

Jadłospisy za okres od dnia 2024-05-13 do dnia 2024-05-19 KUCHNIA SIEDLCE

	SIE- Podstawowa/Ogólna	SIE- Podstawowa wzbogacona	SIE- Położnicza podstawowa	SIE- Położnicza łatwostrawna	SIE- Z ogr. łatwoprzyswajalnych węglowodanów	
2024-05-13 poniedziałek	Śniadanie	Płatki pszenne na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Bułka graham-pszenna 60g 1 szt (<u>GLU PSZ</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Miód (25g) 1 szt Ogórek świeży 80 g Mix салат 20 g Gruszka 1szt. 150 g	Płatki pszenne na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Bułka graham-pszenna 60g 1 szt (<u>GLU PSZ</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Miód (25g) 1 szt Ogórek świeży 80 g Mix салат 20 g	Płatki pszenne na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka graham-pszenna 60g 1 szt (<u>GLU PSZ</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Miód (25g) 1 szt Ogórek świeży 80 g Mix салат 20 g	Płatki pszenne na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Miód (25g) 1 szt Pomidor 80 g Mix салат 20 g	Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka graham-pszenna 60g 1 szt (<u>GLU PSZ</u>) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Serek a'la homogenizowany 50 g (<u>MLE</u>) Ogórek świeży 80 g Mix салат 20 g
	II ŚN		Gruszka 1szt. 150 g	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Gruszka 1szt. 150 g	
	Obiad	Fasolowa z ziemniakami () 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Makaron pełnoziarnisty ze szpinakiem i serem żółtym * 300 g (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Surówka z marchwi z olejem () 100 g Cukinia pieczona z olejem * 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Dyniowa z ziemniakami () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Makaron pełnoziarnisty ze szpinakiem i serem żółtym * 300 g (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Surówka z marchwi z olejem () 100 g Cukinia pieczona z olejem * 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Dyniowa z ziemniakami () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Kopytka ziemniaczane () 300 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Sos szpinakowy* 80 ml (<u>GLU PSZ</u>) Surówka z marchwi z olejem () 100 g Cukinia pieczona z olejem * 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Dyniowa z ziemniakami () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Kopytka ziemniaczane () 300 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Sos szpinakowy* 80 ml (<u>GLU PSZ</u>) Surówka z marchwi z olejem () 100 g Cukinia pieczona z olejem * 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Dyniowa z ziemniakami () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Makaron pełnoziarnisty ze szpinakiem i serem białym 300 g (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Surówka z marchwi z olejem b/c () 100 g Cukinia pieczona z olejem * 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD		Budyń o smaku waniliowym z/c 200 ml (<u>MLE</u>) Mieszanka studencka 30 g (<u>OZI, ORZ</u>)	Budyń o smaku waniliowym z/c 200 ml (<u>MLE</u>) Biszkopty 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JEJCZ</u>)	Chleb razowy żytnio-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>) Salata zielona 20 g	
	Kolacja	Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa 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>) Szynka z pierśią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalanej 30 g (<u>SOJ, SEL</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>) Salata zielona 20 g Pomidorki koktajlowe 80 g Jogurt brzoskwinowy 150g 1 szt (<u>MLE</u>) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	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 30 g (<u>SOJ, SEL</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>) Pomidorki koktajlowe 80 g Salata zielona 20 g Jogurt brzoskwinowy 150g 1 szt (<u>MLE</u>) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	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 30 g (<u>SOJ, SEL</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>) Salata 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 b/c 250 ml Chleb razowy pszenno-żytni 120 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 30 g (<u>SOJ, SEL</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>) Salata zielona 20 g Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Pomidorki koktajlowe 80 g	
	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 ekstrudowane-żytnie 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JEJCZ</u>)	
		Wartość energetyczna: 2656.77 kcal; Białko ogółem: 92.10 g; Tłuszcz: 76.95 g; Kw. tł. nasy.: 29.40 g; Węglowodany ogółem: 409.08 g; W tym cukry: 81.38 g; Błonnik pok.: 40.35 g; Sól: 8.97 g; WW: 36.90 Por; : 13.87 %; : 898.44 %; Ener. z T: 26.07 %; Ener. z Bł.: 3.04 %; K: 3718.02 mg;	Wartość energetyczna: 2996.77 kcal; Białko ogółem: 102.97 g; Tłuszcz: 89.68 g; Kw. tł. nasy.: 31.78 g; Węglowodany ogółem: 457.14 g; W tym cukry: 106.38 g; Błonnik pok.: 40.39 g; Sól: 9.20 g; WW: 41.71 Por; : 13.74 %; : 1002.38 %; Ener. z T: 26.93 %; Ener. z Bł.: 2.70 %; K: 4001.95 mg;	Wartość energetyczna: 2922.09 kcal; Białko ogółem: 98.90 g; Tłuszcz: 86.25 g; Kw. tł. nasy.: 31.59 g; Węglowodany ogółem: 446.00 g; W tym cukry: 106.89 g; Błonnik pok.: 33.23 g; Sól: 9.11 g; WW: 41.29 Por; : 13.54 %; : 1017.37 %; Ener. z T: 26.57 %; Ener. z Bł.: 2.27 %; K: 3721.22 mg;	Wartość energetyczna: 2906.93 kcal; Białko ogółem: 91.02 g; Tłuszcz: 63.74 g; Kw. tł. nasy.: 25.25 g; Węglowodany ogółem: 511.94 g; W tym cukry: 112.27 g; Błonnik pok.: 31.82 g; Sól: 9.99 g; WW: 48.10 Por; : 12.52 %; : 1255.62 %; Ener. z T: 19.73 %; Ener. z Bł.: 2.19 %; K: 4996.37 mg;	Wartość energetyczna: 2312.03 kcal; Białko ogółem: 100.45 g; Tłuszcz: 59.91 g; Kw. tł. nasy.: 25.45 g; Węglowodany ogółem: 348.80 g; W tym cukry: 58.09 g; Błonnik pok.: 44.32 g; Sól: 8.70 g; WW: 30.38 Por; : 17.38 %; : 964.38 %; Ener. z T: 23.32 %; Ener. z Bł.: 3.83 %; K: 3886.92 mg;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-05-13 do dnia 2024-05-19 KUCHNIA SIEDLCE

	SIE- Podstawowa/Ogólna	SIE- Podstawowa wzbogacona	SIE- Położnicza podstawowa	SIE- Położnicza łatwostrawna	SIE- Z ogr. łatwoprzyswajalnych węglowodanów	
2024-05-14 wtorek	Śniadanie	Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, 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>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 25 g Twarożek z koperkiem 80 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 80 g Rukola 20 g Jabłko 1 szt 1 szt	Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>) 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>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 25 g Twarożek z koperkiem 80 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 80 g Rukola 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 25 g Twarożek z koperkiem 80 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 80 g Rukola 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 25 g Twarożek z koperkiem 80 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 80 g Rukola 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<u>MLE.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 25 g Twarożek z koperkiem 80 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 80 g Rukola 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	II ŚN		Jabłko 1 szt 1 szt	Banan 150 g	Jabłko 150 g	
	Obiad	Szczawiowa z ziemniakami () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Kasza jaglana na sypko 180 g Karczek pieczony 100 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Sos meksykański 80 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Surówka z selera i jabłka z olejem () 100 g (<u>SEL.</u>) Buraczki gotowane () 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml	Szczawiowa z ziemniakami () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Karczek pieczony 100 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Sos meksykański 80 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kasza jaglana na sypko 180 g Surówka z selera i jabłka z olejem () 100 g (<u>SEL.</u>) Buraczki gotowane () 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml	Ziemniaczana () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Szynka wieprzowa gotowana 100 g Sos własny () 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kasza jaglana na sypko 180 g Surówka z selera i jabłka z olejem () 100 g (<u>SEL.</u>) Buraczki gotowane () 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml	Szczawiowa z ziemniakami () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Szynka wieprzowa gotowana 100 g Sos własny () 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kasza jaglana na sypko 180 g Surówka z selera i jabłka z olejem b/c 100 g (<u>SEL.</u>) Buraczki gotowane () 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml	
	PD		Drożdżówka mini 50g 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>)		Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Szynka gotowana wieprzowa wędzona parzona, zawiera wodę dodaną, w siatce niejadalnej 20 g (<u>GLU PSZ, SOJ.</u>) Sałata zielona 20 g	
	Kolejca	Herbata czarna granulowana b/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>) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (<u>może zawierać: MLE, GOR.</u>) Ser mozzarella kulki 35 g (<u>MLE.</u>) 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 (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (<u>może zawierać: MLE, GOR.</u>) Ser mozzarella kulki 35 g (<u>MLE.</u>) 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 (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (<u>może zawierać: MLE, GOR.</u>) Ser mozzarella kulki 35 g (<u>MLE.</u>) 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 (<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>) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (<u>może zawierać: MLE, GOR.</u>) Ser mozzarella kulki 35 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (<u>może zawierać: MLE, GOR.</u>) Ser mozzarella kulki 35 g (<u>MLE.</u>) 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 (<u>może zawierać: MLE.</u>)		Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 25 g (<u>SOJ.</u>) Sałata zielona 5 g		

Jadłospisy za okres od dnia 2024-05-13 do dnia 2024-05-19 KUCHNIA SIEDLCE

	SIE- Podstawowa/Ogólna	SIE- Podstawowa wzbogacona	SIE- Położnicza podstawowa	SIE- Położnicza łatwostrawna	SIE- Z ogr. łatwoprzyswajalnych węglowodanów
2024-05-14 wtorek	Wartość energetyczna: 2482.37 kcal; Białko ogółem: 109.20 g; Tłuszcz: 78.36 g; Kw. tł. nasy.: 31.77 g; Węglowodany ogółem: 350.94 g; W tym cukry: 86.77 g; Błonnik pok.: 38.54 g; Sól: 8.32 g; WW: 31.31 Por; : 17.60 %; : 815.26 %; Ener. z T: 28.41 %; Ener. z Bt.: 3.11 %; K: 3914.86 mg;	Wartość energetyczna: 2652.79 kcal; Białko ogółem: 111.90 g; Tłuszcz: 81.41 g; Kw. tł. nasy.: 31.77 g; Węglowodany ogółem: 383.42 g; W tym cukry: 95.25 g; Błonnik pok.: 38.54 g; Sól: 8.51 g; WW: 34.56 Por; : 16.87 %; : 823.76 %; Ener. z T: 27.62 %; Ener. z Bt.: 2.91 %; K: 3915.03 mg;	Wartość energetyczna: 2641.99 kcal; Białko ogółem: 111.98 g; Tłuszcz: 81.57 g; Kw. tł. nasy.: 31.77 g; Węglowodany ogółem: 381.38 g; W tym cukry: 95.89 g; Błonnik pok.: 40.58 g; Sól: 8.32 g; WW: 34.16 Por; : 16.95 %; : 854.12 %; Ener. z T: 27.79 %; Ener. z Bt.: 3.07 %; K: 4026.63 mg;	Wartość energetyczna: 2578.21 kcal; Białko ogółem: 118.35 g; Tłuszcz: 57.62 g; Kw. tł. nasy.: 25.63 g; Węglowodany ogółem: 408.92 g; W tym cukry: 108.70 g; Błonnik pok.: 29.80 g; Sól: 7.50 g; WW: 38.03 Por; : 18.36 %; : 874.64 %; Ener. z T: 20.11 %; Ener. z Bt.: 2.31 %; K: 4309.40 mg;	Wartość energetyczna: 2307.90 kcal; Białko ogółem: 117.28 g; Tłuszcz: 66.82 g; Kw. tł. nasy.: 30.09 g; Węglowodany ogółem: 332.42 g; W tym cukry: 56.36 g; Błonnik pok.: 49.97 g; Sól: 9.50 g; WW: 28.35 Por; : 20.33 %; : 887.29 %; Ener. z T: 26.06 %; Ener. z Bt.: 4.33 %; K: 4178.74 mg;
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-pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Paprykarz szczeciński 50 g (RYB, SOJ) Baton szynkowy z kurcząt 50 g (może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR) Ogórek kiszony 80 g Rozzponka 20 g Kiwi 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-pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Paprykarz szczeciński 50 g (RYB, SOJ) Baton szynkowy z kurcząt 50 g (może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR) Ogórek kiszony 80 g Rozzponka 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) Baton szynkowy z kurcząt 50 g (może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ) Pomidor 80 g Rozzponka 20 g	Maślanka 150 ml (MLE) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Paprykarz szczeciński 50 g (RYB, SOJ) Baton szynkowy z kurcząt 50 g (może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR) Ogórek kiszony 80 g Rozzponka 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 (GLU PSZ, MLE, SEL) Ziemniaki gotowane () 180 g Pulpet drobiowy 100 g (GLU PSZ, JAJ) Sos pietruszkowy () 80 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Surówka wykwintna z olejem b/c 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) Pulpet drobiowy 100 g (GLU PSZ, JAJ) Ziemniaki gotowane () 180 g Sos pietruszkowy () 80 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Surówka wykwintna z olejem b/c 100 g Marchew gotowana z olejem () 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Jarzynowa z makaronem dieta () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 100 g (GLU PSZ, JAJ) Ziemniaki gotowane () 180 g 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 gotowane () 180 g Sos pietruszkowy () 80 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Surówka wykwintna z olejem b/c 100 g Marchew gotowana z olejem () 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	
PD			Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml (MLE) Podplomyki b/c 20 g (GLU PSZ, MLE)	Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło extra 82% 5 g (MLE) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 20 g (SOJ) Salata zielona 20 g	
Kolacja	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) 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 Salata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Chleb mieszany pszenno-żytni 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 Salata 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) Połudwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkim wody wędzona parzona 50 g (GLU PSZ, SOJ) Pomidorki koktajlowe 80 g Salata 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 (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 Salata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-05-13 do dnia 2024-05-19 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- Podstawowa/Ogólna	SIE- Podstawowa wzbogacona	SIE- Położnicza podstawowa	SIE- Położnicza łatwostrawna	SIE- Z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów
2024-05-15 środa	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 JĘCZ</u>)
		Wartość energetyczna: 2368.84 kcal; Białko ogółem: 90.58 g; Tłuszcz: 78.29 g; Kw. tł. nasy.: 24.97 g; Węglowodany ogółem: 340.15 g; W tym cukry: 57.38 g; Błonnik pok.: 33.74 g; Sól: 10.59 g; WW: 30.77 Por.; : 15.30 %; : 829.10 %; Ener. z T: 29.74 %; Ener. z Bt.: 2.85 %; K: 4013.96 mg;	Wartość energetyczna: 2647.04 kcal; Białko ogółem: 99.65 g; Tłuszcz: 83.26 g; Kw. tł. nasy.: 27.35 g; Węglowodany ogółem: 389.11 g; W tym cukry: 82.38 g; Błonnik pok.: 33.78 g; Sól: 10.81 g; WW: 35.67 Por.; : 15.06 %; : 933.03 %; Ener. z T: 28.31 %; Ener. z Bt.: 2.55 %; K: 4297.90 mg;	Wartość energetyczna: 2598.41 kcal; Białko ogółem: 101.67 g; Tłuszcz: 70.66 g; Kw. tł. nasy.: 27.58 g; Węglowodany ogółem: 402.41 g; W tym cukry: 93.53 g; Błonnik pok.: 30.70 g; Sól: 9.19 g; WW: 37.24 Por.; : 15.65 %; : 1020.60 %; Ener. z T: 24.47 %; Ener. z Bt.: 2.36 %; K: 4232.49 mg;	Wartość energetyczna: 2251.54 kcal; Białko ogółem: 90.65 g; Tłuszcz: 75.83 g; Kw. tł. nasy.: 25.09 g; Węglowodany ogółem: 320.36 g; W tym cukry: 38.75 g; Błonnik pok.: 49.25 g; Sól: 10.82 g; WW: 27.29 Por.; : 16.10 %; : 926.89 %; Ener. z T: 30.31 %; Ener. z Bt.: 4.38 %; K: 4426.97 mg;	
2024-05-16 czwartek	Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Bułka graham-pszenna 60g 1 szt (<u>GLU PSZ</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (<u>może zawierać: MLE, GOR</u>) Salatka wiosenna () 200 g Banan 150 g	Płatki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Bułka graham-pszenna 60g 1 szt (<u>GLU PSZ</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (<u>może zawierać: MLE, GOR</u>) Salatka wiosenna () 200 g	Płatki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bułka graham-pszenna 60g 1 szt (<u>GLU PSZ</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Salatka wiosenna () 200 g Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (<u>może zawierać: MLE, GOR</u>)	Płatki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Salatka wiosenna - diety 200 g Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (<u>może zawierać: MLE, GOR</u>)	Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Bułka graham-pszenna 60g 1 szt (<u>GLU PSZ</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (<u>może zawierać: MLE, GOR</u>) Salatka wiosenna () 200 g
	II ŚN	Banan 150 g				Jabłko 1 szt 1 szt
	Obiad	Barszcz biały z ziemniakami () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT</u>) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami* 300 g (<u>SEL, GLU JĘCZ</u>) Brokuł gotowany* 100 g Salatka szwedzka () 100 g (<u>GOR</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml	Barszcz biały z ziemniakami () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT</u>) Naleśniki z serem 300 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>) Surówka z marchwi i jabłka () 200 g (<u>MLE</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml	Ziemniaczana () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami* 300 g (<u>SEL, GLU JĘCZ</u>) Brokuł gotowany* 100 g Surówka z marchwi i jabłka () 100 g (<u>MLE</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml	Ziemniaczana () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami* 300 g (<u>SEL, GLU JĘCZ</u>) Brokuł gotowany* 100 g Salatka szwedzka b/c () 100 g (<u>GOR</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml	
	PD	Herbatniki 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u>) Mus z jabłek () z/c 200 g				Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Połudwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkowym wody wędzona parzona 20 g (<u>GLU PSZ, SOJ</u>) Salata zielona 20 g
Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Leczo z drobiem-dieta () 300 g Chleb mieszany pszenno-żytni 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 Melon 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 Melon 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 Melon 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		

Jadłospisy za okres od dnia 2024-05-13 do dnia 2024-05-19 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- Podstawowa/Ogólna	SIE- Podstawowa wzbogacona	SIE- Położnicza podstawowa	SIE- Położnicza łatwostrawna	SIE- Z ogr. łatwoprzyswajalnych węglowodanów
2024-05-16 czwartek	PN	Wafle ryżowe 30 g Dżem 25 g 1 szt				Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 25 g (<u>SOJ.</u>) Sałata zielona 5 g
		Wartość energetyczna: 2484.47 kcal; Białko ogółem: 99.30 g; Tłuszcz: 53.96 g; Kw. tł. nasy.: 15.84 g; Węglowodany ogółem: 414.10 g; W tym cukry: 131.17 g; Błonnik pok.: 38.70 g; Sól: 8.62 g; WW: 37.54 Por; : 15.99 %; : 1143.87 %; Ener. z T: 19.55 %; Ener. z Bł.: 3.12 %; K: 5446.87 mg;	Wartość energetyczna: 2795.17 kcal; Białko ogółem: 102.88 g; Tłuszcz: 58.38 g; Kw. tł. nasy.: 17.38 g; Węglowodany ogółem: 481.00 g; W tym cukry: 151.20 g; Błonnik pok.: 44.69 g; Sól: 8.86 g; WW: 43.62 Por; : 14.72 %; : 1174.78 %; Ener. z T: 18.80 %; Ener. z Bł.: 3.20 %; K: 5483.97 mg;	Wartość energetyczna: 3173.34 kcal; Białko ogółem: 112.83 g; Tłuszcz: 64.64 g; Kw. tł. nasy.: 20.44 g; Węglowodany ogółem: 551.35 g; W tym cukry: 187.50 g; Błonnik pok.: 44.34 g; Sól: 7.27 g; WW: 50.84 Por; : 14.22 %; : 1265.16 %; Ener. z T: 18.33 %; Ener. z Bł.: 2.79 %; K: 5173.52 mg;	Wartość energetyczna: 2964.20 kcal; Białko ogółem: 102.44 g; Tłuszcz: 71.91 g; Kw. tł. nasy.: 18.38 g; Węglowodany ogółem: 495.98 g; W tym cukry: 152.56 g; Błonnik pok.: 44.99 g; Sól: 8.06 g; WW: 45.09 Por; : 13.82 %; : 1109.68 %; Ener. z T: 21.83 %; Ener. z Bł.: 3.04 %; K: 5466.58 mg;	Wartość energetyczna: 2259.33 kcal; Białko ogółem: 104.94 g; Tłuszcz: 61.25 g; Kw. tł. nasy.: 19.84 g; Węglowodany ogółem: 343.49 g; W tym cukry: 63.05 g; Błonnik pok.: 52.25 g; Sól: 9.98 g; WW: 29.14 Por; : 18.58 %; : 1115.06 %; Ener. z T: 24.40 %; Ener. z Bł.: 4.63 %; K: 4976.87 mg;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-05-13 do dnia 2024-05-19 KUCHNIA SIEDLCE

	SIE- Podstawowa/Ogólna	SIE- Podstawowa wzbogacona	SIE- Położnicza podstawowa	SIE- Położnicza łatwostrawna	SIE- Z ogr. łatwoprzyswajalnych węglowodanów	
2024-05-17 piątek	Śniadanie	Kasza manna na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JEĆZ.</u>) 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>) Dżem 25 g 1 szt Serek wiejski lekki 3% tł 150g 1 szt (<u>MLE</u>) Rzepa biała 80 g Salata zielona 20 g Jabłko 1 szt 1 szt	Kasza manna na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JEĆZ.</u>) Chleb 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>) Dżem 25 g 1 szt Serek wiejski lekki 3% tł 150g 1 szt (<u>MLE</u>) Rzepa biała 80 g Salata 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 JEĆZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 70 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 Salata 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 JEĆZ.</u>) 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>) Dżem 25 g 1 szt Serek wiejski lekki 3% tł 150g 1 szt (<u>MLE</u>) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g	Maślanka 150 ml (<u>MLE</u>) Kawa zbożowa b/c 250 ml (<u>GLU ŻYT, GLU JEĆZ.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 120 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>) Rzepa biała 80 g Salata zielona 20 g
	II ŚN		Jabłko 1 szt 1 szt	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Jabłko 1 szt 1 szt	
	Obiad	Szpinakowa z zacierką () 300 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 180 g Kotlet z ryby (Miruna) 120 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u>) Surówka z kapusty czerwonej z olejem 100 g 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 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 () 300 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 180 g Pulpet rybny (Miruna) 120 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u>) Sos koperkowy () 80 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</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* b/c 250 ml
	PD		Jogurt brzoskwinowy 150g 1 szt (<u>MLE</u>)			Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Twarożek z koperkiem 30 g (<u>MLE</u>) Salata 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>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>) Serek homo z natką pietruszki 50 g (<u>MLE</u>) Pomidor 80 g Mix salat 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>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>) Serek homo z natką pietruszki 50 g (<u>MLE</u>) Pomidor 80 g Mix salat 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, 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>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>) Serek homo z natką pietruszki 50 g (<u>MLE</u>) Pomidor 80 g Mix salat 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>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>) Serek homo z natką pietruszki 50 g (<u>MLE</u>) Pomidor 80 g Mix salat 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, SÓJ.</u>)				Sok pomidorowy 0,3l 1 szt Pieczywo chrupkie ekstrudowane-żytnie 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JEĆZ.</u>)
		Wartość energetyczna: 2702.53 kcal; Białko ogółem: 111.85 g; Tłuszcz: 78.24 g; Kw. tł. nasy.: 22.81 g; Węglowodany ogółem: 404.80 g; W tym cukry: 109.73 g; Błonnik pok.: 39.48 g; Sól: 7.91 g; WW: 36.68 Por.: 16.55 %; 1069.25 %; Ener. z T: 26.06 %; Ener. z Bł.: 2.92 %; K: 4351.40 mg;	Wartość energetyczna: 2790.53 kcal; Białko ogółem: 114.95 g; Tłuszcz: 80.44 g; Kw. tł. nasy.: 24.13 g; Węglowodany ogółem: 418.80 g; W tym cukry: 118.73 g; Błonnik pok.: 39.93 g; Sól: 8.01 g; WW: 38.08 Por.: 16.48 %; 1151.30 %; Ener. z T: 25.94 %; Ener. z Bł.: 2.86 %; K: 4651.40 mg;	Wartość energetyczna: 2785.13 kcal; Białko ogółem: 114.99 g; Tłuszcz: 80.52 g; Kw. tł. nasy.: 24.13 g; Węglowodany ogółem: 417.78 g; W tym cukry: 119.05 g; Błonnik pok.: 40.95 g; Sól: 7.92 g; WW: 37.88 Por.: 16.51 %; 1166.48 %; Ener. z T: 26.02 %; Ener. z Bł.: 2.94 %; K: 4707.20 mg;	Wartość energetyczna: 2671.52 kcal; Białko ogółem: 118.59 g; Tłuszcz: 67.35 g; Kw. tł. nasy.: 23.13 g; Węglowodany ogółem: 412.72 g; W tym cukry: 116.64 g; Błonnik pok.: 32.10 g; Sól: 8.32 g; WW: 38.24 Por.: 17.76 %; 1152.74 %; Ener. z T: 22.69 %; Ener. z Bł.: 2.40 %; K: 4561.78 mg;	Wartość energetyczna: 2244.81 kcal; Białko ogółem: 107.48 g; Tłuszcz: 58.37 g; Kw. tł. nasy.: 19.61 g; Węglowodany ogółem: 344.79 g; W tym cukry: 53.31 g; Błonnik pok.: 51.85 g; Sól: 9.99 g; WW: 29.44 Por.: 19.15 %; 1005.33 %; Ener. z T: 23.40 %; Ener. z Bł.: 4.62 %; K: 4283.98 mg;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-05-13 do dnia 2024-05-19 KUCHNIA SIEDLCE

	SIE- Podstawowa/Ogólna	SIE- Podstawowa wzbogacona	SIE- Położnicza podstawowa	SIE- Położnicza łatwostrawna	SIE- Z ogr. łatwoprzyswajalnych węglowodanów	
2024-05-18 sobota	Śniadanie	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU JECZ.</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>) Parówki z szynki-kielbasa wieprzowa, homogenizowana, wędzona, parzona 60 g Ketchup 20 g (<u>SEL.</u>) Ser żółty 25 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Kiwi 1 szt 1 szt	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU JECZ.</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>) Parówki z szynki-kielbasa wieprzowa, homogenizowana, wędzona, parzona 60 g Ketchup 20 g (<u>SEL.</u>) Ser żółty 25 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU JECZ.</u>) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Parówki z szynki-kielbasa wieprzowa, homogenizowana, wędzona, parzona 60 g Ser żółty 25 g (<u>MLE.</u>) Ketchup 20 g (<u>SEL.</u>) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU JECZ.</u>) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Baton szynkowy z kurcząt 50 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.</u>) Miód (25g) 1 szt Pomidor 80 g Salata zielona 20 g	Jogurt naturalny 150g 1 szt (<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>) Baton szynkowy z kurcząt 50 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.</u>) Ser żółty 25 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g
		II ŚN	Kiwi 1 szt 1 szt			Banan 1szt. 1 szt
	Obiad	Koperkowa z ryżem () 300 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 180 g Gulasz wołowy 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Surówka z selera i jabłka () 100 g (<u>MLE, SEL.</u>) Buraczki gotowane drobno tarte () 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt				Koperkowa z ryżem () 300 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 180 g Gulasz wołowy 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Surówka z selera i jabłka b/c () 100 g (<u>MLE, SEL.</u>) Buraczki gotowane drobno tarte() b/c 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD	Wafelki 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u>) Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml (<u>MLE.</u>)				Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Szynka gotowana wieprzowa wędzona parzona, zawiera wodę dodaną, w siatce niejadalnej 20 g (<u>GLU PSZ, SOJ.</u>) Salata 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>) Paszтет z soczewicy () 60 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Szynka z piersią indyczą- wędlna drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalnej 25 g (<u>SOJ, SEL.</u>) Ogórek świeży 80 g Salata 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- wędlna drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalnej 25 g (<u>SOJ, SEL.</u>) Ogórek świeży 80 g Salata 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 dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Szynka z piersią indyczą- wędlna drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalnej 25 g (<u>SOJ, SEL.</u>) Pomidor 80 g Salata 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- wędlna drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalnej 25 g (<u>SOJ, SEL.</u>) Ogórek świeży 80 g Salata 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>) Salata zielona 5 g

Jadłospisy za okres od dnia 2024-05-13 do dnia 2024-05-19 KUCHNIA SIEDLCE

	SIE- Podstawowa/Ogólna	SIE- Podstawowa wzbogacona	SIE- Położnicza podstawowa	SIE- Położnicza łatwostrawna	SIE- Z ogr. łatwoprzyswajalnych węglowodanów
2024-05-18 sobota	Wartość energetyczna: 2669.85 kcal; Białko ogółem: 103.50 g; Tłuszcz: 81.66 g; Kw. tł. nasy.: 33.61 g; Węglowodany ogółem: 397.68 g; W tym cukry: 74.92 g; Błonnik pok.: 41.13 g; Sól: 9.99 g; WW: 35.74 Por; : 15.51 %; : 982.72 %; Ener. z T: 27.53 %; Ener. z Bł.: 3.08 %; K: 4744.23 mg;	Wartość energetyczna: 3033.25 kcal; Białko ogółem: 111.73 g; Tłuszcz: 94.98 g; Kw. tł. nasy.: 41.70 g; Węglowodany ogółem: 450.24 g; W tym cukry: 99.92 g; Błonnik pok.: 41.17 g; Sól: 10.35 g; WW: 41.01 Por; : 14.73 %; : 1086.65 %; Ener. z T: 28.18 %; Ener. z Bł.: 2.71 %; K: 5028.17 mg;	Wartość energetyczna: 2915.98 kcal; Białko ogółem: 106.92 g; Tłuszcz: 67.19 g; Kw. tł. nasy.: 29.63 g; Węglowodany ogółem: 486.51 g; W tym cukry: 126.93 g; Błonnik pok.: 32.20 g; Sól: 10.37 g; WW: 45.58 Por; : 14.67 %; : 1145.83 %; Ener. z T: 20.74 %; Ener. z Bł.: 2.21 %; K: 5107.53 mg;	Wartość energetyczna: 2337.42 kcal; Białko ogółem: 103.31 g; Tłuszcz: 73.63 g; Kw. tł. nasy.: 30.14 g; Węglowodany ogółem: 341.41 g; W tym cukry: 42.80 g; Błonnik pok.: 52.74 g; Sól: 9.55 g; WW: 28.95 Por; : 17.68 %; : 1020.13 %; Ener. z T: 28.35 %; Ener. z Bł.: 4.51 %; K: 5135.43 mg;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-05-13 do dnia 2024-05-19 KUCHNIA SIEDLCE

	SIE- Podstawowa/Ogólna	SIE- Podstawowa wzbogacona	SIE- Położnicza podstawowa	SIE- Położnicza łatwostrawna	SIE- Z ogr. łatwoprzyswajalnych węglowodanów	
2024-05-19 niedziela	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-pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Ser mozzarella kulki 35 g (<u>MLE</u>) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (<u>SOJ</u>) Pomidorki koktajlowe 80 g Mix салат 20 g Jabłko 1 szt 1 szt	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-pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Ser mozzarella kulki 35 g (<u>MLE</u>) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (<u>SOJ</u>) Pomidorki koktajlowe 80 g Mix салат 20 g	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (<u>MLE</u>) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Ser mozzarella kulki 35 g (<u>MLE</u>) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (<u>SOJ</u>) Pomidorki koktajlowe 80 g Mix салат 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>) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (<u>SOJ</u>) Ser mozzarella kulki 35 g (<u>MLE</u>) Pomidorki koktajlowe 80 g Mix салат 20 g	Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<u>MLE</u>) 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>) Ser mozzarella kulki 35 g (<u>MLE</u>) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (<u>SOJ</u>) Pomidorki koktajlowe 80 g Mix салат 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 (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Ziemniaki 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 (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Ziemniaki 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	Rosół z makaronem () 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Ziemniaki 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			Ciasto drożdżowe 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SO2</u>)	Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Szynka zielonogórska- wp. parzona 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-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 Podplomyki 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 JĘCZ</u>)	
		Wartość energetyczna: 2502.46 kcal; Białko ogółem: 121.62 g; Tłuszcz: 76.12 g; Kw. tł. nasy.: 30.26 g; Węglowodany ogółem: 349.88 g; W tym cukry: 95.59 g; Błonnik pok.: 33.63 g; Sól: 8.94 g; WW: 31.86 Por; : 19.44 %; : 836.98 %; Ener. z T: 27.38 %; Ener. z Bł.: 2.69 %; K: 4269.69 mg;	Wartość energetyczna: 2721.96 kcal; Białko ogółem: 127.12 g; Tłuszcz: 83.12 g; Kw. tł. nasy.: 31.61 g; Węglowodany ogółem: 382.88 g; W tym cukry: 95.59 g; Błonnik pok.: 34.78 g; Sól: 9.40 g; WW: 35.06 Por; : 18.68 %; : 836.98 %; Ener. z T: 27.48 %; Ener. z Bł.: 2.56 %; K: 4269.69 mg;	Wartość energetyczna: 2716.56 kcal; Białko ogółem: 127.16 g; Tłuszcz: 83.20 g; Kw. tł. nasy.: 31.61 g; Węglowodany ogółem: 381.86 g; W tym cukry: 95.91 g; Błonnik pok.: 35.80 g; Sól: 9.31 g; WW: 34.86 Por; : 18.72 %; : 852.16 %; Ener. z T: 27.56 %; Ener. z Bł.: 2.64 %; K: 4325.49 mg;	Wartość energetyczna: 2632.49 kcal; Białko ogółem: 117.97 g; Tłuszcz: 73.40 g; Kw. tł. nasy.: 29.46 g; Węglowodany ogółem: 387.31 g; W tym cukry: 95.32 g; Błonnik pok.: 26.02 g; Sól: 9.04 g; WW: 36.37 Por; : 17.92 %; : 923.40 %; Ener. z T: 25.09 %; Ener. z Bł.: 1.98 %; K: 3844.55 mg;	Wartość energetyczna: 2333.76 kcal; Białko ogółem: 124.63 g; Tłuszcz: 76.03 g; Kw. tł. nasy.: 31.31 g; Węglowodany ogółem: 307.80 g; W tym cukry: 37.73 g; Błonnik pok.: 50.29 g; Sól: 9.60 g; WW: 25.98 Por; : 21.36 %; : 885.67 %; Ener. z T: 29.32 %; Ener. z Bł.: 4.31 %; K: 4579.50 mg;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-05-13 do dnia 2024-05-19 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	
2024-05-13 poniedziałek	Śniadanie	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bulka graham-pszenna 60g 1 szt (<u>GLU PSZ, PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osl.niejad 75 g Ogórek świeży 80 g Mix salat 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 dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osl.niejad 50 g Serek a'la homogenizowany 50 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 80 g Mix salat 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 Bulka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ, 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>) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osl.niejad 50 g 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	Dyniowa z ziemniakami (bez mleka) () 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Makaron pełnoziarnisty 180 g (<u>GLU PSZ, PSZ, JAJ.</u>) Pulpet drobiowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos szpinakowy* 80 ml (<u>GLU PSZ, PSZ, MLE.</u>) Surówka z marchwi z olejem b/c () 100 g Cukinia pieczona z olejem * 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Dyniowa z ziemniakami () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Makaron ze szpinakiem i twarogiem*dieta 300 g (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Surówka z marchwi z olejem b/c () 100 g Cukinia pieczona z olejem * 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna obiad*(-)-SIED 500 ml (<u>SEL.</u>)		Dyniowa z ziemniakami () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Makaron 180 g (<u>GLU PSZ, PSZ, JAJ.</u>) Pulpet drobiowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos szpinakowy* 80 ml (<u>GLU PSZ, PSZ, MLE.</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 Salata 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>) Salata zielona 20 g	Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml		Budyń o smaku waniliowym z/c 200 ml (<u>MLE.</u>)
	Kolacja	Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Chleb razowy pszenno-żytni 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona,w osłonce niejadalanej 30 g (<u>SOJ, SEL.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Salata zielona 20 g Pomidorki koktajlowe 80 g	Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa 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>) Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona,w osłonce niejadalanej 30 g (<u>SOJ, SEL.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Salata zielona 20 g Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Pomidorki koktajlowe 80 g	Płynna kolacja*(-)-SIED 500 ml (<u>SEL.</u>)		Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bulka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ, 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>) Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona,w osłonce niejadalanej 30 g (<u>SOJ, SEL.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Brokuł gotowany* 100 g Jogurt brzoskwiinowy 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PN	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt Pieczywo chrupkie ekstrudowane-żytnie 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt		Mleko Smakowe UHT 1,5% tł 0,2l 1 szt (<u>MLE.</u>) Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 30 g
		Wartość energetyczna: 2269.13 kcal; Białko ogółem: 93.78 g; Tłuszcz: 59.49 g; Kw. tł. nasy.: 13.04 g; Węglowodany ogółem: 349.35 g; W tym cukry: 55.81 g; Błonnik pok.: 48.21 g; Sól: 10.30 g; WW: 30.05 Por; : 16.53 %; : 922.89%; Ener. z T: 23.60 %; Ener. z Bł.: 4.25 %; K: 3789.95 mg;	Wartość energetyczna: 2207.62 kcal; Białko ogółem: 94.45 g; Tłuszcz: 57.06 g; Kw. tł. nasy.: 25.15 g; Węglowodany ogółem: 339.47 g; W tym cukry: 51.54 g; Błonnik pok.: 31.73 g; Sól: 8.96 g; WW: 30.71 Por; : 17.11 %; : 774.44 %; Ener. z T: 23.26 %; Ener. z Bł.: 2.87 %; K: 3336.35 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: 2817.04 kcal; Białko ogółem: 107.75 g; Tłuszcz: 70.42 g; Kw. tł. nasy.: 26.44 g; Węglowodany ogółem: 452.56 g; W tym cukry: 104.07 g; Błonnik pok.: 34.57 g; Sól: 9.56 g; WW: 41.74 Por; : 15.30 %; : 1007.79 %; Ener. z T: 22.50 %; Ener. z Bł.: 2.45 %; K: 4114.17 mg;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-05-13 do dnia 2024-05-19 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	
2024-05-14 wtorek	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 Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 25 g (<u>SOJ.</u>) Pomidor 80 g Rukola 20 g	Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<u>MLE.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 25 g Twarożek z koperkiem 80 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 80 g Rukola 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Płynna śniadanie mleczna-SIED 500 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>)	Płynna śniadanie bezmleczna-SIED 500 ml (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>)	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 kielbasa grubo rozdrobniona 25 g Twarożek z koperkiem 80 g (<u>MLE.</u>) Dynia z wody 100 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml
	II ŚN	Jabłko 150 g	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)	Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml	Banan 150 g
	Obiad	Brokułowa z ziemniakami (bez mleka) () 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Szynka wieprzowa gotowana 100 g Sos własny () 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kasza jaglana na sypko 180 g Surówka z selera i jabłka z olejem b/c 100 g (<u>SEL.</u>) Buraczki gotowane () 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml	Brokułowa z ziemniakami () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Szynka wieprzowa gotowana 100 g Sos własny () 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kasza jaglana na sypko 180 g Surówka z selera i jabłka z olejem () 100 g (<u>SEL.</u>) Buraczki gotowane () 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml	Płynna obiad*(-)-SIED 500 ml (<u>SEL.</u>)		Brokułowa z ziemniakami () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Klopsik wieprzowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos własny () 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 180 g Buraczki gotowane () 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml
	PD	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Szynka gotowana wieprzowa wędzona parzona,zawiera wodę dodaną, w siatce niejadalnej 20 g (<u>GLU PSZ, SOJ.</u>) Salata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Szynka gotowana wieprzowa wędzona parzona,zawiera wodę dodaną, w siatce niejadalnej 20 g (<u>GLU PSZ, SOJ.</u>) Salata zielona 20 g	Kisiel o smaku wiśniowym b/c 150 ml		Drożdżówka mini 50g 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</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 Szynka z piersią kurczaka-wędl.z drob.gr.rozd.parzo.w osł.niejadalnej 50 g (<u>SOJ.</u>) Surówka z rzodkwi i czarnuszki 80 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Salata zielona 20 g	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>) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (<u>może zawierać: MLE, GOR.</u>) Ser mozzarella kulki 35 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	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 tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 25 g (<u>może zawierać: MLE, GOR.</u>) Serek a'la homogenizowany 80 g (<u>MLE.</u>) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 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 Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 25 g (<u>SOJ.</u>) Salata zielona 5 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 25 g (<u>SOJ.</u>) Salata zielona 5 g	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt		Przecier owocowy jabłko-truskawka 120g 1 szt (<u>może zawierać: MLE.</u>)	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-05-13 do dnia 2024-05-19 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
2024-05-14 wtorek	Wartość energetyczna: 2058.90 kcal; Białko ogółem: 99.16 g; Tłuszcz: 59.90 g; Kw. tł. nasy.: 15.04 g; Węglowodany ogółem: 316.70 g; W tym cukry: 40.73 g; Błonnik pok.: 50.45 g; Sól: 9.66 g; WW: 26.68 Por; : 19.26 %; : 831.26 %; Ener. z T: 26.18 %; Ener. z Bł.: 4.90 %; K: 4000.86 mg;	Wartość energetyczna: 2345.00 kcal; Białko ogółem: 117.50 g; Tłuszcz: 61.11 g; Kw. tł. nasy.: 29.83 g; Węglowodany ogółem: 346.10 g; W tym cukry: 46.91 g; Błonnik pok.: 34.15 g; Sól: 10.52 g; WW: 31.24 Por; : 20.04 %; : 659.83 %; Ener. z T: 23.45 %; Ener. z Bł.: 2.91 %; K: 3468.46 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: 2618.61 kcal; Białko ogółem: 112.54 g; Tłuszcz: 57.72 g; Kw. tł. nasy.: 23.89 g; Węglowodany ogółem: 420.11 g; W tym cukry: 115.99 g; Błonnik pok.: 27.92 g; Sól: 7.29 g; WW: 39.26 Por; : 17.19 %; : 1107.16 %; Ener. z T: 19.84 %; Ener. z Bł.: 2.13 %; K: 5051.44 mg;
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 Paprykarz szczeciński 50 g (RYB, SOJ.) Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalnej 50 g (SOJ, SEL.) Ogórek kiszony 80 g Roszponka 20 g	Maślanka 150 ml (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.) Baton szynkowy z kurcząt 50 g (może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Pomidor 80 g Roszponka 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.) Baton szynkowy z kurcząt 50 g (może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Kalafior gotowany* 100 g
II ŚN	Kiwi 1 szt 1 szt	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml (MLE.)	Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml	Jabłko pieczone 1szt. 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 gotowane () 180 g Surówka wykwiwna z olejem b/c 100 g Marchew gotowana z olejem () 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Jarzynowa z makaronem dieta () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Pulpet drobiowy 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Ziemniaki gotowane () 180 g Sos pietruszkowy () 80 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Marchew gotowana z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna obiad*()-SIED 500 ml (SEL.)	Jarzynowa z makaronem dieta () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Pulpet drobiowy 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos pietruszkowy () 80 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane () 180 g Marchew gotowana z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	
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, parzony w osłonce niejadalnej 20 g (SOJ.) Salata zielona 20 g	Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 20 g (SOJ.) Salata 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 Poledwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkim wody wędzona parzona 50 g (GLU PSZ, SOJ.) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 25 g Pomidorki koktajlowe 80 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Salata 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.) Poledwica 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 Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Salata 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.) Poledwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkim wody wędzona parzona 50 g (GLU PSZ, SOJ.) Brokuł gotowany* 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-05-13 do dnia 2024-05-19 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
2024-05-15 środa	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 Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 30 g	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt		Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt
	Wartość energetyczna: 2087.41 kcal; Białko ogółem: 85.35 g; Tłuszcz: 63.29 g; Kw. tł. nasy.: 13.05 g; Węglowodany ogółem: 313.30 g; W tym cukry: 30.78 g; Błonnik pok.: 49.08 g; Sól: 11.40 g; WW: 26.56 Por; : 16.35 %; : 850.91 %; Ener. z T: 27.29 %; Ener. z Bł.: 4.70 %; K: 4147.53 mg;	Wartość energetyczna: 2276.16 kcal; Białko ogółem: 90.81 g; Tłuszcz: 66.02 g; Kw. tł. nasy.: 25.51 g; Węglowodany ogółem: 343.07 g; W tym cukry: 46.05 g; Błonnik pok.: 34.68 g; Sól: 10.15 g; WW: 30.91 Por; : 15.96 %; : 829.19 %; Ener. z T: 26.10 %; Ener. z Bł.: 3.05 %; K: 3775.47 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;	Wartość energetyczna: 2412.11 kcal; Białko ogółem: 99.47 g; Tłuszcz: 66.68 g; Kw. tł. nasy.: 26.46 g; Węglowodany ogółem: 367.41 g; W tym cukry: 92.79 g; Błonnik pok.: 34.63 g; Sól: 9.11 g; WW: 33.22 Por; : 16.49 %; : 977.51 %; Ener. z T: 24.88 %; Ener. z Bł.: 2.87 %; K: 4207.51 mg;
2024-05-16 czwartek	Śniadanie Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 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,) Salatka 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 tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (może zawierać: MLE, GOR,) Salatka 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 tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (może zawierać: MLE, 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 JĘCZ,) Brokuł gotowany* 100 g Salatka szwedzka b/c () 100 g (GOR,) 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 JĘCZ,) Brokuł gotowany* 100 g Surówka z marchwi i jabłka () 100 g (MLE,) 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,) Brokuł gotowany* 200 g Ziemniaki gotowane () 180 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml
	PD Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Poledwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkowym wody wędzona parzona 20 g (GLU PSZ, SOJ,) Salata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło extra 82% 5 g (MLE,) Poledwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkowym wody wędzona parzona 20 g (GLU PSZ, SOJ,) Salata zielona 20 g	Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml		Kisiel o smaku cytrynowym z/c 200 ml
Kolacja Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Leczo z drobiem-dieta () 300 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Melon 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 Melon 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	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-05-13 do dnia 2024-05-19 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
2024-05-16 czwartek	PN	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 25 g (SOJ.) Salata 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.) Salata zielona 5 g	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt		Mus- przecier owocowy jablko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt
		Wartość energetyczna: 2181.83 kcal; Białko ogółem: 101.86 g; Tłuszcz: 54.30 g; Kw. tł. nasy.: 10.49 g; Węglowodany ogółem: 345.93 g; W tym cukry: 65.36 g; Błonnik pok.: 54.25 g; Sól: 10.81 g; WW: 29.13 Por; : 18.67 %; : 1168.82 %; Ener. z T: 22.40 %; Ener. z Bł.: 4.97 %; K: 5303.30 mg;	Wartość energetyczna: 2557.19 kcal; Białko ogółem: 104.53 g; Tłuszcz: 73.53 g; Kw. tł. nasy.: 21.28 g; Węglowodany ogółem: 387.56 g; W tym cukry: 74.16 g; Błonnik pok.: 41.29 g; Sól: 10.44 g; WW: 34.52 Por; : 16.35 %; : 1001.56 %; Ener. z T: 25.88 %; Ener. z Bł.: 3.23 %; K: 4945.46 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: 2669.47 kcal; Białko ogółem: 106.30 g; Tłuszcz: 60.03 g; Kw. tł. nasy.: 23.73 g; Węglowodany ogółem: 443.21 g; W tym cukry: 154.02 g; Błonnik pok.: 34.78 g; Sól: 7.72 g; WW: 40.97 Por; : 15.93 %; : 1074.49 %; Ener. z T: 20.24 %; Ener. z Bł.: 2.61 %; K: 5470.69 mg;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-05-13 do dnia 2024-05-19 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	
2024-05-17 piątek	Śniadanie	Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 75 g (<u>SOJ.</u>) Rzepa biała 80 g Kawa zbożowa b/c 250 ml (<u>GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>) Salata zielona 20 g	Maślanka 150 ml (<u>MLE.</u>) Kawa zbożowa b/c 250 ml (<u>GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 120 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>) Pomidor 80 g Salata zielona 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 manna na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 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>) Dynia z wody 100 g
	II ŚN	Jabłko 1 szt 1 szt	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<u>MLE.</u>)	Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt
	Obiad	Szpinakowa z zacierką (bez mleka) () 300 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 180 g Pulpet rybny (Miruna) 120 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u>) Sos koperkowy *(bez mleka) 80 ml (<u>GLU PSZ,</u>) Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 200 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 100 g (<u>SEL.</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml	Szpinakowa z zacierką () 300 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki 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* b/c 250 ml	Płynna obiad*()-SIED 500 ml (<u>SEL.</u>)		Szpinakowa z zacierką () 300 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki 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	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Szynka gotowana wieprzowa wędzona parzona,zawiera wodę dodaną, w siatce niejadalnej 20 g (<u>GLU PSZ, SOJ.</u>) Salata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Twarożek z koperkiem 30 g (<u>MLE.</u>) Salata zielona 20 g	Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml		Jogurt brzoskwinowy 150g 1 szt (<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 Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ.</u>) Pomidor 80 g Mix salat 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml 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 salat 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	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 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ.</u>) 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 (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt		Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (<u>MLE.</u>) Biszkopty b/m 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ.</u>)
		Wartość energetyczna: 2244.93 kcal; Białko ogółem: 92.79 g; Tłuszcz: 67.46 g; Kw. tł. nasy.: 15.88 g; Węglowodany ogółem: 341.15 g; W tym cukry: 46.19 g; Błonnik pok.: 54.92 g; Sól: 11.29 g; WW: 28.67 Por.; : 16.53 %; : 985.07 %; Ener. z T: 27.05 %; Ener. z Bł.: 4.89 %; K: 4370.11 mg;	Wartość energetyczna: 2233.83 kcal; Białko ogółem: 103.91 g; Tłuszcz: 59.72 g; Kw. tł. nasy.: 19.59 g; Węglowodany ogółem: 336.06 g; W tym cukry: 48.76 g; Błonnik pok.: 34.62 g; Sól: 11.39 g; WW: 30.23 Por.; : 18.61 %; : 793.00 %; Ener. z T: 24.06 %; Ener. z Bł.: 3.10 %; K: 3576.91 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: 2752.68 kcal; Białko ogółem: 117.74 g; Tłuszcz: 68.69 g; Kw. tł. nasy.: 23.04 g; Węglowodany ogółem: 430.46 g; W tym cukry: 110.67 g; Błonnik pok.: 35.75 g; Sól: 9.71 g; WW: 39.47 Por.; : 17.11 %; : 1072.71 %; Ener. z T: 22.46 %; Ener. z Bł.: 2.60 %; K: 4482.85 mg;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-05-13 do dnia 2024-05-19 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	
2024-05-18 sobota	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 Szynka zielonogórska- wp. parzona 50 g (<u>SOJ.</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 25 g Pomidor 80 g Salata zielona 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>) Baton szynkowy z kurcząt 50 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Pomidor 80 g Salata zielona 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 jęczmienne na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU JECZ.</u>) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bulka 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>) Baton szynkowy z kurcząt 50 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.</u>) Miód (25g) 1 szt Szpinak gotowany z olejem* 100 g (<u>GLU PSZ.</u>)
	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 wiśniowym b/c 200 ml	Banan 1szt. 1 szt
	Obiad	Koperkowa z ryżem (bez mleka) () 300 ml (<u>SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 180 g Gulasz wołowy 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Surówka z selera i jabłka b/c () 100 g (<u>MLE, SEL.</u>) Buraczki gotowane drobno tarte() b/c 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ryżem () 300 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 180 g Gulasz wołowy 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Surówka z selera i jabłka b/c () 100 g (<u>MLE, SEL.</u>) Buraczki gotowane drobno tarte() b/c 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna obiad*()-SIED 500 ml (<u>SEL.</u>)	Koperkowa z ryżem () 300 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 180 g Gulasz wołowy 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Buraczki gotowane drobno tarte () 200 g 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 Szynka gotowana wieprzowa wędzona parzona,zawiera wodę dodaną, w siatce niejadanej 20 g (<u>GLU PSZ, SOJ.</u>) Salata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Szynka gotowana wieprzowa wędzona parzona,zawiera wodę dodaną, w siatce niejadanej 20 g (<u>GLU PSZ, SOJ.</u>) Salata zielona 20 g	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- wędlna drobiowa grubo rozdrobniona, parzona,w osłonce niejadanej 25 g (<u>SOJ, SEL.</u>) Ogórek świeży 80 g Salata 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 dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Szynka z piersią indyczą- wędlna drobiowa grubo rozdrobniona, parzona,w osłonce niejadanej 25 g (<u>SOJ, SEL.</u>) Pomidor 80 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Salata zielona 20 g	Płynna kolacja *()-SIED 500 ml (<u>SEL.</u>)	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bulka 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- wędlna drobiowa grubo rozdrobniona, parzona,w osłonce niejadanej 25 g (<u>SOJ, SEL.</u>) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g 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>) Salata 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>) Salata zielona 5 g	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Mus- przecier owocowy jabłko 100g (tubka) 1 szt	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-05-13 do dnia 2024-05-19 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
2024-05-18 sobota	Wartość energetyczna: 2118.70 kcal; Białko ogółem: 94.45 g; Tłuszcz: 57.97 g; Kw. tł. nasy.: 14.60 g; Węglowodany ogółem: 330.13 g; W tym cukry: 36.16 g; Błonnik pok.: 52.74 g; Sól: 9.45 g; WW: 27.85 Por; : 17.83 %; : 954.56 %; Ener. z T: 24.62 %; Ener. z Bł.: 4.98 %; K: 4817.35 mg;	Wartość energetyczna: 2252.36 kcal; Białko ogółem: 100.10 g; Tłuszcz: 60.61 g; Kw. tł. nasy.: 26.06 g; Węglowodany ogółem: 341.75 g; W tym cukry: 42.96 g; Błonnik pok.: 33.26 g; Sól: 12.16 g; WW: 30.83 Por; : 17.78 %; : 749.76 %; Ener. z T: 24.22 %; Ener. z Bł.: 2.95 %; K: 3966.19 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;	Wartość energetyczna: 2551.01 kcal; Białko ogółem: 98.15 g; Tłuszcz: 54.82 g; Kw. tł. nasy.: 21.38 g; Węglowodany ogółem: 432.37 g; W tym cukry: 141.34 g; Błonnik pok.: 31.19 g; Sól: 9.58 g; WW: 40.18 Por; : 15.39 %; : 1099.97 %; Ener. z T: 19.34 %; Ener. z Bł.: 2.44 %; K: 5051.03 mg;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-05-13 do dnia 2024-05-19 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	
2024-05-19 niedziela	Śniadanie	Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalnej 25 g (<u>SOJ, SEL.</u>) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (<u>SOJ.</u>) Pomidorki koktajlowe 80 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Mix салат 20 g	Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<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>) Ser mozzarella kulki 35 g (<u>MLE.</u>) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (<u>SOJ.</u>) Pomidorki koktajlowe 80 g Mix салат 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>) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 75 g (<u>SOJ.</u>) Marchew gotowana z olejem () 100 g
	II ŚN	Jabłko 1 szt 1 szt	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)	Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt
	Obiad	Rosół z makaronem () 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki 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		Płynna obiad*()-SIED 500 ml (<u>SEL.</u>)		Rosół z makaronem () 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 180 g Pulpet drobiowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos pietruszkowy* 80 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g (<u>SEL.</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml
	PD	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Szynka zielonogórska- wp. parzona 20 g (<u>SOJ.</u>) Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Szynka zielonogórska- wp. parzona 20 g (<u>SOJ.</u>) Sałata zielona 20 g		Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml	
	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 Polędwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkowym wody wędzona parzona 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ.</u>) Szynka gotowana wieprzowa wędzona parzona, zawiera wodę dodaną, w siatce niejadalnej 30 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 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>) Szynka gotowana wieprzowa wędzona parzona, zawiera wodę dodaną, w siatce niejadalnej 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ.</u>) Polędwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkowym wody wędzona parzona 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ.</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna kolacja*()-SIED 500 ml (<u>SEL.</u>)		Herbata czarna granulowana 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 Polędwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkowym wody wędzona parzona 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ.</u>) Seler z pietruszką gotowany z olejem () 100 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PN	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt Pieczywo chrupkie ekstrudowane-żytnie 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt		Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt Podplomyki b/c 20 g (<u>GLU PSZ, MLE.</u>)
		Wartość energetyczna: 2216.05 kcal; Białko ogółem: 117.89 g; Tłuszcz: 67.77 g; Kw. tł. nasy.: 18.00 g; Węglowodany ogółem: 303.70 g; W tym cukry: 32.97 g; Błonnik pok.: 50.29 g; Sól: 9.62 g; WW: 25.54 Por; : 21.28 %; : 847.87 %; Ener. z T: 27.52 %; Ener. z Bł.: 4.54 %; K: 4451.25 mg;	Wartość energetyczna: 2296.63 kcal; Białko ogółem: 121.09 g; Tłuszcz: 74.31 g; Kw. tł. nasy.: 31.17 g; Węglowodany ogółem: 298.17 g; W tym cukry: 33.01 g; Błonnik pok.: 30.79 g; Sól: 10.59 g; WW: 26.91 Por; : 21.09 %; : 664.13 %; Ener. z T: 29.12 %; Ener. z Bł.: 2.68 %; K: 3713.26 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: 2542.64 kcal; Białko ogółem: 96.97 g; Tłuszcz: 61.71 g; Kw. tł. nasy.: 19.99 g; Węglowodany ogółem: 420.49 g; W tym cukry: 127.59 g; Błonnik pok.: 39.42 g; Sól: 10.16 g; WW: 38.22 Por; : 15.25 %; : 960.59 %; Ener. z T: 21.84 %; Ener. z Bł.: 3.10 %; K: 4301.65 mg;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-05-13 do dnia 2024-05-19 KUCHNIA SIEDLCE

	SIE- Papkowata b/ml	SIE- Łatwo strawna	SIE- Bezmleczna	SIE- Niskotłuszczowa	SIE- O kontr. zaw.kwasów tłuszczowych	
2024-05-13 poniedziałek	Śniadanie	Platki pszenne na wodzie 300 g (<u>GLU PSZ.</u>) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ.</u> <u>GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Miód (25g) 1 szt Kalafor gotowany* 100 g	Platki pszenne na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ.</u> <u>MLE.</u>) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u> <u>SOJ.</u> <u>MLE.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ.</u> <u>GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Miód (25g) 1 szt Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Pomidor 80 g Mix салат 20 g	Platki pszenne na wodzie 300 g (<u>GLU PSZ.</u>) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ.</u> <u>GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Miód (25g) 1 szt Pomidor 80 g Mix салат 20 g Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Platki pszenne na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ.</u> <u>MLE.</u>) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Miód (25g) 1 szt Pomidor b/skórki 80 g Mix салат 20 g Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Platki pszenne na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ.</u> <u>MLE.</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka graham-pszenna 60g 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 60 g (<u>GLU PSZ.</u> <u>GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Miód (25g) 1 szt Ogórek świeży 80 g Mix салат 20 g
	II ŚN	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt				Gruszka 1szt. 150 g
	Obiad	Dyniowa z ziemniakami (bez mleka) () 300 ml (<u>GLU PSZ.</u> <u>SEL.</u>) Makaron 180 g (<u>GLU PSZ.</u>) Pulpet drobiowy 100 g (<u>GLU PSZ.</u> <u>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	Dyniowa z ziemniakami () 300 ml (<u>GLU PSZ.</u> <u>MLE.</u> <u>SEL.</u>) Makaron ze szpinakiem i twarogiem*dieta 300 g (<u>GLU PSZ.</u> <u>MLE.</u>) Surówka z marchwi z olejem () 100 g Cukinia pieczona z olejem * 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Dyniowa z ziemniakami (bez mleka) () 300 ml (<u>GLU PSZ.</u> <u>SEL.</u>) Makaron 180 g (<u>GLU PSZ.</u>) Pulpet drobiowy 100 g (<u>GLU PSZ.</u> <u>JAJ.</u>) Sos szpinakowy* 80 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Surówka z marchwi z olejem () 100 g Cukinia pieczona z olejem * 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Dyniowa z ziemniakami () 300 ml (<u>GLU PSZ.</u> <u>MLE.</u> <u>SEL.</u>) Makaron ze szpinakiem i twarogiem*dieta 300 g (<u>GLU PSZ.</u> <u>MLE.</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g (<u>SEL.</u>) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Dyniowa z ziemniakami () 300 ml (<u>GLU PSZ.</u> <u>MLE.</u> <u>SEL.</u>) Makaron pełnoziarnisty ze szpinakiem i serem białym 300 g (<u>GLU PSZ.</u> <u>MLE.</u>) Surówka z marchwi z olejem () 100 g Cukinia pieczona z olejem * 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 (<u>MLE.</u>)
	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.</u> <u>GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynka z piersią indyczą- wędlna drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalanej 30 g (<u>SOJ.</u> <u>SEL.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Brokuł gotowany* 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Galaretką o smaku brzoskwiowym 200 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.</u> <u>GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Szynka z piersią indyczą- wędlna drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalanej 30 g (<u>SOJ.</u> <u>SEL.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Salata zielona 20 g Jogurt brzoskwiowy 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.</u> <u>GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynka z piersią indyczą- wędlna drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalanej 30 g (<u>SOJ.</u> <u>SEL.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Salata 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 (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Szynka z piersią indyczą- wędlna drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalanej 75 g (<u>SOJ.</u> <u>SEL.</u>) Jogurt brzoskwiowy 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) Salata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Pomidorki koktajlowe 80 g	Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Chleb razowy pszenno-żytni 120 g (<u>GLU PSZ.</u> <u>GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Szynka z piersią indyczą- wędlna drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalanej 75 g (<u>SOJ.</u> <u>SEL.</u>) Jogurt brzoskwiowy 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Salata zielona 20 g Pomidorki koktajlowe 80 g
PN	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 30 g	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	Mleko Smakowe UHT 1,5% tł 0,2l 1 szt (<u>MLE.</u>) Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 30 g		
	Wartość energetyczna: 2706.94 kcal; Białko ogółem: 92.94 g; Tłuszcz: 55.58 g; Kw. tł. nasy.: 11.53 g; Węglowodany ogółem: 475.13 g; W tym cukry: 122.91 g; Błonnik pok.: 43.73 g; Sól: 9.44 g; WW: 43.05 Por; : 13.73 %; : 860.15 %; Ener. z T: 18.48 %; Ener. z Bł.: 3.23 %; K: 3611.64 mg;	Wartość energetyczna: 2412.54 kcal; Białko ogółem: 85.73 g; Tłuszcz: 54.64 g; Kw. tł. nasy.: 23.08 g; Węglowodany ogółem: 404.73 g; W tym cukry: 79.64 g; Błonnik pok.: 28.06 g; Sól: 8.40 g; WW: 37.71 Por; : 14.21 %; : 907.72 %; Ener. z T: 20.38 %; Ener. z Bł.: 2.33 %; K: 3392.70 mg;	Wartość energetyczna: 2364.72 kcal; Białko ogółem: 84.51 g; Tłuszcz: 52.97 g; Kw. tł. nasy.: 11.37 g; Węglowodany ogółem: 401.11 g; W tym cukry: 64.73 g; Błonnik pok.: 36.55 g; Sól: 8.53 g; WW: 36.43 Por; : 14.29 %; : 865.31 %; Ener. z T: 20.16 %; Ener. z Bł.: 3.09 %; K: 3457.89 mg;	Wartość energetyczna: 2371.63 kcal; Białko ogółem: 90.04 g; Tłuszcz: 44.86 g; Kw. tł. nasy.: 16.52 g; Węglowodany ogółem: 415.25 g; W tym cukry: 82.92 g; Błonnik pok.: 30.86 g; Sól: 8.32 g; WW: 38.58 Por; : 15.19 %; : 1058.71 %; Ener. z T: 17.02 %; Ener. z Bł.: 2.60 %; K: 3703.69 mg;	Wartość energetyczna: 2526.40 kcal; Białko ogółem: 92.21 g; Tłuszcz: 55.92 g; Kw. tł. nasy.: 19.12 g; Węglowodany ogółem: 420.71 g; W tym cukry: 100.97 g; Błonnik pok.: 36.99 g; Sól: 9.33 g; WW: 38.46 Por; : 14.60 %; : 1113.11 %; Ener. z T: 19.92 %; Ener. z Bł.: 2.93 %; K: 3960.03 mg;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-05-13 do dnia 2024-05-19 KUCHNIA SIEDLCE

	SIE- Papkowata b/ml	SIE- Łatwo strawna	SIE- Bezmleczna	SIE- Niskotłuszczowa	SIE- O kontr. zaw.kwasów tłuszczowych	
2024-05-14 wtorek	Śniadanie	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>) 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 (<u>SOJ.</u>) Dyńia z wody 100 g Kasza manna na wodzie 300 ml (<u>GLU PSZ.</u>)	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>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 25 g Twarożek z koperkiem 80 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 80 g Rukola 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Banan 150 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 Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 25 g (<u>SOJ.</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa 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 (<u>GLU PSZ. JAJ. MLE.</u>) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Twarożek z koperkiem 80 g (<u>MLE.</u>) Dżem 25 g 1 szt Pomidor b/skórki 80 g Rukola 20 g Banan 150 g	Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ. JAJ. MLE.</u>) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 25 g Twarożek z koperkiem 80 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 80 g Rukola 20 g
	II ŚN	Banan 150 g				Jabłko 1 szt 1 szt
	Obiad	Brokułowa z ziemniakami (bez mleka) () 300 ml (<u>GLU PSZ. SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 180 g Klopsik wieprzowy 100 g (<u>GLU PSZ. JAJ.</u>) Sos własny () 80 ml (<u>GLU PSZ. SEL.</u>) Buraczki gotowane () 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Brokułowa z ziemniakami () 300 ml (<u>GLU PSZ. MLE. SEL.</u>) Kasza jaglana na sypko 180 g Szynka wieprzowa gotowana 100 g Sos własny () 80 ml (<u>GLU PSZ. SEL.</u>) Surówka z selera i jabłka z olejem () 100 g (<u>SEL.</u>) Buraczki gotowane () 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Brokułowa z ziemniakami (bez mleka) () 300 ml (<u>GLU PSZ. SEL.</u>) Kasza jaglana na sypko 180 g Szynka wieprzowa gotowana 100 g Sos własny () 80 ml (<u>GLU PSZ. SEL.</u>) Surówka z selera i jabłka z olejem () 100 g (<u>SEL.</u>) Buraczki gotowane () 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Brokułowa z ziemniakami () 300 ml (<u>GLU PSZ. MLE. SEL.</u>) Kasza jaglana na sypko 180 g Szynka wieprzowa gotowana 100 g Sos własny () 80 ml (<u>GLU PSZ. SEL.</u>) Buraczki gotowane () 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Szczawiowa z ziemniakami () 300 ml (<u>GLU PSZ. MLE. SEL.</u>) Szynka wieprzowa gotowana 100 g Sos własny () 80 ml (<u>GLU PSZ. SEL.</u>) Kasza jaglana na sypko 180 g Surówka z selera i jabłka z olejem () 100 g (<u>SEL.</u>) Buraczki gotowane () 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml
	PD	Drożdżówka mini 50g 50 g (<u>GLU PSZ. JAJ.</u>)				Drożdżówka mini 50g 50 g (<u>GLU PSZ. JAJ.</u>)
	Kolacja	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>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynka z piersią kurczaka-wędl.z drob.gr.rozd.parzo.w osł.niejadalnej 75 g (<u>SOJ.</u>) 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 (<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 tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (<u>może zawierać: MLE. GOR.</u>) Ser mozzarella kulki 35 g (<u>MLE.</u>) 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>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynka z piersią kurczaka-wędl.z drob.gr.rozd.parzo.w osł.niejadalnej 75 g (<u>SOJ.</u>) 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 (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (<u>może zawierać: MLE. GOR.</u>) Serek a'la homogenizowany 50 g (<u>MLE.</u>) 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 (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (<u>może zawierać: MLE. GOR.</u>) Surówka z rzodkwi i czarnuszki 80 g Ser mozzarella kulki 35 g (<u>MLE.</u>) 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 (<u>może zawierać: MLE.</u>)	Mus- przecier owocowy jabłko 100g (tubka) 1 szt		Przecier owocowy jabłko-truskawka 120g 1 szt (<u>może zawierać: MLE.</u>)	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-05-13 do dnia 2024-05-19 KUCHNIA SIEDLCE

	SIE- Papkowata b/ml	SIE- Łatwo strawna	SIE- Bezmleczna	SIE- Niskotłuszczowa	SIE- O kontr. zaw.kwasów tłuszczowych
2024-05-14 wtorek	Wartość energetyczna: 2312.19 kcal; Białko ogółem: 87.90 g; Tłuszcz: 54.60 g; Kw. tł. nasy.: 13.03 g; Węglowodany ogółem: 393.83 g; W tym cukry: 101.87 g; Błonnik pok.: 26.86 g; Sól: 9.45 g; WW: 36.69 Por; : 15.21 %; : 900.82 %; Ener. z T: 21.25 %; Ener. z Bł.: 2.32 %; K: 4453.61 mg;	Wartość energetyczna: 2416.70 kcal; Białko ogółem: 115.65 g; Tłuszcz: 54.64 g; Kw. tł. nasy.: 25.65 g; Węglowodany ogółem: 378.47 g; W tym cukry: 109.14 g; Błonnik pok.: 29.80 g; Sól: 7.31 g; WW: 34.97 Por; : 19.14 %; : 851.01 %; Ener. z T: 20.35 %; Ener. z Bł.: 2.47 %; K: 4207.17 mg;	Wartość energetyczna: 2085.91 kcal; Białko ogółem: 93.06 g; Tłuszcz: 46.88 g; Kw. tł. nasy.: 12.36 g; Węglowodany ogółem: 354.80 g; W tym cukry: 97.29 g; Błonnik pok.: 28.74 g; Sól: 8.47 g; WW: 32.65 Por; : 17.85 %; : 727.70 %; Ener. z T: 20.23 %; Ener. z Bł.: 2.76 %; K: 3703.48 mg;	Wartość energetyczna: 2333.71 kcal; Białko ogółem: 116.90 g; Tłuszcz: 38.53 g; Kw. tł. nasy.: 16.46 g; Węglowodany ogółem: 390.52 g; W tym cukry: 125.63 g; Błonnik pok.: 23.84 g; Sól: 5.13 g; WW: 36.79 Por; : 20.04 %; : 1013.85 %; Ener. z T: 14.86 %; Ener. z Bł.: 2.04 %; K: 4454.74 mg;	Wartość energetyczna: 2369.75 kcal; Białko ogółem: 114.83 g; Tłuszcz: 63.58 g; Kw. tł. nasy.: 20.57 g; Węglowodany ogółem: 353.79 g; W tym cukry: 77.60 g; Błonnik pok.: 44.67 g; Sól: 7.71 g; WW: 31.01 Por; : 19.38 %; : 900.68 %; Ener. z T: 24.15 %; Ener. z Bł.: 3.77 %; K: 4273.45 mg;
Śniadanie	Kasza kukurydziana na wodzie 300 ml Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) 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- wędlna drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalanej 50 g (SOJ, SEL.) Kalafor 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, 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.) Baton szynkowy z kurcząt 50 g (może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.) Pomidor 80 g Roszponka 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, GLU ŻYT.) 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- wędlna drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalanej 50 g (SOJ, SEL.) Pomidor 80 g Roszponka 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, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Baton szynkowy z kurcząt 50 g (może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.) Dżem 25 g 1 szt Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Pomidor b/skórki 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.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Paprykarz szczeciński 50 g (RYB, SOJ.) Baton szynkowy z kurcząt 50 g (może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.) Ogórek kiszony 80 g Roszponka 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, SEL.) Ziemniaki 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 gotowane () 180 g Pulpet drobiowy 100 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	Jarzynowa z makaronem (bez mleka) () 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki gotowane () 180 g Pulpet drobiowy 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos pietruszkowy (bez mleka) 80 ml (GLU PSZ, SEL.) 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 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 gotowane () 180 g Sos pietruszkowy () 80 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Surówka wykwinna z olejem b/c 100 g Marchew gotowana z olejem () 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
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, GLU ŻYT.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Połędwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatk.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, GLU ŻYT.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Połędwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatk.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, GLU ŻYT.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g Połędwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatk.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, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Połędwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatk.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.) Połędwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatk.wody wędzona parzona 50 g (GLU PSZ, SOJ.) Pomidorki koktajlowe 80 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Sałata zielona 20 g

Jadłospisy za okres od dnia 2024-05-13 do dnia 2024-05-19 KUCHNIA SIEDLCE

	SIE- Papkowata b/ml	SIE- Łatwo strawna	SIE- Bezmleczna	SIE- Niskotłuszczowa	SIE- O kontr. zaw.kwasów tłuszczowych	
2024-05-15 środa	PN	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Ciasto drożdżowe 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SO2</u>)	Pieczyczo chrupkie kukurydziano ryżowe 30 g Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Ciasto drożdżowe 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SO2</u>)	
		Wartość energetyczna: 2141.78 kcal; Białko ogółem: 84.39 g; Tłuszcz: 46.21 g; Kw. tł. nasy.: 11.07 g; Węglowodany ogółem: 360.97 g; W tym cukry: 84.30 g; Błonnik pok.: 34.68 g; Sól: 9.53 g; WW: 32.55 Por.; 15.76%; 816.06%; Ener. z T: 19.42%; Ener. z Bt.: 3.24%; K: 3566.65 mg;	Wartość energetyczna: 2353.96 kcal; Białko ogółem: 92.60 g; Tłuszcz: 69.44 g; Kw. tł. nasy.: 25.44 g; Węglowodany ogółem: 353.45 g; W tym cukry: 68.53 g; Błonnik pok.: 30.66 g; Sól: 8.96 g; WW: 32.34 Por.; 15.74%; 916.66%; Ener. z T: 26.55%; Ener. z Bt.: 2.60%; K: 3948.56 mg;	Wartość energetyczna: 2079.20 kcal; Białko ogółem: 83.99 g; Tłuszcz: 46.42 g; Kw. tł. nasy.: 11.33 g; Węglowodany ogółem: 343.75 g; W tym cukry: 54.75 g; Błonnik pok.: 32.55 g; Sól: 9.01 g; WW: 31.17 Por.; 16.16%; 819.23%; Ener. z T: 20.09%; Ener. z Bt.: 3.13%; K: 3589.77 mg;	Wartość energetyczna: 2256.29 kcal; Białko ogółem: 88.26 g; Tłuszcz: 55.66 g; Kw. tł. nasy.: 18.23 g; Węglowodany ogółem: 364.45 g; W tym cukry: 79.51 g; Błonnik pok.: 28.49 g; Sól: 7.81 g; WW: 33.76 Por.; 15.65%; 1026.99%; Ener. z T: 22.20%; Ener. z Bt.: 2.53%; K: 3988.66 mg;	Wartość energetyczna: 2459.00 kcal; Białko ogółem: 97.41 g; Tłuszcz: 82.38 g; Kw. tł. nasy.: 22.01 g; Węglowodany ogółem: 350.49 g; W tym cukry: 67.54 g; Błonnik pok.: 40.92 g; Sól: 10.19 g; WW: 31.13 Por.; 15.85%; 1022.21%; Ener. z T: 30.15%; Ener. z Bt.: 3.33%; K: 4683.16 mg;
2024-05-16 czwartek	Śniadanie	Kasza manna na wodzie 300 ml (<u>GLU PSZ</u>) 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 Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (<u>SOJ</u>) Dżem 25 g 1 szt Marchew gotowana z olejem () 100 g	Płatki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (<u>może zawierać: MLE, GOR</u>) Salatka wiosenna - diety 200 g Banan 150 g	Kasza manna na wodzie 300 ml (<u>GLU PSZ</u>) 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 Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (<u>SOJ</u>) Salatka wiosenna - diety 200 g Banan 150 g	Płatki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (<u>może zawierać: MLE, GOR</u>) Pomidor b/skórki 80 g Sałata zielona 20 g Banan 150 g	Płatki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-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 tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (<u>może zawierać: MLE, GOR</u>) Salatka wiosenna () 200 g
	II ŚN	Banan 150 g				Banan 150 g
	Obiad	Ziemniaczana (bez mleka) () 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Pulpet wieprzowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Sos pomidorowy 80 ml (<u>GLU PSZ</u>) Ziemniaki gotowane () 180 g Brokuł gotowany* 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml	Ziemniaczana () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami* 300 g (<u>SEL, GLU JECZ</u>) Brokuł gotowany* 100 g Surówka z marchwi i jabłka () 100 g (<u>MLE</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml	Ziemniaczana (bez mleka) () 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami* 300 g (<u>SEL, GLU JECZ</u>) Brokuł gotowany* 100 g Surówka z marchwi i jabłka z olejem () 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml	Ziemniaczana () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami* 300 g (<u>SEL, GLU JECZ</u>) Brokuł gotowany* 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml	Barszcz biały z ziemniakami () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT</u>) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami* 300 g (<u>SEL, GLU JECZ</u>) Brokuł gotowany* 100 g Sałata szwedzka () 100 g (<u>GOR</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml
	PD	Kisiel o smaku cytrynowym z/c 200 ml			Mus z jabłek () z/c 200 g	
	Kolacja	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>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 75 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 100 g (<u>SEL</u>) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Leczo z drobiem-dieta () 300 g Chleb mieszany pszenno-żytni 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 Melon 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 Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Melon 100 g	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 extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Serek a'la homogenizowany z ziołami 80 g (<u>MLE</u>) Baton szynkowy z kurcząt 25 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR</u>) Pomidor b/skórki 80 g Sałata zielona 20 g Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<u>MLE</u>) 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>) Leczo z drobiem-dieta () 300 g Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<u>MLE</u>) Melon 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt

Jadłospisy za okres od dnia 2024-05-13 do dnia 2024-05-19 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- Papkowata b/ml	SIE- Łatwo strawna	SIE- Bezmleczna	SIE- Niskotłuszczowa	SIE- O kontr. zaw.kwasów tłuszczowych
2024-05-16 czwartek	PN	Mus- przecier owocowy jablko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt	Wafle ryżowe 30 g Dżem 25 g 1 szt			
		Wartość energetyczna: 2377.35 kcal; Białko ogółem: 87.63 g; Tłuszcz: 47.48 g; Kw. tł. nasy.: 11.05 g; Węglowodany ogółem: 419.57 g; W tym cukry: 136.96 g; Błonnik pok.: 34.59 g; Sól: 9.62 g; WW: 38.56 Por; : 14.74 %; : 944.12 %; Ener. z T: 17.98 %; Ener. z Bł.: 2.91 %; K: 4916.84 mg;	Wartość energetyczna: 2653.50 kcal; Białko ogółem: 98.86 g; Tłuszcz: 67.49 g; Kw. tł. nasy.: 16.84 g; Węglowodany ogółem: 429.08 g; W tym cukry: 132.53 g; Błonnik pok.: 39.00 g; Sól: 7.82 g; WW: 39.01 Por; : 14.90 %; : 1078.77 %; Ener. z T: 22.89 %; Ener. z Bł.: 2.94 %; K: 5429.48 mg;	Wartość energetyczna: 2405.98 kcal; Białko ogółem: 85.86 g; Tłuszcz: 56.45 g; Kw. tł. nasy.: 8.51 g; Węglowodany ogółem: 407.23 g; W tym cukry: 116.05 g; Błonnik pok.: 37.80 g; Sól: 7.34 g; WW: 36.93 Por; : 14.27 %; : 977.36 %; Ener. z T: 21.12 %; Ener. z Bł.: 3.14 %; K: 4912.33 mg;	Wartość energetyczna: 2319.63 kcal; Białko ogółem: 98.09 g; Tłuszcz: 49.13 g; Kw. tł. nasy.: 16.57 g; Węglowodany ogółem: 384.41 g; W tym cukry: 105.83 g; Błonnik pok.: 29.73 g; Sól: 6.44 g; WW: 35.57 Por; : 16.92 %; : 926.61 %; Ener. z T: 19.06 %; Ener. z Bł.: 2.56 %; K: 4360.29 mg;	Wartość energetyczna: 2499.25 kcal; Białko ogółem: 100.71 g; Tłuszcz: 55.55 g; Kw. tł. nasy.: 13.79 g; Węglowodany ogółem: 420.27 g; W tym cukry: 115.53 g; Błonnik pok.: 53.48 g; Sól: 7.85 g; WW: 36.69 Por; : 16.12 %; : 1261.95 %; Ener. z T: 20.00 %; Ener. z Bł.: 4.28 %; K: 5946.20 mg;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-05-13 do dnia 2024-05-19 KUCHNIA SIEDLCE

	SIE- Papkowata b/ml	SIE- Łatwo strawna	SIE- Bezmleczna	SIE- Niskotłuszczowa	SIE- O kontr. zaw.kwasów tłuszczowych
Śniadanie	Kasza manna na wodzie 300 ml (<u>GLUPSZ.</u>) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLUPSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLUPSZ. GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Dżem 25 g 1 szt Dyńka z wody 100 g	Kasza manna na mleku 300 ml (<u>GLUPSZ. MLE.</u>) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE. GLU ŻYT. GLU JĘCZ.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLUPSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLUPSZ. GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Dżem 25 g 1 szt Serek wiejski lekki 3% tł 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Kasza manna na wodzie 300 ml (<u>GLUPSZ.</u>) Kawa zbożowa z/c 250 ml (<u>GLU ŻYT. GLU JĘCZ.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLUPSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLUPSZ. GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Dżem 25 g 1 szt Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 50 g (<u>SOJ.</u>) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Kasza manna na mleku 300 ml (<u>GLUPSZ. MLE.</u>) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE. GLU ŻYT. GLU JĘCZ.</u>) Bułka pszenna długa krojona 120 g (<u>GLUPSZ.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Dżem 25 g 1 szt Serek wiejski lekki 3% tł 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) Pomidor b/skórki 80 g Salata zielona 20 g Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Kasza manna na mleku 300 ml (<u>GLUPSZ. MLE.</u>) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE. GLU ŻYT. GLU JĘCZ.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (<u>GLUPSZ. GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Dżem 25 g 1 szt Serek wiejski lekki 3% tł 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) Rzepa biała 80 g Salata zielona 20 g
	II ŚN	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt			Jabłko 1 szt 1 szt
Obiad	Szpinakowa z zacierką (bez mleka) () 300 ml (<u>GLU PSZ. JAJ. SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 180 g Pulpet rybny (Miruna) 120 g (<u>GLU PSZ. JAJ. RYB.</u>) Sos koperkowy *(bez mleka) 80 ml (<u>GLUPSZ.</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 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 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 (bez mleka) () 300 ml (<u>GLU PSZ. JAJ. SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 180 g Pulpet rybny (Miruna) 120 g (<u>GLU PSZ. JAJ. RYB.</u>) Sos koperkowy *(bez mleka) 80 ml (<u>GLUPSZ.</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 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 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 () 200 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 gotowane () 180 g Pulpet rybny (Miruna) 120 g (<u>GLU PSZ. JAJ. RYB.</u>) Sos koperkowy () 80 ml (<u>GLU PSZ. MLE. SEL.</u>) Surówka z kapusty czerwonej z olejem 100 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 100 g (<u>SEL.</u>) 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 (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Twarożek z koperkiem 30 g (<u>MLE.</u>) Salata zielona 20 g
Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLUPSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ.</u>) 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 (<u>GLUPSZ.</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>GLUPSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ.</u>) Pomidor 80 g 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>GLUPSZ.</u>) Masło extra 82% 5 g (<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	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Pomidor 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	Biszkopty b/m 30 g (<u>GLUPSZ. JAJ. SOJ.</u>) Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt	Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (<u>MLE.</u>) Biszkopty b/m 30 g (<u>GLU PSZ. JAJ. SOJ.</u>)	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt 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>)
	Wartość energetyczna: 2494.21 kcal; Białko ogółem: 91.69 g; Tłuszcz: 53.48 g; Kw. tł. nasy.: 10.90 g; Węglowodany ogółem: 426.91 g; W tym cukry: 109.88 g; Błonnik pok.: 35.13 g; Sól: 9.47 g; WW: 39.05 Por.: 14.71 %; : 823.04 %; Ener. z T: 19.30 %; Ener. z Bł.: 2.82 %; K: 3520.66 mg;	Wartość energetyczna: 2583.52 kcal; Białko ogółem: 115.49 g; Tłuszcz: 65.15 g; Kw. tł. nasy.: 21.81 g; Węglowodany ogółem: 398.72 g; W tym cukry: 107.64 g; Błonnik pok.: 31.65 g; Sól: 8.22 g; WW: 36.84 Por.: 17.88 %; : 1070.69 %; Ener. z T: 22.70 %; Ener. z Bł.: 2.45 %; K: 4261.78 mg;	Wartość energetyczna: 2407.03 kcal; Białko ogółem: 87.48 g; Tłuszcz: 60.81 g; Kw. tł. nasy.: 13.01 g; Węglowodany ogółem: 393.92 g; W tym cukry: 74.28 g; Błonnik pok.: 33.03 g; Sól: 10.81 g; WW: 36.14 Por.: 14.54 %; : 818.66 %; Ener. z T: 22.74 %; Ener. z Bł.: 2.74 %; K: 3441.41 mg;	Wartość energetyczna: 2445.42 kcal; Białko ogółem: 119.30 g; Tłuszcz: 47.18 g; Kw. tł. nasy.: 15.64 g; Węglowodany ogółem: 400.31 g; W tym cukry: 109.06 g; Błonnik pok.: 29.48 g; Sól: 7.28 g; WW: 37.25 Por.: 19.51 %; : 1170.81 %; Ener. z T: 17.36 %; Ener. z Bł.: 2.41 %; K: 4396.75 mg;	Wartość energetyczna: 2557.87 kcal; Białko ogółem: 117.81 g; Tłuszcz: 66.32 g; Kw. tł. nasy.: 16.99 g; Węglowodany ogółem: 396.22 g; W tym cukry: 85.50 g; Błonnik pok.: 49.88 g; Sól: 10.01 g; WW: 34.84 Por.: 18.42 %; : 1113.37 %; Ener. z T: 23.34 %; Ener. z Bł.: 3.90 %; K: 4643.62 mg;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-05-13 do dnia 2024-05-19 KUCHNIA SIEDLCE

	SIE- Papkowata b/ml	SIE- Łatwo strawna	SIE- Bezmleczna	SIE- Niskotłuszczowa	SIE- O kontr. zaw.kwasów tłuszczowych	
2024-05-18 sobota	Śniadanie	<p>Platki jęczmienne na wodzie 300 ml (<u>GLU JECZ.</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>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynka zielonogórska- wp. parzona 50 g (<u>SOJ.</u>) Miód (25g) 1 szt Szpinak gotowany z olejem* 100 g (<u>GLU PSZ.</u>)</p>	<p>Platki jęczmienne na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU JECZ.</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>) Baton szynkowy z kurcząt 50 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.</u>) Miód (25g) 1 szt Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Banan 1szt. 1 szt</p>	<p>Platki jęczmienne na wodzie 300 ml (<u>GLU JECZ.</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>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynka zielonogórska- wp. parzona 50 g (<u>SOJ.</u>) Miód (25g) 1 szt Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Banan 1szt. 1 szt</p>	<p>Platki jęczmienne na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU JECZ.</u>) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Baton szynkowy z kurcząt 50 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.</u>) Miód (25g) 1 szt Pomidor b/skórki 80 g Banan 1szt. 1 szt Sałata zielona 20 g</p>	<p>Platki jęczmienne na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU JECZ.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Baton szynkowy z kurcząt 50 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.</u>) Miód (25g) 1 szt Pomidor 80 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Sałata zielona 20 g</p>
	II ŚN	Banan 1szt. 1 szt				Kiwi 1 szt 1 szt
	Obiad	<p>Koperkowa z ryżem (bez mleka) () 300 ml (<u>SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 180 g Gulasz wołowy 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Buraczki gotowane drobno tarte () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt</p>	<p>Koperkowa z ryżem () 300 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 180 g Gulasz wołowy 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Surówka z selera i jabłka () 100 g (<u>MLE, SEL.</u>) Buraczki gotowane drobno tarte () 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt</p>	<p>Koperkowa z ryżem (bez mleka) () 300 ml (<u>SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 180 g Gulasz wołowy 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Surówka z selera i jabłka () 100 g (<u>MLE, SEL.</u>) Buraczki gotowane drobno tarte () 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt</p>	<p>Koperkowa z ryżem () 300 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 180 g Gulasz wołowy 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Buraczki gotowane drobno tarte () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt</p>	<p>Koperkowa z ryżem () 300 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Gulasz wołowy 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Ziemniaki gotowane () 180 g Surówka z selera i jabłka () 100 g (<u>MLE, SEL.</u>) Buraczki gotowane drobno tarte () 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt</p>
	PD	Kisiel o smaku truskawkowym z/c 200 ml				Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml (<u>MLE.</u>)
	Kolacja	<p>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>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynka z piersią indyczą- wędlna drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalanej 25 g (<u>SOJ. SEL.</u>) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Szynka z piersią indyczą- wędlna 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</p>	<p>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 dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Szynka z piersią indyczą- wędlna 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</p>	<p>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>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Szynka z piersią indyczą- wędlna 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</p>	<p>Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 30 g Szynka z piersią indyczą- wędlna 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</p>	<p>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- wędlna drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalanej 25 g (<u>SOJ. SEL.</u>) Ogórek świeży 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt</p>
PN	Mus- przecier owocowy jabłko 100g (tubka) 1 szt	Bułka maślana 1 szt 1 szt (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>)	Mus- przecier owocowy jabłko 100g (tubka) 1 szt		Bułka maślana 1 szt 1 szt (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>)	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-05-13 do dnia 2024-05-19 KUCHNIA SIEDLCE

	SIE- Papkowata b/ml	SIE- Łatwo strawna	SIE- Bezmleczna	SIE- Niskotłuszczowa	SIE- O kontr. zaw.kwasów tłuszczowych
2024-05-18 sobota	Wartość energetyczna: 2287.05 kcal; Białko ogółem: 81.89 g; Tłuszcz: 39.90 g; Kw. tł. nasy.: 10.14 g; Węglowodany ogółem: 415.80 g; W tym cukry: 133.82 g; Błonnik pok.: 30.40 g; Sól: 9.00 g; WW: 38.59 Por; : 14.32 %; : 930.16 %; Ener. z T: 15.70 %; Ener. z Bł.: 2.66 %; K: 4369.85 mg;	Wartość energetyczna: 2552.58 kcal; Białko ogółem: 98.69 g; Tłuszcz: 53.87 g; Kw. tł. nasy.: 21.55 g; Węglowodany ogółem: 433.95 g; W tym cukry: 101.93 g; Błonnik pok.: 32.16 g; Sól: 10.00 g; WW: 40.31 Por; : 15.47 %; : 1041.89 %; Ener. z T: 18.99 %; Ener. z Bł.: 2.52 %; K: 4823.60 mg;	Wartość energetyczna: 2072.89 kcal; Białko ogółem: 80.24 g; Tłuszcz: 37.57 g; Kw. tł. nasy.: 11.11 g; Węglowodany ogółem: 368.91 g; W tym cukry: 96.81 g; Błonnik pok.: 29.59 g; Sól: 8.60 g; WW: 34.07 Por; : 15.48 %; : 863.40 %; Ener. z T: 16.31 %; Ener. z Bł.: 2.85 %; K: 4291.48 mg;	Wartość energetyczna: 2469.59 kcal; Białko ogółem: 99.44 g; Tłuszcz: 43.11 g; Kw. tł. nasy.: 14.58 g; Węglowodany ogółem: 434.63 g; W tym cukry: 107.99 g; Błonnik pok.: 27.01 g; Sól: 8.31 g; WW: 40.86 Por; : 16.11 %; : 1203.46 %; Ener. z T: 15.71 %; Ener. z Bł.: 2.19 %; K: 5057.10 mg;	Wartość energetyczna: 2629.55 kcal; Białko ogółem: 103.67 g; Tłuszcz: 67.24 g; Kw. tł. nasy.: 18.07 g; Węglowodany ogółem: 425.40 g; W tym cukry: 83.04 g; Błonnik pok.: 47.67 g; Sól: 8.45 g; WW: 37.91 Por; : 15.77 %; : 1185.21 %; Ener. z T: 23.01 %; Ener. z Bł.: 3.63 %; K: 5357.93 mg;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-05-13 do dnia 2024-05-19 KUCHNIA SIEDLCE

	SIE- Papkowata b/ml	SIE- Łatwo strawna	SIE- Bezmleczna	SIE- Niskotłuszczowa	SIE- O kontr. zaw.kwasów tłuszczowych	
2024-05-19 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 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 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 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 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, SOJ,)	
	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 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	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,) 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 dodatkim 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 dodatkim 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 dodatkim 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	Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt Podplomyki 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 Podplomyki b/c 20 g (GLU PSZ, MLE,)	
		Wartość energetyczna: 2332.74 kcal; Białko ogółem: 86.18 g; Tłuszcz: 55.27 g; Kw. tł. nasy.: 10.67 g; Węglowodany ogółem: 393.70 g; W tym cukry: 115.22 g; Błonnik pok.: 39.42 g; Sól: 9.95 g; WW: 35.53 Por; : 14.78 %; : 863.76 %; Ener. z T: 21.32 %; Ener. z Bł.: 3.38 %; K: 3944.15 mg;	Wartość energetyczna: 2519.52 kcal; Białko ogółem: 123.72 g; Tłuszcz: 73.23 g; Kw. tł. nasy.: 30.04 g; Węglowodany ogółem: 354.31 g; W tym cukry: 95.32 g; Błonnik pok.: 24.87 g; Sól: 8.74 g; WW: 33.17 Por; : 19.64 %; : 841.75 %; Ener. z T: 26.16 %; Ener. z Bł.: 1.97 %; K: 4045.55 mg;	Wartość energetyczna: 2384.08 kcal; Białko ogółem: 109.32 g; Tłuszcz: 62.70 g; Kw. tł. nasy.: 16.26 g; Węglowodany ogółem: 359.41 g; W tym cukry: 91.94 g; Błonnik pok.: 24.87 g; Sól: 8.01 g; WW: 33.70 Por; : 18.34 %; : 744.92 %; Ener. z T: 23.67 %; Ener. z Bł.: 2.09 %; K: 3688.05 mg;	Wartość energetyczna: 2238.09 kcal; Białko ogółem: 106.78 g; Tłuszcz: 48.24 g; Kw. tł. nasy.: 17.45 g; Węglowodany ogółem: 356.70 g; W tym cukry: 96.29 g; Błonnik pok.: 22.53 g; Sól: 6.59 g; WW: 33.73 Por; : 19.08 %; : 969.48 %; Ener. z T: 19.40 %; Ener. z Bł.: 2.01 %; K: 4022.47 mg;	Wartość energetyczna: 2547.42 kcal; Białko ogółem: 127.28 g; Tłuszcz: 80.58 g; Kw. tł. nasy.: 26.10 g; Węglowodany ogółem: 348.68 g; W tym cukry: 70.77 g; Błonnik pok.: 41.92 g; Sól: 8.78 g; WW: 30.96 Por; : 19.99 %; : 916.16 %; Ener. z T: 28.47 %; Ener. z Bł.: 3.29 %; K: 4654.75 mg;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-05-13 do dnia 2024-05-19 KUCHNIA SIEDLCE

	SIE- Bogatobiałkowa	SIE- Bogatobiałkowa bezmleczna	SIE- Niskobiałkowa do 50 g białka	SIE- Niskobiałkowa do 30 g białka	SIE- Kleikowa	
2024-05-13 poniedziałek	Śniadanie	Płatki pszenne na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE</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 kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Miód (25g) 1 szt Pomidor 80 g Mix салат 20 g	Płatki pszenne na wodzie 300 g (<u>GLU PSZ</u>) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Miód (25g) 1 szt Pomidor 80 g Mix салат 20 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 120 g Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 30 g Miód (25g) 1 szt Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Pomidor 80 g Biszkopty 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JECZ</u>) Mix салат 20 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 120 g Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 20 g Miód (25g) 1 szt Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Pomidor 80 g Biszkopty 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JECZ</u>) Mix салат 20 g	Kleik ryżowy na wodzie 200 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Suchary b/c 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u>)
	II ŚN	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Wafle ryżowe 30 g			
	Obiad	Dyniowa z ziemniakami () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Makaron ze szpinakiem i twarogiem*dieta 300 g (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Surówka z marchwi z olejem () 100 g Cukinia pieczona z olejem * 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Dyniowa z ziemniakami (bez mleka) () 300 ml (<u>GLU PSZ, 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>) Surówka z marchwi z olejem () 100 g Cukinia pieczona z olejem * 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Dyniowa z ziemniakami () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Makaron PKU ze szpinakiem i twarogiem*dieta 300 g (<u>MLE</u>) Surówka z marchwi z olejem () 100 g Cukinia pieczona z olejem * 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Dyniowa z ziemniakami () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Makaron PKU ze szpinakiem i twarogiem*dieta 250 g (<u>MLE</u>) Surówka z marchwi z olejem () 100 g Cukinia pieczona z olejem * 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 (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u>)
	PD	Budyń o smaku waniliowym z/c 200 ml (<u>MLE</u>) Biszkopty b/m 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 20 g Salata zielona 20 g			
	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 piersią indyczą- wędlna drobiowa grubo rozdrobniona, parzona,w osłonce niejadanej 50 g (<u>SOJ, SEL</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>) Salata 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 piersią indyczą- wędlna drobiowa grubo rozdrobniona, parzona,w osłonce niejadanej 50 g (<u>SOJ, SEL</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Salata 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 piersią indyczą- wędlna drobiowa grubo rozdrobniona, parzona,w osłonce niejadanej 25 g (<u>SOJ, SEL</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Salata 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>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>) Salata zielona 20 g Miód (25g) 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: 2749.59 kcal; Białko ogółem: 97.16 g; Tłuszcz: 61.37 g; Kw. tł. nasy.: 25.68 g; Węglowodany ogółem: 462.23 g; W tym cukry: 104.64 g; Błonnik pok.: 28.10 g; Sól: 9.07 g; WW: 43.48 Por; : 14.13 %; : 1011.65 %; Ener. z T: 20.09 %; Ener. z Bł.: 2.04 %; K: 3676.63 mg;	Wartość energetyczna: 2685.48 kcal; Białko ogółem: 96.47 g; Tłuszcz: 59.43 g; Kw. tł. nasy.: 13.19 g; Węglowodany ogółem: 455.23 g; W tym cukry: 65.59 g; Błonnik pok.: 39.57 g; Sól: 10.30 g; WW: 41.54 Por; : 14.37 %; : 875.46 %; Ener. z T: 19.92 %; Ener. z Bł.: 2.95 %; K: 3494.07 mg;	Wartość energetyczna: 2146.02 kcal; Białko ogółem: 43.27 g; Tłuszcz: 59.72 g; Kw. tł. nasy.: 20.99 g; Węglowodany ogółem: 367.82 g; W tym cukry: 65.09 g; Błonnik pok.: 20.43 g; Sól: 3.24 g; WW: 34.73 Por; : 8.07 %; : 606.16 %; Ener. z T: 25.04 %; Ener. z Bł.: 1.90 %; K: 2488.95 mg;	Wartość energetyczna: 2129.75 kcal; Białko ogółem: 37.20 g; Tłuszcz: 58.01 g; Kw. tł. nasy.: 20.40 g; Węglowodany ogółem: 373.74 g; W tym cukry: 65.25 g; Błonnik pok.: 20.17 g; Sól: 2.33 g; WW: 35.35 Por; : 6.99 %; : 628.85 %; Ener. z T: 24.52 %; Ener. z Bł.: 1.89 %; K: 2476.10 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 2024-05-13 do dnia 2024-05-19 KUCHNIA SIEDLCE

	SIE- Bogatobiałkowa	SIE- Bogatobiałkowa bezmleczna	SIE- Niskobiałkowa do 50 g białka	SIE- Niskobiałkowa do 30 g białka	SIE- Kleikowa	
2024-05-14 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 kielbasa 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 kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw 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 kielbasa grubo rozdrobniona 25 g Dżem 25 g 1 szt Banan 150 g Pomidor 80 g Rukola 20 g Podplomyki 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 kielbasa grubo rozdrobniona 20 g Dżem 25 g 2 szt Pomidor 80 g Podplomyki b/c 20 g (<u>GLU PSZ, MLE</u>) 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>)
		II ŚN	Banan 150 g			
	Obiad	Brokułowa z ziemniakami () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Kasza jaglana na sypko 180 g Szynka wieprzowa gotowana 100 g Sos własny () 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Surówka z selera i jabłka z olejem () 100 g (<u>SEL</u>) Buraczki gotowane () 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Brokułowa z ziemniakami (bez mleka) () 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Kasza jaglana na sypko 180 g Szynka wieprzowa gotowana 100 g Sos własny () 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Surówka z selera i jabłka z olejem () 100 g (<u>SEL</u>) Buraczki gotowane () 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Brokułowa z ziemniakami () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Kasza jaglana na sypko 180 g Szynka wieprzowa gotowana 50 g Sos własny () 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Surówka z selera i jabłka z olejem () 100 g (<u>SEL</u>) Buraczki gotowane () 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Brokułowa z ziemniakami (bez mleka) () 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Kasza jaglana na sypko 180 g Szynka wieprzowa gotowana 30 g Sos własny () 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Surówka z selera i jabłka z olejem () 100 g (<u>SEL</u>) Buraczki gotowane () 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Herbata czarna ekspresowa z/c 500 ml Suchary b/c 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u>)
		PD	Drożdżówka mini 50g 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>)	Kisiel o smaku wiśniowym z/c 200 ml Drożdżówka mini 50g 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>)		
	Kolejacja	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 tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (<u>może zawierać: MLE, GOR</u>) Ser mozzarella kulki 35 g (<u>MLE</u>) Pomidor 80 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Salata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynka z piersią kurczaka-wędl.z drob.gr.rozd.parzo.w osł.niejadalnej 75 g (<u>SOJ</u>) Pomidor 80 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Salata zielona 20 g	Chleb bezglutenowy 120 g Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (<u>może zawierać: MLE, GOR</u>) Pomidor 80 g Salata 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 (<u>MLE</u>) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 25 g (<u>może zawierać: MLE, GOR</u>) Pomidor 80 g Salata 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 (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u>) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
		PN	Przecier owocowy jabłko-truskawka 120g 1 szt (<u>może zawierać: MLE</u>)	Mus- przecier owocowy jabłko 100g (tubka) 1 szt	Przecier owocowy jabłko-truskawka 120g 1 szt (<u>może zawierać: MLE</u>)	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt

Jadłospisy za okres od dnia 2024-05-13 do dnia 2024-05-19 KUCHNIA SIEDLCE

	SIE- Bogatobiałkowa	SIE- Bogatobiałkowa bezmleczna	SIE- Niskobiałkowa do 50 g białka	SIE- Niskobiałkowa do 30 g białka	SIE- Kleikowa
2024-05-14 wtorek	Wartość energetyczna: 2553.20 kcal; Białko ogółem: 118.35 g; Tłuszcz: 57.69 g; Kw. tł. nasy.: 25.65 g; Węglowodany ogółem: 402.47 g; W tym cukry: 109.14 g; Błonnik pok.: 29.80 g; Sól: 7.50 g; WW: 37.37 Por.; 18.54 %; 851.01 %; Ener. z T: 20.34 %; Ener. z Bł.: 2.33 %; K: 4207.17 mg;	Wartość energetyczna: 2374.55 kcal; Białko ogółem: 95.81 g; Tłuszcz: 49.93 g; Kw. tł. nasy.: 12.36 g; Węglowodany ogółem: 416.82 g; W tym cukry: 127.59 g; Błonnik pok.: 28.77 g; Sól: 8.71 g; WW: 38.87 Por.; 16.14 %; 767.62 %; Ener. z T: 18.92 %; Ener. z Bł.: 2.42 %; K: 3705.34 mg;	Wartość energetyczna: 2065.71 kcal; Białko ogółem: 55.73 g; Tłuszcz: 53.26 g; Kw. tł. nasy.: 19.28 g; Węglowodany ogółem: 347.91 g; W tym cukry: 101.90 g; Błonnik pok.: 22.53 g; Sól: 3.04 g; WW: 32.64 Por.; 10.79 %; 635.81 %; Ener. z T: 23.20 %; Ener. z Bł.: 2.18 %; K: 3325.27 mg;	Wartość energetyczna: 2018.44 kcal; Białko ogółem: 43.72 g; Tłuszcz: 49.44 g; Kw. tł. nasy.: 18.56 g; Węglowodany ogółem: 357.65 g; W tym cukry: 110.99 g; Błonnik pok.: 22.53 g; Sól: 2.29 g; WW: 33.66 Por.; 8.66 %; 632.91 %; Ener. z T: 22.04 %; Ener. z Bł.: 2.23 %; K: 3185.73 mg;	Wartość energetyczna: 887.22 kcal; Białko ogółem: 19.86 g; Tłuszcz: 7.47 g; Kw. tł. nasy.: 0.18 g; Węglowodany ogółem: 184.88 g; W tym cukry: 34.15 g; Błonnik pok.: 2.73 g; Sól: 0.25 g; WW: 18.29 Por.; 8.95 %; 135.36 %; Ener. z T: 7.57 %; Ener. z Bł.: 0.62 %; K: 159.20 mg;
Śniadanie	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>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>) Baton szynkowy z kurcząt 50 g (<u>może zawierać: GLU PSZ. MLE. GOR.</u>) 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 (<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 Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>) Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalnej 50 g (<u>SOJ. SEL.</u>) Pomidor 80 g Roszponka 20 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 120 g Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Baton szynkowy z kurcząt 50 g (<u>może zawierać: GLU PSZ. MLE. GOR.</u>) 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 (<u>MLE</u>) Baton szynkowy z kurcząt 20 g (<u>może zawierać: GLU PSZ. MLE. GOR.</u>) 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 (<u>GLU PSZ. SOJ. MLE.</u>)
II ŚN	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt				
Obiad	Jarzynowa z makaronem dieta () 300 ml (<u>GLU PSZ. MLE. SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 180 g Pulpet drobiowy 100 g (<u>GLU PSZ. JAJ.</u>) Sos pietruszkowy () 80 ml (<u>GLU PSZ. MLE. SEL.</u>) Marchew gotowana z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Jarzynowa z makaronem (bez mleka) () 300 ml (<u>GLU PSZ. SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 180 g Pulpet drobiowy 100 g (<u>GLU PSZ. JAJ.</u>) Sos pietruszkowy (bez mleka) 80 ml (<u>GLU PSZ.</u>) 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 (<u>GLU PSZ. MLE. SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 180 g Pulpet drobiowy 60 g (<u>GLU PSZ. JAJ.</u>) Sos pietruszkowy () 80 ml (<u>GLU PSZ. MLE. SEL.</u>) Marchew gotowana z olejem () 200 g	Jarzynowa z makaronem dieta () 300 ml (<u>GLU PSZ. MLE. SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 180 g Marchew gotowana z olejem () 200 g Pulpet drobiowy 50 g (<u>GLU PSZ. JAJ.</u>) Sos pietruszkowy () 80 ml (<u>GLU PSZ. MLE. SEL.</u>) 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 (<u>GLU PSZ. SOJ. MLE.</u>)
PD	Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml (<u>MLE</u>) Podplomyki b/c 20 g (<u>GLU PSZ. MLE.</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 20 g (<u>SOJ.</u>) Salata zielona 10 g			
Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Połędwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkowym 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 Salata 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>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad. 75 g Pomidorki koktajlowe 80 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Salata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 120 g Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Połędwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkowym wody wędzona parzona 25 g (<u>GLU PSZ. SOJ.</u>) Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt (<u>MLE</u>) Pomidor 80 g Salata 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 (<u>MLE</u>) Połędwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkowym wody wędzona parzona 20 g (<u>GLU PSZ. SOJ.</u>) Dżem 25 g 1 szt Pomidor 80 g Salata 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 (<u>GLU PSZ. SOJ. MLE.</u>) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt

Jadłospisy za okres od dnia 2024-05-13 do dnia 2024-05-19 KUCHNIA SIEDLCE

	SIE- Bogatobiałkowa	SIE- Bogatobiałkowa bezmleczna	SIE- Niskobiałkowa do 50 g białka	SIE- Niskobiałkowa do 30 g białka	SIE- Kleikowa
2024-05-15 środa	PN Ciasto drożdżowe 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SO2</u>)	Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 30 g Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Ciasto drożdżowe 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SO2</u>)		Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	Wartość energetyczna: 2632.16 kcal; Białko ogółem: 101.67 g; Tłuszcz: 74.41 g; Kw. tł. nasy.: 27.83 g; Węglowodany ogółem: 402.41 g; W tym cukry: 93.53 g; Błonnik pok.: 30.70 g; Sól: 9.19 g; WW: 37.24 Por.; 15.45 %; 1020.60 %; Ener. z T: 25.44 %; Ener. z Bł.: 2.33 %; K: 4232.49 mg;	Wartość energetyczna: 2283.04 kcal; Białko ogółem: 88.69 g; Tłuszcz: 53.96 g; Kw. tł. nasy.: 13.22 g; Węglowodany ogółem: 373.52 g; W tym cukry: 54.89 g; Błonnik pok.: 34.39 g; Sól: 10.66 g; WW: 33.94 Por.; 15.54 %; 824.31 %; Ener. z T: 21.27 %; Ener. z Bł.: 3.01 %; K: 3607.86 mg;	Wartość energetyczna: 2123.12 kcal; Białko ogółem: 48.06 g; Tłuszcz: 70.65 g; Kw. tł. nasy.: 24.42 g; Węglowodany ogółem: 331.54 g; W tym cukry: 77.86 g; Błonnik pok.: 23.59 g; Sól: 4.52 g; WW: 30.85 Por.; 9.05 %; 743.95 %; Ener. z T: 29.95 %; Ener. z Bł.: 2.22 %; K: 3257.16 mg;	Wartość energetyczna: 2022.45 kcal; Białko ogółem: 39.00 g; Tłuszcz: 60.40 g; Kw. tł. nasy.: 19.93 g; Węglowodany ogółem: 339.05 g; W tym cukry: 86.36 g; Błonnik pok.: 23.56 g; Sól: 3.50 g; WW: 31.66 Por.; 7.71 %; 742.69 %; Ener. z T: 26.88 %; Ener. z Bł.: 2.33 %; K: 3220.74 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;
2024-05-16 czwartek	Śniadanie Płatki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (<u>może zawierać: MLE, GOR</u>) Salatka wiosenna - diety 200 g	Kasza manna na wodzie 300 ml (<u>GLU PSZ</u>) 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 Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 75 g (<u>SOJ</u>) Salatka wiosenna - diety 200 g	Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 120 g Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (<u>SOJ</u>) Salatka 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 (<u>MLE</u>) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 20 g (<u>SOJ</u>) Salatka 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 (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u>)
	II ŚN Banan 150 g				
2024-05-16 czwartek	Obiad Ziemniaczana () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami* 300 g (<u>SEL, GLU JEJCZ</u>) Brokuł gotowany* 100 g Surówka z marchwi i jabłka () 100 g (<u>MLE</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml	Ziemniaczana (bez mleka) () 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami* 300 g (<u>SEL, GLU JEJCZ</u>) Brokuł gotowany* 100 g Surówka z marchwi i jabłka z olejem () 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml	Ziemniaczana () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami* 300 g (<u>SEL, GLU JEJCZ</u>) Brokuł gotowany* 100 g Surówka z marchwi i jabłka () 100 g (<u>MLE</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml	Ziemniaczana () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami* 150 g (<u>SEL, GLU JEJCZ</u>) Brokuł gotowany* 100 g Surówka z marchwi i jabłka () 100 g (<u>MLE</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Herbata czarna granulowana z/c 500 ml Suchary b/c 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u>)
	PD Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (<u>MLE</u>) Herbatniki 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u>)	Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Poledwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkim wody wędzona parzona 20 g (<u>GLU PSZ, SOJ</u>) Salata zielona 10 g			
2024-05-16 czwartek	Kolacja Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Leczo z drobiem-dieta () 300 g Chleb mieszany pszenno-żytni 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 Melon 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 Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Melon 100 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 120 g Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Baton szynkowy z kurcząt 25 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR</u>) Miód (25g) 1 szt Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Chleb bezglutenowy 120 g Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Baton szynkowy z kurcząt 25 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR</u>) Miód (25g) 1 szt Pomidor 80 g Salata 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 (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u>)

Jadłospisy za okres od dnia 2024-05-13 do dnia 2024-05-19 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- Bogatobiałkowa	SIE- Bogatobiałkowa bezmleczna	SIE- Niskobiałkowa do 50 g białka	SIE- Niskobiałkowa do 30 g białka	SIE- Kleikowa
2024-05-16 czwartek	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: 2874.30 kcal; Białko ogółem: 106.72 g; Tłuszcz: 73.04 g; Kw. tł. nasy.: 18.58 g; Węglowodany ogółem: 464.42 g; W tym cukry: 150.83 g; Błonnik pok.: 39.84 g; Sól: 8.22 g; WW: 42.49 Por; : 14.85 %; : 1178.58 %; Ener. z T: 22.87 %; Ener. z Bł.: 2.77 %; K: 5734.88 mg;	Wartość energetyczna: 2626.93 kcal; Białko ogółem: 98.66 g; Tłuszcz: 62.51 g; Kw. tł. nasy.: 10.16 g; Węglowodany ogółem: 436.95 g; W tym cukry: 116.91 g; Błonnik pok.: 38.89 g; Sól: 9.03 g; WW: 39.82 Por; : 15.02 %; : 1023.48 %; Ener. z T: 21.42 %; Ener. z Bł.: 2.96 %; K: 4986.42 mg;	Wartość energetyczna: 2468.18 kcal; Białko ogółem: 53.98 g; Tłuszcz: 77.66 g; Kw. tł. nasy.: 22.15 g; Węglowodany ogółem: 398.62 g; W tym cukry: 122.26 g; Błonnik pok.: 25.78 g; Sól: 3.90 g; WW: 37.41 Por; : 8.75 %; : 769.54 %; Ener. z T: 28.32 %; Ener. z Bł.: 2.09 %; K: 3727.87 mg;	Wartość energetyczna: 2225.19 kcal; Białko ogółem: 37.14 g; Tłuszcz: 69.01 g; Kw. tł. nasy.: 20.51 g; Węglowodany ogółem: 372.03 g; W tym cukry: 119.97 g; Błonnik pok.: 22.22 g; Sól: 2.79 g; WW: 35.11 Por; : 6.68 %; : 718.83 %; Ener. z T: 27.91 %; Ener. z Bł.: 2.00 %; K: 3334.76 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 2024-05-13 do dnia 2024-05-19 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- Bogatobiałkowa	SIE- Bogatobiałkowa bezmleczna	SIE- Niskobiałkowa do 50 g białka	SIE- Niskobiałkowa do 30 g białka	SIE- Kleikowa	
2024-05-17 piątek	Śniadanie	Kasza manna na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Kawa zbożowa z makiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JEJCZ</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>) Dżem 25 g 1 szt Serek wiejski lekki 3% tł 150g 1 szt (<u>MLE</u>) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g	Kasza manna na wodzie 300 ml (<u>GLU PSZ</u>) Kawa zbożowa z/c 250 ml (<u>GLU ŻYT, GLU JEJCZ</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 Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 75 g (<u>SOJ</u>) Dżem 25 g 1 szt Pomidor 80 g Salata zielona 20 g	Chleb bezglutenowy 120 g Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Dżem 25 g 1 szt Serek wiejski lekki 3% tł 150g 1 szt (<u>MLE</u>) Pomidor 80 g Kawa zbożowa z/c 250 ml (<u>GLU ŻYT, GLU JEJCZ</u>) Salata zielona 20 g Biszkopty b/m 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ</u>) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Chleb bezglutenowy 120 g Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Dżem 25 g 2 szt Pomidor 80 g Kawa zbożowa z/c 250 ml (<u>GLU ŻYT, GLU JEJCZ</u>) Biszkopty b/m 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ</u>) Salata zielona 20 g Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Kleik ryżowy na wodzie 200 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Suchary b/c 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u>)	
	II ŚN	Jabłko 1 szt 1 szt					
	Obiad	Szpinakowa z zacierką () 300 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL</u>) Ziemniaki 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 (bez mleka) () 300 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL</u>) Ziemniaki gotowane () 180 g Pulpet rybny (Miruna) 120 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB</u>) Sos koperkowy *(bez mleka) 80 ml (<u>GLU PSZ</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 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 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 () 200 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 gotowane () 180 g Pulpet rybny (Miruna) 40 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	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Herbata czarna ekspresowa z/c 500 ml Suchary b/c 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u>)	
	PD	Jogurt brzoskwinowy 150g 1 szt (<u>MLE</u>)	Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Szynka gotowana wieprzowa wędzona parzona,zawiera wodę dodaną, w siatce niejadalnej 20 g (<u>GLU PSZ, SOJ</u>) Salata zielona 20 g				
	Kolacja	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 salat 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 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ</u>) Pomidor 80 g Mix salat 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 (<u>MLE</u>) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 25 g (<u>SOJ</u>) Miód (25g) 1 szt Pomidor 80 g Mix salat 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 (<u>MLE</u>) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 20 g (<u>SOJ</u>) Miód (25g) 1 szt Pomidor 80 g Mix salat 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 (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u>) 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>) Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt	Biszkopty b/m 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ</u>)		Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt		
	Wartość energetyczna: 2671.52 kcal; Białko ogółem: 118.59 g; Tłuszcz: 67.35 g; Kw. tł. nasy.: 23.13 g; Węglowodany ogółem: 412.72 g; W tym cukry: 116.64 g; Błonnik pok.: 32.10 g; Sól: 8.32 g; WW: 38.24 Por.: 17.76 %; : 1152.74 %; Ener. z T: 22.69 %; Ener. z Bł.: 2.40 %; K: 4561.78 mg;	Wartość energetyczna: 2672.69 kcal; Białko ogółem: 96.37 g; Tłuszcz: 68.65 g; Kw. tł. nasy.: 15.66 g; Węglowodany ogółem: 434.35 g; W tym cukry: 91.95 g; Błonnik pok.: 34.31 g; Sól: 10.37 g; WW: 40.07 Por.: 14.42 %; : 869.86 %; Ener. z T: 23.12 %; Ener. z Bł.: 2.57 %; K: 3533.59 mg;	Wartość energetyczna: 2256.22 kcal; Białko ogółem: 56.58 g; Tłuszcz: 66.55 g; Kw. tł. nasy.: 19.20 g; Węglowodany ogółem: 366.59 g; W tym cukry: 77.19 g; Błonnik pok.: 24.31 g; Sól: 4.29 g; WW: 34.40 Por.: 10.03 %; : 739.30 %; Ener. z T: 26.54 %; Ener. z Bł.: 2.15 %; K: 3188.24 mg;	Wartość energetyczna: 2127.37 kcal; Białko ogółem: 35.26 g; Tłuszcz: 60.28 g; Kw. tł. nasy.: 18.84 g; Węglowodany ogółem: 370.51 g; W tym cukry: 83.63 g; Błonnik pok.: 24.22 g; Sól: 2.95 g; WW: 34.80 Por.: 6.63 %; : 735.16 %; Ener. z T: 25.50 %; Ener. z Bł.: 2.28 %; K: 3179.98 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;		

Jadłospisy za okres od dnia 2024-05-13 do dnia 2024-05-19 KUCHNIA SIEDLCE

	SIE- Bogatobiałkowa	SIE- Bogatobiałkowa bezmleczna	SIE- Niskobiałkowa do 50 g białka	SIE- Niskobiałkowa do 30 g białka	SIE- Kleikowa
Śniadanie	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU JECZ.</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>) Baton szynkowy z kurcząt 50 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.</u>) Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona, parzona, z dod. wody, białka wp 50 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g	Płatki jęczmienne na wodzie 300 ml (<u>GLU JECZ.</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>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Miód (25g) 1 szt Szynka zielonogórska- wp. parzona 50 g (<u>SOJ.</u>) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 120 g Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Baton szynkowy z kurcząt 50 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.</u>) Pomidor 80 g Banan 1szt. 1 szt Miód 50 g Podplomyki b/c 20 g (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Salata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 120 g Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Baton szynkowy z kurcząt 25 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.</u>) Miód 50 g Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Banan 1szt. 1 szt Podplomyki b/c 20 g (<u>GLU PSZ, MLE.</u>)	Kleik ryżowy na wodzie 200 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Suchary b/c 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u>)
II ŚN	Banan 1szt. 1 szt				
Obiad	Koperkowa z ryżem () 300 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 180 g Gulasz wołowy 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Surówka z selera i jabłka () 100 g (<u>MLE, SEL.</u>) Buraczki gotowane drobno tarte () 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ryżem (bez mleka) () 300 ml (<u>SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 180 g Gulasz wołowy 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Surówka z selera i jabłka () 100 g (<u>MLE, SEL.</u>) Buraczki gotowane drobno tarte () 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ryżem () 300 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 180 g Gulasz wołowy 80 g (<u>GLU PSZ.</u>) Surówka z selera i jabłka () 100 g (<u>MLE, SEL.</u>) Buraczki gotowane drobno tarte () 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ryżem (bez mleka) () 300 ml (<u>SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 180 g Gulasz wołowy 60 g (<u>GLU PSZ.</u>) Surówka z selera i jabłka () 100 g (<u>MLE, SEL.</u>) 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 (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u>)
PD	Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml (<u>MLE.</u>) Wafelki 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Salata zielona 20 g			
Kolacja	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 dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Szynka z piersią indyczą- wędlna drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalanej 25 g (<u>SOJ, SEL.</u>) Pomidor 80 g Salata 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>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Szynka z piersią indyczą- wędlna drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalanej 25 g (<u>SOJ, SEL.</u>) Pomidor 80 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Salata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 120 g Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Szynka z piersią indyczą- wędlna drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalanej 30 g (<u>SOJ, SEL.</u>) Pomidor 80 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Salata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 120 g Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Szynka z piersią indyczą- wędlna drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalanej 25 g (<u>SOJ, SEL.</u>) Pomidor 80 g Salata 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 (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u>)
PN	Bułka maślana 1 szt 1 szt (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>)		Mus- przecier owocowy jabłko 100g (tubka) 1 szt		Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt

Jadłospisy za okres od dnia 2024-05-13 do dnia 2024-05-19 KUCHNIA SIEDLCE

	SIE- Bogatobiałkowa	SIE- Bogatobiałkowa bezmleczna	SIE- Niskobiałkowa do 50 g białka	SIE- Niskobiałkowa do 30 g białka	SIE- Kleikowa
2024-05-18 sobota	Wartość energetyczna: 2898.93 kcal; Białko ogółem: 117.57 g; Tłuszcz: 69.06 g; Kw. tł. nasy.: 30.07 g; Węglowodany ogółem: 467.57 g; W tym cukry: 126.87 g; Błonnik pok.: 32.20 g; Sól: 10.37 g; WW: 43.69 Por; : 16.22 %; : 1120.93 %; Ener. z T: 21.44 %; Ener. z Bł.: 2.22 %; K: 5096.03 mg;	Wartość energetyczna: 2311.21 kcal; Białko ogółem: 89.92 g; Tłuszcz: 47.12 g; Kw. tł. nasy.: 13.92 g; Węglowodany ogółem: 398.14 g; W tym cukry: 97.08 g; Błonnik pok.: 31.62 g; Sól: 9.60 g; WW: 36.77 Por; : 15.56 %; : 874.45 %; Ener. z T: 18.35 %; Ener. z Bł.: 2.74 %; K: 4394.16 mg;	Wartość energetyczna: 2129.51 kcal; Białko ogółem: 46.49 g; Tłuszcz: 54.27 g; Kw. tł. nasy.: 19.96 g; Węglowodany ogółem: 372.55 g; W tym cukry: 97.91 g; Błonnik pok.: 21.54 g; Sól: 3.51 g; WW: 35.26 Por; : 8.73 %; : 791.12 %; Ener. z T: 22.93 %; Ener. z Bł.: 2.02 %; K: 3909.58 mg;	Wartość energetyczna: 2039.05 kcal; Białko ogółem: 38.27 g; Tłuszcz: 49.10 g; Kw. tł. nasy.: 19.49 g; Węglowodany ogółem: 369.75 g; W tym cukry: 97.47 g; Błonnik pok.: 21.49 g; Sól: 2.79 g; WW: 34.98 Por; : 7.51 %; : 786.26 %; Ener. z T: 21.67 %; Ener. z Bł.: 2.11 %; K: 3835.92 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 2024-05-13 do dnia 2024-05-19 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- Bogatobiałkowa	SIE- Bogatobiałkowa bezmleczna	SIE- Niskobiałkowa do 50 g białka	SIE- Niskobiałkowa do 30 g białka	SIE- Kleikowa
2024-05-19 niedziela	Śniadanie	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>) Pomidorki koktajlowe 80 g Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (<u>SOJ.</u>) Ser mozzarella kulki 35 g (<u>MLE.</u>) Mix салат 20 g	Kasza kukurydziana na wodzie 300 ml 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>) 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>) Pomidorki koktajlowe 80 g Mix салат 20 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 120 g Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 40 g (<u>SOJ.</u>) Pomidorki koktajlowe 80 g Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Biszkopty b/m 30 g (<u>GLU PSZ. JAJ. SOJ.</u>) Mix салат 20 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 120 g Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 20 g (<u>SOJ.</u>) Pomidorki koktajlowe 80 g Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Biszkopty b/m 30 g (<u>GLU PSZ. JAJ. SOJ.</u>) Dżem 25 g 1 szt Mix салат 20 g	Kleik ryżowy na wodzie 200 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Suchary b/c 30 g (<u>GLU PSZ. SOJ. MLE.</u>)
	II ŚN	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt				
	Obiad	Rosół z makaronem () 300 ml (<u>GLU PSZ. SEL.</u>) Ziemniaki 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 (<u>SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 180 g Ćwiartka z kurczaka gotowana 60 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 100 g (<u>SEL.</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Rosół z makaronem PKU () 300 ml (<u>SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 180 g Ćwiartka z kurczaka gotowana 30 g Ziemniaki gotowane () 180 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 100 g (<u>SEL.</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Rosół z makaronem PKU () 300 ml (<u>SEL.</u>) Ćwiartka z kurczaka gotowana 30 g Ziemniaki gotowane () 180 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 100 g (<u>SEL.</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Herbata czarna granulowana z/c 500 ml Suchary b/c 30 g (<u>GLU PSZ. SOJ. MLE.</u>)
	PD	Ciasto drożdżowe 50 g (<u>GLU PSZ. JAJ. MLE. SO2.</u>)	Wafle ryżowe 30 g			
	Kolacja	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 Salata 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>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Połudwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkim wody wędzona parzona 50 g (<u>GLU PSZ. SOJ.</u>) Szynka gotowana wieprzowa wędzona parzona,zawiera wodę dodaną, w siatce niejadalnej 50 g (<u>GLU PSZ. SOJ.</u>) Pomidor 80 g Salata 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 (<u>MLE.</u>) Połudwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkim wody wędzona parzona 50 g (<u>GLU PSZ. SOJ.</u>) Dżem 25 g 1 szt Pomidor 80 g Salata 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 (<u>MLE.</u>) Połudwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkim wody wędzona parzona 20 g (<u>GLU PSZ. SOJ.</u>) Dżem 25 g 1 szt Pomidor 80 g Salata 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 (<u>GLU PSZ. SOJ. MLE.</u>) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PN	Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt Podplomyki b/c 20 g (<u>GLU PSZ. MLE.</u>)	Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt Biszkopty b/m 30 g (<u>GLU PSZ. JAJ. SOJ.</u>)	Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt		Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
		Wartość energetyczna: 2739.02 kcal; Białko ogółem: 129.22 g; Tłuszcz: 80.23 g; Kw. tł. nasy.: 31.39 g; Węglowodany ogółem: 387.31 g; W tym cukry: 95.32 g; Błonnik pok.: 26.02 g; Sól: 9.20 g; WW: 36.37 Por; : 18.87 %; : 841.75 %; Ener. z T: 26.36 %; Ener. z Bł.: 1.90 %; K: 4045.55 mg;	Wartość energetyczna: 2488.62 kcal; Białko ogółem: 124.30 g; Tłuszcz: 65.40 g; Kw. tł. nasy.: 17.00 g; Węglowodany ogółem: 363.11 g; W tym cukry: 73.49 g; Błonnik pok.: 25.86 g; Sól: 9.93 g; WW: 33.85 Por; : 19.98 %; : 744.92 %; Ener. z T: 23.65 %; Ener. z Bł.: 2.08 %; K: 3688.05 mg;	Wartość energetyczna: 2099.76 kcal; Białko ogółem: 60.52 g; Tłuszcz: 67.98 g; Kw. tł. nasy.: 23.11 g; Węglowodany ogółem: 319.60 g; W tym cukry: 85.54 g; Błonnik pok.: 20.52 g; Sól: 4.41 g; WW: 30.01 Por; : 11.53 %; : 641.32 %; Ener. z T: 29.14 %; Ener. z Bł.: 1.95 %; K: 3260.24 mg;	Wartość energetyczna: 1984.45 kcal; Białko ogółem: 40.45 g; Tłuszcz: 59.81 g; Kw. tł. nasy.: 20.63 g; Węglowodany ogółem: 329.49 g; W tym cukry: 94.94 g; Błonnik pok.: 20.52 g; Sól: 2.93 g; WW: 31.03 Por; : 8.15 %; : 641.32 %; Ener. z T: 27.13 %; Ener. z Bł.: 2.07 %; K: 3059.24 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 2024-05-13 do dnia 2024-05-19 KUCHNIA SIEDLCE

	SIE- Kleikowa rozszerzona	SIE- Dzieci 1-3 lat Podstawowa	SIE- Dzieci powyżej 3 r.z. podstawa	SIE- Bogatoresztkowa	SIE- Bezglutenowa	
2024-05-13 poniedziałek	Śniadanie	Kleik ryżowy na wodzie 200 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Suchary b/c 30 g (<u>GLU PSZ. SOJ. MLE.</u>)	Płatki pszenne na mleku 250 ml (<u>GLU PSZ. MLE.</u>) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka graham-pszenna 60g 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g Miód (25g) 1 szt Ogórek świeży 80 g Mix salat 20 g	Płatki pszenne na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ. MLE.</u>) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka graham-pszenna 60g 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Miód (25g) 1 szt Ogórek świeży 80 g Mix salat 20 g	Płatki pszenne na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ. MLE.</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka graham-pszenna 60g 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 60 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Miód (25g) 1 szt Ogórek świeży 80 g Mix salat 20 g	Płatki ryżowe błyskawiczne na mleku 300 g (<u>MLE.</u>) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 120 g Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Miód (25g) 1 szt Pomidor 80 g Gruszka 1szt. 150 g Mix salat 20 g
	II ŚN	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Suchary b/c 15 g (<u>GLU PSZ. SOJ. MLE.</u>) Kleik ryżowy na wodzie 200 g	Gruszka 1szt. 150 g			
	Obiad	Ziemniaczana (bez mleka) () 300 ml (<u>GLU PSZ. SEL.</u>) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Dyniowa z ziemniakami () 250 ml (<u>GLU PSZ. MLE. SEL.</u>) Kopytka ziemniaczane () 200 g (<u>GLU PSZ. JAJ.</u>) Sos szpinakowy* 80 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Surówka z marchwi z olejem () 50 g Cukinia pieczona z olejem * 50 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Dyniowa z ziemniakami () 300 ml (<u>GLU PSZ. MLE. SEL.</u>) Kopytka ziemniaczane () 300 g (<u>GLU PSZ. JAJ.</u>) Sos szpinakowy* 80 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Surówka z marchwi z olejem () 100 g Cukinia pieczona z olejem * 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Fasolowa z ziemniakami () 300 ml (<u>GLU PSZ. SEL.</u>) Makaron pełnoziarnisty ze szpinakiem i serem białym 300 g (<u>GLU PSZ. MLE.</u>) Surówka z marchwi z olejem () 100 g Cukinia pieczona z olejem * 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Sos szpinakowy* 80 ml (<u>GLU PSZ.</u>)	Dyniowa z ziemniakami (bez glutenu) () 300 ml (<u>MLE. SEL.</u>) Makaron bezglutenowy ze szpinakiem i twarogiem* 300 g (<u>MLE.</u>) Surówka z marchwi z olejem () 100 g Cukinia pieczona z olejem * 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Suchary b/c 15 g (<u>GLU PSZ. SOJ. MLE.</u>) Kleik ryżowy na wodzie 200 g	Budyń o smaku waniliowym z/c 100 ml (<u>MLE.</u>) Biszkopty b/m 30 g (<u>GLU PSZ. JAJ. SOJ.</u>)	Budyń o smaku waniliowym z/c 200 ml (<u>MLE.</u>) Biszkopty b/m 30 g (<u>GLU PSZ. JAJ. SOJ.</u>)	Budyń o smaku waniliowym z/c 200 ml (<u>MLE.</u>) Mieszanka studencka 30 g (<u>OZI. ORZ.</u>)	
	Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Suchary b/c 30 g (<u>GLU PSZ. SOJ. MLE.</u>) 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 (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalanej 30 g (<u>SOJ. SEL.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Salata zielona 20 g Pomidorki koktajlowe 80 g Jogurt brzoskwinowy 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	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 piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalanej 30 g (<u>SOJ. SEL.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Jogurt brzoskwinowy 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Salata zielona 20 g Pomidorki koktajlowe 80 g	Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Chleb razowy pszenno-żytni 120 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalanej 30 g (<u>SOJ. SEL.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Jogurt brzoskwinowy 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Salata 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 (<u>MLE.</u>) Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalanej 30 g (<u>SOJ. SEL.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Salata zielona 20 g Jogurt brzoskwinowy 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) 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 (<u>MLE.</u>) 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: 2158.71 kcal; Białko ogółem: 67.98 g; Tłuszcz: 51.83 g; Kw. tł. nasy.: 21.93 g; Węglowodany ogółem: 361.37 g; W tym cukry: 83.91 g; Błonnik pok.: 22.61 g; Sól: 5.59 g; WW: 33.90 Por; : 12.60 %; : 1052.64 %; Ener. z T: 21.61 %; Ener. z Bł.: 2.10 %; K: 3785.02 mg;	Wartość energetyczna: 2939.63 kcal; Białko ogółem: 91.95 g; Tłuszcz: 64.37 g; Kw. tł. nasy.: 24.96 g; Węglowodany ogółem: 509.01 g; W tym cukry: 105.49 g; Błonnik pok.: 33.18 g; Sól: 9.51 g; WW: 47.61 Por; : 12.51 %; : 1331.69 %; Ener. z T: 19.71 %; Ener. z Bł.: 2.26 %; K: 5007.09 mg;	Wartość energetyczna: 2813.47 kcal; Białko ogółem: 103.49 g; Tłuszcz: 72.08 g; Kw. tł. nasy.: 25.67 g; Węglowodany ogółem: 450.20 g; W tym cukry: 100.46 g; Błonnik pok.: 41.08 g; Sól: 8.57 g; WW: 40.97 Por; : 14.71 %; : 1107.32 %; Ener. z T: 23.06 %; Ener. z Bł.: 2.92 %; K: 4248.03 mg;	Wartość energetyczna: 2474.73 kcal; Białko ogółem: 67.40 g; Tłuszcz: 68.50 g; Kw. tł. nasy.: 22.75 g; Węglowodany ogółem: 401.40 g; W tym cukry: 81.39 g; Błonnik pok.: 20.75 g; Sól: 4.42 g; WW: 38.05 Por; : 10.89 %; : 898.91 %; Ener. z T: 24.91 %; Ener. z Bł.: 1.68 %; K: 3182.16 mg;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-05-13 do dnia 2024-05-19 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- Kleikowa rozszerzona	SIE- Dzieci 1-3 lat Podstawowa	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż podstawa	SIE- Bogatoresztkowa	SIE- Bezglutenowa	
2024-05-14 wtorek	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>)	Zacierka na mleku 250 ml (<u>GLU PSZ. JAJ. MLE.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 25 g Twarożek z koperkiem 40 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 80 g Rukola 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	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 kielbasa 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	Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ. JAJ. MLE.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 25 g Twarożek z koperkiem 80 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 80 g Rukola 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (<u>MLE.</u>) Chleb bezglutenowy 120 g Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 25 g Twarożek z koperkiem 80 g (<u>MLE.</u>) Jabłko 1 szt 1 szt Pomidor 80 g Rukola 20 g	
	II ŚN	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Suchary b/c 15 g (<u>GLU PSZ. SOJ. MLE.</u>) Kleik ryżowy na wodzie 200 g	Jabłko 1 szt 1 szt				
	Obiad	Ryżowa (bez mleka) () 300 ml (<u>SEL.</u>) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Brokułowa z ziemniakami () 250 ml (<u>GLU PSZ. MLE. SEL.</u>) Kasza jagłana na sypko 90 g Szynka wieprzowa gotowana 50 g Sos meksykański 80 g (<u>GLU PSZ.</u>) Surówka z selera i jabłka z olejem () 50 g (<u>SEL.</u>) Buraczki gotowane () 50 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Brokułowa z ziemniakami () 300 ml (<u>GLU PSZ. MLE. SEL.</u>) Szynka wieprzowa gotowana 100 g Kasza jagłana na sypko 180 g Sos meksykański 80 g (<u>GLU PSZ.</u>) Surówka z selera i jabłka z olejem () 100 g (<u>SEL.</u>) Buraczki gotowane () 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Szczawiowa z ziemniakami () 300 ml (<u>GLU PSZ. MLE. SEL.</u>) Kasza jagłana na sypko 180 g Szynka wieprzowa gotowana 100 g Sos meksykański 80 g (<u>GLU PSZ.</u>) Surówka z selera i jabłka z olejem () 100 g (<u>SEL.</u>) Buraczki gotowane () 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Szczawiowa z ziemniakami () b/glutenu 300 ml (<u>MLE. SEL.</u>) Ryż na sypko 180 g Szynka wieprzowa gotowana 100 g Sos meksykański b/glutenu 80 g Surówka z selera i jabłka z olejem () 100 g (<u>SEL.</u>) 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 (<u>GLU PSZ. SOJ. MLE.</u>) Kleik ryżowy na wodzie 200 g	Drożdżówka mini 50g 50 g (<u>GLU PSZ. JAJ.</u>)				
	Kolacja	Kleik ryżowy na wodzie 200 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Suchary b/c 30 g (<u>GLU PSZ. SOJ. MLE.</u>) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 25 g (<u>może zawierać: MLE, GOR.</u>) Ser mozzarella kulki 35 g (<u>MLE.</u>) 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 (<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 tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (<u>może zawierać: MLE, GOR.</u>) Ser mozzarella kulki 35 g (<u>MLE.</u>) 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 (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (<u>może zawierać: MLE, GOR.</u>) Ser mozzarella kulki 35 g (<u>MLE.</u>) 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 (<u>MLE.</u>) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (<u>może zawierać: MLE, GOR.</u>) Ser mozzarella kulki 35 g (<u>MLE.</u>) 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 (<u>może zawierać: MLE.</u>)				

Jadłospisy za okres od dnia 2024-05-13 do dnia 2024-05-19 KUCHNIA SIEDLCE

	SIE- Kleikowa rozszerzona	SIE- Dzieci 1-3 lat Podstawowa	SIE- Dzieci powyżej 3 r.z. podstawa	SIE- Bogatoresztkowa	SIE- Bezglutenowa
2024-05-14 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: 1757.35 kcal; Białko ogółem: 74.62 g; Tłuszcz: 50.96 g; Kw. tł. nasy.: 22.06 g; Węglowodany ogółem: 258.37 g; W tym cukry: 83.96 g; Błonnik pok.: 21.03 g; Sól: 4.26 g; WW: 23.80 Por; : 16.99 %; : 684.25 %; Ener. z T: 26.10 %; Ener. z Bł.: 2.39 %; K: 2828.75 mg;	Wartość energetyczna: 2553.50 kcal; Białko ogółem: 118.82 g; Tłuszcz: 63.45 g; Kw. tł. nasy.: 25.93 g; Węglowodany ogółem: 389.70 g; W tym cukry: 95.40 g; Błonnik pok.: 32.49 g; Sól: 7.71 g; WW: 35.78 Por; : 18.61 %; : 835.63 %; Ener. z T: 22.36 %; Ener. z Bł.: 2.54 %; K: 3885.40 mg;	Wartość energetyczna: 2472.15 kcal; Białko ogółem: 116.19 g; Tłuszcz: 64.34 g; Kw. tł. nasy.: 25.94 g; Węglowodany ogółem: 376.28 g; W tym cukry: 97.49 g; Błonnik pok.: 45.68 g; Sól: 7.85 g; WW: 33.16 Por; : 18.80 %; : 930.02 %; Ener. z T: 23.42 %; Ener. z Bł.: 3.70 %; K: 4379.51 mg;	Wartość energetyczna: 2367.05 kcal; Białko ogółem: 94.69 g; Tłuszcz: 69.23 g; Kw. tł. nasy.: 24.93 g; Węglowodany ogółem: 347.09 g; W tym cukry: 93.65 g; Błonnik pok.: 24.61 g; Sól: 4.91 g; WW: 32.38 Por; : 16.00 %; : 748.95 %; Ener. z T: 26.32 %; Ener. z Bł.: 2.08 %; K: 3599.45 mg;
Śniadanie	Kleik ryżowy na wodzie 200 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Suchary b/c 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u>)	Kasza 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>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Baton szynkowy z kurcząt 25 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.</u>) Ogórek kiszony 80 g Roszponka 20 g	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>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Baton szynkowy z kurcząt 50 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.</u>) Ogórek kiszony 80 g Roszponka 20 g	Kasza kukurydziana na mleku 300 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>) Baton szynkowy z kurcząt 50 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.</u>) Ogórek kiszony 80 g Roszponka 20 g	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (<u>MLE.</u>) Chleb bezglutenowy 120 g Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Paprykarz szczeciński 50 g (<u>RYB, SOJ.</u>) Szynka z pierśią indyczą- wędlna drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalanej 50 g (<u>SOJ, SEL.</u>) Kiwi 1 szt 1 szt Ogórek kiszony 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 (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u>) Kleik ryżowy na wodzie 200 g	Kiwi 1 szt 1 szt			
Obiad	Ryżowa (bez mleka) () 300 ml (<u>SEL.</u>) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Jarzynowa z makaronem dieta () 250 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 90 g Pulpet drobiowy 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos pietruszkowy () 80 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) 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>) Ziemniaki gotowane () 180 g Pulpet drobiowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos pietruszkowy () 80 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Surówka wykwinna z olejem b/c 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>) Ziemniaki gotowane () 180 g Pulpet drobiowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos pietruszkowy () 80 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Surówka wykwinna z olejem b/c 100 g Marchew gotowana z olejem () 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Jarzynowa z makaronem (bez glutenu) () 300 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 180 g Pulpet drobiowy (bez glutenu) 100 g (<u>JAJ.</u>) Sos pietruszkowy (bez glutenu) 80 ml (<u>MLE.</u>) Surówka wykwinna z olejem b/c 100 g Marchew gotowana z olejem () 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
PD	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Suchary b/c 15 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u>) Kleik ryżowy na wodzie 200 g	Budyń o smaku śmietankowym z/c 100 ml (<u>MLE.</u>) Podplomyki b/c 20 g (<u>GLU PSZ, MLE.</u>)	Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml (<u>MLE.</u>) Podplomyki b/c 20 g (<u>GLU PSZ, MLE.</u>)	Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml (<u>MLE.</u>)	
Kolacja	Kleik ryżowy na wodzie 200 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Suchary b/c 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u>) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt (<u>MLE.</u>) Poledwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkim wody wędzona parzona 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ.</u>) Pomidorki koktajlowe 80 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Salata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 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>) Poledwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkim wody wędzona parzona 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ.</u>) Pomidorki koktajlowe 80 g Salata 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>) Poledwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkim 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 Salata 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>) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt (<u>MLE.</u>) Pomidorki koktajlowe 80 g Salata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt

Jadłospisy za okres od dnia 2024-05-13 do dnia 2024-05-19 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- Kleikowa rozszerzona	SIE- Dzieci 1-3 lat Podstawowa	SIE- Dzieci powyżej 3 r.z. podstawa	SIE- Bogatoresztkowa	SIE- Bezglutenowa
2024-05-15 środa	PN	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ciasto drożdżowe 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SO2,</u>)			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: 1798.34 kcal; Białko ogółem: 71.75 g; Tłuszcz: 59.06 g; Kw. tł. nasy.: 24.96 g; Węglowodany ogółem: 251.49 g; W tym cukry: 64.28 g; Błonnik pok.: 16.70 g; Sól: 6.75 g; WW: 23.54 Por.; 15.96 %; 690.62 %; Ener. z T: 29.56 %; Ener. z Bł.: 1.86 %; K: 2734.51 mg;	Wartość energetyczna: 2662.10 kcal; Białko ogółem: 102.42 g; Tłuszcz: 81.81 g; Kw. tł. nasy.: 28.36 g; Węglowodany ogółem: 390.21 g; W tym cukry: 82.16 g; Błonnik pok.: 26.59 g; Sól: 10.35 g; WW: 36.44 Por.; 15.39 %; 932.70 %; Ener. z T: 27.66 %; Ener. z Bł.: 2.00 %; K: 3986.99 mg;	Wartość energetyczna: 2498.52 kcal; Białko ogółem: 97.53 g; Tłuszcz: 82.88 g; Kw. tł. nasy.: 27.35 g; Węglowodany ogółem: 359.09 g; W tym cukry: 76.14 g; Błonnik pok.: 40.92 g; Sól: 10.17 g; WW: 31.98 Por.; 15.61 %; 1030.79 %; Ener. z T: 29.85 %; Ener. z Bł.: 3.28 %; K: 4688.33 mg;	Wartość energetyczna: 2171.76 kcal; Białko ogółem: 77.16 g; Tłuszcz: 76.52 g; Kw. tł. nasy.: 23.35 g; Węglowodany ogółem: 298.50 g; W tym cukry: 56.35 g; Błonnik pok.: 22.07 g; Sól: 6.99 g; WW: 27.67 Por.; 14.21 %; 742.93 %; Ener. z T: 31.71 %; Ener. z Bł.: 2.03 %; K: 3776.53 mg;
2024-05-16 czwartek	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 owsiane na mleku 250 ml (<u>MLE, GLU OW,</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bułka graham-pszenna 60g 1 szt (<u>GLU PSZ,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (<u>może zawierać: MLE, GOR,</u>) Salatka wiosenna () 100 g	Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Płatki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW,</u>) Bułka graham-pszenna 60g 1 szt (<u>GLU PSZ,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka graham-pszenna 60g 1 szt (<u>GLU PSZ,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (<u>może zawierać: MLE, GOR,</u>) Salatka wiosenna () 200 g	Płatki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW,</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/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>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (<u>może zawierać: MLE, GOR,</u>) Salatka wiosenna () 200 g	Płatki ryżowe błyskawiczne na mleku 300 g (<u>MLE,</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 120 g Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (<u>może zawierać: MLE, GOR,</u>) Salatka wiosenna () 200 g Banan 150 g
	II ŚN	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Suchary b/c 15 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE,</u>) Kleik ryżowy na wodzie 200 g	Banan 150 g			
	Obiad	Ziemniaczana (bez mleka) () 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Ziemniaczana () 250 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Naleśniki z serem 200 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>) Surówka z marchwi i jabłka () 100 g (<u>MLE,</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Ziemniaczana () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Naleśniki z serem 300 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>) Surówka z marchwi i jabłka () 200 g (<u>MLE,</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Barszcz biały z ziemniakami () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT,</u>) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami* 300 g (<u>SEL, GLU JĘCZ,</u>) Brokuł gotowany* 100 g Salatka szwedzka () 100 g (<u>GOR,</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Ziemniaczana (bez glutenu) () 300 ml (<u>MLE, SEL,</u>) Pulpet wieprzowy (bez glutenu) 100 g (<u>JAJ,</u>) Sos pomidorowy (bez glutenu) 80 ml Ziemniaki gotowane () 180 g Brokuł gotowany* 100 g Salatka szwedzka () 100 g (<u>GOR,</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml
	PD	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Suchary b/c 15 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE,</u>) Kleik ryżowy na wodzie 200 g	Mus z jabłek () z/c 200 g Herbatniki 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE,</u>)			Herbatniki 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE,</u>) Mus z jabłek () z/c 200 g
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 Melon 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 Melon 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 Melon 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 Melon 100 g	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-05-13 do dnia 2024-05-19 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- Kleikowa rozszerzona	SIE- Dzieci 1-3 lat Podstawowa	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż podstawa	SIE- Bogatoresztkowa	SIE- Bezglutenowa
2024-05-16 czwartek	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	
		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: 2366.92 kcal; Białko ogółem: 83.20 g; Tłuszcz: 49.83 g; Kw. tł. nasy.: 16.27 g; Węglowodany ogółem: 406.74 g; W tym cukry: 159.07 g; Błonnik pok.: 30.30 g; Sól: 4.12 g; WW: 37.75 Por; : 14.06 %; : 1025.20 %; Ener. z T: 18.95 %; Ener. z Bł.: 2.56 %; K: 4092.72 mg;	Wartość energetyczna: 3181.10 kcal; Białko ogółem: 112.94 g; Tłuszcz: 64.62 g; Kw. tł. nasy.: 19.88 g; Węglowodany ogółem: 553.49 g; W tym cukry: 187.08 g; Błonnik pok.: 43.96 g; Sól: 7.27 g; WW: 51.08 Por; : 14.20 %; : 1259.04 %; Ener. z T: 18.28 %; Ener. z Bł.: 2.76 %; K: 5170.35 mg;	Wartość energetyczna: 2672.75 kcal; Białko ogółem: 103.24 g; Tłuszcz: 59.10 g; Kw. tł. nasy.: 17.38 g; Węglowodany ogółem: 453.36 g; W tym cukry: 135.62 g; Błonnik pok.: 53.87 g; Sól: 8.03 g; WW: 39.97 Por; : 15.45 %; : 1292.90 %; Ener. z T: 19.90 %; Ener. z Bł.: 4.03 %; K: 5985.80 mg;	Wartość energetyczna: 2601.59 kcal; Białko ogółem: 98.00 g; Tłuszcz: 61.02 g; Kw. tł. nasy.: 16.23 g; Węglowodany ogółem: 422.69 g; W tym cukry: 129.10 g; Błonnik pok.: 25.67 g; Sól: 5.40 g; WW: 39.71 Por; : 15.07 %; : 1244.69 %; Ener. z T: 21.11 %; Ener. z Bł.: 1.97 %; K: 6357.58 mg;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-05-13 do dnia 2024-05-19 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- Kleikowa rozszerzona	SIE- Dzieci 1-3 lat Podstawowa	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż podstawa	SIE- Bogatoresztkowa	SIE- Bezglutenowa
2024-05-17 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>) Salata 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>) Salata 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 Salata 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 Jabiko 1 szt 1 szt Salata zielona 20 g
	II ŚN	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Suchary b/c 15 g (<u>GLU PSZ. SOJ. MLE.</u>) Kleik ryżowy na wodzie 200 g	Jabiko 1 szt 1 szt			
	Obiad	Grysikowa () 300 ml (<u>GLU PSZ. SEL.</u>) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Szpinakowa z zacierką () 250 ml (<u>GLU PSZ. JAJ. MLE. SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 90 g Kotlet z ryby (Miruna) 60 g (<u>GLU PSZ. JAJ. RYB.</u>) Surówka z kapusty czerwonej z olejem 50 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 50 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 gotowane () 180 g Kotlet z ryby (Miruna) 120 g (<u>GLU PSZ. JAJ. RYB.</u>) Surówka z kapusty czerwonej z olejem 100 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 100 g (<u>SEL.</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Szpinakowa z makaronem (bez glutenu) () 300 ml (<u>MLE. SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 180 g Pulpet rybny (Miruna) (bez glutenu) 120 g (<u>JAJ. RYB.</u>) Sos koperkowy (bez glutenu) 80 ml (<u>MLE.</u>) Surówka z kapusty czerwonej z olejem 100 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 100 g (<u>SEL.</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	
	PD	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Suchary b/c 15 g (<u>GLU PSZ. SOJ. MLE.</u>) Kleik ryżowy na wodzie 200 g	Jogurt brzoskwinowy 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)			
	Kolacja	Kleik ryżowy na wodzie 200 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Suchary b/c 30 g (<u>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>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Pomidor 80 g Serek homo z natką pietruszki 50 g (<u>MLE.</u>) Mix salat 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 80 g Serek homo z natką pietruszki 50 g (<u>MLE.</u>) Mix salat 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>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Pomidor 80 g Serek homo z natką pietruszki 50 g (<u>MLE.</u>) Mix salat 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>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Serek homo z natką pietruszki 50 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 80 g Mix salat 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 (<u>MLE.</u>) Biszkopty b/m 30 g (<u>GLU PSZ. JAJ. SOJ.</u>)			Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (<u>MLE.</u>) Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 30 g
		Wartość energetyczna: 1067.54 kcal; Białko ogółem: 23.52 g; Tłuszcz: 7.96 g; Kw. tł. nasy.: 0.25 g; Węglowodany ogółem: 226.17 g; W tym cukry: 44.06 g; Błonnik pok.: 4.93 g; Sól: 0.67 g; WW: 22.20 Por; : 8.81 %; : 193.96 %; Ener. z T: 6.71 %; Ener. z Bł.: 0.92 %; K: 287.24 mg;	Wartość energetyczna: 2036.17 kcal; Białko ogółem: 90.66 g; Tłuszcz: 62.88 g; Kw. tł. nasy.: 22.90 g; Węglowodany ogółem: 283.86 g; W tym cukry: 112.63 g; Błonnik pok.: 19.40 g; Sól: 4.75 g; WW: 26.60 Por; : 17.81 %; : 944.76 %; Ener. z T: 27.80 %; Ener. z Bł.: 1.91 %; K: 3425.02 mg;	Wartość energetyczna: 2863.27 kcal; Białko ogółem: 119.08 g; Tłuszcz: 81.51 g; Kw. tł. nasy.: 25.12 g; Węglowodany ogółem: 425.20 g; W tym cukry: 122.61 g; Błonnik pok.: 32.18 g; Sól: 8.21 g; WW: 39.46 Por; : 16.64 %; : 1177.51 %; Ener. z T: 25.62 %; Ener. z Bł.: 2.25 %; K: 4587.19 mg;	Wartość energetyczna: 2752.73 kcal; Białko ogółem: 115.23 g; Tłuszcz: 81.00 g; Kw. tł. nasy.: 24.13 g; Węglowodany ogółem: 411.66 g; W tym cukry: 120.97 g; Błonnik pok.: 47.07 g; Sól: 7.37 g; WW: 36.68 Por; : 16.74 %; : 1257.56 %; Ener. z T: 26.48 %; Ener. z Bł.: 3.42 %; K: 5042.00 mg;	Wartość energetyczna: 2355.98 kcal; Białko ogółem: 90.47 g; Tłuszcz: 65.89 g; Kw. tł. nasy.: 19.32 g; Węglowodany ogółem: 357.46 g; W tym cukry: 102.04 g; Błonnik pok.: 25.56 g; Sól: 4.61 g; WW: 33.30 Por; : 15.36 %; : 897.74 %; Ener. z T: 25.17 %; Ener. z Bł.: 2.17 %; K: 3766.16 mg;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-05-13 do dnia 2024-05-19 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- Kleikowa rozszerzona	SIE- Dzieci 1-3 lat Podstawowa	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż podstawa	SIE- Bogatoresztkowa	SIE- Bezglutenowa	
2024-05-18 sobota	Śniadanie	Kleik ryżowy na wodzie 200 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Suchary b/c 30 g (<u>GLU PSZ. SOJ. MLE.</u>)	Płatki jęczmienne na mleku 250 ml (<u>MLE. GLU JECZ.</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>) Parówki z szynki-kielbasa wieprzowa, homogenizowana, wędzona, parzona 60 g Pomidor 80 g Ketchup 20 g (<u>SEL.</u>) Ser żółty 25 g (<u>MLE.</u>) Salata zielona 20 g	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (<u>MLE. GLU JECZ.</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>) Parówki z szynki-kielbasa wieprzowa, homogenizowana, wędzona, parzona 60 g Pomidor 80 g Ketchup 20 g (<u>SEL.</u>) Ser żółty 25 g (<u>MLE.</u>) Salata zielona 20 g	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (<u>MLE. GLU JECZ.</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Parówki z szynki-kielbasa wieprzowa, homogenizowana, wędzona, parzona 60 g Ketchup 20 g (<u>SEL.</u>) Pomidor 80 g Ser żółty 25 g (<u>MLE.</u>) Salata zielona 20 g	Ryż na mleku 300 ml (<u>MLE.</u>) Chleb bezglutenowy 120 g Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Szynka zielonogórska- wp. parzona 75 g (<u>SOJ.</u>) Pomidor 80 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Kiwi 1 szt 1 szt Salata zielona 20 g	
	II ŚN	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Suchary b/c 15 g (<u>GLU PSZ. SOJ. MLE.</u>) Kleik ryżowy na wodzie 200 g	Kiwi 1 szt 1 szt				
	Obiad	Ryżowa (bez mleka) () 300 ml (<u>SEL.</u>) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Koperkowa z ryżem () 250 ml (<u>MLE. SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 90 g Gulasz wołowy 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Surówka z selera i jabłka () 50 g (<u>MLE. SEL.</u>) Buraczki gotowane drobno tarte () 50 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ryżem () 300 ml (<u>MLE. SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 180 g Gulasz wołowy 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Surówka z selera i jabłka () 100 g (<u>MLE. SEL.</u>) Buraczki gotowane drobno tarte () 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt		Koperkowa z ryżem () 300 ml (<u>MLE. SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 180 g Gulasz wołowy (bez glutenu) 150 g Surówka z selera i jabłka () 100 g (<u>MLE. SEL.</u>) Buraczki gotowane drobno tarte () 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	
	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 piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalanej 25 g (<u>SOJ. SEL.</u>) Ogórek świeży 80 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Salata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 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 Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Salata 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 piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalanej 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 dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osl.niejad 50 g Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalanej 25 g (<u>SOJ. SEL.</u>) Ogórek świeży 80 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Salata 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

Jadłospisy za okres od dnia 2024-05-13 do dnia 2024-05-19 KUCHNIA SIEDLCE

	SIE- Kleikowa rozszerzona	SIE- Dzieci 1-3 lat Podstawowa	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż podstawa	SIE- Bogatoresztkowa	SIE- Bezglutenowa
2024-05-18 sobota	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: 2301.73 kcal; Białko ogółem: 84.97 g; Tłuszcz: 81.88 g; Kw. tł. nasy.: 38.66 g; Węglowodany ogółem: 314.19 g; W tym cukry: 88.02 g; Błonnik pok.: 20.64 g; Sól: 6.99 g; WW: 29.43 Por; : 14.77 %; : 855.56 %; Ener. z T: 32.02 %; Ener. z Bł.: 1.79 %; K: 3363.38 mg;	Wartość energetyczna: 3080.25 kcal; Białko ogółem: 114.33 g; Tłuszcz: 94.78 g; Kw. tł. nasy.: 41.67 g; Węglowodany ogółem: 456.74 g; W tym cukry: 99.52 g; Błonnik pok.: 34.57 g; Sól: 10.16 g; WW: 42.31 Por; : 14.85 %; : 1092.85 %; Ener. z T: 27.69 %; Ener. z Bł.: 2.24 %; K: 4861.17 mg;	Wartość energetyczna: 2957.21 kcal; Białko ogółem: 111.63 g; Tłuszcz: 95.49 g; Kw. tł. nasy.: 41.69 g; Węglowodany ogółem: 433.84 g; W tym cukry: 93.41 g; Błonnik pok.: 47.93 g; Sól: 9.71 g; WW: 38.71 Por; : 15.10 %; : 1174.26 %; Ener. z T: 29.06 %; Ener. z Bł.: 3.24 %; K: 5382.42 mg;	Wartość energetyczna: 2019.31 kcal; Białko ogółem: 75.05 g; Tłuszcz: 52.23 g; Kw. tł. nasy.: 19.88 g; Węglowodany ogółem: 319.45 g; W tym cukry: 76.64 g; Błonnik pok.: 20.12 g; Sól: 5.93 g; WW: 30.01 Por; : 14.87 %; : 783.72 %; Ener. z T: 23.28 %; Ener. z Bł.: 1.99 %; K: 3859.13 mg;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-05-13 do dnia 2024-05-19 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- Kleikowa rozszerzona	SIE- Dzieci 1-3 lat Podstawowa	SIE- Dzieci powyżej 3 r.z. podstawa	SIE- Bogatoresztkowa	SIE- Bezglutenowa	
2024-05-19 niedziela	Śniadanie	Kleik ryżowy na wodzie 200 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Suchary b/c 30 g (<u>GLU PSZ. SOJ. MLE.</u>)	Kasza kukurydziana na mleku 250 ml (<u>MLE.</u>) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Pomidorki koktajlowe 80 g Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 25 g (<u>SOJ.</u>) Ser mozzarella kulki 35 g (<u>MLE.</u>) Mix salat 20 g	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>) Pomidorki koktajlowe 80 g Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (<u>SOJ.</u>) Ser mozzarella kulki 35 g (<u>MLE.</u>) Mix salat 20 g	Kasza kukurydziana na mleku 300 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>) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (<u>SOJ.</u>) Pomidorki koktajlowe 80 g Ser mozzarella kulki 35 g (<u>MLE.</u>) Mix salat 20 g	Kasza kukurydziana 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>) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (<u>SOJ.</u>) Ser mozzarella kulki 35 g (<u>MLE.</u>) Pomidorki koktajlowe 80 g Jabłko 1 szt 1 szt Mix salat 20 g	
	II ŚN	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Suchary b/c 15 g (<u>GLU PSZ. SOJ. MLE.</u>) Kleik ryżowy na wodzie 200 g	Jabłko 1 szt 1 szt				
	Obiad	Ryżowa (bez mleka) () 300 ml (<u>SEL.</u>) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Rosół z makaronem () 250 ml (<u>GLU PSZ. SEL.</u>) Ziemniaki 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 (<u>GLU PSZ. SEL.</u>) Ziemniaki 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 (<u>SEL.</u>) Ziemniaki 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 (<u>GLU PSZ. SOJ. MLE.</u>) Kleik ryżowy na wodzie 200 g	Ciasto drożdżowe 50 g (<u>GLU PSZ. JAJ. MLE. SO2.</u>)				
	Kolacja	Kleik ryżowy na wodzie 200 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Suchary b/c 30 g (<u>GLU PSZ. SOJ. MLE.</u>) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	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>) Poledwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkim wody wędzona parzona 50 g (<u>GLU PSZ. SOJ.</u>) Dżem 25 g 1 szt Pomidor 80 g Salata 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>) Poledwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkim wody wędzona parzona 50 g (<u>GLU PSZ. SOJ.</u>) Dżem 25 g 1 szt Rzodkiew biała 80 g Salata 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 Poledwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkim wody wędzona parzona 50 g (<u>GLU PSZ. SOJ.</u>) Rzodkiew biała 80 g Salata 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 Salata 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 Podplomyki 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: 1864.87 kcal; Białko ogółem: 78.49 g; Tłuszcz: 57.24 g; Kw. tł. nasy.: 25.04 g; Węglowodany ogółem: 266.48 g; W tym cukry: 90.27 g; Błonnik pok.: 16.21 g; Sól: 5.31 g; WW: 25.22 Por; : 16.84 %; : 650.42 %; Ener. z T: 27.63 %; Ener. z Bł.: 1.74 %; K: 2554.63 mg;	Wartość energetyczna: 2768.96 kcal; Białko ogółem: 129.72 g; Tłuszcz: 82.92 g; Kw. tł. nasy.: 31.58 g; Węglowodany ogółem: 389.38 g; W tym cukry: 95.19 g; Błonnik pok.: 28.18 g; Sól: 9.21 g; WW: 36.36 Por; : 18.74 %; : 843.18 %; Ener. z T: 26.95 %; Ener. z Bł.: 2.04 %; K: 4102.69 mg;	Wartość energetyczna: 2650.24 kcal; Białko ogółem: 127.40 g; Tłuszcz: 83.68 g; Kw. tł. nasy.: 31.61 g; Węglowodany ogółem: 367.26 g; W tym cukry: 89.35 g; Błonnik pok.: 41.92 g; Sól: 8.76 g; WW: 32.81 Por; : 19.23 %; : 934.74 %; Ener. z T: 28.42 %; Ener. z Bł.: 3.16 %; K: 4660.12 mg;	Wartość energetyczna: 2510.17 kcal; Białko ogółem: 105.48 g; Tłuszcz: 83.54 g; Kw. tł. nasy.: 29.35 g; Węglowodany ogółem: 341.71 g; W tym cukry: 94.16 g; Błonnik pok.: 21.45 g; Sól: 5.32 g; WW: 32.21 Por; : 16.81 %; : 762.12 %; Ener. z T: 29.95 %; Ener. z Bł.: 1.71 %; K: 3957.17 mg;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-05-13 do dnia 2024-05-19 KUCHNIA SIEDLCE

	SIE- Wegetariańska	SIE- Pooperacyjna	SIE- Dzieci 1-3 lat Łatwo strawna	SIE- Dzieci powyżej 3 r. z łatwostrawna	SIE- Z ogr.subst.pobudz.wydz.soków zółądkowych	
2024-05-13 poniedziałek	Śniadanie	Płatki pszenne na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka graham-pszenna 60g 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Serek a'la homogenizowany 50 g (<u>MLE.</u>) Miód (25g) 1 szt Ogórek świeży 80 g Gruszka 1szt. 150 g Mix салат 20 g	Płatki pszenne na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) 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>) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Miód (25g) 1 szt	Płatki pszenne na mleku 250 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g Miód (25g) 1 szt Pomidor 80 g Mix салат 20 g	Płatki pszenne na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</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 kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Miód (25g) 1 szt Pomidor 80 g Mix салат 20 g	Płatki pszenne na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</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 kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Miód (25g) 1 szt Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Pomidor b/skórki 80 g Mix салат 20 g
	II ŚN	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt				
	Obiad	Fasolowa z ziemniakami () 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Makaron pełnoziarnisty ze szpinakiem i serem żółtym * 300 g (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Surówka z marchwi z olejem () 100 g Cukinia pieczona z olejem * 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Dyniowa z ziemniakami (bez mleka) () 300 ml (<u>GLU PSZ, 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>) Surówka z marchwi z olejem () 50 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g (<u>SEL.</u>) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Dyniowa z ziemniakami () 250 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Kopytka ziemniaczane () 200 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos szpinakowy* 80 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Surówka z marchwi z olejem () 50 g Cukinia pieczona z olejem * 50 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Dyniowa z ziemniakami () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Kopytka ziemniaczane () 300 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos szpinakowy* 80 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Surówka z marchwi z olejem () 100 g Cukinia pieczona z olejem * 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Dyniowa z 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>) Surówka z marchwi z olejem () 100 g Cukinia pieczona z olejem * 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD		Budyń o smaku waniliowym z/c 200 ml (<u>MLE.</u>)	Budyń o smaku waniliowym z/c 100 ml (<u>MLE.</u>) Biszkopty b/m 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ.</u>)	Budyń o smaku waniliowym z/c 200 ml (<u>MLE.</u>) Biszkopty b/m 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ.</u>)	
	Kolacja	Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa 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>) Hummus z ciecierzycy 50 g (<u>MLE.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Jogurt brzoskwinowy 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Salata zielona 20 g Pomidorki koktajlowe 80 g	Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalanej 30 g (<u>SOJ, SEL.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalanej 30 g (<u>SOJ, SEL.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Jogurt brzoskwinowy 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Salata zielona 20 g 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>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalanej 30 g (<u>SOJ, SEL.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Jogurt brzoskwinowy 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	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 piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalanej 75 g (<u>SOJ, SEL.</u>) Jogurt brzoskwinowy 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Pomidor b/skórki 80 g Salata zielona 20 g
	PN	Mleko Smakowe UHT 1,5% tł 0,2l 1 szt (<u>MLE.</u>) Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 30 g	Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 30 g		Mleko Smakowe UHT 1,5% tł 0,2l 1 szt (<u>MLE.</u>) Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 30 g	
		Wartość energetyczna: 2718.67 kcal; Białko ogółem: 91.94 g; Tłuszcz: 80.68 g; Kw. tł. nasy.: 30.94 g; Węglowodany ogółem: 414.99 g; W tym cukry: 83.15 g; Błonnik pok.: 40.41 g; Sól: 6.79 g; WW: 37.51 Por; : 13.53 %; : 907.34 %; Ener. z T: 26.71 %; Ener. z Bł.: 2.97 %; K: 3785.98 mg;	Wartość energetyczna: 2608.68 kcal; Białko ogółem: 98.21 g; Tłuszcz: 64.23 g; Kw. tł. nasy.: 22.96 g; Węglowodany ogółem: 423.89 g; W tym cukry: 98.72 g; Błonnik pok.: 32.13 g; Sól: 8.21 g; WW: 39.16 Por; : 15.06 %; : 1044.96 %; Ener. z T: 22.16 %; Ener. z Bł.: 2.46 %; K: 3826.99 mg;	Wartość energetyczna: 2131.61 kcal; Białko ogółem: 66.47 g; Tłuszcz: 51.37 g; Kw. tł. nasy.: 21.95 g; Węglowodany ogółem: 358.37 g; W tym cukry: 81.99 g; Błonnik pok.: 20.93 g; Sól: 5.76 g; WW: 33.83 Por; : 12.47 %; : 976.57 %; Ener. z T: 21.69 %; Ener. z Bł.: 1.96 %; K: 3774.30 mg;	Wartość energetyczna: 2938.13 kcal; Białko ogółem: 91.05 g; Tłuszcz: 64.04 g; Kw. tł. nasy.: 25.01 g; Węglowodany ogółem: 511.64 g; W tym cukry: 103.57 g; Błonnik pok.: 31.82 g; Sól: 9.84 g; WW: 48.07 Por; : 12.40 %; : 1255.62 %; Ener. z T: 19.62 %; Ener. z Bł.: 2.17 %; K: 4996.37 mg;	Wartość energetyczna: 2535.44 kcal; Białko ogółem: 95.50 g; Tłuszcz: 60.86 g; Kw. tł. nasy.: 23.08 g; Węglowodany ogółem: 411.63 g; W tym cukry: 77.93 g; Błonnik pok.: 27.43 g; Sól: 9.74 g; WW: 38.48 Por; : 15.07 %; : 904.57 %; Ener. z T: 21.60 %; Ener. z Bł.: 2.16 %; K: 3544.58 mg;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-05-13 do dnia 2024-05-19 KUCHNIA SIEDLCE

	SIE- Wegetariańska	SIE- Pooperacyjna	SIE- Dzieci 1-3 lat Łatwo strawna	SIE- Dzieci powyżej 3 r. z łatwostrawna	SIE- Z ogr.subst.pobudz.wydz.soków ziołkowych	
2024-05-14 wtorek	Śniadanie	Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, 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% tt.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Twarożek z koperkiem 100 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 80 g Jabłko 1 szt 1 szt Rukola 20 g	Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>) Bułka pszenna długa krojona 120 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tt.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 25 g Twarożek 80 g (<u>MLE.</u>) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Zacierka na mleku 250 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tt.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 25 g Twarożek z koperkiem 40 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 80 g Rukola 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	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% tt.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 25 g Twarożek z koperkiem 80 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 80 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Rukola 20 g	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% tt.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 25 g Twarożek z koperkiem 80 g (<u>MLE.</u>) Banan 150 g Pomidor b/skórki 80 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Rukola 20 g
	II ŚN		Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Banan 150 g		
	Obiad	Szczawiowa z ziemniakami () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Kotlety sojowe 100 g (<u>SOJ.</u>) Sos meksykański 80 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kasza jaglana na sypko 180 g Surówka z selera i jabłka z olejem () 100 g (<u>SEL.</u>) Buraczki gotowane () 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Ziemniaczana () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 180 g Szynka wieprzowa gotowana 100 g Sos własny () 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Dynia z wody 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Brokułowa z ziemniakami () 250 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Kasza jaglana na sypko 180 g Szynka wieprzowa gotowana 50 g Sos własny () 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Surówka z selera i jabłka z olejem () 50 g (<u>SEL.</u>) Buraczki gotowane () 50 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Brokułowa z ziemniakami () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Kasza jaglana na sypko 180 g Szynka wieprzowa gotowana 100 g Sos własny () 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Surówka z selera i jabłka z olejem () 100 g (<u>SEL.</u>) Buraczki gotowane () 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Brokułowa z ziemniakami () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Kasza jaglana na sypko 180 g Klopsik wieprzowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos własny () 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Surówka z selera i jabłka z olejem () 100 g (<u>SEL.</u>) Buraczki gotowane () 100 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 (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>)		
	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% tt.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Serek a'la homogenizowany 80 g (<u>MLE.</u>) Dżem 25 g 1 szt Surówka z rzodkwi i czarnuszki 80 g Salata zielona 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% tt.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 25 g (<u>może zawierać: MLE, GOR.</u>) Serek a'la homogenizowany 80 g (<u>MLE.</u>)	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tt.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 25 g (<u>może zawierać: MLE, GOR.</u>) Ser mozzarella kulki 35 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 80 g Salata 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% tt.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (<u>może zawierać: MLE, GOR.</u>) Ser mozzarella kulki 35 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 80 g Salata 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% tt.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (<u>może zawierać: MLE, GOR.</u>) Serek a'la homogenizowany 50 g (<u>MLE.</u>) Pomidor b/skórki 80 g Salata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
PN	Przecier owocowy jabłko-truskawka 120g 1 szt (<u>może zawierać: MLE.</u>)					

Jadłospisy za okres od dnia 2024-05-13 do dnia 2024-05-19 KUCHNIA SIEDLCE

	SIE- Wegetariańska	SIE- Pooperacyjna	SIE- Dzieci 1-3 lat Łatwo strawna	SIE- Dzieci powyżej 3 r. z łatwostrawna	SIE- Z ogr.subst.pobudz.wydz.soków zolańkowych
2024-05-14 wtorek	Wartość energetyczna: 2310.69 kcal; Białko ogółem: 99.54 g; Tłuszcz: 48.49 g; Kw. tł. nasy.: 20.91 g; Węglowodany ogółem: 382.51 g; W tym cukry: 107.49 g; Błonnik pok.: 45.91 g; Sól: 6.00 g; WW: 33.80 Por; : 17.23 %; : 839.58 %; Ener. z T: 18.89 %; Ener. z Bł.: 3.97 %; K: 3542.82 mg;	Wartość energetyczna: 2377.20 kcal; Białko ogółem: 113.51 g; Tłuszcz: 44.70 g; Kw. tł. nasy.: 22.40 g; Węglowodany ogółem: 385.81 g; W tym cukry: 117.95 g; Błonnik pok.: 22.19 g; Sól: 5.81 g; WW: 36.40 Por; : 19.10 %; : 1057.59 %; Ener. z T: 16.92 %; Ener. z Bł.: 1.87 %; K: 4440.25 mg;	Wartość energetyczna: 1883.40 kcal; Białko ogółem: 78.22 g; Tłuszcz: 46.24 g; Kw. tł. nasy.: 22.00 g; Węglowodany ogółem: 296.92 g; W tym cukry: 97.73 g; Błonnik pok.: 19.50 g; Sól: 4.10 g; WW: 27.83 Por; : 16.61 %; : 728.03 %; Ener. z T: 22.10 %; Ener. z Bł.: 2.07 %; K: 3229.73 mg;	Wartość energetyczna: 2553.20 kcal; Białko ogółem: 118.35 g; Tłuszcz: 57.69 g; Kw. tł. nasy.: 25.65 g; Węglowodany ogółem: 402.47 g; W tym cukry: 109.14 g; Błonnik pok.: 29.80 g; Sól: 7.50 g; WW: 37.37 Por; : 18.54 %; : 851.01 %; Ener. z T: 20.34 %; Ener. z Bł.: 2.33 %; K: 4207.17 mg;	Wartość energetyczna: 2499.42 kcal; Białko ogółem: 110.20 g; Tłuszcz: 59.64 g; Kw. tł. nasy.: 23.63 g; Węglowodany ogółem: 393.42 g; W tym cukry: 110.32 g; Błonnik pok.: 30.17 g; Sól: 6.90 g; WW: 36.42 Por; : 17.64 %; : 872.63 %; Ener. z T: 21.47 %; Ener. z Bł.: 2.41 %; K: 4076.24 mg;
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-pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Paprykarz szczeciński 80 g (RYB, SOJ) Kiwi 1 szt 1 szt Ogórek kiszony 80 g Roszponka 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) Baton szynkowy z kurcząt 50 g (może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR) Dżem 25 g 1 szt	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) Baton szynkowy z kurcząt 25 g (może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR) Pomidor 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, 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) Baton szynkowy z kurcząt 50 g (może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR) Pomidor 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, GLU ŻYT) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Baton szynkowy z kurcząt 50 g (może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR) Dżem 25 g 1 szt Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Pomidor b/skórki 80 g Roszponka 20 g
II ŚN			Jabłko pieczone 1szt. 1 szt		
Obiad	Pieczarkowa z makaronem () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Ziemniaki gotowane () 180 g Kotlet z jaj 100 g (GLU PSZ, JAJ) Sos pietruszkowy () 80 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Surówka wykwinna z olejem b/c 100 g Marchew gotowana z olejem () 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Jarzynowa z makaronem (bez mleka) () 300 ml (GLU PSZ, SEL) Ziemniaki gotowane () 180 g Pulpet drobiowy 100 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	Jarzynowa z makaronem dieta () 250 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Ziemniaki 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 gotowane () 180 g Pulpet drobiowy 100 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 Sos pietruszkowy () 80 ml (GLU PSZ, MLE, SEL)	Jarzynowa z makaronem dieta () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Ziemniaki gotowane () 180 g Pulpet drobiowy 100 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
PD		Budyń o smaku śmietankowym z/c (MLE) 200 ml	Budyń o smaku śmietankowym z/c (MLE) 100 ml	Budyń o smaku śmietankowym z/c (MLE) 200 ml	
Kolacja	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) Pasztet sojowy z pomidorami 80 g (SOJ, GOR) Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt (MLE) Pomidorki koktajlowe 80 g Salata 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 Salata 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 Salata 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 Salata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt

Jadłospisy za okres od dnia 2024-05-13 do dnia 2024-05-19 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
2024-05-15 środa	PN	Ciasto drożdżowe 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SO2</u>)				
		Wartość energetyczna: 2665.13 kcal; Białko ogółem: 80.72 g; Tłuszcz: 104.46 g; Kw. tł. nasy.: 27.63 g; Węglowodany ogółem: 363.38 g; W tym cukry: 58.19 g; Błonnik pok.: 37.75 g; Sól: 10.10 g; WW: 32.58 Por.; 12.11 %; 862.59 %; Ener. z T: 35.28 %; Ener. z Bt.: 2.83 %; K: 3972.64 mg;	Wartość energetyczna: 2449.24 kcal; Białko ogółem: 92.80 g; Tłuszcz: 62.03 g; Kw. tł. nasy.: 21.91 g; Węglowodany ogółem: 392.29 g; W tym cukry: 98.11 g; Błonnik pok.: 25.95 g; Sól: 7.86 g; WW: 36.77 Por.; 15.16 %; 1013.39 %; Ener. z T: 22.79 %; Ener. z Bt.: 2.12 %; K: 3770.72 mg;	Wartość energetyczna: 1750.64 kcal; Białko ogółem: 69.14 g; Tłuszcz: 58.37 g; Kw. tł. nasy.: 24.93 g; Węglowodany ogółem: 245.06 g; W tym cukry: 73.25 g; Błonnik pok.: 18.49 g; Sól: 5.36 g; WW: 22.72 Por.; 15.80 %; 756.57 %; Ener. z T: 30.01 %; Ener. z Bt.: 2.11 %; K: 2846.05 mg;	Wartość energetyczna: 2581.70 kcal; Białko ogółem: 100.04 g; Tłuszcz: 74.32 g; Kw. tł. nasy.: 27.83 g; Węglowodany ogółem: 392.01 g; W tym cukry: 93.63 g; Błonnik pok.: 30.95 g; Sól: 9.28 g; WW: 36.18 Por.; 15.50 %; 1026.23 %; Ener. z T: 25.91 %; Ener. z Bt.: 2.40 %; K: 4258.38 mg;	Wartość energetyczna: 2324.70 kcal; Białko ogółem: 86.45 g; Tłuszcz: 64.72 g; Kw. tł. nasy.: 23.94 g; Węglowodany ogółem: 363.48 g; W tym cukry: 77.91 g; Błonnik pok.: 30.62 g; Sól: 8.77 g; WW: 33.42 Por.; 14.88 %; 913.35 %; Ener. z T: 25.06 %; Ener. z Bt.: 2.63 %; K: 3870.78 mg;
2024-05-16 czwartek	Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bułka graham-pszenna 60g 1 szt (<u>GLU PSZ</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 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>) Salatka wiosenna () 200 g Banan 150 g	Płatki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (<u>SOJ</u>)	Płatki owsiane na mleku 250 ml (<u>MLE, GLU OW</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (<u>może zawierać: MLE, GOR</u>) Salatka wiosenna - diety 100 g	Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Płatki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW</u>) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (<u>może zawierać: MLE, GOR</u>) Salatka wiosenna - diety 200 g	Płatki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (<u>może zawierać: MLE, GOR</u>) Dżem 25 g 1 szt Pomidor b/skórki 80 g Salata zielona 20 g Banan 150 g
	II ŚN	Banan 150 g				
	Obiad	Barszcz biały z ziemniakami () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT</u>) Kaszotto wegetariańskie z tofu* 300 g (<u>GLU PSZ, SOJ, SEL</u>) Brokuł gotowany* 100 g Salatka szwedzka () 100 g (<u>GOR</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml	Ziemniaczana (bez mleka) () 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (<u>GLU JECZ</u>) Pulpet wieprzowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Warzywa po grecku () 200 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml	Ziemniaczana () 250 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Kaszotto jęczmiennie z mięsem wieprzowym i warzywami* 150 g (<u>SEL, GLU JECZ</u>) Brokuł gotowany* 50 g Surówka z marchwi i jabłka () 50 g (<u>MLE</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml	Ziemniaczana () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Kaszotto jęczmiennie z mięsem wieprzowym i warzywami* 300 g (<u>SEL, GLU JECZ</u>) Brokuł gotowany* 100 g Surówka z marchwi i jabłka () 100 g (<u>MLE</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml	Ziemniaczana () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Kaszotto jęczmiennie z mięsem wieprzowym i warzywami* 300 g (<u>SEL, GLU JECZ</u>) Brokuł gotowany* 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml
	PD			Mus z jabłek () z/c 200 g Herbatniki 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u>)		
	Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Leczo wegetariańskie 300 g Chleb mieszany pszenno-żytni 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 Melon 100 g	Twarożek 100 g (<u>MLE</u>) Dżem 50 g 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>) 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 (<u>MLE</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Melon 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 Melon 100 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Leczo z drobiem-dieta () 300 g Chleb mieszany pszenno-żytni 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 Melon 100 g

Jadłospisy za okres od dnia 2024-05-13 do dnia 2024-05-19 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
2024-05-16 czwartek	PN	Wafle ryżowe 30 g Dżem 25 g 1 szt			Dżem 25 g 1 szt Wafle ryżowe 30 g	
		Wartość energetyczna: 2417.03 kcal; Białko ogółem: 70.87 g; Tłuszcz: 58.26 g; Kw. tł. nasy.: 16.03 g; Węglowodany ogółem: 409.94 g; W tym cukry: 132.05 g; Błonnik pok.: 43.71 g; Sól: 7.66 g; WW: 36.61 Por; : 11.73 %; : 1163.38 %; Ener. z T: 21.69 %; Ener. z Bł.: 3.62 %; K: 5152.85 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: 2114.91 kcal; Białko ogółem: 71.47 g; Tłuszcz: 49.64 g; Kw. tł. nasy.: 14.68 g; Węglowodany ogółem: 357.56 g; W tym cukry: 135.57 g; Błonnik pok.: 29.25 g; Sól: 4.50 g; WW: 32.85 Por; : 13.52 %; : 903.72 %; Ener. z T: 21.12 %; Ener. z Bł.: 2.77 %; K: 4117.68 mg;	Wartość energetyczna: 2964.20 kcal; Białko ogółem: 102.44 g; Tłuszcz: 71.91 g; Kw. tł. nasy.: 18.38 g; Węglowodany ogółem: 495.98 g; W tym cukry: 152.56 g; Błonnik pok.: 44.99 g; Sól: 8.06 g; WW: 45.09 Por; : 13.82 %; : 1109.68 %; Ener. z T: 21.83 %; Ener. z Bł.: 3.04 %; K: 5466.58 mg;	Wartość energetyczna: 2469.52 kcal; Białko ogółem: 99.39 g; Tłuszcz: 49.93 g; Kw. tł. nasy.: 15.05 g; Węglowodany ogółem: 420.86 g; W tym cukry: 127.93 g; Błonnik pok.: 36.05 g; Sól: 7.58 g; WW: 38.47 Por; : 16.10 %; : 990.73 %; Ener. z T: 18.20 %; Ener. z Bł.: 2.92 %; K: 5243.26 mg;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-05-13 do dnia 2024-05-19 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 zoławkowych
2024-05-17 piątek	Śniadanie	Kasza manna na mleku 300 ml (<u>GLUPSZ, MLE</u>) Kawa zbożowa z makiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JEĆZ.</u>) 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>) Dżem 25 g 1 szt Serek wiejski lekki 3% tł 150g 1 szt (<u>MLE</u>) Rzepa biała 80 g Jabłko 1 szt 1 szt Sałata zielona 20 g	Kasza manna na mleku 300 ml (<u>GLUPSZ, MLE</u>) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g (<u>GLUPSZ</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>)	Płatki kukurydziane na mleku 250 ml (<u>MLE</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLUPSZ</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 makiem 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>GLUPSZ</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 makiem 250 ml (<u>MLE</u>) Sałata zielona 20 g	Kasza manna na mleku 300 ml (<u>GLUPSZ, MLE</u>) Kawa zbożowa z makiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JEĆZ.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLUPSZ</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 Serek wiejski lekki 3% tł 150g 1 szt (<u>MLE</u>) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Pomidor b/skórki 80 g Sałata zielona 20 g
	II ŚN			Jabłko pieczone 1szt. 1 szt		
	Obiad	Szpinakowa z zacierką () 300 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki 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	Grysiowa () 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki 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 gotowane () 90 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 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 салат 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g (<u>GLUPSZ</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Baton szynkowy z kurcząt 50 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, 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>GLUPSZ</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 салат 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLUPSZ</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 салат 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLUPSZ</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 салат 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>)	
	Wartość energetyczna: 2699.55 kcal; Białko ogółem: 112.60 g; Tłuszcz: 77.04 g; Kw. tł. nasy.: 22.74 g; Węglowodany ogółem: 404.80 g; W tym cukry: 107.43 g; Błonnik pok.: 36.93 g; Sól: 8.14 g; WW: 36.93 Por; : 16.68 %; : 1069.95 %; Ener. z T: 25.69 %; Ener. z Bł.: 2.74 %; K: 4279.86 mg;	Wartość energetyczna: 2459.85 kcal; Białko ogółem: 105.90 g; Tłuszcz: 60.28 g; Kw. tł. nasy.: 17.61 g; Węglowodany ogółem: 387.01 g; W tym cukry: 95.16 g; Błonnik pok.: 26.84 g; Sól: 8.52 g; WW: 36.19 Por; : 17.22 %; : 997.35 %; Ener. z T: 22.05 %; Ener. z Bł.: 2.18 %; K: 3534.61 mg;	Wartość energetyczna: 1953.85 kcal; Białko ogółem: 88.87 g; Tłuszcz: 56.26 g; Kw. tł. nasy.: 22.46 g; Węglowodany ogółem: 281.04 g; W tym cukry: 112.63 g; Błonnik pok.: 20.03 g; Sól: 5.05 g; WW: 26.27 Por; : 18.19 %; : 947.26 %; Ener. z T: 25.91 %; Ener. z Bł.: 2.05 %; K: 3483.19 mg;	Wartość energetyczna: 2712.44 kcal; Białko ogółem: 120.40 g; Tłuszcz: 68.73 g; Kw. tł. nasy.: 24.20 g; Węglowodany ogółem: 416.93 g; W tym cukry: 122.32 g; Błonnik pok.: 33.27 g; Sól: 8.74 g; WW: 38.54 Por; : 17.76 %; : 1175.97 %; Ener. z T: 22.80 %; Ener. z Bł.: 2.45 %; K: 4688.44 mg;	Wartość energetyczna: 2582.22 kcal; Białko ogółem: 115.45 g; Tłuszcz: 65.15 g; Kw. tł. nasy.: 21.81 g; Węglowodany ogółem: 398.42 g; W tym cukry: 107.44 g; Błonnik pok.: 31.58 g; Sól: 8.19 g; WW: 36.82 Por; : 17.88 %; : 1066.55 %; Ener. z T: 22.71 %; Ener. z Bł.: 2.45 %; K: 4242.45 mg;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-05-13 do dnia 2024-05-19 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 zolakowych
2024-05-18 sobota	Śniadanie	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU JĘCZ.</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>) Paszтет sojowy z pomidorami 50 g (<u>SOJ, GOR.</u>) Miód (25g) 2 szt Pomidor 80 g Kiwi 1 szt 1 szt Salata zielona 20 g	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU JĘCZ.</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Baton szynkowy z kurcząt 30 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.</u>) Miód (25g) 1 szt	Płatki jęczmienne na mleku 250 ml (<u>MLE, GLU JĘCZ.</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>) Baton szynkowy z kurcząt 50 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.</u>) Pomidor 80 g Miód (25g) 1 szt Salata zielona 20 g	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU JĘCZ.</u>) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Baton szynkowy z kurcząt 50 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.</u>) Pomidor 80 g Miód (25g) 1 szt Salata zielona 20 g	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU JĘCZ.</u>) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Baton szynkowy z kurcząt 50 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.</u>) Miód (25g) 1 szt Pomidor b/skórki 80 g Banan 1szt. 1 szt Salata zielona 20 g
	II ŚN	Banan 1szt. 1 szt				
	Obiad	Koperkowa z ryżem () 300 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 180 g Gulasz sojowy z warzywami * 150 g (<u>GLU PSZ, SOJ, SEL.</u>) Surówka z selera i jabłka () 100 g (<u>MLE, SEL.</u>) Buraczki gotowane drobno tarte () 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ryżem (bez mleka) () 300 ml (<u>SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 180 g Klopsik drobiowy z udźca 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Marchew gotowana z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ryżem () 250 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 90 g Gulasz wołowy 120 g (<u>GLU PSZ.</u>) Surówka z selera i jabłka () 50 g (<u>MLE, SEL.</u>) Buraczki gotowane drobno tarte () 50 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ryżem () 300 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 180 g Gulasz wołowy 120 g (<u>GLU PSZ.</u>) Surówka z selera i jabłka () 100 g (<u>MLE, SEL.</u>) Buraczki gotowane drobno tarte () 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ryżem () 300 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 180 g Gulasz wołowy 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Buraczki gotowane drobno tarte () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD		Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml (<u>MLE.</u>)	Wafelki 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u>) Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml (<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 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>) Ser żółty 25 g (<u>MLE.</u>) Ogórek świeży 80 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Salata zielona 20 g	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>) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osl.niejad 50 g Szynka z piersią indyczą- wędlna drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalanej 25 g (<u>SOJ, SEL.</u>) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osl.niejad 50 g Szynka z piersią indyczą- wędlna drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalanej 25 g (<u>SOJ, SEL.</u>) Pomidor 80 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Salata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osl.niejad 50 g Szynka z piersią indyczą- wędlna drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalanej 25 g (<u>SOJ, SEL.</u>) Pomidor b/skórki 80 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Salata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osl.niejad 50 g Szynka z piersią indyczą- wędlna drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalanej 25 g (<u>SOJ, SEL.</u>) Pomidor b/skórki 80 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Salata zielona 20 g
PN	Bułka maślana 1 szt 1 szt (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>)					

Jadłospisy za okres od dnia 2024-05-13 do dnia 2024-05-19 KUCHNIA SIEDLCE

	SIE- Wegetariańska	SIE- Pooperacyjna	SIE- Dzieci 1-3 lat Łatwo strawna	SIE- Dzieci powyżej 3 r. z łatwostrawna	SIE- Z ogr.subst.pobudz.wydz.soków żołądkowych
2024-05-18 sobota	Wartość energetyczna: 2676.43 kcal; Białko ogółem: 91.78 g; Tłuszcz: 66.71 g; Kw. tł. nasy.: 25.03 g; Węglowodany ogółem: 442.77 g; W tym cukry: 73.46 g; Błonnik pok.: 49.49 g; Sól: 8.18 g; WW: 39.40 Por; : 13.72 %; : 1014.67 %; Ener. z T: 22.43 %; Ener. z Bł.: 3.70 %; K: 4271.78 mg;	Wartość energetyczna: 2696.06 kcal; Białko ogółem: 96.27 g; Tłuszcz: 61.29 g; Kw. tł. nasy.: 22.60 g; Węglowodany ogółem: 454.30 g; W tym cukry: 112.39 g; Błonnik pok.: 28.20 g; Sól: 9.14 g; WW: 42.71 Por; : 14.28 %; : 1152.84 %; Ener. z T: 20.46 %; Ener. z Bł.: 2.09 %; K: 4502.10 mg;	Wartość energetyczna: 2281.34 kcal; Białko ogółem: 86.02 g; Tłuszcz: 60.95 g; Kw. tł. nasy.: 27.51 g; Węglowodany ogółem: 357.22 g; W tym cukry: 116.33 g; Błonnik pok.: 20.20 g; Sól: 7.35 g; WW: 33.83 Por; : 15.08 %; : 931.09 %; Ener. z T: 24.04 %; Ener. z Bł.: 1.77 %; K: 3840.33 mg;	Wartość energetyczna: 2871.54 kcal; Białko ogółem: 101.65 g; Tłuszcz: 65.30 g; Kw. tł. nasy.: 29.14 g; Węglowodany ogółem: 484.90 g; W tym cukry: 126.82 g; Błonnik pok.: 32.12 g; Sól: 10.30 g; WW: 45.42 Por; : 14.16 %; : 1142.89 %; Ener. z T: 20.47 %; Ener. z Bł.: 2.24 %; K: 5012.91 mg;	Wartość energetyczna: 2536.94 kcal; Białko ogółem: 98.75 g; Tłuszcz: 51.68 g; Kw. tł. nasy.: 20.31 g; Węglowodany ogółem: 433.27 g; W tym cukry: 106.26 g; Błonnik pok.: 29.07 g; Sól: 9.87 g; WW: 40.48 Por; : 15.57 %; : 1086.49 %; Ener. z T: 18.33 %; Ener. z Bł.: 2.29 %; K: 4893.13 mg;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-05-13 do dnia 2024-05-19 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 zółdkowych	
2024-05-19 niedziela	Śniadanie	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE) 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) Pasta warzywna* 80 g (SEL) Ser mozzarella kulki 35 g (MLE) Pomidorki koktajlowe 80 g Jabłko 1 szt 1 szt Mix салат 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) 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 салат 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 салат 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 салат 20 g
	II ŚN	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt				
	Obiad	Ryżowa () 300 ml (MLE, SEL) Ziemniaki 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 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 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 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 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, SO2)		
	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 Salata 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 Poledwica 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) Dżem 25 g 1 szt Poledwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkim wody wędzona parzona 50 g (GLU PSZ, SOJ) Pomidor 80 g Salata 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 Poledwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkim wody wędzona parzona 50 g (GLU PSZ, SOJ) Pomidor 80 g Salata 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 Poledwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkim wody wędzona parzona 50 g (GLU PSZ, SOJ) Pomidor b/skórki 80 g Salata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PN	Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt Podplomyki b/c 20 g (GLU PSZ, MLE)	Podplomyki b/c 20 g (GLU PSZ, MLE)	Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt Podplomyki b/c 20 g (GLU PSZ, MLE)		
	Wartość energetyczna: 2376.45 kcal; Białko ogółem: 80.40 g; Tłuszcz: 70.61 g; Kw. tł. nasy.: 22.95 g; Węglowodany ogółem: 364.95 g; W tym cukry: 89.42 g; Błonnik pok.: 43.70 g; Sól: 7.53 g; WW: 32.26 Por; : 13.53 %; : 887.35 %; Ener. z T: 26.74 %; Ener. z Bł.: 3.68 %; K: 3571.06 mg;	Wartość energetyczna: 2473.66 kcal; Białko ogółem: 108.17 g; Tłuszcz: 70.35 g; Kw. tł. nasy.: 27.30 g; Węglowodany ogółem: 365.55 g; W tym cukry: 100.17 g; Błonnik pok.: 25.63 g; Sól: 8.29 g; WW: 34.18 Por; : 17.49 %; : 910.81 %; Ener. z T: 25.60 %; Ener. z Bł.: 2.07 %; K: 3831.18 mg;	Wartość energetyczna: 1855.87 kcal; Białko ogółem: 78.49 g; Tłuszcz: 56.24 g; Kw. tł. nasy.: 24.98 g; Węglowodany ogółem: 266.48 g; W tym cukry: 90.27 g; Błonnik pok.: 16.21 g; Sól: 5.31 g; WW: 25.22 Por; : 16.92 %; : 650.42 %; Ener. z T: 27.27 %; Ener. z Bł.: 1.75 %; K: 2554.63 mg;	Wartość energetyczna: 2739.02 kcal; Białko ogółem: 129.22 g; Tłuszcz: 80.23 g; Kw. tł. nasy.: 31.39 g; Węglowodany ogółem: 387.31 g; W tym cukry: 95.32 g; Błonnik pok.: 26.02 g; Sól: 9.20 g; WW: 36.37 Por; : 18.87 %; : 841.75 %; Ener. z T: 26.36 %; Ener. z Bł.: 1.90 %; K: 4045.55 mg;	Wartość energetyczna: 2501.26 kcal; Białko ogółem: 124.66 g; Tłuszcz: 70.17 g; Kw. tł. nasy.: 29.81 g; Węglowodany ogółem: 355.73 g; W tym cukry: 95.19 g; Błonnik pok.: 24.63 g; Sól: 8.82 g; WW: 33.42 Por; : 19.94 %; : 854.58 %; Ener. z T: 25.25 %; Ener. z Bł.: 1.97 %; K: 4069.17 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,