenna z cukinią i ziemniakami* (bez mleka) 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Makaron 180 g (GLU PSZ.) Pulpet drobiowy 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos szpinakowy* 80 ml (GLU PSZ.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Surówka z marchwi z olejem () 200 g	Zupa wiosenna z cukinią i ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Makaron z serem 300 g (GLU PSZ, MLE.) Mus z truskawek* 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	
PD	Kisiel o smaku cytrynowym z/c 200 ml				Budyń o smaku waniliowym z/c 200 ml (MLE.)	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-07-08 do dnia 2024-07-14 KUCHNIA SIEDLCE

	SIE- Papkowata b/ml	SIE- Łatwo strawna	SIE- Bezmleczna	SIE- Niskotłuszczowa	SIE- O kontr. zaw.kwasów tłuszczowych	
2024-07-08 poniedziałek	Kolacja	Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10g Szynka z pierśią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona,w osłonce niejadalanej 30 g (SOJ, SEL.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Brokuł gotowany* 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Galaretka o smaku brzoskwiowym 200 g	Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka z pierśią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona,w osłonce niejadalanej 30 g (SOJ, SEL.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Sałata zielona 20 g Jogurt brzoskwiowy 150g 1 szt (MLE.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Pomidorki koktajlowe 80 g	Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10g Szynka z pierśią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona,w osłonce niejadalanej 30 g (SOJ, SEL.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Pomidorki koktajlowe 80 g	Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Szynka z pierśią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona,w osłonce niejadalanej 75 g (SOJ, SEL.) Jogurt brzoskwiowy 150g 1 szt (MLE.) Sałata zielona 20 g Pomidor b/skórki 80 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Chleb razowy pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Szynka z pierśią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona,w osłonce niejadalanej 75 g (SOJ, SEL.) Jogurt brzoskwiowy 150g 1 szt (MLE.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Sałata zielona 20 g Pomidorki koktajlowe 80 g
		PN	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Mleko Smakowe UHT 1,5% tł 0,2l 1 szt (MLE.) Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 30 g	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 30 g	Mleko Smakowe UHT 1,5% tł 0,2l 1 szt (MLE.) Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 30 g
		Wartość energetyczna: 2520.19 kcal; Białko ogółem: 91.52 g; Tłuszcz: 54.89 g; Kw. tł. nasy.: 11.28 g; Węglowodany ogółem: 429.99 g; W tym cukry: 114.91 g; Błonnik pok.: 37.32 g; Sól: 8.89 g; WW: 39.16 Por.; : 14.53 %; : 726.82 %; Ener. z T: 19.60 %; Ener. z Bł.: 2.96 %; K: 2971.09 mg;	Wartość energetyczna: 2429.07 kcal; Białko ogółem: 94.24 g; Tłuszcz: 50.25 g; Kw. tł. nasy.: 24.05 g; Węglowodany ogółem: 407.41 g; W tym cukry: 87.38 g; Błonnik pok.: 22.36 g; Sól: 8.04 g; WW: 38.63 Por.; : 15.52 %; : 823.66 %; Ener. z T: 18.62 %; Ener. z Bł.: 1.84 %; K: 2750.65 mg;	Wartość energetyczna: 2297.50 kcal; Białko ogółem: 85.25 g; Tłuszcz: 50.80 g; Kw. tł. nasy.: 11.09 g; Węglowodany ogółem: 388.32 g; W tym cukry: 62.49 g; Błonnik pok.: 33.70 g; Sól: 8.17 g; WW: 35.44 Por.; : 14.84 %; : 747.74 %; Ener. z T: 19.90 %; Ener. z Bł.: 2.93 %; K: 2873.09 mg;	Wartość energetyczna: 2344.49 kcal; Białko ogółem: 97.36 g; Tłuszcz: 38.06 g; Kw. tł. nasy.: 17.32 g; Węglowodany ogółem: 411.02 g; W tym cukry: 89.48 g; Błonnik pok.: 20.11 g; Sól: 7.52 g; WW: 39.29 Por.; : 16.61 %; : 976.30 %; Ener. z T: 14.61 %; Ener. z Bł.: 1.72 %; K: 2883.17 mg;	Wartość energetyczna: 2539.42 kcal; Białko ogółem: 101.45 g; Tłuszcz: 50.68 g; Kw. tł. nasy.: 20.03 g; Węglowodany ogółem: 427.70 g; W tym cukry: 107.26 g; Błonnik pok.: 27.56 g; Sól: 8.83 g; WW: 40.16 Por.; : 15.98 %; : 1096.23 %; Ener. z T: 17.96 %; Ener. z Bł.: 2.17 %; K: 3248.23 mg;
2024-07-09 wtorek	Śniadanie	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10g Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 25 g (SOJ.) Dyńia z wody 100 g Kasza manna na wodzie 300 ml (GLU PSZ.)	Zacierka na mleku 300 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 25 g Twarożek z koperkiem 80 g (MLE.) Pomidor 80 g Rukola 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Banan 150 g	Kasza manna na wodzie 300 ml (GLU PSZ.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10g Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 25 g (SOJ.) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 80 g Rukola 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Banan 150 g	Zacierka na mleku 300 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Twarożek z koperkiem 80 g (MLE.) Dżem 25 g 1 szt Pomidor b/skórki 80 g Rukola 20 g Banan 150 g	Zacierka na mleku 300 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 25 g Twarożek z koperkiem 80 g (MLE.) Pomidor 80 g Rukola 20 g

Jadłospisy za okres od dnia 2024-07-08 do dnia 2024-07-14 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- Papkowata b/ml	SIE- Łatwo strawna	SIE- Bezmleczna	SIE- Niskotłuszczowa	SIE- O kontr. zaw.kwasów tłuszczowych
2024-07-09 wtorek	II ŚN	Banan 150 g				Jabłko 1 szt 1 szt
	Obiad	Brokułowa z ziemniakami (bez mleka) () 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki młode gotowane () 180 g Klopsik wieprzowy 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos własny () 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Buraczki gotowane () 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Brokułowa z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryż na sytko 180 g Szynka wieprzowa gotowana 100 g Sos własny () 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Buraczki gotowane () 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Brokułowa z ziemniakami (bez mleka) () 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Ryż na sytko 180 g Szynka wieprzowa gotowana 100 g Sos własny () 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Buraczki gotowane () 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Brokułowa z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryż na sytko 180 g Szynka wieprzowa gotowana 100 g Sos własny () 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Buraczki gotowane () 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Szczawiowa z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Szynka wieprzowa gotowana 100 g Sos własny () 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Ryż na sytko (brązowy) 180 g Surówka z pora i jabłka z koperkiem (z olejem) 100 g Buraczki gotowane () 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml
	PD	Drożdżówka mini 50g 50 g (GLU PSZ, JAJ.)				Drożdżówka mini 50g 50 g (GLU PSZ, JAJ.)
	Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 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 75 g (SOJ.) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 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 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy,grubo rozdrobniony, parzony w ostonce niejadalnej. 50 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Ser mozzarella kulki 35 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 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 25 g (SOJ.) 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 z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy,grubo rozdrobniony, parzony w ostonce niejadalnej. 50 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Serek a'la homogenizowany 50 g (MLE.) Pomidor b/skórki 80 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy,grubo rozdrobniony, parzony w ostonce niejadalnej. 50 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Surówka z rzodkwi i czarnuszki 80 g Ser mozzarella kulki 35 g (MLE.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Sałata zielona 20 g
	PN	Mus- przecier owocowy jabłko 100g (tubka) 1 szt	Przecier owocowy jabłko-truskawka 120g 1 szt (może zawierać: MLE.)	Mus- przecier owocowy jabłko 100g (tubka) 1 szt	Przecier owocowy jabłko-truskawka 120g 1 szt (może zawierać: MLE.)	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-07-08 do dnia 2024-07-14 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- Papkowata b/ml	SIE- Łatwo strawna	SIE- Bezmleczna	SIE- Niskotłuszczowa	SIE- O kontr. zaw.kwasów tłuszczowych
2024-07-09 wtorek		Wartość energetyczna: 2244.87 kcal; Białko ogółem: 86.99 g; Tłuszcz: 54.57 g; Kw. tł. nasy.: 13.03 g; Węglowodany ogółem: 377.00 g; W tym cukry: 102.67 g; Błonnik pok.: 25.61 g; Sól: 9.45 g; WW: 35.10 Por.; : 15.50 %; : 865.75 %; Ener. z T: 21.88 %; Ener. z Bł.: 2.28 %; K: 4105.85 mg;	Wartość energetyczna: 2388.32 kcal; Białko ogółem: 113.53 g; Tłuszcz: 49.99 g; Kw. tł. nasy.: 25.41 g; Węglowodany ogółem: 382.62 g; W tym cukry: 114.05 g; Błonnik pok.: 25.43 g; Sól: 7.09 g; WW: 35.82 Por.; : 19.01 %; : 902.50 %; Ener. z T: 18.84 %; Ener. z Bł.: 2.13 %; K: 4182.46 mg;	Wartość energetyczna: 2086.21 kcal; Białko ogółem: 91.74 g; Tłuszcz: 42.63 g; Kw. tł. nasy.: 11.48 g; Węglowodany ogółem: 358.35 g; W tym cukry: 102.06 g; Błonnik pok.: 24.37 g; Sól: 8.40 g; WW: 33.45 Por.; : 17.59 %; : 779.19 %; Ener. z T: 18.39 %; Ener. z Bł.: 2.34 %; K: 3678.77 mg;	Wartość energetyczna: 2330.61 kcal; Białko ogółem: 114.51 g; Tłuszcz: 37.22 g; Kw. tł. nasy.: 16.52 g; Węglowodany ogółem: 395.78 g; W tym cukry: 125.97 g; Błonnik pok.: 23.26 g; Sól: 5.04 g; WW: 37.44 Por.; : 19.65 %; : 1021.20 %; Ener. z T: 14.37 %; Ener. z Bł.: 2.00 %; K: 4376.26 mg;	Wartość energetyczna: 2375.27 kcal; Białko ogółem: 112.63 g; Tłuszcz: 64.37 g; Kw. tł. nasy.: 20.88 g; Węglowodany ogółem: 352.89 g; W tym cukry: 80.88 g; Błonnik pok.: 45.39 g; Sól: 7.87 g; WW: 30.83 Por.; : 18.97 %; : 933.39 %; Ener. z T: 24.39 %; Ener. z Bł.: 3.82 %; K: 4186.55 mg;
2024-07-10 środa	Śniadanie	Kasza kukurydziana na wodzie 300 ml Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona,w ostonce niejadalanej 50 g (SOJ, SEL.) Kalafior gotowany* 100 g	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Pierś gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w ostonce niejadalanej. 50 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Pomidor 80 g Rozspanka 20 g Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Kasza kukurydziana na wodzie 300 ml Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona,w ostonce niejadalanej 50 g (SOJ, SEL.) Pomidor 80 g Rozspanka 20 g Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Pierś gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w ostonce niejadalanej. 50 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Dżem 25 g 1 szt Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Pomidor b/skórki 80 g Rozspanka 20 g	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Jabłko 1 szt 1 szt Paprykarz szczeciński 50 g (RYB, SOJ.) Pierś gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w ostonce niejadalanej. 50 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Ogórek świeży 80 g Rozspanka 20 g
	II ŚN	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt				Kiwi 1 szt 1 szt
	Obiad	Jarzynowa z makaronem (bez mleka) () 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Pulpet drobiowy 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos pietruszkowy (bez mleka) 80 ml (GLU PSZ.) Ziemniaki młode gotowane () 180 g Marchew gotowana z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Jarzynowa z makaronem dieta () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki młode gotowane () 180 g Pulpet drobiowy 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos pietruszkowy () 80 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Marchew gotowana z olejem () 100 g Fasolka szparagowa z wody* 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Jarzynowa z makaronem (bez mleka) () 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki młode gotowane () 180 g Pulpet drobiowy 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos pietruszkowy (bez mleka) 80 ml (GLU PSZ.) Marchew gotowana z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Jarzynowa z makaronem dieta () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki młode gotowane () 180 g Pulpet drobiowy 90 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos pietruszkowy () 80 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Marchew gotowana z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Pieczarkowa z makaronem () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Pulpet drobiowy 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Ziemniaki młode gotowane () 180 g Sos pietruszkowy () 80 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Fasolka szparagowa z wody* 100 g Marchew gotowana z olejem () 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt

Jadłospisy za okres od dnia 2024-07-08 do dnia 2024-07-14 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- Papkowata b/ml	SIE- Łatwo strawna	SIE- Bezmleczna	SIE- Niskotłuszczowa	SIE- O kontr. zaw.kwasów tłuszczowych
2024-07-10 środa	PD	Kisiel o smaku wiśniowym z/c 200 ml				Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml (MLE)
	Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Połudwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkiem wody wędzona parzona 25 g (GLU PSZ, SOJ) Brokuł gotowany* 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Połudwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkiem wody wędzona parzona 50 g (GLU PSZ, SOJ) Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt (MLE) Pomidorki koktajlowe 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 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 25 g Połudwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkiem wody wędzona parzona 50 g (GLU PSZ, SOJ) Pomidorki koktajlowe 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 120 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 5 g (MLE) Połudwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkiem wody wędzona parzona 50 g (GLU PSZ, SOJ) Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt (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 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt (MLE) Połudwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkiem wody wędzona parzona 50 g (GLU PSZ, SOJ) Pomidorki koktajlowe 80 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Sałata zielona 20 g
	PN	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Ciasto drożdżowe 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, SO2)	Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 30 g Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Ciasto drożdżowe 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, SO2)	
		Wartość energetyczna: 2072.42 kcal; Białko ogółem: 84.89 g; Tłuszcz: 45.94 g; Kw. tł. nasy.: 10.90 g; Węglowodany ogółem: 343.17 g; W tym cukry: 85.51 g; Błonnik pok.: 33.43 g; Sól: 9.14 g; WW: 30.86 Por; : 16.39 %; : 780.99 %; Ener. z T: 19.95 %; Ener. z Bł.: 3.23 %; K: 3218.89 mg;	Wartość energetyczna: 2214.16 kcal; Białko ogółem: 94.99 g; Tłuszcz: 62.01 g; Kw. tł. nasy.: 25.50 g; Węglowodany ogółem: 330.98 g; W tym cukry: 64.87 g; Błonnik pok.: 26.96 g; Sól: 8.68 g; WW: 30.51 Por; : 17.16 %; : 855.92 %; Ener. z T: 25.21 %; Ener. z Bł.: 2.44 %; K: 3445.74 mg;	Wartość energetyczna: 2010.86 kcal; Białko ogółem: 83.78 g; Tłuszcz: 46.27 g; Kw. tł. nasy.: 11.25 g; Węglowodany ogółem: 326.44 g; W tym cukry: 55.75 g; Błonnik pok.: 31.30 g; Sól: 8.81 g; WW: 29.53 Por; : 16.67 %; : 784.16 %; Ener. z T: 20.71 %; Ener. z Bł.: 3.11 %; K: 3242.01 mg;	Wartość energetyczna: 2146.65 kcal; Białko ogółem: 89.61 g; Tłuszcz: 50.59 g; Kw. tł. nasy.: 18.44 g; Węglowodany ogółem: 346.54 g; W tym cukry: 80.58 g; Błonnik pok.: 27.24 g; Sól: 7.67 g; WW: 32.07 Por; : 16.70 %; : 991.92 %; Ener. z T: 21.21 %; Ener. z Bł.: 2.54 %; K: 3640.90 mg;	Wartość energetyczna: 2269.56 kcal; Białko ogółem: 99.85 g; Tłuszcz: 59.92 g; Kw. tł. nasy.: 18.84 g; Węglowodany ogółem: 352.86 g; W tym cukry: 82.54 g; Błonnik pok.: 42.71 g; Sól: 8.76 g; WW: 31.21 Por; : 17.60 %; : 1144.38 %; Ener. z T: 23.76 %; Ener. z Bł.: 3.76 %; K: 4578.96 mg;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-07-08 do dnia 2024-07-14 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- Papkowata b/ml	SIE- Łatwo strawna	SIE- Bezmleczna	SIE- Niskotłuszczowa	SIE- O kontr. zaw.kwasów tłuszczowych
2024-07-11 czwartek	Śniadanie	Kasza manna na wodzie 300 ml (GLU PSZ.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (SOJ.) Dżem 25 g 1 szt Marchew gotowana z olejem () 100 g	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, SOJ, MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony w ostonce niejadalnej. 50 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Sałatka wiosenna - diety 200 g Banan 150 g	Kasza manna na wodzie 300 ml (GLU PSZ.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (SOJ.) Sałatka wiosenna - diety 200 g Banan 150 g	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony w ostonce niejadalnej. 50 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Pomidor b/skórki 80 g Sałata zielona 20 g Banan 150 g	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka graham-pszenna 60g 1 szt (GLU PSZ.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony w ostonce niejadalnej. 50 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Sałatka wiosenna () 200 g
	II ŚN	Banan 150 g				Banan 150 g
	Obiad	Ziemniaczana (bez mleka) () 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Pulpet wieprzowy 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos pomidorowy 80 ml (GLU PSZ.) Ziemniaki młode gotowane () 180 g Surówka z marchwi i jabłka z olejem () 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Ziemniaczana () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami* 300 g (SEL, GLU JĘCZ.) Surówka z marchwi i jabłka z olejem () 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Ziemniaczana (bez mleka) () 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami* 300 g (SEL, GLU JĘCZ.) Surówka z marchwi i jabłka z olejem () 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Ziemniaczana () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami* 300 g (SEL, GLU JĘCZ.) Surówka z marchwi i jabłka z olejem () 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Barszcz biały z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT.) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami* 300 g (SEL, GLU JĘCZ.) Surówka z marchwi i jabłka z olejem () 100 g Surówka z kapusty białej z koperkiem i z olejem 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml
PD	Kisiel o smaku cytrynowym z/c 200 ml				Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (MLE.)	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-07-08 do dnia 2024-07-14 KUCHNIA SIEDLCE

	SIE- Papkowata b/ml	SIE- Łatwo strawna	SIE- Bezmlieczna	SIE- Niskotłuszczowa	SIE- O kontr. zaw.kwasów tłuszczowych	
2024-07-11 czwartek	Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 75 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 100 g (SEL.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Leczo z drobiem-dieta () 300 g Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Leczo z drobiem-dieta () 300 g Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Arbuz 100 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Leczo z drobiem-dieta () 300 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Arbuz 100 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Serek a`la homogenizowany z ziołami 80 g (MLE.) Pierś gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 25 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Pomidor b/skórki 80 g Sałata zielona 20 g Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Leczo z drobiem-dieta () 300 g Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE.) Arbuz 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PN	Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt			Wafle ryżowe 30 g Dżem 25 g 1 szt	
	Wartość energetyczna: 2392.53 kcal; Białko ogółem: 83.30 g; Tłuszcz: 51.19 g; Kw. tł. nasy.: 11.45 g; Węglowodany ogółem: 420.66 g; W tym cukry: 148.25 g; Błonnik pok.: 37.14 g; Sól: 9.56 g; WW: 38.46 Por.; : 13.93 %; : 976.69 %; Ener. z T: 19.26 %; Ener. z Bł.: 3.10 %; K: 4521.88 mg;	Wartość energetyczna: 2675.87 kcal; Białko ogółem: 96.94 g; Tłuszcz: 67.55 g; Kw. tł. nasy.: 16.74 g; Węglowodany ogółem: 438.15 g; W tym cukry: 140.06 g; Błonnik pok.: 39.60 g; Sól: 7.58 g; WW: 39.95 Por.; : 14.49 %; : 1131.90 %; Ener. z T: 22.72 %; Ener. z Bł.: 2.96 %; K: 4886.08 mg;	Wartość energetyczna: 2443.23 kcal; Białko ogółem: 83.55 g; Tłuszcz: 57.92 g; Kw. tł. nasy.: 8.65 g; Węglowodany ogółem: 416.19 g; W tym cukry: 123.70 g; Błonnik pok.: 38.30 g; Sól: 7.21 g; WW: 37.87 Por.; : 13.68 %; : 1032.98 %; Ener. z T: 21.34 %; Ener. z Bł.: 3.13 %; K: 4384.73 mg;	Wartość energetyczna: 2357.89 kcal; Białko ogółem: 96.50 g; Tłuszcz: 47.93 g; Kw. tł. nasy.: 17.29 g; Węglowodany ogółem: 401.79 g; W tym cukry: 116.74 g; Błonnik pok.: 33.53 g; Sól: 6.22 g; WW: 36.99 Por.; : 16.37 %; : 994.25 %; Ener. z T: 18.29 %; Ener. z Bł.: 2.84 %; K: 4313.09 mg;	Wartość energetyczna: 2484.15 kcal; Białko ogółem: 104.00 g; Tłuszcz: 60.62 g; Kw. tł. nasy.: 14.67 g; Węglowodany ogółem: 401.93 g; W tym cukry: 124.78 g; Błonnik pok.: 49.94 g; Sól: 6.50 g; WW: 35.40 Por.; : 16.75 %; : 1391.32 %; Ener. z T: 21.96 %; Ener. z Bł.: 4.02 %; K: 5769.82 mg;	
2024-07-12 piątek	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 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Dżem 25 g 1 szt Dyńia z wody 100 g	Kasza manna na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE.) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Dżem 25 g 1 szt Serek wiejski lekki 3% tł 150g 1 szt (MLE.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Arbuz 150 g	Kasza manna na wodzie 300 ml (GLU PSZ.) Kawa zbożowa z/c 250 ml (GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Dżem 25 g 1 szt Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 50 g (SOJ.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Arbuz 150 g	Kasza manna na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE.) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Dżem 25 g 1 szt Serek wiejski lekki 3% tł 150g 1 szt (MLE.) Pomidor b/skórki 80 g Sałata zielona 20 g Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	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-pszenny 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Dżem 25 g 1 szt Serek wiejski lekki 3% tł 150g 1 szt (MLE.) Rzepa biała 80 g Sałata zielona 20 g

Jadłospisy za okres od dnia 2024-07-08 do dnia 2024-07-14 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- Papkowata b/ml	SIE- Łatwo strawna	SIE- Bezmleczna	SIE- Niskotłuszczowa	SIE- O kontr. zaw.kwasów tłuszczowych
2024-07-12, piątek	II ŚN	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt				Arbuz 150 g
	Obiad	Szpinakowa z zacierką (bez mleka) () 300 ml (GLU PSZ, JAJ, SEL.) Ziemniaki młode gotowane () 180 g Pulpet rybny (Miruna) 120 g (GLU PSZ, JAJ, RYB.) Sos koperkowy *(bez mleka) 80 ml (GLU PSZ.) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g (SEL.) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Szpinakowa z zacierką () 300 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.) Ziemniaki młode gotowane () 180 g Pulpet rybny (Miruna) 120 g (GLU PSZ, JAJ, RYB.) Sos koperkowy () 80 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g (SEL.) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Szpinakowa z zacierką (bez mleka) () 300 ml (GLU PSZ, JAJ, SEL.) Ziemniaki młode gotowane () 180 g Pulpet rybny (Miruna) 120 g (GLU PSZ, JAJ, RYB.) Sos koperkowy *(bez mleka) 80 ml (GLU PSZ.) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g (SEL.) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Szpinakowa z zacierką () 300 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.) Ziemniaki młode gotowane () 180 g Pulpet rybny (Miruna) 120 g (GLU PSZ, JAJ, RYB.) Sos koperkowy () 80 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Bukiet jarzyn gotowany () 200 g (SEL.) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Szpinakowa z zacierką () 300 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.) Ziemniaki młode gotowane () 180 g Pulpet rybny (Miruna) 120 g (GLU PSZ, JAJ, RYB.) Sos koperkowy () 80 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Surówka z kapusty czerwonej z olejem 100 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 100 g (SEL.) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml
	PD	Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml				Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Twarożek z koperkiem 30 g (MLE.) Sałata zielona 20 g
	Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Jajko gotowane kl M 2 szt (JAJ.) Brokuł gotowany* 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Serek homo z natką pietruszki 50 g (MLE.) Pomidor 80 g Mix sałat 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Jajko gotowane kl M 2 szt (JAJ.) Pomidor 80 g Mix sałat 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Pomidor b/skórki 80 g Serek homo z natką pietruszki 50 g (MLE.) Mix sałat 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Pomidor 80 g Serek homo z natką pietruszki 50 g (MLE.) Mix sałat 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PN	Biszkopty b/m 30 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ.) Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt	Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (MLE.) Biszkopty b/m 30 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ.)	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt Biszkopty b/m 30 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ.)	Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (MLE.) Biszkopty b/m 30 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ.)	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 30 g

Jadłospisy za okres od dnia 2024-07-08 do dnia 2024-07-14 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- Papkowata b/ml	SIE- Łatwo strawna	SIE- Bezmleczna	SIE- Niskotłuszczowa	SIE- O kontr. zaw.kwasów tłuszczowych
2024-07-12 piątek		Wartość energetyczna: 2426.89 kcal; Białko ogółem: 90.78 g; Tłuszcz: 53.45 g; Kw. tł. nasy.: 10.90 g; Węglowodany ogółem: 410.08 g; W tym cukry: 110.67 g; Błonnik pok.: 33.87 g; Sól: 9.47 g; WW: 37.47 Por.; : 14.96 %; : 787.97 %; Ener. z T: 19.82 %; Ener. z Bł.: 2.79 %; K: 3172.90 mg;	Wartość energetyczna: 2549.20 kcal; Białko ogółem: 115.78 g; Tłuszcz: 64.81 g; Kw. tł. nasy.: 21.75 g; Węglowodany ogółem: 388.94 g; W tym cukry: 116.68 g; Błonnik pok.: 28.30 g; Sól: 8.21 g; WW: 36.16 Por.; : 18.17 %; : 1180.81 %; Ener. z T: 22.88 %; Ener. z Bł.: 2.22 %; K: 4103.02 mg;	Wartość energetyczna: 2372.71 kcal; Białko ogółem: 87.77 g; Tłuszcz: 60.47 g; Kw. tł. nasy.: 12.95 g; Węglowodany ogółem: 384.14 g; W tym cukry: 83.33 g; Błonnik pok.: 29.68 g; Sól: 10.81 g; WW: 35.46 Por.; : 14.80 %; : 928.79 %; Ener. z T: 22.94 %; Ener. z Bł.: 2.50 %; K: 3282.65 mg;	Wartość energetyczna: 2378.10 kcal; Białko ogółem: 118.39 g; Tłuszcz: 47.14 g; Kw. tł. nasy.: 15.64 g; Węglowodany ogółem: 383.48 g; W tym cukry: 109.85 g; Błonnik pok.: 28.23 g; Sól: 7.28 g; WW: 35.66 Por.; : 19.91 %; : 1135.73 %; Ener. z T: 17.84 %; Ener. z Bł.: 2.37 %; K: 4048.99 mg;	Wartość energetyczna: 2523.55 kcal; Białko ogółem: 118.10 g; Tłuszcz: 65.99 g; Kw. tł. nasy.: 16.93 g; Węglowodany ogółem: 386.44 g; W tym cukry: 94.55 g; Błonnik pok.: 46.53 g; Sól: 10.01 g; WW: 34.15 Por.; : 18.72 %; : 1223.50 %; Ener. z T: 23.53 %; Ener. z Bł.: 3.69 %; K: 4484.86 mg;
2024-07-13 sobota	Śniadanie	Płatki jęczmienne na wodzie 300 ml (GLU JĘCZ.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynka zielonogórska- wp. parzona 50 g (SOJ.) Miód (25g) 1 szt Szpinak gotowany z olejem* 100 g (GLU PSZ.)	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (MLE, GLU JĘCZ.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Pierś gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w ostonce niejadalnej. 50 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Miód (25g) 1 szt Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Banan 1szt. 1 szt	Płatki jęczmienne na wodzie 300 ml (GLU JĘCZ.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynka zielonogórska- wp. parzona 50 g (SOJ.) Miód (25g) 1 szt Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Banan 1szt. 1 szt	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (MLE, GLU JĘCZ.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Pierś gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w ostonce niejadalnej. 50 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Miód (25g) 1 szt Pomidor b/skórki 80 g Banan 1szt. 1 szt Sałata zielona 20 g	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (MLE, GLU JĘCZ.) Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Pierś gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w ostonce niejadalnej. 50 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Miód (25g) 1 szt Pomidor 80 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Sałata zielona 20 g
	II ŚN	Banan 1szt. 1 szt				Kiwi 1 szt 1 szt
	Obiad	Koperkowa z ryżem (bez mleka) () 300 ml (SEL.) Ziemniaki młode gotowane () 180 g Gulasz wołowy 150 g (GLU PSZ.) Buraczki gotowane drobno tarte () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ryżem () 300 ml (MLE, SEL.) Kasza jaglana na sypko 180 g Gulasz wołowy 150 g (GLU PSZ.) Surówka z selera i jabłka z olejem () 100 g (SEL.) Buraczki gotowane drobno tarte () 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ryżem (bez mleka) () 300 ml (SEL.) Kasza jaglana na sypko 180 g Gulasz wołowy 150 g (GLU PSZ.) Surówka z selera i jabłka z olejem () 100 g (SEL.) Buraczki gotowane drobno tarte () 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ryżem () 300 ml (MLE, SEL.) Kasza jaglana na sypko 180 g Gulasz wołowy 150 g (GLU PSZ.) Buraczki gotowane drobno tarte () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ryżem () 300 ml (MLE, SEL.) Gulasz wołowy 150 g (GLU PSZ.) Kasza jaglana na sypko 180 g Surówka z selera i jabłka z olejem () 100 g (SEL.) Buraczki gotowane drobno tarte () 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt

Jadłospisy za okres od dnia 2024-07-08 do dnia 2024-07-14 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- Papkowata b/ml	SIE- Łatwo strawna	SIE- Bezmleczna	SIE- Niskotłuszczowa	SIE- O kontr. zaw.kwasów tłuszczowych
2024-07-13 sobota	PD	Kisiel o smaku truskawkowym z/c 200 ml				Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml (MLE,)
	Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10g Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona,w osłonce niejadanej 25 g (SOJ, SEL.) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Marchew gotowana z olejem () 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 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa,wędzona,z wodą dodaną. 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona,w osłonce niejadanej 25 g (SOJ, SEL.) 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 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona,w osłonce niejadanej 25 g (SOJ, SEL.) Pomidor 80 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa,wędzona,z wodą dodaną. 30 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona,w osłonce niejadanej 25 g (SOJ, SEL.) Pomidor b/skórki 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10g Paszтет z soczewicy () 60 g (GLU PSZ, JAJ.) Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona,w osłonce niejadanej 25 g (SOJ, SEL.) Ogórek świeży 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PN	Mus- przecier owocowy jabłko 100g (tubka) 1 szt	Bułka maślana 1 szt 1 szt (GLU PSZ, JAJ, MLE.)	Mus- przecier owocowy jabłko 100g (tubka) 1 szt	Bułka maślana 1 szt 1 szt (GLU PSZ, JAJ, MLE.)	
		Wartość energetyczna: 2217.69 kcal; Białko ogółem: 82.39 g; Tłuszcz: 39.63 g; Kw. tł. nasy.: 9.97 g; Węglowodany ogółem: 398.00 g; W tym cukry: 135.03 g; Błonnik pok.: 29.15 g; Sól: 8.61 g; WW: 36.89 Por.; : 14.86 %; : 895.09 %; Ener. z T: 16.08 %; Ener. z Bł.: 2.63 %; K: 4022.09 mg;	Wartość energetyczna: 2562.24 kcal; Białko ogółem: 106.04 g; Tłuszcz: 53.18 g; Kw. tł. nasy.: 21.17 g; Węglowodany ogółem: 429.70 g; W tym cukry: 101.61 g; Błonnik pok.: 31.01 g; Sól: 9.75 g; WW: 39.95 Por.; : 16.55 %; : 874.97 %; Ener. z T: 18.68 %; Ener. z Bł.: 2.42 %; K: 3726.89 mg;	Wartość energetyczna: 2106.40 kcal; Białko ogółem: 84.62 g; Tłuszcz: 40.30 g; Kw. tł. nasy.: 10.40 g; Węglowodany ogółem: 366.47 g; W tym cukry: 96.32 g; Błonnik pok.: 28.44 g; Sól: 7.84 g; WW: 33.87 Por.; : 16.07 %; : 696.48 %; Ener. z T: 17.22 %; Ener. z Bł.: 2.70 %; K: 3194.77 mg;	Wartość energetyczna: 2462.13 kcal; Białko ogółem: 106.13 g; Tłuszcz: 40.74 g; Kw. tł. nasy.: 15.17 g; Węglowodany ogółem: 430.43 g; W tym cukry: 107.63 g; Błonnik pok.: 25.10 g; Sól: 7.94 g; WW: 40.58 Por.; : 17.24 %; : 1031.65 %; Ener. z T: 14.89 %; Ener. z Bł.: 2.04 %; K: 3924.32 mg;	Wartość energetyczna: 2622.78 kcal; Białko ogółem: 108.90 g; Tłuszcz: 65.18 g; Kw. tł. nasy.: 17.74 g; Węglowodany ogółem: 422.84 g; W tym cukry: 82.40 g; Błonnik pok.: 46.53 g; Sól: 7.93 g; WW: 37.70 Por.; : 16.61 %; : 1018.29 %; Ener. z T: 22.36 %; Ener. z Bł.: 3.55 %; K: 4261.22 mg;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-07-08 do dnia 2024-07-14 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- Papkowata b/ml	SIE- Łatwo strawna	SIE- Bezmleczna	SIE- Niskotłuszczowa	SIE- O kontr. zaw.kwasów tłuszczowych
2024-07-14 niedziela	Śniadanie	Kasza kukurydziana na wodzie 300 ml Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 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.) Marchew gotowana z olejem () 100 g	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Pomidorki koktajlowe 80 g Mix sałat 20 g Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (SOJ.) Ser mozzarella kulki 35 g (MLE.) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Kasza kukurydziana na wodzie 300 ml Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Dżem 25 g 1 szt Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (SOJ.) Pomidorki koktajlowe 80 g Mix sałat 20 g Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Pomidor b/skórki 80 g Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (SOJ.) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Mix sałat 20 g	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (SOJ.) Ser mozzarella kulki 35 g (MLE.) Pomidorki koktajlowe 80 g Mix sałat 20 g
	II ŚN	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt				Jabłko 1 szt 1 szt
	Obiad	Rosół z makaronem () 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki młode gotowane () 180 g Pulpet drobiowy 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos pietruszkowy* 80 ml (GLU PSZ, MLE.) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g (SEL.) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Rosół z makaronem () 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki młode gotowane () 180 g Ćwiartka z kurczaka gotowana 130 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g Fasolka szparagowa z wody* 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Rosół z makaronem () 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki młode gotowane () 180 g Ćwiartka z kurczaka gotowana 100 g Fasolka szparagowa z wody* 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Rosół z makaronem () 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki młode gotowane () 180 g Ćwiartka z kurczaka gotowana 130 g Fasolka szparagowa z wody* 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*b/c 250 ml	Rosół z makaronem () 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki młode gotowane () 180 g Ćwiartka z kurczaka gotowana 130 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g Fasolka szparagowa z wody* 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*b/c 250 ml
PD	Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml				Ciasto drożdżowe 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, S02.)	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-07-08 do dnia 2024-07-14 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- Papkowata b/ml	SIE- Łatwo strawna	SIE- Bezmleczna	SIE- Niskotłuszczowa	SIE- O kontr. zaw.kwasów tłuszczowych
2024-07-14 niedziela	Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Dżem 25 g 1 szt Połudwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkiem wody wędzona parzona 50 g (GLU PSZ, SOJ.) Seler z pietruszką gotowany z olejem () 100 g (GLU PSZ, SEL.) 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 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Połudwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkiem wody wędzona parzona 50 g (GLU PSZ, SOJ.) 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 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Dżem 25 g 1 szt Połudwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkiem wody wędzona parzona 50 g (GLU PSZ, SOJ.) 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 120 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Połudwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkiem wody wędzona parzona 25 g (GLU PSZ, SOJ.) Dżem 25 g 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 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Dżem 25 g 1 szt Połudwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkiem wody wędzona parzona 50 g (GLU PSZ, SOJ.) Rzodkiew biała 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PN	Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt Biszkopty b/m 30 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ.)	Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt Podpłomyki b/c 20 g (GLU PSZ, MLE.)	Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt Biszkopty b/m 30 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ.)	Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt Podpłomyki b/c 20 g (GLU PSZ, MLE.)	
		Wartość energetyczna: 2382.42 kcal; Białko ogółem: 87.70 g; Tłuszcz: 57.36 g; Kw. tł. nasy.: 10.67 g; Węglowodany ogółem: 398.77 g; W tym cukry: 116.01 g; Błonnik pok.: 38.17 g; Sól: 9.95 g; WW: 36.14 Por; : 14.72 %; : 828.68 %; Ener. z T: 21.67 %; Ener. z Bł.: 3.20 %; K: 3596.39 mg;	Wartość energetyczna: 2452.20 kcal; Białko ogółem: 122.81 g; Tłuszcz: 73.20 g; Kw. tł. nasy.: 30.04 g; Węglowodany ogółem: 337.48 g; W tym cukry: 96.12 g; Błonnik pok.: 23.62 g; Sól: 8.74 g; WW: 31.58 Por; : 20.03 %; : 806.68 %; Ener. z T: 26.87 %; Ener. z Bł.: 1.93 %; K: 3697.79 mg;	Wartość energetyczna: 2316.76 kcal; Białko ogółem: 108.41 g; Tłuszcz: 62.67 g; Kw. tł. nasy.: 16.26 g; Węglowodany ogółem: 342.58 g; W tym cukry: 92.73 g; Błonnik pok.: 23.62 g; Sól: 8.01 g; WW: 32.11 Por; : 18.72 %; : 709.85 %; Ener. z T: 24.35 %; Ener. z Bł.: 2.04 %; K: 3340.29 mg;	Wartość energetyczna: 2170.77 kcal; Białko ogółem: 105.87 g; Tłuszcz: 48.20 g; Kw. tł. nasy.: 17.45 g; Węglowodany ogółem: 339.87 g; W tym cukry: 97.08 g; Błonnik pok.: 21.28 g; Sól: 6.59 g; WW: 32.14 Por; : 19.51 %; : 934.41 %; Ener. z T: 19.98 %; Ener. z Bł.: 1.96 %; K: 3674.71 mg;	Wartość energetyczna: 2480.10 kcal; Białko ogółem: 126.38 g; Tłuszcz: 80.54 g; Kw. tł. nasy.: 26.10 g; Węglowodany ogółem: 331.85 g; W tym cukry: 71.57 g; Błonnik pok.: 40.67 g; Sól: 8.78 g; WW: 29.38 Por; : 20.38 %; : 881.09 %; Ener. z T: 29.23 %; Ener. z Bł.: 3.28 %; K: 4306.99 mg;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-07-08 do dnia 2024-07-14 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- Bogatobiałkowa	SIE- Bogatobiałkowa bezmleczna	SIE- Niskobiałkowa do 50 g białka	SIE- Niskobiałkowa do 30 g białka	SIE- Kleikowa
2024-07-08 poniedziałek	Śniadanie	Płatki pszenne na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE,) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (GLU PSZ, SOJ, MLE,) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa, wędzona, z wodą dodaną. 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,) Miód (25g) 1 szt Pomidor 80 g Mix sałat 20 g	Płatki pszenne na wodzie 300 g (GLU PSZ,) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ,) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 60 g Miód (25g) 1 szt Pomidor 80 g Mix sałat 20 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 120 g Masło extra 82% 15 g (MLE,) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa, wędzona, z wodą dodaną. 25 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,) Miód (25g) 1 szt Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Pomidor 80 g Biszkopty 30 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JĘCZ,) Mix sałat 20 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 120 g Masło extra 82% 15 g (MLE,) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa, wędzona, z wodą dodaną. 20 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,) Miód (25g) 1 szt Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Pomidor 80 g Biszkopty 30 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JĘCZ,) Mix sałat 20 g	Kleik ryżowy na wodzie 200 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Suchary b/c 30 g (GLU PSZ, SOJ, MLE,)
	II ŚN	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Wafle ryżowe 30 g			
	Obiad	Zupa wiosenna z cukinią i ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Makaron z serem 300 g (GLU PSZ, MLE,) Mus z truskawek* 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Zupa wiosenna z cukinią i ziemniakami* (bez mleka) 300 ml (GLU PSZ, SEL,) Makaron 180 g (GLU PSZ,) Pulpet drobiowy 100 g (GLU PSZ, JAJ,) Sos szpinakowy* 80 ml (GLU PSZ,) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Surówka z marchwi z olejem () 200 g	Zupa wiosenna z cukinią i ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Makaron z serem 250 g (GLU PSZ, MLE,) Mus z truskawek* 50 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Zupa wiosenna z cukinią i ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Makaron z serem 150 g (GLU PSZ, MLE,) Mus z truskawek* 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	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,) Biszkopty b/m 30 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ,)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 20 g Sałata zielona 20 g				

Jadłospisy za okres od dnia 2024-07-08 do dnia 2024-07-14 KUCHNIA SIEDLCE

	SIE- Bogatobiałkowa	SIE- Bogatobiałkowa bezmleczna	SIE- Niskobiałkowa do 50 g białka	SIE- Niskobiałkowa do 30 g białka	SIE- Kleikowa	
2024-07-08 poniedziałek	Kolacja	Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Szynka z pierśią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalanej 50 g (<u>SOJ, SEL.</u>) Sałata zielona 20 g (<u>JAJ.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Sałata zielona 20 g Jogurt brzoskwinowy 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Pomidorki koktajlowe 80 g	Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynka z pierśią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalanej 50 g (<u>SOJ, SEL.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Sałata zielona 20 g Pomidorki koktajlowe 80 g Galaretko o smaku brzoskwinowym 200 g	Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 120 g Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Szynka z pierśią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalanej 25 g (<u>SOJ, SEL.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Sałata zielona 20 g Pomidorki koktajlowe 80 g	Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 120 g Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Szynka z pierśią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalanej 20 g (<u>SOJ, SEL.</u>) Sałata zielona 20 g Dżem 25 g 1 szt Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Pomidorki koktajlowe 80 g	Kleik ryżowy na wodzie 200 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Suchary b/c 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u>) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PN	Mleko Smakowe UHT 1,5% tł 0,2l 1 szt (<u>MLE.</u>) Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 30 g	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 30 g			Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	Wartość energetyczna: 2766.13 kcal; Białko ogółem: 105.67 g; Tłuszcz: 56.98 g; Kw. tł. nasy.: 26.65 g; Węglowodany ogółem: 464.91 g; W tym cukry: 112.38 g; Błonnik pok.: 22.40 g; Sól: 8.72 g; WW: 44.40 Por; : 15.28 %; : 927.59 %; Ener. z T: 18.54 %; Ener. z Bł.: 1.62 %; K: 3034.58 mg;	Wartość energetyczna: 2747.93 kcal; Białko ogółem: 101.35 g; Tłuszcz: 57.27 g; Kw. tł. nasy.: 12.91 g; Węglowodany ogółem: 470.03 g; W tym cukry: 90.82 g; Błonnik pok.: 36.72 g; Sól: 9.97 g; WW: 43.33 Por; : 14.75 %; : 757.89 %; Ener. z T: 18.76 %; Ener. z Bł.: 2.67 %; K: 2909.27 mg;	Wartość energetyczna: 2041.61 kcal; Białko ogółem: 54.00 g; Tłuszcz: 54.00 g; Kw. tł. nasy.: 21.57 g; Węglowodany ogółem: 342.04 g; W tym cukry: 65.49 g; Błonnik pok.: 14.81 g; Sól: 2.54 g; WW: 32.79 Por; : 10.58 %; : 533.81 %; Ener. z T: 23.80 %; Ener. z Bł.: 1.45 %; K: 1856.81 mg;	Wartość energetyczna: 1870.71 kcal; Białko ogółem: 37.44 g; Tłuszcz: 46.62 g; Kw. tł. nasy.: 18.95 g; Węglowodany ogółem: 333.44 g; W tym cukry: 76.48 g; Błonnik pok.: 15.06 g; Sól: 2.02 g; WW: 31.99 Por; : 8.01 %; : 541.96 %; Ener. z T: 22.43 %; Ener. z Bł.: 1.61 %; K: 1779.89 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 %; : 135.36 %; Ener. z T: 7.57 %; Ener. z Bł.: 0.62 %; K: 127.46 mg;	
2024-07-09 wtorek	Śniadanie	Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 25 g Twarożek z koperkiem 80 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 80 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Rukola 20 g	Kasza manna na wodzie 300 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 25 g (<u>SOJ.</u>) Pomidor 80 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Rukola 20 g	Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 120 g Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 25 g Dżem 25 g 1 szt Banan 150 g Pomidor 80 g Rukola 20 g Podpłomyki b/c 20 g (<u>GLU PSZ, MLE.</u>)	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 120 g Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 20 g Dżem 25 g 2 szt Pomidor 80 g Rukola 20 g Banan 150 g	Kleik ryżowy na wodzie 200 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Suchary b/c 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u>)

Jadłospisy za okres od dnia 2024-07-08 do dnia 2024-07-14 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- Bogatobiałkowa	SIE- Bogatobiałkowa bezmleczna	SIE- Niskobiałkowa do 50 g białka	SIE- Niskobiałkowa do 30 g białka	SIE- Kleikowa	
2024-07-09 wtorek	II ŚN	Banan 150 g					
	Obiad	Brokułowa z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryż na sypko 180 g Szynka wieprzowa gotowana 100 g Sos własny () 80 ml (GLUPSZ, SEL.) Buraczki gotowane () 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Brokułowa z ziemniakami (bez mleka) () 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Ryż na sypko 180 g Szynka wieprzowa gotowana 100 g Sos własny () 80 ml (GLUPSZ, SEL.) Buraczki gotowane () 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Brokułowa z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryż na sypko (brązowy) 180 g Szynka wieprzowa gotowana 50 g Sos własny () 80 ml (GLUPSZ, SEL.) Buraczki gotowane () 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Brokułowa z ziemniakami (bez mleka) () 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki młode gotowane () 180 g Szynka wieprzowa gotowana 30 g Sos własny () 80 ml (GLU PSZ, SEL.) 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	Drożdźówka mini 50g 50 g (GLU PSZ, JAJ.)	Kisiel o smaku wiśniowym z/c 200 ml Drożdźówka mini 50g 50 g (GLU PSZ, JAJ.)				
	Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Ser mozzarella kulki 35 g (MLE.) Pomidor 80 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynka z piersią kurczaka-wędz. 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 Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Sałata zielona 20 g	Chleb bezglutenowy 120 g Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 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 120 g Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 20 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Kleik ryżowy na wodzie 200 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Suchary b/c 30 g (GLU PSZ, SOJ, MLE.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	
	PN	Przecier owocowy jabłko-truskawka 120g 1 szt (może zawierać: MLE.)	Mus- przecier owocowy jabłko 100g (tubka) 1 szt	Przecier owocowy jabłko-truskawka 120g 1 szt (może zawierać: MLE.)			Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt

Jadłospisy za okres od dnia 2024-07-08 do dnia 2024-07-14 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- Bogatobiałkowa	SIE- Bogatobiałkowa bezmleczna	SIE- Niskobiałkowa do 50 g białka	SIE- Niskobiałkowa do 30 g białka	SIE- Kleikowa
2024-07-09 wtorek		Wartość energetyczna: 2524.82 kcal; Białko ogółem: 116.23 g; Tłuszcz: 53.04 g; Kw. tł. nasy.: 25.41 g; Węglowodany ogółem: 406.62 g; W tym cukry: 114.05 g; Błonnik pok.: 25.43 g; Sól: 7.28 g; WW: 38.22 Por; : 18.41 %; : 902.50 %; Ener. z T: 18.91 %; Ener. z Bł.: 2.01 %; K: 4182.46 mg;	Wartość energetyczna: 2374.85 kcal; Białko ogółem: 94.49 g; Tłuszcz: 45.68 g; Kw. tł. nasy.: 11.48 g; Węglowodany ogółem: 420.38 g; W tym cukry: 132.35 g; Błonnik pok.: 24.39 g; Sól: 8.65 g; WW: 39.66 Por; : 15.91 %; : 819.11 %; Ener. z T: 17.31 %; Ener. z Bł.: 2.05 %; K: 3680.63 mg;	Wartość energetyczna: 2040.20 kcal; Białko ogółem: 53.75 g; Tłuszcz: 49.69 g; Kw. tł. nasy.: 19.29 g; Węglowodany ogółem: 348.53 g; W tym cukry: 107.24 g; Błonnik pok.: 22.69 g; Sól: 2.84 g; WW: 32.63 Por; : 10.54 %; : 681.90 %; Ener. z T: 21.92 %; Ener. z Bł.: 2.22 %; K: 3407.84 mg;	Wartość energetyczna: 1807.39 kcal; Białko ogółem: 36.90 g; Tłuszcz: 42.02 g; Kw. tł. nasy.: 17.94 g; Węglowodany ogółem: 327.27 g; W tym cukry: 117.17 g; Błonnik pok.: 19.36 g; Sól: 2.41 g; WW: 30.91 Por; : 8.17 %; : 811.72 %; Ener. z T: 20.92 %; Ener. z Bł.: 2.14 %; K: 4014.85 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 %; : 135.36 %; Ener. z T: 7.57 %; Ener. z Bł.: 0.62 %; K: 159.20 mg;
2024-07-10 środa	Śniadanie	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ) Pierś gotowana premium-dr, produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR) Pomidor 80 g Roszponka 20 g	Kasza kukurydziana na wodzie 300 ml Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ) Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona,w osłonce niejadalnej 50 g (SOJ, SEL) Pomidor 80 g Roszponka 20 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 120 g Masło extra 82% 15 g (MLE) Pierś gotowana premium-dr, produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Pomidor 80 g Roszponka 20 g Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 120 g Masło extra 82% 15 g (MLE) Pierś gotowana premium-dr, produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 20 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Pomidor 80 g Roszponka 20 g Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml	Kleik ryżowy na wodzie 200 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Suchary b/c 30 g (GLU PSZ, SOJ, MLE)
	II ŚN	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt				
	Obiad	Jarzynowa z makaronem dieta () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Ziemniaki młode gotowane () 180 g Pulpet drobiowy 100 g (GLU PSZ, JAJ) Sos pietruszkowy () 80 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Marchew gotowana z olejem () 100 g Fasolka szparagowa z wody* 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Jarzynowa z makaronem (bez mleka) () 300 ml (GLU PSZ, SEL) Ziemniaki młode gotowane () 180 g Pulpet drobiowy 100 g (GLU PSZ, JAJ) Sos pietruszkowy (bez mleka) 80 ml (GLU PSZ) Marchew gotowana z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Jarzynowa z makaronem dieta () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Ziemniaki młode gotowane () 180 g Pulpet drobiowy 60 g (GLU PSZ, JAJ) Sos pietruszkowy () 80 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Marchew gotowana z olejem () 200 g	Jarzynowa z makaronem dieta () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Ziemniaki młode gotowane () 180 g Marchew gotowana z olejem () 200 g Pulpet drobiowy 50 g (GLU PSZ, JAJ) Sos pietruszkowy () 80 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Herbata czarna granulowana z/c 500 ml Suchary b/c 30 g (GLU PSZ, SOJ, MLE)

Jadłospisy za okres od dnia 2024-07-08 do dnia 2024-07-14 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- Bogatobiałkowa	SIE- Bogatobiałkowa bezmleczna	SIE- Niskobiałkowa do 50 g białka	SIE- Niskobiałkowa do 30 g białka	SIE- Kleikowa
2024-07-10 środa	PD	Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml (MLE) Podpłomyki b/c 20 g (GLU PSZ, MLE)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 20 g (SOJ) Sałata zielona 10 g			
	Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Połudwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkim wody wędzona parzona 50 g (GLU PSZ, SOJ) Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt (MLE) Pomidorki koktajlowe 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 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 75 g Pomidorki koktajlowe 80 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 120 g Masło extra 82% 15 g (MLE) Połudwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkim wody wędzona parzona 25 g (GLU PSZ, SOJ) Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt (MLE) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 120 g Masło extra 82% 15 g (MLE) Połudwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkim wody wędzona parzona 20 g (GLU PSZ, SOJ) Dżem 25 g 1 szt Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Kleik ryżowy na wodzie 200 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Suchary b/c 30 g (GLU PSZ, SOJ, MLE) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PN	Ciasto drożdżowe 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, S02)	Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 30 g Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Ciasto drożdżowe 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, S02)		Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
		Wartość energetyczna: 2492.36 kcal; Białko ogółem: 104.05 g; Tłuszcz: 66.98 g; Kw. tł. nasy.: 27.89 g; Węglowodany ogółem: 379.94 g; W tym cukry: 89.87 g; Błonnik pok.: 27.00 g; Sól: 8.91 g; WW: 35.42 Por.; : 16.70 %; : 959.86 %; Ener. z T: 24.19 %; Ener. z Bł.: 2.17 %; K: 3729.67 mg;	Wartość energetyczna: 2212.66 kcal; Białko ogółem: 89.89 g; Tłuszcz: 53.58 g; Kw. tł. nasy.: 12.97 g; Węglowodany ogółem: 355.24 g; W tym cukry: 56.31 g; Błonnik pok.: 33.14 g; Sól: 10.07 g; WW: 32.19 Por.; : 16.25 %; : 789.24 %; Ener. z T: 21.80 %; Ener. z Bł.: 3.00 %; K: 3260.10 mg;	Wartość energetyczna: 2013.48 kcal; Białko ogółem: 49.41 g; Tłuszcz: 65.58 g; Kw. tł. nasy.: 24.63 g; Węglowodany ogółem: 313.63 g; W tym cukry: 78.93 g; Błonnik pok.: 22.34 g; Sól: 4.38 g; WW: 29.16 Por.; : 9.82 %; : 708.87 %; Ener. z T: 29.31 %; Ener. z Bł.: 2.22 %; K: 2909.40 mg;	Wartość energetyczna: 1938.21 kcal; Białko ogółem: 39.00 g; Tłuszcz: 58.35 g; Kw. tł. nasy.: 20.01 g; Węglowodany ogółem: 321.79 g; W tym cukry: 87.26 g; Błonnik pok.: 22.31 g; Sól: 3.44 g; WW: 30.03 Por.; : 8.05 %; : 707.62 %; Ener. z T: 27.09 %; Ener. z Bł.: 2.30 %; K: 2872.98 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 %; : 135.36 %; Ener. z T: 7.57 %; Ener. z Bł.: 0.62 %; K: 127.46 mg;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-07-08 do dnia 2024-07-14 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- Bogatobiałkowa	SIE- Bogatobiałkowa bezmleczna	SIE- Niskobiałkowa do 50 g białka	SIE- Niskobiałkowa do 30 g białka	SIE- Kleikowa
2024-07-11 czwartek	Śniadanie	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, SOJ, MLE,) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ZYT,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,) Sałatka wiosenna - diety 200 g	Kasza manna na wodzie 300 ml (GLU PSZ,) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ,) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ZYT,) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 75 g (SOJ,) Sałatka wiosenna - diety 200 g	Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 120 g Masło extra 82% 15 g (MLE,) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (SOJ,) Sałatka wiosenna - diety 200 g Banan 150 g Kisiel o smaku cytrynowym z/c 150 ml	Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 120 g Masło extra 82% 15 g (MLE,) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 20 g (SOJ,) Sałatka wiosenna - diety 200 g Banan 150 g Kisiel o smaku cytrynowym z/c 150 ml	Kleik ryżowy na wodzie 200 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Suchary b/c 30 g (GLU PSZ, SOJ, MLE,)
	II ŚN	Banan 150 g				
	Obiad	Ziemniaczana () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami* 300 g (SEL, GLU JĘCZ,) Surówka z marchwi i jabłka z olejem () 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Ziemniaczana (bez mleka) () 300 ml (GLU PSZ, SEL,) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami* 300 g (SEL, GLU JĘCZ,) Surówka z marchwi i jabłka z olejem () 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Ziemniaczana () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami* 300 g (SEL, GLU JĘCZ,) Surówka z marchwi i jabłka z olejem () 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Ziemniaczana () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami* 150 g (SEL, GLU JĘCZ,) Surówka z marchwi i jabłka z olejem () 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	Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (MLE,) Herbatniki 30 g (GLU PSZ, SOJ, MLE,)	Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ,) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Połudwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkiem wody wędzona parzona 20 g (GLU PSZ, SOJ,) Sałata zielona 10 g				

Jadłospisy za okres od dnia 2024-07-08 do dnia 2024-07-14 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- Bogatobiałkowa	SIE- Bogatobiałkowa bezmleczna	SIE- Niskobiałkowa do 50 g białka	SIE- Niskobiałkowa do 30 g białka	SIE- Kleikowa
2024-07-11 czwartek	Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Leczo z drobiem-dieta () 300 g Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Arbuz 100 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Leczo z drobiem-dieta () 300 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Arbuz 100 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 120 g Masło extra 82% 15 g (MLE.) Pierś gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w ostonce niejadalnej. 25 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Miód (25g) 1 szt Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Chleb bezglutenowy 120 g Masło extra 82% 15 g (MLE.) Pierś gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w ostonce niejadalnej. 25 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Miód (25g) 1 szt Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Kleik ryżowy na wodzie 200 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Suchary b/c 30 g (GLU PSZ, SOJ, MLE.)
	PN	Wafle ryżowe 30 g Dżem 25 g 1 szt		Dżem 25 g 1 szt Wafle ryżowe 30 g		Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
		Wartość energetyczna: 2896.67 kcal; Białko ogółem: 104.80 g; Tłuszcz: 73.10 g; Kw. tł. nasy.: 18.48 g; Węglowodany ogółem: 473.49 g; W tym cukry: 158.36 g; Błonnik pok.: 40.44 g; Sól: 7.98 g; WW: 43.43 Por; : 14.47 %; : 1231.71 %; Ener. z T: 22.71 %; Ener. z Bł.: 2.79 %; K: 5191.48 mg;	Wartość energetyczna: 2664.18 kcal; Białko ogółem: 96.35 g; Tłuszcz: 63.98 g; Kw. tł. nasy.: 10.30 g; Węglowodany ogółem: 445.91 g; W tym cukry: 124.56 g; Błonnik pok.: 39.39 g; Sól: 8.90 g; WW: 40.76 Por; : 14.47 %; : 1079.10 %; Ener. z T: 21.61 %; Ener. z Bł.: 2.96 %; K: 4458.82 mg;	Wartość energetyczna: 2496.47 kcal; Białko ogółem: 53.09 g; Tłuszcz: 78.03 g; Kw. tł. nasy.: 22.00 g; Węglowodany ogółem: 407.15 g; W tym cukry: 127.25 g; Błonnik pok.: 27.78 g; Sól: 3.79 g; WW: 38.09 Por; : 8.51 %; : 800.87 %; Ener. z T: 28.13 %; Ener. z Bł.: 2.23 %; K: 3688.47 mg;	Wartość energetyczna: 2253.48 kcal; Białko ogółem: 36.25 g; Tłuszcz: 69.39 g; Kw. tł. nasy.: 20.36 g; Węglowodany ogółem: 380.56 g; W tym cukry: 124.97 g; Błonnik pok.: 24.22 g; Sól: 2.68 g; WW: 35.79 Por; : 6.43 %; : 750.16 %; Ener. z T: 27.71 %; Ener. z Bł.: 2.15 %; K: 3295.36 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 %; : 135.36 %; Ener. z T: 7.57 %; Ener. z Bł.: 0.62 %; K: 127.46 mg;
2024-07-12 piątek	Śniadanie	Kasza manna na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE.) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Dżem 25 g 1 szt Serek wiejski lekki 3% tł 150g 1 szt (MLE.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Kasza manna na wodzie 300 ml (GLU PSZ.) Kawa zbożowa z/c 250 ml (GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw ostonce niejadalnej 75 g (SOJ.) Dżem 25 g 1 szt Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Chleb bezglutenowy 120 g Masło extra 82% 15 g (MLE.) Dżem 25 g 1 szt Serek wiejski lekki 3% tł 150g 1 szt (MLE.) Pomidor 80 g Kawa zbożowa z/c 250 ml (GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Sałata zielona 20 g Biszkopty b/m 30 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ.) Arbuz 150 g	Chleb bezglutenowy 120 g Masło extra 82% 15 g (MLE.) Dżem 25 g 2 szt Pomidor 80 g Kawa zbożowa z/c 250 ml (GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Biszkopty b/m 30 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ.) Sałata zielona 20 g Arbuz 150 g	Kleik ryżowy na wodzie 200 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Suchary b/c 30 g (GLU PSZ, SOJ, MLE.)

Jadłospisy za okres od dnia 2024-07-08 do dnia 2024-07-14 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- Bogatobiałkowa	SIE- Bogatobiałkowa bezmleczna	SIE- Niskobiałkowa do 50 g białka	SIE- Niskobiałkowa do 30 g białka	SIE- Kleikowa
2024-07-12, piątek	II ŚN	Arbuz 150 g				
	Obiad	Szpinakowa z zacierką () 300 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.) Ziemniaki młode gotowane () 180 g Pulpet rybny (Miruna) 120 g (GLU PSZ, JAJ, RYB.) Sos koperkowy () 80 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g (SEL.) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Szpinakowa z zacierką (bez mleka) () 300 ml (GLU PSZ, JAJ, SEL.) Ziemniaki młode gotowane () 180 g Pulpet rybny (Miruna) 120 g (GLU PSZ, JAJ, RYB.) Sos koperkowy *(bez mleka) 80 ml (GLU PSZ.) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g (SEL.) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Szpinakowa z zacierką () 300 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.) Ziemniaki młode gotowane () 180 g Pulpet rybny (Miruna) 60 g (GLU PSZ, JAJ, RYB.) Sos koperkowy () 80 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g (SEL.) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Szpinakowa z zacierką () 300 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.) Ziemniaki młode gotowane () 180 g Pulpet rybny (Miruna) 40 g (GLU PSZ, JAJ, RYB.) Sos koperkowy () 80 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 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 brzoskwinowy 150g 1 szt (MLE.)	Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Szynka gotowana wieprzowa wędzona parzona,zawiera wodę dodaną, w siatce niejadalnej 20 g (GLU PSZ, SOJ.) Sałata zielona 20 g			
	Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Serek homo z natką pietruszki 50 g (MLE.) Pomidor 80 g Mix sałat 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Jajko gotowane kl M 2 szt (JAJ.) Pomidor 80 g Mix sałat 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 120 g Masło extra 82% 15 g (MLE.) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 25 g (SOJ.) Miód (25g) 1 szt Pomidor 80 g Mix sałat 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 120 g Masło extra 82% 15 g (MLE.) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 20 g (SOJ.) Miód (25g) 1 szt Pomidor 80 g Mix sałat 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Kleik ryżowy na wodzie 200 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Suchary b/c 30 g (GLU PSZ, SOJ, MLE.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PN	Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (MLE.) Biszkopty b/m 30 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ.)	Biszkopty b/m 30 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ.) Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt	Biszkopty b/m 30 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ.)		Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt

Jadłospisy za okres od dnia 2024-07-08 do dnia 2024-07-14 KUCHNIA SIEDLCE

	SIE- Bogatobiałkowa	SIE- Bogatobiałkowa bezmleczna	SIE- Niskobiałkowa do 50 g białka	SIE- Niskobiałkowa do 30 g białka	SIE- Kleikowa
2024-07-12 piątek	Wartość energetyczna: 2637.20 kcal; Białko ogółem: 118.88 g; Tłuszcz: 67.01 g; Kw. tł. nasy.: 23.07 g; Węglowodany ogółem: 402.94 g; W tym cukry: 125.68 g; Błonnik pok.: 28.75 g; Sól: 8.31 g; WW: 37.56 Por; : 18.03 %; : 1262.86 %; Ener. z T: 22.87 %; Ener. z Bł.: 2.18 %; K: 4403.02 mg;	Wartość energetyczna: 2638.37 kcal; Białko ogółem: 96.66 g; Tłuszcz: 68.31 g; Kw. tł. nasy.: 15.60 g; Węglowodany ogółem: 424.57 g; W tym cukry: 101.00 g; Błonnik pok.: 30.96 g; Sól: 10.36 g; WW: 39.38 Por; : 14.65 %; : 979.99 %; Ener. z T: 23.30 %; Ener. z Bł.: 2.35 %; K: 3374.83 mg;	Wartość energetyczna: 2221.90 kcal; Białko ogółem: 56.88 g; Tłuszcz: 66.21 g; Kw. tł. nasy.: 19.14 g; Węglowodany ogółem: 356.81 g; W tym cukry: 86.23 g; Błonnik pok.: 20.96 g; Sól: 4.28 g; WW: 33.71 Por; : 10.24 %; : 849.43 %; Ener. z T: 26.82 %; Ener. z Bł.: 1.89 %; K: 3029.48 mg;	Wartość energetyczna: 2093.05 kcal; Białko ogółem: 35.55 g; Tłuszcz: 59.95 g; Kw. tł. nasy.: 18.78 g; Węglowodany ogółem: 360.73 g; W tym cukry: 92.67 g; Błonnik pok.: 20.87 g; Sól: 2.95 g; WW: 34.12 Por; : 6.79 %; : 845.29 %; Ener. z T: 25.78 %; Ener. z Bł.: 1.99 %; K: 3021.22 mg;	Wartość energetyczna: 887.22 kcal; Białko ogółem: 19.96 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: 0.28 g; WW: 18.29 Por; : 9.00 %; : 135.36 %; Ener. z T: 7.57 %; Ener. z Bł.: 0.62 %; K: 175.07 mg;
2024-07-13 sobota	Śniadanie Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (MLE, GLU JĘCZ.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Pierś gotowana premium-dr, produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona, parzona, z dod. wody, białka wp 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Śniadanie Płatki jęczmienne na wodzie 300 ml (GLU JĘCZ.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Miód (25g) 1 szt Szynka zielonogórska- wp. parzona 50 g (SOJ.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Śniadanie Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 120 g Masło extra 82% 15 g (MLE.) Pierś gotowana premium-dr, produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Pomidor 80 g Banan 1szt. 1 szt Miód 50 g Podpłomyki b/c 20 g (GLU PSZ, MLE.) Sałata zielona 20 g	Śniadanie Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 120 g Masło extra 82% 15 g (MLE.) Pierś gotowana premium-dr, produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 25 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Miód 50 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Banan 1szt. 1 szt Podpłomyki b/c 20 g (GLU PSZ, MLE.)	Śniadanie 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 1szt. 1 szt				
Obiad	Koperkowa z ryżem () 300 ml (MLE, SEL.) Kasza jaglana na sypko 180 g Gulasz wołowy 150 g (GLU PSZ.) Surówka z selera i jabłka z olejem () 100 g (SEL.) Buraczki gotowane drobno tarte () 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ryżem (bez mleka) () 300 ml (SEL.) Kasza jaglana na sypko 180 g Gulasz wołowy 150 g (GLU PSZ.) Surówka z selera i jabłka z olejem () 100 g (SEL.) Buraczki gotowane drobno tarte () 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ryżem () 300 ml (MLE, SEL.) Kasza jaglana na sypko 180 g Gulasz wołowy 80 g (GLU PSZ.) Surówka z selera i jabłka z olejem () 100 g (SEL.) Buraczki gotowane drobno tarte () 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ryżem (bez mleka) () 300 ml (SEL.) Kasza jaglana na sypko 180 g Gulasz wołowy 60 g (GLU PSZ.) Surówka z selera i jabłka z olejem () 100 g (SEL.) Buraczki gotowane drobno tarte () 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	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 2024-07-08 do dnia 2024-07-14 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- Bogatobiałkowa	SIE- Bogatobiałkowa bezmleczna	SIE- Niskobiałkowa do 50 g białka	SIE- Niskobiałkowa do 30 g białka	SIE- Kleikowa
2024-07-13 sobota	PD	Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml (MLE) Wafelki 30 g (GLU PSZ, SOJ, MLE)	Chleb mieszany pszenno-żytni 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 20 g			
	Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa, wędzona, z wodą dodaną. 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR) Szynka z pierśią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalanej 25 g (SOJ, SEL) 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 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Szynka z pierśią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalanej 25 g (SOJ, SEL) Pomidor 80 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 120 g Masło extra 82% 15 g (MLE) Szynka z pierśią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalanej 30 g (SOJ, SEL) Pomidor 80 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 120 g Masło extra 82% 15 g (MLE) Szynka z pierśią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalanej 25 g (SOJ, SEL) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Kleik ryżowy na wodzie 200 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Suchary b/c 30 g (GLU PSZ, SOJ, MLE)
	PN	Bułka maślana 1 szt 1 szt (GLU PSZ, JAJ, MLE)	Mus- przecier owocowy jabłko 100g (tubka) 1 szt			Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
		Wartość energetyczna: 2908.59 kcal; Białko ogółem: 124.91 g; Tłuszcz: 68.38 g; Kw. tł. nasy.: 29.70 g; Węglowodany ogółem: 463.32 g; W tym cukry: 126.55 g; Błonnik pok.: 31.05 g; Sól: 10.12 g; WW: 43.32 Por; : 17.18 %; : 954.01 %; Ener. z T: 21.16 %; Ener. z Bł.: 2.14 %; K: 3999.32 mg;	Wartość energetyczna: 2344.72 kcal; Białko ogółem: 94.30 g; Tłuszcz: 49.85 g; Kw. tł. nasy.: 13.21 g; Węglowodany ogółem: 395.70 g; W tym cukry: 96.59 g; Błonnik pok.: 30.47 g; Sól: 8.83 g; WW: 36.57 Por; : 16.09 %; : 707.53 %; Ener. z T: 19.14 %; Ener. z Bł.: 2.60 %; K: 3297.45 mg;	Wartość energetyczna: 2122.74 kcal; Białko ogółem: 51.71 g; Tłuszcz: 52.20 g; Kw. tł. nasy.: 19.63 g; Węglowodany ogółem: 370.00 g; W tym cukry: 97.27 g; Błonnik pok.: 20.40 g; Sól: 2.99 g; WW: 35.05 Por; : 9.74 %; : 624.20 %; Ener. z T: 22.13 %; Ener. z Bł.: 1.92 %; K: 2812.87 mg;	Wartość energetyczna: 2053.44 kcal; Białko ogółem: 42.37 g; Tłuszcz: 49.55 g; Kw. tł. nasy.: 19.06 g; Węglowodany ogółem: 367.73 g; W tym cukry: 96.70 g; Błonnik pok.: 20.34 g; Sól: 2.35 g; WW: 34.83 Por; : 8.25 %; : 619.34 %; Ener. z T: 21.72 %; Ener. z Bł.: 1.98 %; K: 2739.21 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 %; : 135.36 %; Ener. z T: 7.57 %; Ener. z Bł.: 0.62 %; K: 159.20 mg;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-07-08 do dnia 2024-07-14 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- Bogatobiałkowa	SIE- Bogatobiałkowa bezmleczna	SIE- Niskobiałkowa do 50 g białka	SIE- Niskobiałkowa do 30 g białka	SIE- Kleikowa
2024-07-14 niedziela	Śniadanie	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE,) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ,) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Pomidorki koktajlowe 80 g Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (SOJ,) Ser mozzarella kulki 35 g (MLE,) Mix sałat 20 g	Kasza kukurydziana na wodzie 300 ml Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ,) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 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,) Pomidorki koktajlowe 80 g Mix sałat 20 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 120 g Masło extra 82% 15 g (MLE,) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (SOJ,) Pomidorki koktajlowe 80 g Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Biszkopty b/m 30 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ,) Mix sałat 20 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 120 g Masło extra 82% 15 g (MLE,) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 20 g (SOJ,) Pomidorki koktajlowe 80 g Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Dżem 25 g 1 szt Mix sałat 20 g	Kleik ryżowy na wodzie 200 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Suchary b/c 30 g (GLU PSZ, SOJ, MLE,)
	II ŚN	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt				
	Obiad	Rosół z makaronem () 300 ml (GLU PSZ, SEL,) Ziemniaki młode gotowane () 180 g Ćwiartka z kurczaka gotowana 130 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g Fasolka szparagowa z wody* 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Rosół z makaronem PKU () 300 ml (SEL,) Ziemniaki młode gotowane () 180 g Ćwiartka z kurczaka gotowana 60 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 100 g (SEL,) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Rosół z makaronem PKU () 300 ml (SEL,) Ćwiartka z kurczaka gotowana 30 g Ziemniaki młode gotowane () 180 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g 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 granulowana z/c 500 ml Suchary b/c 30 g (GLU PSZ, SOJ, MLE,)	
PD	Ciasto drożdżowe 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, SO2,)	Wafle ryżowe 30 g				

Jadłospisy za okres od dnia 2024-07-08 do dnia 2024-07-14 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- Bogatobiałkowa	SIE- Bogatobiałkowa bezmleczna	SIE- Niskobiałkowa do 50 g białka	SIE- Niskobiałkowa do 30 g białka	SIE- Kleikowa
2024-07-14 niedziela	Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Dżem 25 g 1 szt Połudwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkiem wody wędzona parzona 50 g (GLU PSZ, SOJ.) 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 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Połudwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkiem wody wędzona parzona 50 g (GLU PSZ, SOJ.) Szynka gotowana wieprzowa wędzona parzona, zawiera wodę dodaną, w siatce niejadalnej 50 g (GLU PSZ, SOJ.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 120 g Masło extra 82% 15 g (MLE.) Połudwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkiem wody wędzona parzona 30 g (GLU PSZ, SOJ.) 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 bezglutenowy 120 g Masło extra 82% 15 g (MLE.) Połudwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkiem wody wędzona parzona 20 g (GLU PSZ, SOJ.) Dżem 25 g 1 szt Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Kleik ryżowy na wodzie 200 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Suchary b/c 30 g (GLU PSZ, SOJ, MLE.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PN	Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt Podpłomyki b/c 20 g (GLU PSZ, MLE.)	Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt Biszkopty b/m 30 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ.)	Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt		Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
		Wartość energetyczna: 2671.70 kcal; Białko ogółem: 128.31 g; Tłuszcz: 80.20 g; Kw. tł. nasy.: 31.39 g; Węglowodany ogółem: 370.48 g; W tym cukry: 96.12 g; Błonnik pok.: 24.77 g; Sól: 9.20 g; WW: 34.78 Por; : 19.21 %; : 806.68 %; Ener. z T: 27.02 %; Ener. z Bł.: 1.85 %; K: 3697.79 mg;	Wartość energetyczna: 2421.30 kcal; Białko ogółem: 123.40 g; Tłuszcz: 65.37 g; Kw. tł. nasy.: 17.00 g; Węglowodany ogółem: 346.28 g; W tym cukry: 74.28 g; Błonnik pok.: 24.61 g; Sól: 9.93 g; WW: 32.27 Por; : 20.38 %; : 709.85 %; Ener. z T: 24.30 %; Ener. z Bł.: 2.03 %; K: 3340.29 mg;	Wartość energetyczna: 2002.14 kcal; Białko ogółem: 54.28 g; Tłuszcz: 67.06 g; Kw. tł. nasy.: 22.75 g; Węglowodany ogółem: 302.38 g; W tym cukry: 86.28 g; Błonnik pok.: 19.27 g; Sól: 3.62 g; WW: 28.37 Por; : 10.84 %; : 606.25 %; Ener. z T: 30.14 %; Ener. z Bł.: 1.93 %; K: 2912.48 mg;	Wartość energetyczna: 1800.13 kcal; Białko ogółem: 37.11 g; Tłuszcz: 57.65 g; Kw. tł. nasy.: 20.63 g; Węglowodany ogółem: 290.76 g; W tym cukry: 95.73 g; Błonnik pok.: 19.27 g; Sól: 2.93 g; WW: 27.25 Por; : 8.25 %; : 606.25 %; Ener. z T: 28.82 %; Ener. z Bł.: 2.14 %; K: 2711.48 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 %; : 135.36 %; Ener. z T: 7.57 %; Ener. z Bł.: 0.62 %; K: 127.46 mg;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-07-08 do dnia 2024-07-14 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- Kleikowa rozszerzona	SIE- Dzieci 1-3 lat Podstawowa	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż podstawa	SIE- Bogatoresztkowa	SIE- Bezglutenowa	
2024-07-08 poniedziałek	Śniadanie	Kleik ryżowy na wodzie 200 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Suchary b/c 30 g (GLU PSZ, SOJ, MLE,)	Płatki pszenne na mleku 250 ml (GLU PSZ, MLE,) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka graham-pszenna 60g 1 szt (GLU PSZ,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa, wędzona, z wodą dodaną. 25 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,) Miód (25g) 1 szt Ogórek świeży 80 g Mix sałat 20 g	Płatki pszenne na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE,) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka graham-pszenna 60g 1 szt (GLU PSZ,) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa, wędzona, z wodą dodaną. 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,) Miód (25g) 1 szt Ogórek świeży 80 g Mix sałat 20 g	Płatki pszenne na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE,) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka graham-pszenna 60g 1 szt (GLU PSZ,) Chleb razowy żytnio-pszenny 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa, wędzona, z wodą dodaną. 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,) Miód (25g) 1 szt Ogórek świeży 80 g Mix sałat 20 g	Płatki ryżowe błyskawiczne na mleku 300 g (MLE,) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 120 g Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (SOJ,) Miód (25g) 1 szt Pomidor 80 g Gruszka 1szt. 150 g Mix sałat 20 g	
	II ŚN	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Suchary b/c 15 g (GLU PSZ, SOJ, MLE,) Kleik ryżowy na wodzie 200 g	Gruszka 1szt. 150 g				
	Obiad	Ziemniaczana (bez mleka) () 300 ml (GLU PSZ, SEL,) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Zupa wiosenna z cukinią i ziemniakami () 250 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Makaron z serem 200 g (GLU PSZ, MLE,) Mus z truskawek* 80 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Zupa wiosenna z cukinią i ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Makaron z serem 300 g (GLU PSZ, MLE,) Mus z truskawek* 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Fasolowa z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, SEL,) Makaron pełnoziarnisty z serem 300 g (GLU PSZ, MLE,) Mus z truskawek* 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Zupa wiosenna z cukinią i ziemniakami (bez glutenu) () 300 ml (MLE, SEL,) Makaron bezglutenowy z serem biały 300 g (MLE,) Mus z truskawek* 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	
PD	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Suchary b/c 15 g (GLU PSZ, SOJ, MLE,) Kleik ryżowy na wodzie 200 g	Budyń o smaku waniliowym z/c 100 ml (MLE,) Biszkopcy b/m 30 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ,)	Budyń o smaku waniliowym z/c 200 ml (MLE,) Biszkopcy b/m 30 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ,)	Budyń o smaku waniliowym z/c 200 ml (MLE,) Mieszanka studencka 30 g (OZI, ORZ,)			

Jadłospisy za okres od dnia 2024-07-08 do dnia 2024-07-14 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- Kleikowa rozszerzona	SIE- Dzieci 1-3 lat Podstawowa	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż podstawa	SIE- Bogatoresztkowa	SIE- Bezglutenowa
2024-07-08 poniedziałek	Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Suchary b/c 30 g (GLU PSZ, SOJ, MLE.) Kleik ryżowy na wodzie 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka z pierśią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalanej 30 g (SOJ, SEL.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Sałata zielona 20 g Pomidorki koktajlowe 80 g Jogurt brzoskwinowy 150g 1 szt (MLE.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka z pierśią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalanej 30 g (SOJ, SEL.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Jogurt brzoskwinowy 150g 1 szt (MLE.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Sałata zielona 20 g Pomidorki koktajlowe 80 g	Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Chleb razowy pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka z pierśią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalanej 30 g (SOJ, SEL.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Jogurt brzoskwinowy 150g 1 szt (MLE.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Sałata zielona 20 g Pomidorki koktajlowe 80 g	Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 120 g Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka z pierśią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalanej 30 g (SOJ, SEL.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Sałata zielona 20 g Jogurt brzoskwinowy 150g 1 szt (MLE.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Pomidorki koktajlowe 80 g
	PN	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt			Mleko Smakowe UHT 1,5% tł 0,2l 1 szt (MLE.) Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 30 g	
		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 %; : 317.23 %; Ener. z T: 6.22 %; Ener. z Bł.: 1.23 %; K: 1040.31 mg;	Wartość energetyczna: 2053.52 kcal; Białko ogółem: 76.19 g; Tłuszcz: 47.94 g; Kw. tł. nasy.: 22.98 g; Węglowodany ogółem: 333.07 g; W tym cukry: 92.91 g; Błonnik pok.: 17.44 g; Sól: 4.57 g; WW: 31.62 Por; : 14.84 %; : 866.08 %; Ener. z T: 21.01 %; Ener. z Bł.: 1.70 %; K: 2599.56 mg;	Wartość energetyczna: 2748.97 kcal; Białko ogółem: 104.24 g; Tłuszcz: 56.74 g; Kw. tł. nasy.: 26.38 g; Węglowodany ogółem: 461.24 g; W tym cukry: 114.30 g; Błonnik pok.: 23.75 g; Sól: 7.94 g; WW: 43.82 Por; : 15.17 %; : 1003.66 %; Ener. z T: 18.58 %; Ener. z Bł.: 1.73 %; K: 3045.30 mg;	Wartość energetyczna: 2807.03 kcal; Białko ogółem: 112.83 g; Tłuszcz: 67.16 g; Kw. tł. nasy.: 26.69 g; Węglowodany ogółem: 447.08 g; W tym cukry: 109.45 g; Błonnik pok.: 35.60 g; Sól: 8.11 g; WW: 41.28 Por; : 16.08 %; : 1031.29 %; Ener. z T: 21.53 %; Ener. z Bł.: 2.54 %; K: 3649.44 mg;	Wartość energetyczna: 2450.35 kcal; Białko ogółem: 73.60 g; Tłuszcz: 54.03 g; Kw. tł. nasy.: 22.16 g; Węglowodany ogółem: 420.65 g; W tym cukry: 89.92 g; Błonnik pok.: 15.49 g; Sól: 3.54 g; WW: 40.58 Por; : 12.01 %; : 825.46 %; Ener. z T: 19.84 %; Ener. z Bł.: 1.26 %; K: 2498.33 mg;
2024-07-09 wtorek	Śniadanie	Kleik ryżowy na wodzie 200 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Suchary b/c 30 g (GLU PSZ, SOJ, MLE.)	Zacierka na mleku 250 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 25 g Twarożek z koperkiem 40 g (MLE.) Pomidor 80 g Rukola 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Zacierka na mleku 300 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 25 g Twarożek z koperkiem 80 g (MLE.) Pomidor 80 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Rukola 20 g	Zacierka na mleku 300 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 25 g Twarożek z koperkiem 80 g (MLE.) Pomidor 80 g Rukola 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE.) Chleb bezglutenowy 120 g Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 25 g Twarożek z koperkiem 80 g (MLE.) Jabłko 1 szt 1 szt Pomidor 80 g Rukola 20 g

Jadłospisy za okres od dnia 2024-07-08 do dnia 2024-07-14 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- Kleikowa rozszerzona	SIE- Dzieci 1-3 lat Podstawowa	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż podstawa	SIE- Bogatoresztkowa	SIE- Bezglutenowa	
2024-07-09 wtorek	II ŚN	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Suchary b/c 15 g (GLU PSZ, SOJ, MLE.) Kleik ryżowy na wodzie 200 g	Jabłko 1 szt 1 szt				
	Obiad	Ryżowa (bez mleka) () 300 ml (SEL.) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Brokułowa z ziemniakami () 250 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryż na sypko 90 g Szynka wieprzowa gotowana 50 g Sos meksykański 80 g (GLU PSZ.) Buraczki gotowane () 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Brokułowa z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Szynka wieprzowa gotowana 100 g Ryż na sypko (brązowy) 180 g Sos meksykański 80 g (GLU PSZ.) Surówka z pora i jabłka z koperkiem (z olejem) 100 g Buraczki gotowane () 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Szczawiowa z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryż na sypko (brązowy) 180 g Szynka wieprzowa gotowana 100 g Sos meksykański 80 g (GLU PSZ.) Surówka z pora i jabłka z koperkiem (z olejem) 100 g Buraczki gotowane () 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Szczawiowa z ziemniakami () b/glutenu 300 ml (MLE, SEL.) Ryż na sypko 180 g Szynka wieprzowa gotowana 100 g Sos meksykański b/glutenu 80 g Surówka z pora i jabłka z koperkiem (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	Drożdżówka mini 50g 50 g (GLU PSZ, JAJ.)				
	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.) Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony w ostonce niejadalnej. 25 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Ser mozzarella kulki 35 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 Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony w ostonce niejadalnej. 50 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Ser mozzarella kulki 35 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 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony w ostonce niejadalnej. 50 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Ser mozzarella kulki 35 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 bezglutenowy 120 g Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 50 g (SOJ.) Ser mozzarella kulki 35 g (MLE.) Surówka z rzodkwi i czarnuszki 80 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Sałata zielona 20 g	
	PN	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Przecier owocowy jabłko-truskawka 120g 1 szt (może zawierać: MLE.)				

Jadłospisy za okres od dnia 2024-07-08 do dnia 2024-07-14 KUCHNIA SIEDLCE

	SIE- Kleikowa rozszerzona	SIE- Dzieci 1-3 lat Podstawowa	SIE- Dzieci powyżej 3 r.z podstawa	SIE- Bogatoresztkowa	SIE- Bezglutenowa	
2024-07-09 wtorek	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 %; : 194.79 %; Ener. z T: 6.61 %; Ener. z Bł.: 0.92 %; K: 286.12 mg;	Wartość energetyczna: 1743.15 kcal; Białko ogółem: 73.56 g; Tłuszcz: 48.63 g; Kw. tł. nasy.: 21.94 g; Węglowodany ogółem: 260.45 g; W tym cukry: 86.41 g; Błonnik pok.: 18.84 g; Sól: 4.15 g; WW: 24.23 Por; : 16.88 %; : 709.99 %; Ener. z T: 25.11 %; Ener. z Bł.: 2.16 %; K: 2816.40 mg;	Wartość energetyczna: 2559.02 kcal; Białko ogółem: 116.62 g; Tłuszcz: 64.24 g; Kw. tł. nasy.: 26.24 g; Węglowodany ogółem: 388.80 g; W tym cukry: 98.68 g; Błonnik pok.: 33.21 g; Sól: 7.87 g; WW: 35.61 Por; : 18.23 %; : 868.34 %; Ener. z T: 22.59 %; Ener. z Bł.: 2.60 %; K: 3798.50 mg;	Wartość energetyczna: 2477.67 kcal; Białko ogółem: 113.99 g; Tłuszcz: 65.14 g; Kw. tł. nasy.: 26.25 g; Węglowodany ogółem: 375.38 g; W tym cukry: 100.77 g; Błonnik pok.: 46.40 g; Sól: 8.01 g; WW: 32.98 Por; : 18.40 %; : 962.73 %; Ener. z T: 23.66 %; Ener. z Bł.: 3.75 %; K: 4292.61 mg;	Wartość energetyczna: 2364.47 kcal; Białko ogółem: 96.04 g; Tłuszcz: 68.91 g; Kw. tł. nasy.: 25.34 g; Węglowodany ogółem: 345.34 g; W tym cukry: 96.16 g; Błonnik pok.: 21.37 g; Sól: 5.41 g; WW: 32.52 Por; : 16.25 %; : 779.71 %; Ener. z T: 26.23 %; Ener. z Bł.: 1.81 %; K: 3483.75 mg;	
2024-07-10 środa	Śniadanie	Kleik ryżowy na wodzie 200 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Suchary b/c 30 g (GLU PSZ, SOJ, MLE,)	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE,) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ,) Pierś gotowana premium-dr, produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 25 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,) Ogórek świeży 80 g Roszponka 20 g	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE,) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ,) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ,) Pierś gotowana premium-dr, produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,) Ogórek świeży 80 g Roszponka 20 g	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE,) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Paprykarz szczeciński 50 g (RYB, SOJ,) Pierś gotowana premium-dr, produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,) Ogórek świeży 80 g Roszponka 20 g	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE,) Chleb bezglutenowy 120 g Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Paprykarz szczeciński 50 g (RYB, SOJ,) Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalnej 50 g (SOJ, SEL,) Kiwi 1 szt 1 szt Ogórek świeży 80 g Roszponka 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml
	II ŚN	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Suchary b/c 15 g (GLU PSZ, SOJ, MLE,) Kleik ryżowy na wodzie 200 g	Kiwi 1 szt 1 szt			
Obiad	Ryżowa (bez mleka) () 300 ml (SEL,) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Jarzynowa z makaronem dieta () 250 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Ziemniaki młode gotowane () 90 g Pulpet drobiowy 50 g (GLU PSZ, JAJ,) Sos pietruszkowy () 80 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Marchew gotowana z olejem () 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Jarzynowa z makaronem dieta () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Ziemniaki młode gotowane () 180 g Pulpet drobiowy 100 g (GLU PSZ, JAJ,) Sos pietruszkowy () 80 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Fasolka szparagowa z wody* 100 g Marchew gotowana z olejem () 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Pieczarkowa z makaronem () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Ziemniaki młode gotowane () 180 g Pulpet drobiowy 100 g (GLU PSZ, JAJ,) Sos pietruszkowy () 80 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Fasolka szparagowa z wody* 100 g Marchew gotowana z olejem () 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Pieczarkowa z makaronem (bez glutenu) () 300 ml (MLE, SEL,) Ziemniaki młode gotowane () 180 g Pulpet drobiowy (bez glutenu) 100 g (JAJ,) Sos pietruszkowy (bez glutenu) 80 ml (MLE,) Fasolka szparagowa z wody* 100 g Marchew gotowana z olejem () 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-07-08 do dnia 2024-07-14 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- Kleikowa rozszerzona	SIE- Dzieci 1-3 lat Podstawowa	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż podstawa	SIE- Bogatoresztkowa	SIE- Bezglutenowa
2024-07-10 środa	PD	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Suchary b/c 15 g (GLU PSZ, SOJ, MLE,) Kleik ryżowy na wodzie 200 g	Budyń o smaku śmietankowym z/c 100 ml (MLE,) Podpłomyki b/c 20 g (GLU PSZ, MLE,)	Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml (MLE,) Podpłomyki b/c 20 g (GLU PSZ, MLE,)	Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml (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 Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt (MLE,) Połudwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkim wody wędzona parzona 50 g (GLU PSZ, SOJ,) Pomidorki koktajlowe 80 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ,) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt (MLE,) Połudwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkim wody wędzona parzona 50 g (GLU PSZ, SOJ,) Pomidorki koktajlowe 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 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Połudwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkim wody wędzona parzona 50 g (GLU PSZ, SOJ,) Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt (MLE,) Pomidorki koktajlowe 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 120 g Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt (MLE,) Pomidorki koktajlowe 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PN	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ciasto drożdżowe 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, SO2,)			Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt
		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 %; : 194.79 %; Ener. z T: 6.61 %; Ener. z Bł.: 0.92 %; K: 270.25 mg;	Wartość energetyczna: 1749.92 kcal; Białko ogółem: 72.42 g; Tłuszcz: 56.56 g; Kw. tł. nasy.: 25.08 g; Węglowodany ogółem: 244.33 g; W tym cukry: 66.52 g; Błonnik pok.: 16.25 g; Sól: 5.30 g; WW: 22.84 Por; : 16.55 %; : 711.06 %; Ener. z T: 29.09 %; Ener. z Bł.: 1.86 %; K: 2624.29 mg;	Wartość energetyczna: 2469.66 kcal; Białko ogółem: 104.27 g; Tłuszcz: 66.76 g; Kw. tł. nasy.: 27.93 g; Węglowodany ogółem: 373.77 g; W tym cukry: 82.61 g; Błonnik pok.: 25.38 g; Sól: 8.92 g; WW: 34.94 Por; : 16.89 %; : 931.88 %; Ener. z T: 24.33 %; Ener. z Bł.: 2.06 %; K: 3681.79 mg;	Wartość energetyczna: 2306.08 kcal; Białko ogółem: 99.38 g; Tłuszcz: 67.82 g; Kw. tł. nasy.: 26.92 g; Węglowodany ogółem: 343.32 g; W tym cukry: 76.59 g; Błonnik pok.: 39.71 g; Sól: 8.74 g; WW: 30.56 Por; : 17.24 %; : 1029.96 %; Ener. z T: 26.47 %; Ener. z Bł.: 3.44 %; K: 4383.13 mg;	Wartość energetyczna: 2023.10 kcal; Białko ogółem: 77.54 g; Tłuszcz: 66.60 g; Kw. tł. nasy.: 22.74 g; Węglowodany ogółem: 282.97 g; W tym cukry: 56.08 g; Błonnik pok.: 21.03 g; Sól: 5.41 g; WW: 26.28 Por; : 15.33 %; : 737.93 %; Ener. z T: 29.63 %; Ener. z Bł.: 2.08 %; K: 3514.30 mg;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-07-08 do dnia 2024-07-14 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- Kleikowa rozszerzona	SIE- Dzieci 1-3 lat Podstawowa	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż podstawa	SIE- Bogatoresztkowa	SIE- Bezglutenowa	
2024-07-11 czwartek	Śniadanie	Kleik ryżowy na wodzie 200 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Suchary b/c 30 g (GLU PSZ, SOJ, MLE,)	Płatki owsiane na mleku 250 ml (MLE, GLU OW,) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bułka graham-pszenna 60g 1 szt (GLU PSZ,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony w ostonce niejadalnej. 50 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,) Sałatka wiosenna () 100 g	Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW,) Bułka graham-pszenna 60g 1 szt (GLU PSZ,) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony w ostonce niejadalnej. 50 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,) Sałatka wiosenna () 200 g	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW,) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Bułka graham-pszenna 60g 1 szt (GLU PSZ,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony w ostonce niejadalnej. 50 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,) Sałatka wiosenna () 200 g	Płatki ryżowe błyskawiczne na mleku 300 g (MLE,) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 120 g Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (SOJ,) Sałatka wiosenna () 200 g Banan 150 g	
	II ŚN	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Suchary b/c 15 g (GLU PSZ, SOJ, MLE,) Kleik ryżowy na wodzie 200 g	Banan 150 g				
	Obiad	Ziemniaczana (bez mleka) () 300 ml (GLU PSZ, SEL,) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Ziemniaczana () 250 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Naleśniki z serem 200 g (GLU PSZ, JAJ, MLE,) Mus z jabłek () b/c 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Ziemniaczana () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Naleśniki z serem 300 g (GLU PSZ, JAJ, MLE,) Mus z jabłek () b/c 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Barszcz biały z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT,) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami* 300 g (SEL, GLU JĘCZ,) Surówka z marchwi i jabłka z olejem () 100 g Surówka z kapusty białej z koperkiem i z olejem 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Ziemniaczana (bez glutenu) () 300 ml (MLE, SEL,) Pulpet wieprzowy (bez glutenu) 100 g (JAJ,) Sos pomidorowy (bez glutenu) 80 ml Ziemniaki młode gotowane () 180 g Surówka z marchwi i jabłka z olejem () 100 g Surówka z kapusty białej z koperkiem i z olejem 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	Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (MLE,) Herbatniki 30 g (GLU PSZ, SOJ, MLE,)		Herbatniki 30 g (GLU PSZ, SOJ, MLE,) Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (MLE,)			

Jadłospisy za okres od dnia 2024-07-08 do dnia 2024-07-14 KUCHNIA SIEDLCE

	SIE- Kleikowa rozszerzona	SIE- Dzieci 1-3 lat Podstawowa	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż podstawa	SIE- Bogatoresztkowa	SIE- Bezglutenowa	
2024-07-11 czwartek	Kolacja	Kleik ryżowy na wodzie 200 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Suchary b/c 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE,</u>)	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Leczo z drobiem-dieta () 200 g Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<u>MLE,</u>) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Arbuz 100 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Leczo z drobiem-dieta () 300 g Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<u>MLE,</u>) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Arbuz 100 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Leczo z drobiem-dieta () 300 g Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<u>MLE,</u>) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Arbuz 100 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 120 g Leczo z drobiem-dieta () 300 g Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<u>MLE,</u>) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Arbuz 100 g
	PN	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Dżem 25 g 1 szt Wafle ryżowe 30 g	Wafle ryżowe 30 g Dżem 25 g 1 szt	Wafle ryżowe 30 g Dżem 25 g 1 szt	
	Wartość energetyczna: 1139.04 kcal; Białko ogółem: 24.68 g; Tłuszcz: 7.87 g; Kw. tł. nasy.: 0.24 g; Węglowodany ogółem: 244.19 g; W tym cukry: 44.54 g; Błonnik pok.: 7.01 g; Sól: 0.67 g; WW: 23.82 Por; : 8.67 %; : 317.23 %; Ener. z T: 6.22 %; Ener. z Bł.: 1.23 %; K: 1040.31 mg;	Wartość energetyczna: 2255.86 kcal; Białko ogółem: 86.65 g; Tłuszcz: 47.41 g; Kw. tł. nasy.: 16.48 g; Węglowodany ogółem: 378.24 g; W tym cukry: 152.12 g; Błonnik pok.: 22.29 g; Sól: 3.81 g; WW: 35.80 Por; : 15.36 %; : 1043.21 %; Ener. z T: 18.92 %; Ener. z Bł.: 1.98 %; K: 3530.98 mg;	Wartość energetyczna: 3005.96 kcal; Białko ogółem: 114.90 g; Tłuszcz: 60.92 g; Kw. tł. nasy.: 19.39 g; Węglowodany ogółem: 511.11 g; W tym cukry: 172.24 g; Błonnik pok.: 31.69 g; Sól: 6.66 g; WW: 48.18 Por; : 15.29 %; : 1204.36 %; Ener. z T: 18.24 %; Ener. z Bł.: 2.11 %; K: 4282.57 mg;	Wartość energetyczna: 2657.65 kcal; Białko ogółem: 106.53 g; Tłuszcz: 64.17 g; Kw. tł. nasy.: 18.26 g; Węglowodany ogółem: 435.02 g; W tym cukry: 144.87 g; Błonnik pok.: 50.33 g; Sól: 6.69 g; WW: 38.68 Por; : 16.03 %; : 1422.27 %; Ener. z T: 21.73 %; Ener. z Bł.: 3.79 %; K: 5809.42 mg;	Wartość energetyczna: 2612.85 kcal; Białko ogółem: 96.01 g; Tłuszcz: 65.55 g; Kw. tł. nasy.: 16.70 g; Węglowodany ogółem: 419.39 g; W tym cukry: 140.87 g; Błonnik pok.: 26.03 g; Sól: 4.31 g; WW: 39.49 Por; : 14.70 %; : 1270.08 %; Ener. z T: 22.58 %; Ener. z Bł.: 1.99 %; K: 5565.14 mg;	
2024-07-12 piątek	Śniadanie	Kleik ryżowy na wodzie 200 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Suchary b/c 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE,</u>)	Płatki kukurydziane 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>) Dżem 25 g 1 szt Serek wiejski lekki 3% tł 150g 1 szt (<u>MLE,</u>) Pomidor 80 g Kakao z mlekiem 250 ml (<u>MLE,</u>) Sałata zielona 20 g	Płatki kukurydziane na mleku 300 ml (<u>MLE,</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 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 Kakao z mlekiem 250 ml (<u>MLE,</u>) Sałata zielona 20 g	Kasza manna na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Dżem 25 g 1 szt Serek wiejski lekki 3% tł 150g 1 szt (<u>MLE,</u>) Rzepa biała 80 g Sałata zielona 20 g	Płatki kukurydziane na mleku 300 ml (<u>MLE,</u>) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 120 g Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Dżem 25 g 1 szt Serek wiejski lekki 3% tł 150g 1 szt (<u>MLE,</u>) Rzepa biała 80 g Arbuz 150 g Sałata zielona 20 g

Jadłospisy za okres od dnia 2024-07-08 do dnia 2024-07-14 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- Kleikowa rozszerzona	SIE- Dzieci 1-3 lat Podstawowa	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż podstawa	SIE- Bogatoresztkowa	SIE- Bezglutenowa
2024-07-12, piątek	II ŚN	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Suchary b/c 15 g (GLU PSZ, SOJ, MLE) Kleik ryżowy na wodzie 200 g	Arbuz 150 g			
	Obiad	Grycikowa () 300 ml (GLU PSZ, SEL) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Szpinakowa z zacierką () 250 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL) Ziemniaki młode gotowane () 180 g Kotlet z ryby (Miruna) 60 g (GLU PSZ, JAJ, RYB) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 100 g (SEL) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Szpinakowa z zacierką () 300 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL) Ziemniaki młode gotowane () 180 g Kotlet z ryby (Miruna) 120 g (GLU PSZ, JAJ, RYB) Surówka z kapusty czerwonej z olejem 100 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 100 g (SEL) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Szpinakowa z makaronem (bez glutenu) () 300 ml (MLE, SEL) Ziemniaki młode gotowane () 180 g Pulpet rybny (Miruna) (bez glutenu) 120 g (JAJ, RYB) Sos koperkowy (bez glutenu) 80 ml (MLE) Surówka z kapusty czerwonej z olejem 100 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 100 g (SEL) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	
	PD	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Suchary b/c 15 g (GLU PSZ, SOJ, MLE) Kleik ryżowy na wodzie 200 g	Jogurt brzoskwinowy 150g 1 szt (MLE)			
	Kolacja	Kleik ryżowy na wodzie 200 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Suchary b/c 30 g (GLU PSZ, SOJ, MLE) 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) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ) Pomidor 80 g Serek homo z natką pietruszki 50 g (MLE) Mix sałat 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ) Pomidor 80 g Serek homo z natką pietruszki 50 g (MLE) Mix sałat 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ) Pomidor 80 g Serek homo z natką pietruszki 50 g (MLE) Mix sałat 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 120 g Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ) Serek homo z natką pietruszki 50 g (MLE) Pomidor 80 g Mix sałat 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PN	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (MLE) Biszkopty b/m 30 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ)			Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (MLE) Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 30 g

Jadłospisy za okres od dnia 2024-07-08 do dnia 2024-07-14 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- Kleikowa rozszerzona	SIE- Dzieci 1-3 lat Podstawowa	SIE- Dzieci powyżej 3 r.z podstawa	SIE- Bogatoresztkowa	SIE- Bezglutenowa
2024-07-12 piątek		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 %; : 193.96 %; Ener. z T: 6.71 %; Ener. z Bł.: 0.92 %; K: 287.24 mg;	Wartość energetyczna: 2124.29 kcal; Białko ogółem: 93.31 g; Tłuszcz: 63.73 g; Kw. tł. nasy.: 22.89 g; Węglowodany ogółem: 301.39 g; W tym cukry: 121.91 g; Błonnik pok.: 19.35 g; Sól: 5.20 g; WW: 28.34 Por; : 17.57 %; : 1172.66 %; Ener. z T: 27.00 %; Ener. z Bł.: 1.82 %; K: 3969.94 mg;	Wartość energetyczna: 2828.95 kcal; Białko ogółem: 119.37 g; Tłuszcz: 81.17 g; Kw. tł. nasy.: 25.06 g; Węglowodany ogółem: 415.42 g; W tym cukry: 131.65 g; Błonnik pok.: 28.83 g; Sól: 8.21 g; WW: 38.78 Por; : 16.88 %; : 1287.63 %; Ener. z T: 25.82 %; Ener. z Bł.: 2.04 %; K: 4428.43 mg;	Wartość energetyczna: 2718.41 kcal; Białko ogółem: 115.52 g; Tłuszcz: 80.67 g; Kw. tł. nasy.: 24.07 g; Węglowodany ogółem: 401.88 g; W tym cukry: 130.01 g; Błonnik pok.: 43.72 g; Sól: 7.37 g; WW: 36.00 Por; : 17.00 %; : 1367.69 %; Ener. z T: 26.71 %; Ener. z Bł.: 3.22 %; K: 4883.24 mg;	Wartość energetyczna: 2321.66 kcal; Białko ogółem: 90.76 g; Tłuszcz: 65.56 g; Kw. tł. nasy.: 19.26 g; Węglowodany ogółem: 347.68 g; W tym cukry: 111.09 g; Błonnik pok.: 22.21 g; Sól: 4.61 g; WW: 32.62 Por; : 15.64 %; : 1007.87 %; Ener. z T: 25.41 %; Ener. z Bł.: 1.91 %; K: 3607.40 mg;
2024-07-13 sobota	Śniadanie	Kleik ryżowy na wodzie 200 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Suchary b/c 30 g (GLU PSZ, SOJ, MLE,)	Płatki jęczmienne na mleku 250 ml (MLE, GLU JĘCZ.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Parówki z szynki-kielbasa wieprzowa, homogenizowana, wędzona, parzona 60 g Pomidor 80 g Ketchup 20 g (SEL.) Ser żółty 25 g (MLE.) Sałata zielona 20 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.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Parówki z szynki-kielbasa wieprzowa, homogenizowana, wędzona, parzona 60 g Ketchup 20 g (SEL.) Ser żółty 25 g (MLE.) Sałata zielona 20 g	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (MLE, GLU JĘCZ.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Parówki z szynki-kielbasa wieprzowa, homogenizowana, wędzona, parzona 60 g Ketchup 20 g (SEL.) Pomidor 80 g Ser żółty 25 g (MLE.) Sałata zielona 20 g	Ryż na mleku 300 ml (MLE.) Chleb bezglutenowy 120 g Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka zielonogórska- wp. parzona 75 g (SOJ.) Pomidor 80 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Kiwi 1 szt 1 szt Sałata zielona 20 g
	II ŚN	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Suchary b/c 15 g (GLU PSZ, SOJ, MLE.) Kleik ryżowy na wodzie 200 g	Kiwi 1 szt 1 szt			
	Obiad	Ryżowa (bez mleka) () 300 ml (SEL.) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Koperkowa z ryżem () 250 ml (MLE, SEL.) Kasza jaglana na sypko 90 g Gulasz wołowy 100 g (GLU PSZ.) Surówka z selera i jabłka z olejem () 50 g (SEL.) Buraczki gotowane drobno tarte () 50 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ryżem () 300 ml (MLE, SEL.) Kasza jaglana na sypko 180 g Gulasz wołowy 150 g (GLU PSZ.) Surówka z selera i jabłka z olejem () 100 g (SEL.) Buraczki gotowane drobno tarte () 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ryżem () 300 ml (MLE, SEL.) Kasza jaglana na sypko 180 g Gulasz wołowy (bez glutenu) 150 g Surówka z selera i jabłka z olejem () 100 g (SEL.) Buraczki gotowane drobno tarte () 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-07-08 do dnia 2024-07-14 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- Kleikowa rozszerzona	SIE- Dzieci 1-3 lat Podstawowa	SIE- Dzieci powyżej 3 r.z podstawa	SIE- Bogatoresztkowa	SIE- Bezglutenowa
2024-07-13 sobota	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	Wafelki 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE,</u>) Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml (<u>MLE,</u>)		Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml (<u>MLE,</u>) Wafelki 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE,</u>)	
	Kolacja	Kleik ryżowy na wodzie 200 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Suchary b/c 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE,</u>)	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Paszтет z soczewicy () 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>) Szynka z pierśią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadanej 25 g (<u>SOJ, SEL,</u>) Ogórek świeży 80 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Paszтет z soczewicy () 60 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>) Szynka z pierśią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadanej 25 g (<u>SOJ, SEL,</u>) Ogórek świeży 80 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Paszтет z soczewicy () 60 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>) Szynka z pierśią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadanej 25 g (<u>SOJ, SEL,</u>) Ogórek świeży 80 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 120 g Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa, wędzona, z wodą dodaną. 50 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,</u>) Szynka z pierśią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadanej 25 g (<u>SOJ, SEL,</u>) Ogórek świeży 80 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Sałata zielona 20 g
	PN	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Bułka maślana 1 szt 1 szt (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>)			Mus- przecier owocowy jabłko 100g (tubka) 1 szt
		Wartość energetyczna: 1065.96 kcal; Białko ogółem: 22.96 g; Tłuszcz: 7.83 g; Kw. tł. nasy.: 0.25 g; Węglowodany ogółem: 226.66 g; W tym cukry: 44.09 g; Błonnik pok.: 4.91 g; Sól: 0.67 g; WW: 22.27 Por; : 8.61 %; : 194.79 %; Ener. z T: 6.61 mg; Ener. z Bł.: 0.92 %; K: 286.12 mg;	Wartość energetyczna: 2319.51 kcal; Białko ogółem: 86.45 g; Tłuszcz: 83.37 g; Kw. tł. nasy.: 38.39 g; Węglowodany ogółem: 313.46 g; W tym cukry: 87.57 g; Błonnik pok.: 20.07 g; Sól: 6.80 g; WW: 29.38 Por; : 14.91 %; : 772.10 %; Ener. z T: 32.35 %; Ener. z Bł.: 1.73 %; K: 2815.02 mg;	Wartość energetyczna: 3115.80 kcal; Białko ogółem: 117.30 g; Tłuszcz: 97.75 g; Kw. tł. nasy.: 41.13 g; Węglowodany ogółem: 455.27 g; W tym cukry: 98.61 g; Błonnik pok.: 33.43 g; Sól: 9.79 g; WW: 42.22 Por; : 15.06 %; : 925.93 %; Ener. z T: 28.23 %; Ener. z Bł.: 2.15 %; K: 3764.46 mg;	Wartość energetyczna: 2992.76 kcal; Białko ogółem: 114.60 g; Tłuszcz: 98.46 g; Kw. tł. nasy.: 41.15 g; Węglowodany ogółem: 432.37 g; W tym cukry: 92.50 g; Błonnik pok.: 46.79 g; Sól: 9.34 g; WW: 38.62 Por; : 15.32 %; : 1007.34 %; Ener. z T: 29.61 %; Ener. z Bł.: 3.13 %; K: 4285.71 mg;	Wartość energetyczna: 2071.29 kcal; Białko ogółem: 80.14 g; Tłuszcz: 56.58 g; Kw. tł. nasy.: 19.30 g; Węglowodany ogółem: 316.28 g; W tym cukry: 76.05 g; Błonnik pok.: 18.98 g; Sól: 5.83 g; WW: 29.75 Por; : 15.48 %; : 616.80 %; Ener. z T: 24.59 %; Ener. z Bł.: 1.83 %; K: 2762.42 mg;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-07-08 do dnia 2024-07-14 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- Kleikowa rozszerzona	SIE- Dzieci 1-3 lat Podstawowa	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż podstawa	SIE- Bogatoresztkowa	SIE- Bezglutenowa	
2024-07-14 niedziela	Śniadanie	Kleik ryżowy na wodzie 200 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Suchary b/c 30 g (GLU PSZ, SOJ, MLE.)	Kasza kukurydziana na mleku 250 ml (MLE.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Pomidorki koktajlowe 80 g Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 25 g (SOJ.) Ser mozzarella kulki 35 g (MLE.) Mix sałat 20 g	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Pomidorki koktajlowe 80 g Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (SOJ.) Ser mozzarella kulki 35 g (MLE.) Mix sałat 20 g	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (SOJ.) Pomidorki koktajlowe 80 g Ser mozzarella kulki 35 g (MLE.) Mix sałat 20 g	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 120 g Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (SOJ.) Ser mozzarella kulki 35 g (MLE.) Pomidorki koktajlowe 80 g Jabłko 1 szt 1 szt Mix sałat 20 g	
	II ŚN	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Suchary b/c 15 g (GLU PSZ, SOJ, MLE.) Kleik ryżowy na wodzie 200 g	Jabłko 1 szt 1 szt				
	Obiad	Ryżowa (bez mleka) () 300 ml (SEL.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Rosół z makaronem () 250 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki młode gotowane () 90 g Ćwiartka z kurczaka pieczona 50 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 50 g Fasolka szparagowa z wody* 50 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Rosół z makaronem () 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki młode gotowane () 180 g Ćwiartka z kurczaka pieczona 130 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g Fasolka szparagowa z wody* 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Rosół z makaronem (bez glutenu) () 300 ml (SEL.) Ziemniaki młode gotowane () 180 g Ćwiartka z kurczaka pieczona 130 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g Fasolka szparagowa z wody* 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	Ciasto drożdżowe 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, S02.)				

Jadłospisy za okres od dnia 2024-07-08 do dnia 2024-07-14 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- Kleikowa rozszerzona	SIE- Dzieci 1-3 lat Podstawowa	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż podstawa	SIE- Bogatoresztkowa	SIE- Bezglutenowa
2024-07-14 niedziela	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	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>) Połudwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkim wody wędzona parzona 50 g (<u>GLUPSZ, SOJ</u>) 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 (<u>GLU PSZ</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Połudwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkim wody wędzona parzona 50 g (<u>GLUPSZ, SOJ</u>) Dżem 25 g 1 szt Rzodkiew biała 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 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Dżem 25 g 1 szt Połudwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkim wody wędzona parzona 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ</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 120 g Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Dżem 25 g 1 szt Szynka zielonogórska- wp. parzona 50 g (<u>SOJ</u>) Rzodkiew biała 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PN	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt Podpłomyki b/c 20 g (<u>GLU PSZ, MLE</u>)			Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt Wafle ryżowe 20 g
		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 %; : 194.79 %; Ener. z T: 6.61 %; Ener. z Bł.: 0.92 %; K: 270.25 mg;	Wartość energetyczna: 1831.21 kcal; Białko ogółem: 78.04 g; Tłuszcz: 57.22 g; Kw. tł. nasy.: 25.04 g; Węglowodany ogółem: 258.06 g; W tym cukry: 90.66 g; Błonnik pok.: 15.59 g; Sól: 5.31 g; WW: 24.42 Por; : 17.05 %; : 632.89 %; Ener. z T: 28.12 %; Ener. z Bł.: 1.70 %; K: 2380.75 mg;	Wartość energetyczna: 2701.64 kcal; Białko ogółem: 128.82 g; Tłuszcz: 82.88 g; Kw. tł. nasy.: 31.58 g; Węglowodany ogółem: 372.55 g; W tym cukry: 95.99 g; Błonnik pok.: 26.93 g; Sól: 9.21 g; WW: 34.78 Por; : 19.07 %; : 808.11 %; Ener. z T: 27.61 %; Ener. z Bł.: 1.99 %; K: 3754.93 mg;	Wartość energetyczna: 2582.92 kcal; Białko ogółem: 126.50 g; Tłuszcz: 83.64 g; Kw. tł. nasy.: 31.61 g; Węglowodany ogółem: 350.43 g; W tym cukry: 90.15 g; Błonnik pok.: 40.67 g; Sól: 8.76 g; WW: 31.23 Por; : 19.59 %; : 899.67 %; Ener. z T: 29.14 %; Ener. z Bł.: 3.15 %; K: 4312.36 mg;	Wartość energetyczna: 2442.85 kcal; Białko ogółem: 104.57 g; Tłuszcz: 83.50 g; Kw. tł. nasy.: 29.35 g; Węglowodany ogółem: 324.88 g; W tym cukry: 94.95 g; Błonnik pok.: 20.20 g; Sól: 5.32 g; WW: 30.62 Por; : 17.12 %; : 727.05 %; Ener. z T: 30.77 %; Ener. z Bł.: 1.65 %; K: 3609.41 mg;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-07-08 do dnia 2024-07-14 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
2024-07-08 poniedziałek	Śniadanie	Płatki pszenne na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE,) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Bułka graham-pszenna 60g 1 szt (GLU PSZ,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Serek a'la homogenizowany 50 g (MLE,) Miód (25g) 1 szt Ogórek świeży 80 g Gruszka 1szt. 150 g Mix sałat 20 g	Płatki pszenne na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE,) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa, wędzona, z wodą dodaną. 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,) Miód (25g) 1 szt	Płatki pszenne na mleku 250 ml (GLU PSZ, MLE,) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (GLU PSZ, SOJ, MLE,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa, wędzona, z wodą dodaną. 25 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,) Miód (25g) 1 szt Pomidor 80 g Mix sałat 20 g	Płatki pszenne na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE,) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (GLU PSZ, SOJ, MLE,) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa, wędzona, z wodą dodaną. 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,) Miód (25g) 1 szt Pomidor 80 g Mix sałat 20 g	Płatki pszenne na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE,) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (GLU PSZ, SOJ, MLE,) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa, wędzona, z wodą dodaną. 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,) Miód (25g) 1 szt Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Pomidor b/skórki 80 g Mix sałat 20 g
	II ŚN			Jabłko pieczone 1szt. 1 szt		
	Obiad	Fasolowa z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, SEL,) Makaron pełnoziarnisty z serem 300 g (GLU PSZ, MLE,) Mus z truskawek* 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Zupa wiosenna z cukinią i ziemniakami* (bez mleka) 300 ml (GLU PSZ, SEL,) Makaron 180 g (GLU PSZ,) Pulpet drobiowy 100 g (GLU PSZ, JAJ,) Sos szpinakowy* 80 ml (GLU PSZ,) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g (SEL,) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Zupa wiosenna z cukinią i ziemniakami () 250 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Makaron z serem 200 g (GLU PSZ, MLE,) Mus z truskawek* 80 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Zupa wiosenna z cukinią i ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Makaron z serem 300 g (GLU PSZ, MLE,) Mus z truskawek* 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Zupa wiosenna z cukinią i ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Makaron 180 g (GLU PSZ,) Pulpet drobiowy 100 g (GLU PSZ, JAJ,) Sos szpinakowy* 80 ml (GLU PSZ,) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Surówka z marchwi z olejem () 200 g
PD		Budyń o smaku waniliowym z/c 200 ml (MLE,)	Budyń o smaku waniliowym z/c 100 ml (MLE,) Biszkopty b/m 30 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ,)	Budyń o smaku waniliowym z/c 200 ml (MLE,) Biszkopty b/m 30 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ,)		

Jadłospisy za okres od dnia 2024-07-08 do dnia 2024-07-14 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	
2024-07-08 poniedziałek	Kolacja	Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Hummus z ciecierzycy 50 g (MLE.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Jogurt brzoskwinowy 150g 1 szt (MLE.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Sałata zielona 20 g Pomidorki koktajlowe 80 g	Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalanej 30 g (SOJ, SEL.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalanej 30 g (SOJ, SEL.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Jogurt brzoskwinowy 150g 1 szt (MLE.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Sałata zielona 20 g Pomidorki koktajlowe 80 g	Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalanej 30 g (SOJ, SEL.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Pomidorki koktajlowe 80 g Sałata zielona 20 g Jogurt brzoskwinowy 150g 1 szt (MLE.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalanej 75 g (SOJ, SEL.) Jogurt brzoskwinowy 150g 1 szt (MLE.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Pomidor b/skórki 80 g Sałata zielona 20 g
	PN	Mleko Smakowe UHT 1,5% tł 0,2l 1 szt (MLE.) Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 30 g	Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 30 g	Mleko Smakowe UHT 1,5% tł 0,2l 1 szt (MLE.) Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 30 g	Mleko Smakowe UHT 1,5% tł 0,2l 1 szt (MLE.) Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 30 g	
	Wartość energetyczna: 2547.92 kcal; Białko ogółem: 97.62 g; Tłuszcz: 56.74 g; Kw. tł. nasy.: 25.89 g; Węglowodany ogółem: 416.94 g; W tym cukry: 93.02 g; Błonnik pok.: 35.12 g; Sól: 5.47 g; WW: 38.31 Por.; : 15.33 %; : 839.59 %; Ener. z T: 20.04 %; Ener. z Bł.: 2.76 %; K: 3242.54 mg;	Wartość energetyczna: 2537.31 kcal; Białko ogółem: 98.00 g; Tłuszcz: 65.29 g; Kw. tł. nasy.: 22.81 g; Węglowodany ogółem: 400.63 g; W tym cukry: 90.54 g; Błonnik pok.: 25.72 g; Sól: 8.15 g; WW: 37.49 Por.; : 15.45 %; : 911.62 %; Ener. z T: 23.16 %; Ener. z Bł.: 2.03 %; K: 3186.45 mg;	Wartość energetyczna: 2026.42 kcal; Białko ogółem: 74.67 g; Tłuszcz: 47.48 g; Kw. tł. nasy.: 23.00 g; Węglowodany ogółem: 330.08 g; W tym cukry: 90.99 g; Błonnik pok.: 15.76 g; Sól: 4.73 g; WW: 31.55 Por.; : 14.74 %; : 790.01 %; Ener. z T: 21.09 %; Ener. z Bł.: 1.56 %; K: 2588.84 mg;	Wartość energetyczna: 2747.47 kcal; Białko ogółem: 103.34 g; Tłuszcz: 56.40 g; Kw. tł. nasy.: 26.43 g; Węglowodany ogółem: 463.87 g; W tym cukry: 112.38 g; Błonnik pok.: 22.40 g; Sól: 8.27 g; WW: 44.29 Por.; : 15.05 %; : 927.59 %; Ener. z T: 18.48 %; Ener. z Bł.: 1.63 %; K: 3034.58 mg;	Wartość energetyczna: 2556.56 kcal; Białko ogółem: 97.29 g; Tłuszcz: 60.40 g; Kw. tł. nasy.: 22.91 g; Węglowodany ogółem: 418.17 g; W tym cukry: 82.94 g; Błonnik pok.: 30.54 g; Sól: 10.10 g; WW: 38.86 Por.; : 15.22 %; : 907.23 %; Ener. z T: 21.26 %; Ener. z Bł.: 2.39 %; K: 3561.08 mg;	
2024-07-09 wtorek	Śniadanie	Zacierka na mleku 300 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Twarożek z koperkiem 100 g (MLE.) Pomidor 80 g Jabłko 1 szt 1 szt Rukola 20 g	Zacierka na mleku 250 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 25 g Twarożek 80 g (MLE.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Zacierka na mleku 250 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 25 g Twarożek z koperkiem 40 g (MLE.) Pomidor 80 g Rukola 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Zacierka na mleku 300 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 25 g Twarożek z koperkiem 80 g (MLE.) Pomidor 80 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Rukola 20 g	Zacierka na mleku 300 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 25 g Twarożek z koperkiem 80 g (MLE.) Banan 150 g Pomidor b/skórki 80 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Rukola 20 g

Jadłospisy za okres od dnia 2024-07-08 do dnia 2024-07-14 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
2024-07-09 wtorek	II ŚN		Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Banan 150 g		
	Obiad	Szczawiowa z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Kotlety sojowe 100 g (SOJ.) Sos meksykański 80 g (GLU PSZ.) Ryż na sypko (brązowy) 180 g Surówka z pora i jabłka z koperkiem (z olejem) 100 g Buraczki gotowane () 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Ziemniaczana () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki młode gotowane () 180 g Szynka wieprzowa gotowana 100 g Sos własny () 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Dynia z wody 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Brokułowa z ziemniakami () 250 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryż na sypko 180 g Szynka wieprzowa gotowana 50 g Sos własny () 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Buraczki gotowane () 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Brokułowa z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryż na sypko 180 g Szynka wieprzowa gotowana 100 g Sos własny () 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Buraczki gotowane () 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Brokułowa z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryż na sypko 180 g Klopsik wieprzowy 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos własny () 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Buraczki gotowane () 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml
	PD		Kisiel o smaku wiśniowym z/c 200 ml	Drożdżówka mini 50g 50 g (GLU PSZ, JAJ.)		
	Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Serek a'la homogenizowany 80 g (MLE.) Dżem 25 g 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 120 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 25 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Serek a'la homogenizowany 80 g (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 z piersi kurczaka-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 25 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Ser mozzarella kulki 35 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 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Ser mozzarella kulki 35 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 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Serek a'la homogenizowany 50 g (MLE.) Pomidor b/skórki 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PN	Przecier owocowy jabłko-truskawka 120g 1 szt (może zawierać: MLE.)				

Jadłospisy za okres od dnia 2024-07-08 do dnia 2024-07-14 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
2024-07-09 wtorek	Wartość energetyczna: 2339.29 kcal; Białko ogółem: 96.64 g; Tłuszcz: 51.72 g; Kw. tł. nasy.: 21.01 g; Węglowodany ogółem: 381.61 g; W tym cukry: 110.51 g; Błonnik pok.: 46.63 g; Sól: 6.25 g; WW: 33.62 Por; : 16.53 %; : 872.28 %; Ener. z T: 19.90 %; Ener. z Bł.: 3.99 %; K: 3455.92 mg;	Wartość energetyczna: 2298.34 kcal; Białko ogółem: 112.95 g; Tłuszcz: 43.45 g; Kw. tł. nasy.: 22.50 g; Węglowodany ogółem: 368.98 g; W tym cukry: 118.87 g; Błonnik pok.: 20.94 g; Sól: 5.76 g; WW: 34.82 Por; : 19.66 %; : 1022.52 %; Ener. z T: 17.01 %; Ener. z Bł.: 1.82 %; K: 4092.49 mg;	Wartość energetyczna: 1937.90 kcal; Białko ogółem: 78.04 g; Tłuszcz: 44.61 g; Kw. tł. nasy.: 21.83 g; Węglowodany ogółem: 314.94 g; W tym cukry: 110.04 g; Błonnik pok.: 19.99 g; Sól: 4.21 g; WW: 29.58 Por; : 16.11 %; : 853.12 %; Ener. z T: 20.72 %; Ener. z Bł.: 2.06 %; K: 3647.94 mg;	Wartość energetyczna: 2524.82 kcal; Białko ogółem: 116.23 g; Tłuszcz: 53.04 g; Kw. tł. nasy.: 25.41 g; Węglowodany ogółem: 406.62 g; W tym cukry: 114.05 g; Błonnik pok.: 25.43 g; Sól: 7.28 g; WW: 38.22 Por; : 18.41 %; : 902.50 %; Ener. z T: 18.91 %; Ener. z Bł.: 2.01 %; K: 4182.46 mg;	Wartość energetyczna: 2471.03 kcal; Białko ogółem: 108.08 g; Tłuszcz: 54.99 g; Kw. tł. nasy.: 23.39 g; Węglowodany ogółem: 397.57 g; W tym cukry: 115.23 g; Błonnik pok.: 25.80 g; Sól: 6.69 g; WW: 37.27 Por; : 17.50 %; : 924.12 %; Ener. z T: 20.03 %; Ener. z Bł.: 2.09 %; K: 4051.53 mg;
2024-07-10 środa	Śniadanie	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE ,)	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE ,)	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE ,)	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE ,)
		Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml
		Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ ,)	Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ ,)	Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ ,)	Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ ,)
		Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE ,)	Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE ,)	Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE ,)	Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE ,)
		Pierś gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.)	Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ ,)	Pierś gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 25 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.)	Pierś gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.)
		Dżem 25 g 1 szt	Pomidor 80 g	Pomidor 80 g	Dżem 25 g 1 szt
		Roszpinka 20 g	Roszpinka 20 g	Roszpinka 20 g	Roszpinka 20 g
			Jabłko pieczone 1szt. 1 szt		
	Obiad	Jarzynowa z makaronem (bez mleka) () 300 ml (GLU PSZ, SEL ,)	Jarzynowa z makaronem dieta () 250 ml (GLU PSZ, MLE, SEL ,)	Jarzynowa z makaronem dieta () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL ,)	Jarzynowa z makaronem dieta () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL ,)
		Ziemniaki młode gotowane () 180 g	Ziemniaki młode gotowane () 90 g	Ziemniaki młode gotowane () 180 g	Ziemniaki młode gotowane () 180 g
		Pulpet drobiowy 100 g (GLU PSZ, JAJ ,)	Pulpet drobiowy 50 g (GLU PSZ, JAJ ,)	Pulpet drobiowy 100 g (GLU PSZ, JAJ ,)	Pulpet drobiowy 100 g (GLU PSZ, JAJ ,)
		Sos pietruszkowy () 80 ml (GLU PSZ, MLE, SEL ,)	Sos pietruszkowy () 80 ml (GLU PSZ, MLE, SEL ,)	Sos pietruszkowy () 80 ml (GLU PSZ, MLE, SEL ,)	Sos pietruszkowy () 80 ml (GLU PSZ, MLE, SEL ,)
		Fasolka szparagowa z wody* 100 g	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Sos pietruszkowy () 80 ml (GLU PSZ, MLE, SEL ,)	Sos pietruszkowy () 80 ml (GLU PSZ, MLE, SEL ,)
		Marchew gotowana z olejem () 100 g	Marchew gotowana z olejem () 100 g	Sos pietruszkowy () 80 ml (GLU PSZ, MLE, SEL ,)	Marchew gotowana z olejem () 200 g
		Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Marchew gotowana z olejem () 100 g	Fasolka szparagowa z wody* 100 g	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
			Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-07-08 do dnia 2024-07-14 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
2024-07-10 środa	PD		Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml (MLE)	Budyń o smaku śmietankowym z/c 100 ml (MLE)	Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml (MLE)	
	Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Paszтет sojowy z pomidorami 80 g (SOJ, GOR.) Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt (MLE) Pomidorki koktajlowe 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 120 g (GLU PSZ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Połędwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkim wody wędzona parzona 50 g (GLU PSZ, SOJ) 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 kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt (MLE) Połędwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkim wody wędzona parzona 50 g (GLU PSZ, SOJ) Pomidorki koktajlowe 80 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt (MLE) Połędwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkim wody wędzona parzona 50 g (GLU PSZ, SOJ) Pomidorki koktajlowe 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 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt (MLE) Połędwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkim wody wędzona parzona 50 g (GLU PSZ, SOJ) Pomidor b/skórki 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PN	Ciasto drożdżowe 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, SO2)				
		Wartość energetyczna: 2515.01 kcal; Białko ogółem: 80.31 g; Tłuszcz: 94.44 g; Kw. tł. nasy.: 26.99 g; Węglowodany ogółem: 348.69 g; W tym cukry: 58.37 g; Błonnik pok.: 36.54 g; Sól: 8.81 g; WW: 31.27 Por.: 12.77 %; : 861.77 %; Ener. z T: 33.79 %; Ener. z Bł.: 2.91 %; K: 3667.44 mg;	Wartość energetyczna: 2339.60 kcal; Białko ogółem: 94.15 g; Tłuszcz: 56.97 g; Kw. tł. nasy.: 22.12 g; Węglowodany ogółem: 374.38 g; W tym cukry: 99.17 g; Błonnik pok.: 24.70 g; Sól: 7.72 g; WW: 35.07 Por.: 16.10 %; : 978.32 %; Ener. z T: 21.91 %; Ener. z Bł.: 2.11 %; K: 3422.96 mg;	Wartość energetyczna: 1695.82 kcal; Białko ogółem: 69.81 g; Tłuszcz: 55.84 g; Kw. tł. nasy.: 25.04 g; Węglowodany ogółem: 236.11 g; W tym cukry: 73.78 g; Błonnik pok.: 17.86 g; Sól: 5.29 g; WW: 21.88 Por.: 16.47 %; : 739.04 %; Ener. z T: 29.63 %; Ener. z Bł.: 2.11 %; K: 2672.17 mg;	Wartość energetyczna: 2441.90 kcal; Białko ogółem: 102.43 g; Tłuszcz: 66.89 g; Kw. tł. nasy.: 27.90 g; Węglowodany ogółem: 369.54 g; W tym cukry: 89.97 g; Błonnik pok.: 27.25 g; Sól: 9.00 g; WW: 34.35 Por.: 16.78 %; : 965.49 %; Ener. z T: 24.65 %; Ener. z Bł.: 2.23 %; K: 3755.56 mg;	Wartość energetyczna: 2215.06 kcal; Białko ogółem: 87.80 g; Tłuszcz: 59.66 g; Kw. tł. nasy.: 24.15 g; Węglowodany ogółem: 345.57 g; W tym cukry: 78.97 g; Błonnik pok.: 29.37 g; Sól: 8.63 g; WW: 31.73 Por.: 15.86 %; : 878.28 %; Ener. z T: 24.24 %; Ener. z Bł.: 2.65 %; K: 3523.02 mg;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-07-08 do dnia 2024-07-14 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	
2024-07-11 czwartek	Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW,) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bułka graham-pszenna 60g 1 szt (GLU PSZ,) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ,) Sałatka wiosenna () 200 g Banan 150 g	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW,) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (SOJ,)	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, SOJ, MLE,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony w ostonce niejadalnej. 50 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,) Sałatka wiosenna - diety 100 g	Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW,) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (GLU PSZ, SOJ, MLE,) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony w ostonce niejadalnej. 50 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,) Sałatka wiosenna - diety 200 g	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, SOJ, MLE,) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony w ostonce niejadalnej. 50 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,) Dżem 25 g 1 szt Pomidor b/skórki 80 g Sałata zielona 20 g Banan 150 g	
	II ŚN	Banan 150 g					
	Obiad	Barszcz biały z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT,) Kaszotto wegetariańskie z tofu * 300 g (GLU PSZ, SOJ, SEL,) Surówka z marchwi i jabłka z olejem () 100 g Surówka z kapusty białej z koperkiem i z olejem 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Ziemniaczana (bez mleka) () 300 ml (GLU PSZ, SEL,) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (GLU JĘCZ,) Pulpet wieprzowy 100 g (GLU PSZ, JAJ,) Warzywa po grecku () 200 g (GLU PSZ, SEL,) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Ziemniaczana () 250 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami* 150 g (SEL, GLU JĘCZ,) Surówka z marchwi i jabłka z olejem () 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Ziemniaczana () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami* 300 g (SEL, GLU JĘCZ,) Surówka z marchwi i jabłka z olejem () 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml		
PD		Kisiel o smaku cytrynowym z/c 200 ml	Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (MLE,) Herbatniki 30 g (GLU PSZ, SOJ, MLE,)				

Jadłospisy za okres od dnia 2024-07-08 do dnia 2024-07-14 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
2024-07-11 czwartek	Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Leczo wegetariańskie 300 g Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Arbuz 100 g	Twarożek 100 g (MLE.) Dżem 50 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Leczo z drobiem-dieta () 200 g Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Arbuz 100 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Leczo z drobiem-dieta () 300 g Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Arbuz 100 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Leczo z drobiem-dieta () 300 g Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Arbuz 100 g
	PN	Wafle ryżowe 30 g Dżem 25 g 1 szt			Dżem 25 g 1 szt Wafle ryżowe 30 g	
		Wartość energetyczna: 2514.91 kcal; Białko ogółem: 69.18 g; Tłuszcz: 64.63 g; Kw. tł. nasy.: 16.50 g; Węglowodany ogółem: 423.16 g; W tym cukry: 142.76 g; Błonnik pok.: 45.32 g; Sól: 6.24 g; WW: 37.92 Por.; : 11.00 %; : 1223.85 %; Ener. z T: 23.13 %; Ener. z Bł.: 3.60 %; K: 4708.17 mg;	Wartość energetyczna: 2664.80 kcal; Białko ogółem: 100.78 g; Tłuszcz: 55.28 g; Kw. tł. nasy.: 22.70 g; Węglowodany ogółem: 454.97 g; W tym cukry: 152.26 g; Błonnik pok.: 27.29 g; Sól: 5.89 g; WW: 42.96 Por.; : 15.13 %; : 935.68 %; Ener. z T: 18.67 %; Ener. z Bł.: 2.05 %; K: 3732.92 mg;	Wartość energetyczna: 2022.66 kcal; Białko ogółem: 74.84 g; Tłuszcz: 49.38 g; Kw. tł. nasy.: 14.90 g; Węglowodany ogółem: 330.54 g; W tym cukry: 138.94 g; Błonnik pok.: 23.70 g; Sól: 4.45 g; WW: 30.82 Por.; : 14.80 %; : 1010.09 %; Ener. z T: 21.97 %; Ener. z Bł.: 2.34 %; K: 3862.28 mg;	Wartość energetyczna: 2896.67 kcal; Białko ogółem: 104.80 g; Tłuszcz: 73.10 g; Kw. tł. nasy.: 18.48 g; Węglowodany ogółem: 473.49 g; W tym cukry: 158.36 g; Błonnik pok.: 40.44 g; Sól: 7.98 g; WW: 43.43 Por.; : 14.47 %; : 1231.71 %; Ener. z T: 22.71 %; Ener. z Bł.: 2.79 %; K: 5191.48 mg;	Wartość energetyczna: 2524.94 kcal; Białko ogółem: 96.07 g; Tłuszcz: 50.84 g; Kw. tł. nasy.: 15.60 g; Węglowodany ogółem: 438.78 g; W tym cukry: 141.10 g; Błonnik pok.: 38.45 g; Sól: 7.33 g; WW: 40.15 Por.; : 15.22 %; : 1080.17 %; Ener. z T: 18.12 %; Ener. z Bł.: 3.05 %; K: 4692.06 mg;
2024-07-12 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 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Dżem 25 g 1 szt Serek wiejski lekki 3% tł 150g 1 szt (MLE.) Rzepa biała 80 g Arbuz 150 g Sałata zielona 20 g	Kasza manna na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Dżem 25 g 1 szt Serek wiejski lekki 3% tł 150g 1 szt (MLE.)	Płatki kukurydziane na mleku 250 ml (MLE.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Dżem 25 g 1 szt Serek wiejski lekki 3% tł 150g 1 szt (MLE.) Pomidor 80 g Kakao z mlekiem 250 ml (MLE.) Sałata zielona 20 g	Płatki kukurydziane na mleku 300 ml (MLE.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Serek wiejski lekki 3% tł 150g 1 szt (MLE.) Dżem 25 g 1 szt Pomidor 80 g Kakao z mlekiem 250 ml (MLE.) 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.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 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.) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Pomidor b/skórki 80 g Sałata zielona 20 g

Jadłospisy za okres od dnia 2024-07-08 do dnia 2024-07-14 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	
2024-07-12, piątek	II ŚN		Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Arbuz 150 g			
	Obiad	Szpinakowa z zacierką () 300 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki młode gotowane () 180 g Kotlet z ryby (Miruna) 120 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u>) Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 100 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 100 g (<u>SEL.</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Grycikowa () 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki młode gotowane () 180 g Pulpet rybny (Miruna) 120 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u>) Sos koperkowy () 80 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g (<u>SEL.</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Szpinakowa z zacierką () 250 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki młode gotowane () 180 g Pulpet rybny (Miruna) 60 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u>) Sos koperkowy () 80 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 100 g (<u>SEL.</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Szpinakowa z zacierką () 300 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki młode gotowane () 180 g Pulpet rybny (Miruna) 120 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u>) Sos koperkowy () 80 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g (<u>SEL.</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml		
	PD	Jogurt brzoskwinowy 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)					
	Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 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>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Serek homo z natką pietruszki 50 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 80 g Mix sałat 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Pierś gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w ostonce niejadalnej. 50 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 25 g (<u>SOJ.</u>) 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>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Serek homo z natką pietruszki 30 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 80 g Mix sałat 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Serek homo z natką pietruszki 50 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 80 g Mix sałat 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Pomidor b/skórki 80 g Serek homo z natką pietruszki 50 g (<u>MLE.</u>) Mix sałat 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	
	PN	Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (<u>MLE.</u>) Biszkopty b/m 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ.</u>)	Biszkopty b/m 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ.</u>)	Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (<u>MLE.</u>) Biszkopty b/m 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ.</u>)			

Jadłospisy za okres od dnia 2024-07-08 do dnia 2024-07-14 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
2024-07-12 piątek		Wartość energetyczna: 2665.23 kcal; Białko ogółem: 112.89 g; Tłuszcz: 76.71 g; Kw. tł. nasy.: 22.68 g; Węglowodany ogółem: 395.02 g; W tym cukry: 116.47 g; Błonnik pok.: 33.58 g; Sól: 8.14 g; WW: 36.25 Por.; : 16.94 %; : 1180.08 %; Ener. z T: 25.90 %; Ener. z Bł.: 2.52 %; K: 4121.10 mg;	Wartość energetyczna: 2350.21 kcal; Białko ogółem: 107.25 g; Tłuszcz: 55.21 g; Kw. tł. nasy.: 17.82 g; Węglowodany ogółem: 369.10 g; W tym cukry: 96.22 g; Błonnik pok.: 25.59 g; Sól: 8.38 g; WW: 34.49 Por.; : 18.25 %; : 962.28 %; Ener. z T: 21.14 %; Ener. z Bł.: 2.18 %; K: 3186.85 mg;	Wartość energetyczna: 2033.06 kcal; Białko ogółem: 91.64 g; Tłuszcz: 56.05 g; Kw. tł. nasy.: 22.42 g; Węglowodany ogółem: 298.01 g; W tym cukry: 122.06 g; Błonnik pok.: 18.76 g; Sól: 5.29 g; WW: 28.06 Por.; : 18.03 %; : 1170.66 %; Ener. z T: 24.81 %; Ener. z Bł.: 1.85 %; K: 3965.18 mg;	Wartość energetyczna: 2678.12 kcal; Białko ogółem: 120.69 g; Tłuszcz: 68.39 g; Kw. tł. nasy.: 24.14 g; Węglowodany ogółem: 407.15 g; W tym cukry: 131.36 g; Błonnik pok.: 29.92 g; Sól: 8.73 g; WW: 37.86 Por.; : 18.03 %; : 1286.09 %; Ener. z T: 22.98 %; Ener. z Bł.: 2.23 %; K: 4529.68 mg;	Wartość energetyczna: 2514.90 kcal; Białko ogółem: 114.54 g; Tłuszcz: 65.11 g; Kw. tł. nasy.: 21.81 g; Węglowodany ogółem: 381.59 g; W tym cukry: 108.23 g; Błonnik pok.: 30.33 g; Sól: 8.19 g; WW: 35.23 Por.; : 18.22 %; : 1031.48 %; Ener. z T: 23.30 %; Ener. z Bł.: 2.41 %; K: 3894.69 mg;
2024-07-13 sobota	Śniadanie	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (MLE, GLU JĘCZ.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenno 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Paszтет sojowy z pomidorami 50 g (SOJ, GOR.) Miód (25g) 2 szt Pomidor 80 g Kiwi 1 szt 1 szt Sałata zielona 20 g	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (MLE, GLU JĘCZ.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Pierś gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w ostonce niejadalnej. 30 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Miód (25g) 1 szt	Płatki jęczmienne na mleku 250 ml (MLE, GLU JĘCZ.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Pierś gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w ostonce niejadalnej. 50 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Pomidor 80 g Miód (25g) 1 szt Sałata zielona 20 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.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Pierś gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w ostonce niejadalnej. 50 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Pomidor 80 g Miód (25g) 1 szt Sałata zielona 20 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.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Pierś gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w ostonce niejadalnej. 50 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Miód (25g) 1 szt Pomidor b/skórki 80 g Banan 1szt. 1 szt Sałata zielona 20 g
	II ŚN		Banan 1szt. 1 szt			
	Obiad	Koperkowa z ryżem () 300 ml (MLE, SEL.) Kasza jaglana na sypko 180 g Gulasz sojowy z warzywami * 150 g (GLU PSZ, SOJ, SEL.) Surówka z selera i jabłka z olejem () 100 g (SEL.) Buraczki gotowane drobno tarte () 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ryżem (bez mleka) () 300 ml (SEL.) Ziemniaki młode gotowane () 180 g Klopsik drobiowy z udźca 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Marchew gotowana z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ryżem () 250 ml (MLE, SEL.) Kasza jaglana na sypko 90 g Gulasz wołowy 120 g (GLU PSZ.) Buraczki gotowane drobno tarte () 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ryżem () 300 ml (MLE, SEL.) Kasza jaglana na sypko 180 g Gulasz wołowy 120 g (GLU PSZ.) Surówka z selera i jabłka z olejem () 100 g (SEL.) Buraczki gotowane drobno tarte () 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ryżem () 300 ml (MLE, SEL.) Kasza jaglana na sypko 180 g Gulasz wołowy 150 g (GLU PSZ.) Buraczki gotowane drobno tarte () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt

Jadłospisy za okres od dnia 2024-07-08 do dnia 2024-07-14 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
2024-07-13 sobota	PD		Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml (MLE)	Wafelki 30 g (GLU PSZ, SOJ, MLE) Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml (MLE)		
	Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Pasztet z soczewicy () 60 g (GLU PSZ, JAJ) Ser żółty 25 g (MLE) Ogórek świeży 80 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa,wędziona,z wodą dodaną. 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR) Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona,w osłonce niejadanej 25 g (SOJ, SEL) 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,wędziona,z wodą dodaną. 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR) Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona,w osłonce niejadanej 25 g (SOJ, SEL) Pomidor 80 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa,wędziona,z wodą dodaną. 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR) Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona,w osłonce niejadanej 25 g (SOJ, SEL) Pomidor 80 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa,wędziona,z wodą dodaną. 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR) Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona,w osłonce niejadanej 25 g (SOJ, SEL) Pomidor b/skórki 80 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Sałata zielona 20 g
	PN	Bułka maślana 1 szt 1 szt (GLU PSZ, JAJ, MLE)				
		Wartość energetyczna: 2711.98 kcal; Białko ogółem: 94.74 g; Tłuszcz: 69.68 g; Kw. tł. nasy.: 24.50 g; Węglowodany ogółem: 441.30 g; W tym cukry: 72.55 g; Błonnik pok.: 48.35 g; Sól: 7.81 g; WW: 39.31 Por; : 13.97 %; : 847.75 %; Ener. z T: 23.12 %; Ener. z Bł.: 3.57 %; K: 3175.07 mg;	Wartość energetyczna: 2619.78 kcal; Białko ogółem: 98.83 g; Tłuszcz: 59.61 g; Kw. tł. nasy.: 22.68 g; Węglowodany ogółem: 435.12 g; W tym cukry: 113.67 g; Błonnik pok.: 26.95 g; Sól: 9.33 g; WW: 40.90 Por; : 15.09 %; : 1117.77 %; Ener. z T: 20.48 %; Ener. z Bł.: 2.06 %; K: 4154.34 mg;	Wartość energetyczna: 2261.11 kcal; Białko ogółem: 92.04 g; Tłuszcz: 57.12 g; Kw. tł. nasy.: 27.25 g; Węglowodany ogółem: 353.27 g; W tym cukry: 118.83 g; Błonnik pok.: 17.76 g; Sól: 7.24 g; WW: 33.63 Por; : 16.28 %; : 870.58 %; Ener. z T: 22.73 %; Ener. z Bł.: 1.57 %; K: 3323.21 mg;	Wartość energetyczna: 2881.20 kcal; Białko ogółem: 109.00 g; Tłuszcz: 64.61 g; Kw. tł. nasy.: 28.77 g; Węglowodany ogółem: 480.64 g; W tym cukry: 126.50 g; Błonnik pok.: 30.97 g; Sól: 10.06 g; WW: 45.06 Por; : 15.13 %; : 975.97 %; Ener. z T: 20.18 %; Ener. z Bł.: 2.15 %; K: 3916.20 mg;	Wartość energetyczna: 2536.70 kcal; Białko ogółem: 106.31 g; Tłuszcz: 49.85 g; Kw. tł. nasy.: 20.87 g; Węglowodany ogółem: 428.54 g; W tym cukry: 106.14 g; Błonnik pok.: 27.20 g; Sól: 9.61 g; WW: 40.15 Por; : 16.76 %; : 916.75 %; Ener. z T: 17.69 %; Ener. z Bł.: 2.14 %; K: 3770.02 mg;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-07-08 do dnia 2024-07-14 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	
2024-07-14 niedziela	Śniadanie	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE,) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Pasta warzywna* 80 g (SEL,) Ser mozzarella kulki 35 g (MLE,) Pomidorki koktajlowe 80 g Jabłko 1 szt 1 szt Mix sałat 20 g	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE,) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (SOJ,) Ser mozzarella kulki 35 g (MLE,)	Kasza kukurydziana na mleku 250 ml (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 Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 25 g (SOJ,) Ser mozzarella kulki 35 g (MLE,) Mix sałat 20 g	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE,) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ,) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Pomidorki koktajlowe 80 g Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (SOJ,) Ser mozzarella kulki 35 g (MLE,) Mix sałat 20 g	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE,) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ,) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Pomidor b/skórki 80 g Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (SOJ,) Ser mozzarella kulki 35 g (MLE,) Mix sałat 20 g	
	II ŚN		Jabłko pieczone 1szt. 1 szt				
	Obiad	Ryżowa () 300 ml (MLE, SEL,) Ziemniaki młode gotowane () 180 g Kotlety sojowe 100 g (SOJ,) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g Fasolka szparagowa z wody* 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Ryżowa (bez mleka) () 300 ml (SEL,) Ziemniaki młode gotowane () 180 g Ćwiartka z kurczaka gotowana 100 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g (SEL,) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Rosół z makaronem () 250 ml (GLU PSZ, SEL,) Ziemniaki młode gotowane () 90 g Ćwiartka z kurczaka gotowana 50 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 50 g Fasolka szparagowa z wody* 50 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Rosół z makaronem () 300 ml (GLU PSZ, SEL,) Ziemniaki młode gotowane () 180 g Ćwiartka z kurczaka gotowana 130 g Fasolka szparagowa z wody* 100 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Rosół z makaronem () 300 ml (GLU PSZ, SEL,) Ziemniaki młode gotowane () 180 g Ćwiartka z kurczaka gotowana 130 g Fasolka szparagowa z wody* 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	
PD		Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml	Ciasto drożdżowe 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, S02,)				

Jadłospisy za okres od dnia 2024-07-08 do dnia 2024-07-14 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
2024-07-14 niedziela	Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Hummus 100 g (SEZ.) Rzodkiew biała 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 120 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Dżem 25 g 1 szt Połudwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkiem wody wędzona parzona 50 g (GLU PSZ, SOJ.) 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 Połudwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkiem wody wędzona parzona 50 g (GLU PSZ, SOJ.) 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 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Dżem 25 g 1 szt Połudwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkiem wody wędzona parzona 50 g (GLU PSZ, SOJ.) 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 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Dżem 25 g 1 szt Połudwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkiem wody wędzona parzona 50 g (GLU PSZ, SOJ.) Pomidor b/skórki 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PN	Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt Podpłomyki b/c 20 g (GLU PSZ, MLE.)	Podpłomyki b/c 20 g (GLU PSZ, MLE.)	Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt Podpłomyki b/c 20 g (GLU PSZ, MLE.)		
		Wartość energetyczna: 2309.13 kcal; Białko ogółem: 79.50 g; Tłuszcz: 70.58 g; Kw. tł. nasy.: 22.95 g; Węglowodany ogółem: 348.12 g; W tym cukry: 90.22 g; Błonnik pok.: 42.45 g; Sól: 7.53 g; WW: 30.68 Por; : 13.77 %; : 852.28 %; Ener. z T: 27.51 %; Ener. z Bł.: 3.68 %; K: 3223.30 mg;	Wartość energetyczna: 2406.34 kcal; Białko ogółem: 107.26 g; Tłuszcz: 70.32 g; Kw. tł. nasy.: 27.30 g; Węglowodany ogółem: 348.72 g; W tym cukry: 100.96 g; Błonnik pok.: 24.38 g; Sól: 8.29 g; WW: 32.59 Por; : 17.83 %; : 875.74 %; Ener. z T: 26.30 %; Ener. z Bł.: 2.03 %; K: 3483.42 mg;	Wartość energetyczna: 1822.21 kcal; Białko ogółem: 78.04 g; Tłuszcz: 56.22 g; Kw. tł. nasy.: 24.98 g; Węglowodany ogółem: 258.06 g; W tym cukry: 90.66 g; Błonnik pok.: 15.59 g; Sól: 5.31 g; WW: 24.42 Por; : 17.13 %; : 632.89 %; Ener. z T: 27.77 %; Ener. z Bł.: 1.71 %; K: 2380.75 mg;	Wartość energetyczna: 2671.70 kcal; Białko ogółem: 128.31 g; Tłuszcz: 80.20 g; Kw. tł. nasy.: 31.39 g; Węglowodany ogółem: 370.48 g; W tym cukry: 96.12 g; Błonnik pok.: 24.77 g; Sól: 9.20 g; WW: 34.78 Por; : 19.21 %; : 806.68 %; Ener. z T: 27.02 %; Ener. z Bł.: 1.85 %; K: 3697.79 mg;	Wartość energetyczna: 2433.94 kcal; Białko ogółem: 123.75 g; Tłuszcz: 70.14 g; Kw. tł. nasy.: 29.81 g; Węglowodany ogółem: 338.90 g; W tym cukry: 95.98 g; Błonnik pok.: 23.38 g; Sól: 8.82 g; WW: 31.84 Por; : 20.34 %; : 819.51 %; Ener. z T: 25.93 %; Ener. z Bł.: 1.92 %; K: 3721.41 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,