

Jadłospisy za okres od dnia 2026-04-20 do dnia 2026-04-26 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- SOK Podstawowa	SIE- SOK Łatwo strawna	SIE- SOK Z org. łatwoprzyswajalnych węglowodanów	SIE- SOK Bezmleczna	SIE- SOK Z org. łatwoprzyswajalnych węgl. b/ml
2026-04-20 poniedziałek	Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalanej 40 g (SOJ, SEL, może zawierać: MLE, GOR.) Pomidor 40 g	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalanej 40 g (SOJ, SEL, może zawierać: MLE, GOR.) Pomidor 40 g	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalanej 40 g (SOJ, SEL, może zawierać: MLE, GOR.) Pomidor 40 g	Płatki owsiane na wodzie 300 ml (GLU OW.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Jajko gotowane kl M 2 szt (JAJ.) Pomidor 40 g	Płatki owsiane na wodzie 300 ml (GLU OW.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Jajko gotowane kl M 2 szt (JAJ.) Pomidor 40 g
	II ŚN			Mandarynka 1 szt		Mandarynka 1 szt
	Obiad	Kapuśniak z kapusty kiszonej () 300 ml (GLU PSZ, SEL, GOR.) Ryż z jabłkiem prażonym i cynamonem 300 g Sos jogurtowy naturalny 100 g (MLE.) Surówka z marchwi z olejem b/c () 130 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml	Wielowarzywna z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryż z jabłkiem prażonym i cynamonem 300 g Sos jogurtowy naturalny 100 g (MLE.) Surówka z marchwi z olejem b/c () 130 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml	Wielowarzywna z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryż brązowy z jabłkiem prażonym i cynamonem 300 g Sos jogurtowy naturalny 100 g (MLE.) Surówka z marchwi z olejem b/c () 130 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml	Wielowarzywna z ziemniakami (bez mleka) () 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Ryż na sypko 180 g Pulpet drobiowy 90 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos pomidorowy 80 ml (GLU PSZ.) Cukinia pieczona z olejem () 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml	Wielowarzywna z ziemniakami (bez mleka) () 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Ryż na sypko (brązowy) 180 g Pulpet drobiowy 90 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos pomidorowy 80 ml (GLU PSZ.) Cukinia pieczona z olejem () 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml
	PD			Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Miks tłuszczowy do smarowania 76% 5 g (MLE.) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 20 g Sałata zielona 10 g		Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 20 g Sałata zielona 10 g
Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Miks tłuszczowy do smarowania 76% 10 g (MLE.) Twarożek z koperkiem 60 g (MLE.) Sałata zielona 10 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Miks tłuszczowy do smarowania 76% 10 g (MLE.) Twarożek z koperkiem 60 g (MLE.) Sałata zielona 10 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 150 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Miks tłuszczowy do smarowania 76% 10 g (MLE.) Twarożek z koperkiem 60 g (MLE.) Sałata zielona 10 g	Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 40 g (SOJ.)	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 150 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 40 g (SOJ.) Sałata zielona 10 g	

Jadłospisy za okres od dnia 2026-04-20 do dnia 2026-04-26 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- SOK Podstawowa	SIE- SOK Łatwo strawna	SIE- SOK Z org. łatwoprzyswajalnych węglowodanów	SIE- SOK Bezmleczna	SIE- SOK Z org. łatwoprzyswajalnych węgl. b/ml
2026-04-20 poniedziałek	PN			Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Miks tłuszczowy do smarowania 76% 5 g (MLE.) Połudwica Sopotka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 20 g (SOJ.)		Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Połudwica Sopotka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 20 g (SOJ.)
		Wartość energetyczna: 1965.00 kcal; Białko ogółem: 58.42 g; Tłuszcz: 45.54 g; Kw. tł. nasy.: 18.37 g; Węglowodany ogółem: 353.28 g; W tym cukry: 73.40 g; Błonnik pok.: 26.54 g; Sól: 6.69 g; WW: 32.68 Por; Ener z B.: 11.89 %; Ener z W.: 71.92 %; Ener. z T.: 20.86 %; Potas: 2400.93 mg; Sód: 2674.37 mg;	Wartość energetyczna: 1947.72 kcal; Białko ogółem: 60.31 g; Tłuszcz: 39.40 g; Kw. tł. nasy.: 16.93 g; Węglowodany ogółem: 354.12 g; W tym cukry: 73.58 g; Błonnik pok.: 21.50 g; Sól: 5.77 g; WW: 33.33 Por; Ener z B.: 12.39 %; Ener z W.: 72.72 %; Ener. z T.: 18.21 %; Potas: 2324.29 mg; Sód: 2312.47 mg;	Wartość energetyczna: 2115.44 kcal; Białko ogółem: 73.29 g; Tłuszcz: 51.77 g; Kw. tł. nasy.: 21.55 g; Węglowodany ogółem: 393.21 g; W tym cukry: 77.14 g; Błonnik pok.: 51.87 g; Sól: 7.65 g; WW: 34.04 Por; Ener z B.: 13.86 %; Ener z W.: 74.35 %; Ener. z T.: 22.03 %; Potas: 3507.09 mg; Sód: 3034.89 mg;	Wartość energetyczna: 1911.44 kcal; Białko ogółem: 72.50 g; Tłuszcz: 51.78 g; Kw. tł. nasy.: 11.26 g; Węglowodany ogółem: 304.91 g; W tym cukry: 40.35 g; Błonnik pok.: 17.94 g; Sól: 6.37 g; WW: 28.65 Por; Ener z B.: 15.17 %; Ener z W.: 63.81 %; Ener. z T.: 24.38 %; Potas: 2313.84 mg; Sód: 2548.35 mg;	Wartość energetyczna: 2106.79 kcal; Białko ogółem: 83.14 g; Tłuszcz: 64.63 g; Kw. tł. nasy.: 14.55 g; Węglowodany ogółem: 347.49 g; W tym cukry: 27.58 g; Błonnik pok.: 47.22 g; Sól: 8.22 g; WW: 29.84 Por; Ener z B.: 15.79 %; Ener z W.: 65.98 %; Ener. z T.: 27.61 %; Potas: 3492.17 mg; Sód: 3281.84 mg;
2026-04-21 wtorek	Śniadanie	Makaron na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Pasta z ryby gotowanej (morszczuk) z warzywami () 60 g (RYB, SEL.) Ogórek kiszony 40 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Makaron na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Pasta z ryby gotowanej (morszczuk) z warzywami () 60 g (RYB, SEL.) Pomidor 40 g	Makaron pełnoziarnisty na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Pasta z ryby gotowanej (morszczuk) z warzywami () 60 g (RYB, SEL.) Ogórek kiszony 40 g	Kasza manna na wodzie 300 ml (GLU PSZ.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Pasta z ryby gotowanej (morszczuk) z warzywami () 60 g (RYB, SEL.) Pomidor 40 g	Kasza manna na wodzie 300 ml (GLU PSZ.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Pasta z ryby gotowanej (morszczuk) z warzywami () 60 g (RYB, SEL.) Ogórek kiszony 40 g
	II ŚN			Jabłko 150 g		Jabłko 150 g
2026-04-21 wtorek	Obiad	Grochowa z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (GLU JĘCZ.) Klopsik wieprzowy 90 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos ziołowy () 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Surówka z rzepy, jabłka i marchewki () 130 g (MLE.) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Solferino () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (GLU JĘCZ.) Klopsik wieprzowy 90 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos ziołowy () 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Szpinak gotowany z olejem* 130 g (GLU PSZ.) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Grochowa z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (GLU JĘCZ.) Klopsik wieprzowy 90 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos ziołowy () 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Surówka z rzepy, jabłka i marchewki () 130 g (MLE.) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml	Solferino (bez mleka) () 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (GLU JĘCZ.) Klopsik wieprzowy 90 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos ziołowy () 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Szpinak gotowany z olejem* 130 g (GLU PSZ.) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Grochowa z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (GLU JĘCZ.) Klopsik wieprzowy 90 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos ziołowy () 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Szpinak gotowany z olejem* 130 g (GLU PSZ.) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml
	PD			Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Miks tłuszczowy do smarowania 76% 5 g (MLE.) Szynka z piersią kurczaka-wędł.z drob.gr.rozd.parzo.w osł.niejadalnej 20 g (SOJ.) Sałata zielona 10 g		Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Szynka z piersią kurczaka-wędł.z drob.gr.rozd.parzo.w osł.niejadalnej 20 g (SOJ.) Sałata zielona 10 g

Jadłospisy za okres od dnia 2026-04-20 do dnia 2026-04-26 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- SOK Podstawowa	SIE- SOK Łatwo strawna	SIE- SOK Z org. łatwoprzyswajalnych węglowodanów	SIE- SOK Bezmleczna	SIE- SOK Z org. łatwoprzyswajalnych węgl. b/ml
2026-04-21 wtorek	Kolacja	Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Miks tłuszczowy do smarowania 76% 10 g (MLE.) Połudwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 40 g (SOJ.) Sałata zielona 10 g	Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Miks tłuszczowy do smarowania 76% 10 g (MLE.) Połudwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 40 g (SOJ.) Sałata zielona 10 g	Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Chleb razowy żytnio-pszenny 150 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Miks tłuszczowy do smarowania 76% 10 g (MLE.) Połudwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 40 g (SOJ.) Sałata zielona 10 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Połudwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 40 g (SOJ.) Sałata zielona 10 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 150 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Połudwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 40 g (SOJ.) Sałata zielona 10 g
	PN			Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Miks tłuszczowy do smarowania 76% 5 g (MLE.) Szyngowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 20 g		Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Szyngowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 20 g
			Wartość energetyczna: 2169.26 kcal; Białko ogółem: 86.23 g; Tłuszcz: 56.17 g; Kw. tł. nasy.: 20.94 g; Węglowodany ogółem: 357.02 g; W tym cukry: 59.70 g; Błonnik pok.: 32.43 g; Sól: 7.74 g; WW: 32.50 Por; Ener z B.: 15.90 %; Ener z W.: 65.83 %; Ener. z T.: 23.30 %; Potas: 2976.70 mg; Sód: 3096.24 mg;	Wartość energetyczna: 2116.65 kcal; Białko ogółem: 85.68 g; Tłuszcz: 54.67 g; Kw. tł. nasy.: 19.97 g; Węglowodany ogółem: 337.79 g; W tym cukry: 58.88 g; Błonnik pok.: 22.38 g; Sól: 6.66 g; WW: 31.69 Por; Ener z B.: 16.19 %; Ener z W.: 63.83 %; Ener. z T.: 23.25 %; Potas: 2958.99 mg; Sód: 2665.73 mg;	Wartość energetyczna: 2416.35 kcal; Białko ogółem: 99.05 g; Tłuszcz: 69.36 g; Kw. tł. nasy.: 25.32 g; Węglowodany ogółem: 409.42 g; W tym cukry: 52.12 g; Błonnik pok.: 53.56 g; Sól: 9.02 g; WW: 35.63 Por; Ener z B.: 16.40 %; Ener z W.: 67.77 %; Ener. z T.: 25.83 %; Potas: 4033.10 mg; Sód: 3618.68 mg;	Wartość energetyczna: 1846.50 kcal; Białko ogółem: 70.07 g; Tłuszcz: 45.73 g; Kw. tł. nasy.: 10.59 g; Węglowodany ogółem: 306.44 g; W tym cukry: 38.75 g; Błonnik pok.: 22.17 g; Sól: 6.26 g; WW: 28.54 Por; Ener z B.: 15.18 %; Ener z W.: 66.38 %; Ener. z T.: 22.29 %; Potas: 2362.19 mg; Sód: 2505.87 mg;
2026-04-22 środa	Śniadanie	Ryż na mleku 300 ml (MLE.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Serek homo. naturalny 60 g (MLE.) Dżem 25 g Sałata zielona 10 g	Ryż na mleku 300 ml (MLE.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Serek homo. naturalny 60 g (MLE.) Dżem 25 g Sałata zielona 10 g	Ryż na mleku 300 ml (MLE.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Serek homo. naturalny 60 g (MLE.) Sałata zielona 10 g	Płatki ryżowe na wodzie 300 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Połudwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 40 g (SOJ.) Dżem 25 g Sałata zielona 10 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Połudwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 40 g (SOJ.) Sałata zielona 10 g
	II ŚN			Jabłko 150 g		Jabłko 150 g

Jadłospisy za okres od dnia 2026-04-20 do dnia 2026-04-26 KUCHNIA SIEDLCE

	SIE- SOK Podstawowa	SIE- SOK Łatwo strawna	SIE- SOK Z org. łatwoprzyswajalnych węglowodanów	SIE- SOK Bezmleczna	SIE- SOK Z org. łatwoprzyswajalnych węgl. b/ml	
2026-04-22 środa	Obiad	Grycikowa () 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki gotowane () 180 g Eskalopka z kurczaka 90 g (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Ogórek kiszony z cebulką z olejem 130 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Grycikowa () 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki gotowane () 180 g Filet z kurczaka pieczony 100 g (GLU PSZ.) Sos brokułowy () 80 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Dyńia z wody 130 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Grycikowa () 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki gotowane () 180 g Filet z kurczaka pieczony 100 g (GLU PSZ.) Sos brokułowy () bez mleka 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Dyńia z wody 130 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Grycikowa () 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki gotowane () 180 g Filet z kurczaka pieczony 100 g (GLU PSZ.) Sos brokułowy () bez mleka 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Dyńia z wody 130 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml	
	PD		Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Sałata zielona 10 g Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 20 g		Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Sałata zielona 10 g Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 20 g	
	Kolacja	Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Miks tłuszczowy do smarowania 76% 10 g (MLE.) Paszтет drobiowy z kurnej półki 60 g (GLU PSZ, JAJ, SEL.) Pomidor 40 g	Pomidor 40 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Miks tłuszczowy do smarowania 76% 10 g (MLE.) Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalanej 40 g (SOJ, SEL, może zawierać: MLE, GOR.)	Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Chleb razowy pszenno-żytni 150 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Miks tłuszczowy do smarowania 76% 10 g (MLE.) Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalanej 40 g (SOJ, SEL, może zawierać: MLE, GOR.) Pomidor 40 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynka z piersią kurczaka-wędł.z drob.gr.rozd.parzo.w osł.niejadalnej 40 g (SOJ.) Pomidor 40 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy pszenno-żytni 150 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynka z piersią kurczaka-wędł.z drob.gr.rozd.parzo.w osł.niejadalnej 40 g (SOJ.) Pomidor 40 g
	PN		Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Miks tłuszczowy do smarowania 76% 5 g (MLE.) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 20 g (SOJ.) Sałata zielona 10 g		Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 20 g (SOJ.) Sałata zielona 10 g	
		Wartość energetyczna: 2038.64 kcal; Białko ogółem: 79.62 g; Tłuszcz: 57.55 g; Kw. tł. nasy.: 16.65 g; Węglowodany ogółem: 320.60 g; W tym cukry: 62.79 g; Błonnik pok.: 20.38 g; Sól: 7.55 g; WW: 30.02 Por; Ener z B.: 15.62 %; Ener z W.: 62.90 %; Ener. z T.: 25.41 %; Potas: 2826.27 mg; Sód: 3017.46 mg;	Wartość energetyczna: 1961.89 kcal; Białko ogółem: 90.28 g; Tłuszcz: 37.27 g; Kw. tł. nasy.: 16.10 g; Węglowodany ogółem: 329.31 g; W tym cukry: 69.37 g; Błonnik pok.: 19.54 g; Sól: 6.44 g; WW: 31.01 Por; Ener z B.: 18.41 %; Ener z W.: 67.14 %; Ener. z T.: 17.10 %; Potas: 3384.12 mg; Sód: 2575.64 mg;	Wartość energetyczna: 2204.92 kcal; Białko ogółem: 104.58 g; Tłuszcz: 52.66 g; Kw. tł. nasy.: 21.35 g; Węglowodany ogółem: 367.15 g; W tym cukry: 46.66 g; Błonnik pok.: 35.50 g; Sól: 10.57 g; WW: 33.17 Por; Ener z B.: 18.97 %; Ener z W.: 66.61 %; Ener. z T.: 21.49 %; Potas: 4002.33 mg; Sód: 4225.97 mg;	Wartość energetyczna: 1763.41 kcal; Białko ogółem: 75.16 g; Tłuszcz: 32.02 g; Kw. tł. nasy.: 7.41 g; Węglowodany ogółem: 316.01 g; W tym cukry: 52.07 g; Błonnik pok.: 19.58 g; Sól: 7.14 g; WW: 29.63 Por; Ener z B.: 17.05 %; Ener z W.: 71.68 %; Ener. z T.: 16.34 %; Potas: 2818.72 mg; Sód: 2851.89 mg;	Wartość energetyczna: 1856.35 kcal; Białko ogółem: 86.56 g; Tłuszcz: 43.14 g; Kw. tł. nasy.: 10.17 g; Węglowodany ogółem: 326.83 g; W tym cukry: 31.68 g; Błonnik pok.: 37.12 g; Sól: 9.56 g; WW: 28.90 Por; Ener z B.: 18.65 %; Ener z W.: 70.42 %; Ener. z T.: 20.92 %; Potas: 3649.61 mg; Sód: 3813.52 mg;

Jadłospisy za okres od dnia 2026-04-20 do dnia 2026-04-26 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- SOK Podstawowa	SIE- SOK Łatwo strawna	SIE- SOK Z org. łatwoprzyswajalnych węglowodanów	SIE- SOK Bezmleczna	SIE- SOK Z org. łatwoprzyswajalnych węgl. b/ml
2026-04-23 czwartek	Śniadanie	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE,) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Pasta z ciecierzycy z warzywami () 60 g (SEL,) Rzodkiew biała 40 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 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 40 g Pomidor 40 g	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE,) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Pasta z ciecierzycy z warzywami () 60 g (SEL,) Rzodkiew biała 40 g	Kasza kukurydziana na wodzie 300 ml Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ,) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 40 g Pomidor 40 g	Kasza kukurydziana na wodzie 300 ml Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Pasta z ciecierzycy z warzywami () 60 g (SEL,) Rzodkiew biała 40 g
	II ŚN			Jogurt naturalny 150 g (MLE,)		Jabłko 150 g
	Obiad	Barszcz czerwony z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Makaron pełnoziarnisty z sosem mięsno-warzywnym, z mięsa drobiowego () 300 g (GLU PSZ, SEL,) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml Surówka wielowarzywna z olejem () 130 g (SEL,)	Barszcz czerwony z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Makaron z sosem mięsno-warzywnym, z mięsa drobiowego () 300 g (GLU PSZ, SEL,) Brokuł gotowany* 130 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Makaron pełnoziarnisty z sosem mięsno-warzywnym, z mięsa drobiowego () 300 g (GLU PSZ, SEL,) Surówka wielowarzywna z olejem b/c () 130 g (SEL,) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami (bez mleka) () 300 ml (GLU PSZ, SEL,) Makaron z sosem mięsno-warzywnym, z mięsa drobiowego () 300 g (GLU PSZ, SEL,) Brokuł gotowany* 130 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami (bez mleka) () 300 ml (GLU PSZ, SEL,) Makaron pełnoziarnisty z sosem mięsno-warzywnym, z mięsa drobiowego () 300 g (GLU PSZ, SEL,) Surówka wielowarzywna z olejem b/c () 130 g (SEL,) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml
	PD			Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło extra 82% 5 g (MLE,) Połędwica Sopotcka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 20 g (SOJ,) Sałata zielona 10 g		Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Połędwica Sopotcka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 20 g (SOJ,) Sałata zielona 10 g
Kolacja	Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,) Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Miks tłuszczowy do smarowania 76% 10 g (MLE,) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy parzony w osłonce niejadalnej 40 g (może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR,) Sałata zielona 10 g	Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ,) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Miks tłuszczowy do smarowania 76% 10 g (MLE,) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy parzony w osłonce niejadalnej 40 g (może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR,) Sałata zielona 10 g	Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy parzony w osłonce niejadalnej 40 g (może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR,) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,) Chleb razowy żytnio-pszenny 150 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Miks tłuszczowy do smarowania 76% 10 g (MLE,) Sałata zielona 10 g	Kawa zbożowa z/c 250 ml (GLU ŻYT, GLU JĘCZ,) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ,) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 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 40 g Sałata zielona 10 g	Kawa zbożowa b/c 250 ml (GLU ŻYT, GLU JĘCZ,) Chleb razowy żytnio-pszenny 150 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 40 g Sałata zielona 10 g	

Jadłospisy za okres od dnia 2026-04-20 do dnia 2026-04-26 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- SOK Podstawowa	SIE- SOK Łatwo strawna	SIE- SOK Z org. łatwoprzyswajalnych węglowodanów	SIE- SOK Bezmleczna	SIE- SOK Z org. łatwoprzyswajalnych węgl. b/ml
2026-04-23 czwartek	PN			Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Miks tłuszczowy do smarowania 76% 5 g (MLE.) Połudwica Sopotcka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 20 g (SOJ.) Sałata zielona 10 g		Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Połudwica Sopotcka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 20 g (SOJ.) Sałata zielona 10 g
		Wartość energetyczna: 2127.24 kcal; Białko ogółem: 69.94 g; Tłuszcz: 59.62 g; Kw. tł. nasy.: 19.20 g; Węglowodany ogółem: 350.23 g; W tym cukry: 69.08 g; Błonnik pok.: 34.27 g; Sól: 7.10 g; WW: 31.66 Por; Ener z B.: 13.15 %; Ener z W.: 65.86 %; Ener. z T.: 25.22 %; Potas: 2925.28 mg; Sód: 2841.58 mg;	Wartość energetyczna: 2022.41 kcal; Białko ogółem: 75.74 g; Tłuszcz: 49.90 g; Kw. tł. nasy.: 18.80 g; Węglowodany ogółem: 333.53 g; W tym cukry: 62.62 g; Błonnik pok.: 20.29 g; Sól: 7.21 g; WW: 31.33 Por; Ener z B.: 14.98 %; Ener z W.: 65.97 %; Ener. z T.: 22.21 %; Potas: 2809.97 mg; Sód: 2889.00 mg;	Wartość energetyczna: 2389.75 kcal; Białko ogółem: 88.44 g; Tłuszcz: 73.94 g; Kw. tł. nasy.: 26.17 g; Węglowodany ogółem: 392.51 g; W tym cukry: 50.78 g; Błonnik pok.: 52.74 g; Sól: 8.63 g; WW: 34.03 Por; Ener z B.: 14.80 %; Ener z W.: 65.70 %; Ener. z T.: 27.85 %; Potas: 4071.21 mg; Sód: 3448.99 mg;	Wartość energetyczna: 1804.17 kcal; Białko ogółem: 63.82 g; Tłuszcz: 40.40 g; Kw. tł. nasy.: 9.09 g; Węglowodany ogółem: 312.34 g; W tym cukry: 42.60 g; Błonnik pok.: 20.30 g; Sól: 6.99 g; WW: 29.15 Por; Ener z B.: 14.15 %; Ener z W.: 69.25 %; Ener. z T.: 20.16 %; Potas: 2164.55 mg; Sód: 2797.94 mg;	Wartość energetyczna: 2156.61 kcal; Białko ogółem: 70.74 g; Tłuszcz: 62.12 g; Kw. tł. nasy.: 12.50 g; Węglowodany ogółem: 380.15 g; W tym cukry: 38.98 g; Błonnik pok.: 55.75 g; Sól: 8.20 g; WW: 32.45 Por; Ener z B.: 13.12 %; Ener z W.: 70.51 %; Ener. z T.: 25.92 %; Potas: 3325.55 mg; Sód: 3277.63 mg;
2026-04-24 piątek	Śniadanie	Zacierka na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Dżem 50 g Twarożek 60 g (MLE.) Jabłko 150 g	Zacierka na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Dżem 25 g Twarożek 60 g (MLE.) Jabłko 150 g	Zacierka na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Twarożek 60 g (MLE.) Sałata zielona 10 g	Płatki pszenne na wodzie 300 ml (GLU PSZ.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 40 g (SOJ.) Jabłko 150 g	Płatki pszenne na wodzie 300 ml (GLU PSZ.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 40 g (SOJ.) Sałata zielona 10 g
	II ŚN			Jabłko 150 g		Jabłko 150 g
	Obiad	Kalafiorowa z ryżem () 300 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane () 180 g Ryba pieczona (Morszczuk) 90 g (RYB.) Surówka żydowska z olejem () 130 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*/z/c 250 ml Sos koperkowy * 80 ml (GLU PSZ, MLE.)	Ryżowa () 300 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane () 180 g Ryba pieczona (Morszczuk) 90 g (RYB.) Sos koperkowy * 80 ml (GLU PSZ, MLE.) Warzywa po grecku () 130 g (GLU PSZ, SEL.) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*/z/c 250 ml	Kalafiorowa z ryżem () 300 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane () 180 g Ryba pieczona (Morszczuk) 90 g (RYB.) Sos koperkowy * 80 ml (GLU PSZ, MLE.) Surówka żydowska z olejem b/c () 130 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*/z/c 250 ml	Kalafiorowa z ryżem (bez mleka) () 300 ml (SEL.) Ziemniaki gotowane () 180 g Ryba pieczona (Morszczuk) 90 g (RYB.) Sos koperkowy *(bez mleka) 80 ml (GLU PSZ.) Warzywa po grecku () 130 g (GLU PSZ, SEL.) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*/z/c 250 ml	Kalafiorowa z ryżem (bez mleka) () 300 ml (SEL.) Ziemniaki gotowane () 180 g Ryba pieczona (Morszczuk) 90 g (RYB.) Sos koperkowy *(bez mleka) 80 ml (GLU PSZ.) Surówka żydowska z olejem b/c () 130 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*/z/c 250 ml

Jadłospisy za okres od dnia 2026-04-20 do dnia 2026-04-26 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- SOK Podstawowa	SIE- SOK Łatwo strawna	SIE- SOK Z org. łatwoprzyswajalnych węglowodanów	SIE- SOK Bezmleczna	SIE- SOK Z org. łatwoprzyswajalnych węgl. b/ml
2026-04-24 piątek	PD			Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Serek homo z natką pietruszki 40 g (MLE.) Sałata zielona 10 g Masło extra 82% 5 g (MLE.)		Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Połudwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 20 g (SOJ.) Sałata zielona 10 g
	Kolacja	Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Miks tłuszczowy do smarowania 76% 10 g (MLE.) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 60 g (JAJ, MLE.) Pomidor 40 g	Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Miks tłuszczowy do smarowania 76% 10 g (MLE.) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 60 g (JAJ, MLE.) Pomidor 40 g	Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 150 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Miks tłuszczowy do smarowania 76% 10 g (MLE.) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 60 g (JAJ, MLE.) Pomidor 40 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Jajko gotowane kl M 2 szt (JAJ.) Pomidor 40 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 150 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Jajko gotowane kl M 2 szt (JAJ.) Pomidor 40 g
	PN			Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Miks tłuszczowy do smarowania 76% 5 g (MLE.) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 20 g		Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 20 g
		Wartość energetyczna: 2143.74 kcal; Białko ogółem: 91.24 g; Tłuszcz: 52.69 g; Kw. tł. nasy.: 20.16 g; Węglowodany ogółem: 347.55 g; W tym cukry: 93.39 g; Błonnik pok.: 24.67 g; Sól: 7.05 g; WW: 32.24 Por; Ener z B.: 17.02 %; Ener z W.: 64.85 %; Ener. z T.: 22.12 %; Potas: 3482.54 mg; Sód: 2815.38 mg;	Wartość energetyczna: 2183.32 kcal; Białko ogółem: 95.13 g; Tłuszcz: 50.42 g; Kw. tł. nasy.: 20.01 g; Węglowodany ogółem: 353.57 g; W tym cukry: 89.36 g; Błonnik pok.: 22.74 g; Sól: 6.06 g; WW: 33.12 Por; Ener z B.: 17.43 %; Ener z W.: 64.78 %; Ener. z T.: 20.79 %; Potas: 3632.17 mg; Sód: 2421.71 mg;	Wartość energetyczna: 2276.87 kcal; Białko ogółem: 108.38 g; Tłuszcz: 64.33 g; Kw. tł. nasy.: 25.14 g; Węglowodany ogółem: 361.23 g; W tym cukry: 50.77 g; Błonnik pok.: 40.24 g; Sól: 8.07 g; WW: 32.05 Por; Ener z B.: 19.04 %; Ener z W.: 63.46 %; Ener. z T.: 25.43 %; Potas: 4234.75 mg; Sód: 3221.46 mg;	Wartość energetyczna: 1882.89 kcal; Białko ogółem: 81.82 g; Tłuszcz: 43.65 g; Kw. tł. nasy.: 10.19 g; Węglowodany ogółem: 310.19 g; W tym cukry: 58.11 g; Błonnik pok.: 25.19 g; Sól: 7.12 g; WW: 28.46 Por; Ener z B.: 17.38 %; Ener z W.: 65.90 %; Ener. z T.: 20.86 %; Potas: 3100.22 mg; Sód: 2843.93 mg;	Wartość energetyczna: 1997.38 kcal; Białko ogółem: 91.11 g; Tłuszcz: 57.32 g; Kw. tł. nasy.: 13.27 g; Węglowodany ogółem: 331.27 g; W tym cukry: 28.56 g; Błonnik pok.: 45.04 g; Sól: 9.41 g; WW: 28.52 Por; Ener z B.: 18.25 %; Ener z W.: 66.34 %; Ener. z T.: 25.83 %; Potas: 3747.27 mg; Sód: 3754.32 mg;

Jadłospisy za okres od dnia 2026-04-20 do dnia 2026-04-26 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- SOK Podstawowa	SIE- SOK Łatwo strawna	SIE- SOK Z org. łatwoprzyswajalnych węglowodanów	SIE- SOK Bezmleczna	SIE- SOK Z org. łatwoprzyswajalnych węgl. b/ml
2026-04-25 sobota	Śniadanie	Płatki pszenne na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Parówki drobiowe (kieł drobno rozdr. wędz., parz w osłonce niejadalnej) 60 g (SOJ.) Sałata zielona 10 g Ketchup 20 g (SEL.)	Płatki pszenne na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Szynka gotowana wieprzowa wędzona parzona, zawiera wodę dodaną, w siatce niejadalnej 40 g (SOJ. może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU OW.) Sałata zielona 10 g	Płatki pszenne na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Szynka gotowana wieprzowa wędzona parzona, zawiera wodę dodaną, w siatce niejadalnej 40 g (SOJ. może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU OW.) Sałata zielona 10 g	Płatki pszenne na wodzie 300 ml (GLU PSZ.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynka z piersią kurczaka-wędł.z drob.gr.rozd.parzo.w osł.niejadalnej 40 g (SOJ.) Sałata zielona 10 g	Płatki pszenne na wodzie 300 ml (GLU PSZ.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynka z piersią kurczaka-wędł.z drob.gr.rozd.parzo.w osł.niejadalnej 40 g (SOJ.) Sałata zielona 10 g
	IIi ŚN			Jabłko 150 g		Jabłko 150 g
	Obiad	Selerowa z ziemniakami () 300 ml (MLE, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (GLU JĘCZ.) Gulasz z udźca kurczaka 120 g (GLU PSZ.) Surówka wykwinna z olejem b/c 130 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*/z/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami - dieta () 300 ml (MLE, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (GLU JĘCZ.) Gulasz z udźca kurczaka 120 g (GLU PSZ.) Buraczki gotowane drobno tarte () 130 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*/z/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami () 300 ml (MLE, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (GLU JĘCZ.) Gulasz z udźca kurczaka 120 g (GLU PSZ.) Surówka wykwinna z olejem b/c 130 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami (bez mleka) () 300 ml (SEL.) Gulasz z udźca kurczaka 120 g (GLU PSZ.) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (GLU JĘCZ.) Buraczki gotowane drobno tarte () 130 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*/z/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami (bez mleka) () 300 ml (SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (GLU JĘCZ.) Gulasz z udźca kurczaka 120 g (GLU PSZ.) Buraczki gotowane drobno tarte () b/c 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml
PD			Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Miks tłuszczowy do smarowania 76% 5 g (MLE.) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 20 g Sałata zielona 10 g		Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 20 g Sałata zielona 10 g	

Jadłospisy za okres od dnia 2026-04-20 do dnia 2026-04-26 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- SOK Podstawowa	SIE- SOK Łatwo strawna	SIE- SOK Z org. łatwoprzyswajalnych węglowodanów	SIE- SOK Bezmleczna	SIE- SOK Z org. łatwoprzyswajalnych węgl. b/ml
2026-04-25 sobota	Kolacja	Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Miks tłuszczowy do smarowania 76% 10 g (MLE.) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy parzony w osłonce niejadalnej 40 g (może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.) Rzodkiew biała 40 g	Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Miks tłuszczowy do smarowania 76% 10 g (MLE.) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy parzony w osłonce niejadalnej 40 g (może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.) Pomidor 40 g	Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Chleb razowy żytnio-pszenny 150 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Miks tłuszczowy do smarowania 76% 10 g (MLE.) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy parzony w osłonce niejadalnej 40 g (może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.) Rzodkiew biała 40 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 40 g (SOJ.) Pomidor 40 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 150 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 40 g (SOJ.) Pomidor 40 g
	PN			Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Miks tłuszczowy do smarowania 76% 5 g (MLE.) Połędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 20 g (SOJ.) Sałata zielona 10 g		Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Połędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 20 g (SOJ.) Sałata zielona 10 g
		Wartość energetyczna: 2124.30 kcal; Białko ogółem: 69.61 g; Tłuszcz: 70.17 g; Kw. tł. nasy.: 22.99 g; Węglowodany ogółem: 327.00 g; W tym cukry: 63.57 g; Błonnik pok.: 30.48 g; Sól: 8.59 g; WW: 29.74 Por; Ener z B.: 13.11 %; Ener z W.: 61.57 %; Ener. z T.: 29.73 %; Potas: 2851.31 mg; Sód: 3401.55 mg;	Wartość energetyczna: 1950.26 kcal; Białko ogółem: 72.24 g; Tłuszcz: 46.56 g; Kw. tł. nasy.: 19.04 g; Węglowodany ogółem: 328.85 g; W tym cukry: 68.37 g; Błonnik pok.: 24.60 g; Sól: 7.69 g; WW: 30.47 Por; Ener z B.: 14.82 %; Ener z W.: 67.45 %; Ener. z T.: 21.49 %; Potas: 2902.23 mg; Sód: 3077.33 mg;	Wartość energetyczna: 2259.83 kcal; Białko ogółem: 83.11 g; Tłuszcz: 71.43 g; Kw. tł. nasy.: 24.26 g; Węglowodany ogółem: 375.50 g; W tym cukry: 53.66 g; Błonnik pok.: 51.25 g; Sól: 8.96 g; WW: 32.45 Por; Ener z B.: 14.71 %; Ener z W.: 66.47 %; Ener. z T.: 28.45 %; Potas: 3743.33 mg; Sód: 3576.71 mg;	Wartość energetyczna: 1675.08 kcal; Białko ogółem: 60.27 g; Tłuszcz: 35.96 g; Kw. tł. nasy.: 7.99 g; Węglowodany ogółem: 305.58 g; W tym cukry: 48.55 g; Błonnik pok.: 24.60 g; Sól: 7.42 g; WW: 28.13 Por; Ener z B.: 14.39 %; Ener z W.: 72.97 %; Ener. z T.: 19.32 %; Potas: 2325.29 mg; Sód: 2966.25 mg;	Wartość energetyczna: 1936.73 kcal; Białko ogółem: 73.26 g; Tłuszcz: 48.16 g; Kw. tł. nasy.: 11.02 g; Węglowodany ogółem: 367.15 g; W tym cukry: 47.00 g; Błonnik pok.: 52.75 g; Sól: 9.28 g; WW: 31.38 Por; Ener z B.: 15.13 %; Ener z W.: 75.83 %; Ener. z T.: 22.38 %; Potas: 3761.37 mg; Sód: 3699.84 mg;
2026-04-26 niedziela	Śniadanie	Kasza manna na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Twarożek z koperkiem 60 g (MLE.) Sałata zielona 10 g	Kasza manna na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Twarożek z koperkiem 60 g (MLE.) Sałata zielona 10 g	Kasza jęczmienna na mleku 300 ml (MLE, GLU JĘCZ.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Twarożek z koperkiem 60 g (MLE.) Sałata zielona 10 g	Kasza manna na wodzie 300 ml (GLU PSZ.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Sałata zielona 10 g	Kasza manna na wodzie 300 ml (GLU PSZ.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Sałata zielona 10 g
	II ŚN			Jabłko 150 g		Jabłko 150 g

Jadłospisy za okres od dnia 2026-04-20 do dnia 2026-04-26 KUCHNIA SIEDLCE

	SIE- SOK Podstawowa	SIE- SOK Łatwo strawna	SIE- SOK Z org. łatwoprzyswajalnych węglowodanów	SIE- SOK Bezmleczna	SIE- SOK Z org. łatwoprzyswajalnych węgl. b/ml
Obiad	Pomidorowa z makaronem () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane () 180 g Schab duszony 90 g Sos własny () 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Surówka z kapusty białej z olejem b/c () 130 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane () 180 g Schab duszony 90 g Sos własny () 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 130 g (SEL.) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane () 180 g Schab duszony 90 g Sos własny () 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Surówka z kapusty białej z olejem b/c () 130 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem (bez mleka) () 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki gotowane () 180 g Schab duszony 90 g Sos własny () 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 130 g (SEL.) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem (bez mleka) () 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki gotowane () 180 g Schab duszony 90 g Sos własny () 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Surówka z kapusty białej z olejem b/c () 130 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml
PD			Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Miks tłuszczowy do smarowania 76% 5 g (MLE.) Połudwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 20 g (SOJ.) Sałata zielona 10 g		Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Połudwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 20 g (SOJ.) Sałata zielona 10 g
2026-04-26 niedziela Kolacja	Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Miks tłuszczowy do smarowania 76% 10 g (MLE.) Połudwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 40 g (SOJ.) Pomidor 40 g	Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Miks tłuszczowy do smarowania 76% 10 g (MLE.) Połudwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 40 g (SOJ.) Pomidor 40 g	Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Chleb razowy żytnio-pszenny 150 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Miks tłuszczowy do smarowania 76% 10 g (MLE.) Połudwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 40 g (SOJ.) Pomidor 40 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Połudwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 40 g (SOJ.) Pomidor 40 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 150 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Połudwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 40 g (SOJ.) Pomidor 40 g
PN			Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Miks tłuszczowy do smarowania 76% 5 g (MLE.) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 20 g (SOJ.) Sałata zielona 10 g		Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 20 g (SOJ.) Sałata zielona 10 g
	Wartość energetyczna: 1968.88 kcal; Białko ogółem: 89.08 g; Tłuszcz: 46.52 g; Kw. tł. nasy.: 19.58 g; Węglowodany ogółem: 320.98 g; W tym cukry: 64.27 g; Błonnik pok.: 24.21 g; Sól: 6.72 g; WW: 29.73 Por; Ener z B.: 18.10 %; Ener z W.: 65.21 %; Ener. z T.: 21.27 %; Potas: 3511.58 mg; Sód: 2685.41 mg;	Wartość energetyczna: 2016.58 kcal; Białko ogółem: 91.87 g; Tłuszcz: 46.66 g; Kw. tł. nasy.: 19.55 g; Węglowodany ogółem: 324.66 g; W tym cukry: 65.92 g; Błonnik pok.: 22.63 g; Sól: 6.82 g; WW: 30.29 Por; Ener z B.: 18.22 %; Ener z W.: 64.40 %; Ener. z T.: 20.83 %; Potas: 3652.28 mg; Sód: 2719.71 mg;	Wartość energetyczna: 2225.98 kcal; Białko ogółem: 104.22 g; Tłuszcz: 58.56 g; Kw. tł. nasy.: 23.87 g; Węglowodany ogółem: 370.71 g; W tym cukry: 56.83 g; Błonnik pok.: 45.18 g; Sól: 8.10 g; WW: 32.66 Por; Ener z B.: 18.73 %; Ener z W.: 66.61 %; Ener. z T.: 23.68 %; Potas: 4573.46 mg; Sód: 3237.80 mg;	Wartość energetyczna: 1725.74 kcal; Białko ogółem: 74.69 g; Tłuszcz: 36.30 g; Kw. tł. nasy.: 8.94 g; Węglowodany ogółem: 293.26 g; W tym cukry: 44.19 g; Błonnik pok.: 22.39 g; Sól: 7.31 g; WW: 27.10 Por; Ener z B.: 17.31 %; Ener z W.: 67.97 %; Ener. z T.: 18.93 %; Potas: 2990.85 mg; Sód: 2918.25 mg;	Wartość energetyczna: 1936.99 kcal; Białko ogółem: 85.88 g; Tłuszcz: 48.24 g; Kw. tł. nasy.: 11.81 g; Węglowodany ogółem: 342.37 g; W tym cukry: 35.16 g; Błonnik pok.: 45.44 g; Sól: 8.58 g; WW: 29.68 Por; Ener z B.: 17.73 %; Ener z W.: 70.70 %; Ener. z T.: 22.41 %; Potas: 3895.88 mg; Sód: 3427.03 mg;

Jadłospisy za okres od dnia 2026-04-20 do dnia 2026-04-26 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- SOK Bogatobiałkowa	SIE- SOK Z ogr. tłuszczu	SIE- SOK Rozdrobniona/mielona	SIE- SOK Położnicza	SIE- SOK Dzieci 4-16 podstawa
2026-04-20 poniedziałek	Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalanej 40 g (SOJ, SEL, może zawierać: MLE, GOR.) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 40 g Pomidor 40 g	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalanej 40 g (SOJ, SEL, może zawierać: MLE, GOR.) Pomidor b/skórki 40 g	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalanej mielona 40 g (SOJ, SEL, może zawierać: MLE, GOR.)	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalanej 40 g (SOJ, SEL, może zawierać: MLE, GOR.) Pomidor 40 g	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalanej 40 g (SOJ, SEL, może zawierać: MLE, GOR.) Pomidor 40 g
	II ŚN	Mandarynka 1 szt			Mandarynka 1 szt	
	Obiad	Wielowarzywna z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryż z jabłkiem prażonym i cynamonem 300 g Sos jogurtowy naturalny 100 g (MLE.) Surówka z marchwi z olejem b/c () 130 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Wielowarzywna z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryż z jabłkiem prażonym i cynamonem 200 g Sos jogurtowy naturalny 100 g (MLE.) Marchew gotowana z olejem () 130 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Wielowarzywna z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryż z jabłkiem prażonym i cynamonem 300 g Sos jogurtowy naturalny 100 g (MLE.) Marchew gotowana z olejem () 130 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Wielowarzywna z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryż z jabłkiem prażonym i cynamonem 300 g Sos jogurtowy naturalny 100 g (MLE.) Surówka z marchwi z olejem b/c () 130 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Kapuśniak z kapusty kiszonej () 300 ml (GLU PSZ, SEL, GOR.) Ryż z jabłkiem prażonym i cynamonem 300 g Sos jogurtowy naturalny 100 g (MLE.) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml Surówka z marchwi z olejem b/c () 130 g
	PD	Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml (MLE.)				Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml (MLE.)
Kolacja	Salata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Miks tłuszczowy do smarowania 76% 10 g (MLE.) Twarożek z koperkiem 60 g (MLE.)	Salata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g (GLU PSZ.) Miks tłuszczowy do smarowania 76% 5 g (MLE.) Twarożek z koperkiem 60 g (MLE.)	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Miks tłuszczowy do smarowania 76% 10 g (MLE.) Twarożek z koperkiem 60 g (MLE.)	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Miks tłuszczowy do smarowania 76% 10 g (MLE.) Twarożek z koperkiem 60 g (MLE.) Salata zielona 10 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Miks tłuszczowy do smarowania 76% 10 g (MLE.) Twarożek z koperkiem 60 g (MLE.) Salata zielona 10 g	

Jadłospisy za okres od dnia 2026-04-20 do dnia 2026-04-26 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- SOK Bogatobiałkowa	SIE- SOK Z ogr. tłuszczu	SIE- SOK Rozdrobniona/mielona	SIE- SOK Położnicza	SIE- SOK Dzieci 4-16 podstawa
2026-04-20 poniedziałek	PN					
		Wartość energetyczna: 2234.89 kcal; Białko ogółem: 75.06 g; Tłuszcz: 44.62 g; Kw. tł. nasy.: 19.63 g; Węglowodany ogółem: 400.46 g; W tym cukry: 108.12 g; Błonnik pok.: 23.44 g; Sól: 7.00 g; WW: 37.73 Por; Ener z B.: 13.43 %; Ener z W.: 71.67 %; Ener. z T.: 17.97 %; Potas: 2797.22 mg; Sód: 2801.50 mg;	Wartość energetyczna: 1767.26 kcal; Białko ogółem: 62.64 g; Tłuszcz: 30.17 g; Kw. tł. nasy.: 12.23 g; Węglowodany ogółem: 324.73 g; W tym cukry: 71.24 g; Błonnik pok.: 18.80 g; Sól: 4.79 g; WW: 30.73 Por; Ener z B.: 14.18 %; Ener z W.: 73.50 %; Ener. z T.: 15.36 %; Potas: 2471.14 mg; Sód: 1924.69 mg;	Wartość energetyczna: 1930.70 kcal; Białko ogółem: 59.77 g; Tłuszcz: 38.40 g; Kw. tł. nasy.: 16.85 g; Węglowodany ogółem: 352.33 g; W tym cukry: 72.45 g; Błonnik pok.: 20.96 g; Sól: 5.78 g; WW: 33.19 Por; Ener z B.: 12.38 %; Ener z W.: 73.00 %; Ener. z T.: 17.90 %; Potas: 2196.42 mg; Sód: 2313.12 mg;	Wartość energetyczna: 1992.72 kcal; Białko ogółem: 60.91 g; Tłuszcz: 39.60 g; Kw. tł. nasy.: 16.95 g; Węglowodany ogółem: 365.32 g; W tym cukry: 82.78 g; Błonnik pok.: 23.40 g; Sól: 5.77 g; WW: 34.23 Por; Ener z B.: 12.23 %; Ener z W.: 73.33 %; Ener. z T.: 17.88 %; Potas: 2513.29 mg; Sód: 2313.47 mg;	Wartość energetyczna: 2211.40 kcal; Białko ogółem: 65.68 g; Tłuszcz: 49.77 g; Kw. tł. nasy.: 20.78 g; Węglowodany ogółem: 399.04 g; W tym cukry: 107.60 g; Błonnik pok.: 28.48 g; Sól: 6.92 g; WW: 37.05 Por; Ener z B.: 11.88 %; Ener z W.: 72.18 %; Ener. z T.: 20.26 %; Potas: 2873.86 mg; Sód: 2764.04 mg;
2026-04-21 wtorek	Śniadanie	Makaron na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Pasta z ryby gotowanej (morszczuk) z warzywami () 60 g (<u>RYB, SEL.</u>) Pomidor 40 g	Makaron na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Pasta z ryby gotowanej (morszczuk) z warzywami () 60 g (<u>RYB, SEL.</u>) Pomidor b/skórki 40 g	Makaron na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Pasta z ryby gotowanej (morszczuk) z warzywami () 60 g (<u>RYB, SEL.</u>)	Makaron na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Pasta z ryby gotowanej (morszczuk) z warzywami () 60 g (<u>RYB, SEL.</u>) Ogórek kiszony 40 g	Makaron 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>) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Pasta z ryby gotowanej (morszczuk) z warzywami () 60 g (<u>RYB, SEL.</u>) Ogórek kiszony 40 g
	II ŚN	Jabłko pieczone 150 g			Jogurt o smaku brzoskwiowym-ww 150 ml (<u>MLE.</u>) Jabłko 150 g	Jabłko 150 g
	Obiad	Solferino () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (<u>GLU JĘCZ.</u>) Klopsik wieprzowy 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos ziołowy () 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Szpinak gotowany z olejem* 130 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Solferino () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (<u>GLU JĘCZ.</u>) Mięso wieprzowe mielone w sosie w 90 g (<u>GLU PSZ.</u>) Sos ziołowy () 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Szpinak gotowany z olejem* 130 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Solferino () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (<u>GLU JĘCZ.</u>) Klopsik wieprzowy 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos ziołowy () 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Surówka z rzepy, jabłka i marchewki () 130 g (<u>MLE.</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Grochowa z ziemniakami () 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (<u>GLU JĘCZ.</u>) Klopsik wieprzowy 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos ziołowy () 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Surówka z rzepy, jabłka i marchewki () 130 g (<u>MLE.</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	
	PD	Ciasto drożdżowe 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>)				Ciasto drożdżowe 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>)

Jadłospisy za okres od dnia 2026-04-20 do dnia 2026-04-26 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- SOK Bogatobiałkowa	SIE- SOK Z ogr. tłuszczu	SIE- SOK Rozdrobniona/mielona	SIE- SOK Położnicza	SIE- SOK Dzieci 4-16 podstawa
2026-04-21 wtorek	Kolacja	Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Miks tłuszczowy do smarowania 76% 10 g (MLE.) Połędwica Sopotcka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 40 g (SOJ.) Sałata zielona 10 g	Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Bułka pszenna długa krojona 150 g (GLU PSZ.) Miks tłuszczowy do smarowania 76% 5 g (MLE.) Połędwica Sopotcka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 40 g (SOJ.) Sałata zielona 10 g	Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Miks tłuszczowy do smarowania 76% 10 g (MLE.) Połędwica Sopotcka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona mielona 40 g (SOJ.)	Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Miks tłuszczowy do smarowania 76% 10 g (MLE.) Połędwica Sopotcka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 40 g (SOJ.) Sałata zielona 10 g	Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Miks tłuszczowy do smarowania 76% 10 g (MLE.) Połędwica Sopotcka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 40 g (SOJ.) Sałata zielona 10 g
	PN					
		Wartość energetyczna: 2450.15 kcal; Białko ogółem: 90.83 g; Tłuszcz: 57.02 g; Kw. tł. nasy.: 20.63 g; Węglowodany ogółem: 385.14 g; W tym cukry: 78.93 g; Błonnik pok.: 26.08 g; Sól: 7.03 g; WW: 36.04 Por; Ener. z B.: 14.83 %; Ener z W.: 62.88 %; Ener. z T.: 20.94 %; Potas: 3159.99 mg; Sód: 2810.73 mg;	Wartość energetyczna: 2074.43 kcal; Białko ogółem: 89.79 g; Tłuszcz: 47.04 g; Kw. tł. nasy.: 15.39 g; Węglowodany ogółem: 337.49 g; W tym cukry: 60.60 g; Błonnik pok.: 20.11 g; Sól: 5.68 g; WW: 31.98 Por; Ener. z B.: 17.31 %; Ener z W.: 65.08 %; Ener. z T.: 20.41 %; Potas: 3120.90 mg; Sód: 2280.79 mg;	Wartość energetyczna: 2170.51 kcal; Białko ogółem: 87.85 g; Tłuszcz: 58.68 g; Kw. tł. nasy.: 20.51 g; Węglowodany ogółem: 340.23 g; W tym cukry: 57.40 g; Błonnik pok.: 22.10 g; Sól: 6.93 g; WW: 31.95 Por; Ener. z B.: 16.19 %; Ener z W.: 62.70 %; Ener. z T.: 24.33 %; Potas: 2857.42 mg; Sód: 2771.03 mg;	Wartość energetyczna: 2429.86 kcal; Białko ogółem: 96.66 g; Tłuszcz: 59.84 g; Kw. tł. nasy.: 22.71 g; Węglowodany ogółem: 399.07 g; W tym cukry: 80.37 g; Błonnik pok.: 31.53 g; Sól: 7.91 g; WW: 36.80 Por; Ener. z B.: 15.91 %; Ener z W.: 65.70 %; Ener. z T.: 22.16 %; Potas: 3402.30 mg; Sód: 3169.84 mg;	Wartość energetyczna: 2502.76 kcal; Białko ogółem: 91.38 g; Tłuszcz: 58.52 g; Kw. tł. nasy.: 21.60 g; Węglowodany ogółem: 404.37 g; W tym cukry: 79.75 g; Błonnik pok.: 36.13 g; Sól: 8.11 g; WW: 36.85 Por; Ener. z B.: 14.60 %; Ener z W.: 64.63 %; Ener. z T.: 21.04 %; Potas: 3177.70 mg; Sód: 3241.24 mg;
2026-04-22 środa	Śniadanie	Ryż na mleku 300 ml (MLE.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Serek homo. naturalny 60 g (MLE.) Dżem 25 g Sałata zielona 10 g	Ryż na mleku 300 ml (MLE.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Serek homo. naturalny 60 g (MLE.) Dżem 25 g Sałata zielona 10 g	Ryż na mleku 300 ml (MLE.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Serek homo. naturalny 60 g (MLE.) Dżem 25 g	Ryż na mleku 300 ml (MLE.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Serek homo. naturalny 60 g (MLE.) Dżem 25 g Sałata zielona 10 g	Ryż na mleku 300 ml (MLE.) Kakao z mlekiem z/c 250 ml (MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Serek homo. naturalny 60 g (MLE.) Dżem 25 g Sałata zielona 10 g
	II ŚN	Banan 150 g			Banan 150 g Maślanka truskawkowa 200 ml (MLE.)	Banan 150 g

Jadłospisy za okres od dnia 2026-04-20 do dnia 2026-04-26 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- SOK Bogatobiałkowa	SIE- SOK Z ogr. tłuszczu	SIE- SOK Rozdrobniona/mielona	SIE- SOK Położnicza	SIE- SOK Dzieci 4-16 podstawa	
2026-04-22 środa	Obiad	Grysikowa () 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 180 g Filet z kurczaka pieczony 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Sos brokułowy () 80 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Dyńa z wody 130 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Grysikowa () 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane puree () 180 g (<u>MLE.</u>) Filet z kurczaka pieczony rozdrobniony 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Sos brokułowy () 80 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Dyńa z wody 130 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Grysikowa () 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 180 g Filet z kurczaka pieczony 90 g (<u>GLU PSZ.</u>) Sos brokułowy () 80 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ogórek kiszony z cebulką z olejem 130 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Grysikowa () 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 180 g Filet z kurczaka pieczony 90 g (<u>GLU PSZ.</u>) Sos brokułowy () 80 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ogórek kiszony z cebulką z olejem 130 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Grysikowa () 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 180 g Eskalopka z kurczaka 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>) Ogórek kiszony z cebulką z olejem 130 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	
	PD	Maślanka truskawkowa 200 ml (<u>MLE.</u>)				Maślanka truskawkowa 200 ml (<u>MLE.</u>)	
	Kolacja	Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Miks tłuszczowy do smarowania 76% 10 g (<u>MLE.</u>) Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalanej 40 g (<u>SOJ, SEL, może zawierać: MLE, GOR.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Pomidor 40 g	Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalanej 40 g (<u>SOJ, SEL, może zawierać: MLE, GOR.</u>) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>) Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Miks tłuszczowy do smarowania 76% 5 g (<u>MLE.</u>) Pomidor b/skórki 40 g	Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Miks tłuszczowy do smarowania 76% 10 g (<u>MLE.</u>) Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalanej mielona 40 g (<u>SOJ, SEL, może zawierać: MLE, GOR.</u>)	Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Miks tłuszczowy do smarowania 76% 10 g (<u>MLE.</u>) Paszтет drobiowy z kurnej półki 60 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL.</u>) Pomidor 40 g	Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Paszтет drobiowy z kurnej półki 60 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL.</u>) Miks tłuszczowy do smarowania 76% 10 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 40 g	
	PN						
		Wartość energetyczna: 2325.39 kcal; Białko ogółem: 104.43 g; Tłuszcz: 45.57 g; Kw. tł. nasy.: 19.77 g; Węglowodany ogółem: 388.86 g; W tym cukry: 98.17 g; Błonnik pok.: 22.09 g; Sól: 6.82 g; WW: 36.71 Por; Ener z B.: 17.96 %; Ener z W.: 66.89 %; Ener. z T.: 17.64 %; Potas: 4043.12 mg; Sód: 2727.64 mg;	Wartość energetyczna: 1919.66 kcal; Białko ogółem: 94.39 g; Tłuszcz: 29.64 g; Kw. tł. nasy.: 11.52 g; Węglowodany ogółem: 329.01 g; W tym cukry: 71.09 g; Błonnik pok.: 17.27 g; Sól: 5.46 g; WW: 31.30 Por; Ener z B.: 19.67 %; Ener z W.: 68.56 %; Ener. z T.: 13.90 %; Potas: 3546.04 mg; Sód: 2190.70 mg;	Wartość energetyczna: 1953.77 kcal; Białko ogółem: 89.85 g; Tłuszcz: 37.24 g; Kw. tł. nasy.: 16.13 g; Węglowodany ogółem: 327.36 g; W tym cukry: 68.25 g; Błonnik pok.: 18.83 g; Sól: 6.44 g; WW: 30.88 Por; Ener z B.: 18.40 %; Ener z W.: 67.02 %; Ener. z T.: 17.16 %; Potas: 3249.91 mg; Sód: 2573.60 mg;	Wartość energetyczna: 2339.39 kcal; Białko ogółem: 100.70 g; Tłuszcz: 50.90 g; Kw. tł. nasy.: 17.96 g; Węglowodany ogółem: 385.35 g; W tym cukry: 93.03 g; Błonnik pok.: 19.85 g; Sól: 7.46 g; WW: 36.63 Por; Ener z B.: 17.22 %; Ener z W.: 65.89 %; Ener. z T.: 19.58 %; Potas: 3666.47 mg; Sód: 2988.61 mg;	Wartość energetyczna: 2449.42 kcal; Białko ogółem: 94.81 g; Tłuszcz: 65.33 g; Kw. tł. nasy.: 21.58 g; Węglowodany ogółem: 391.58 g; W tym cukry: 102.89 g; Błonnik pok.: 23.03 g; Sól: 7.98 g; WW: 36.90 Por; Ener z B.: 15.48 %; Ener z W.: 63.95 %; Ener. z T.: 24.00 %; Potas: 3758.48 mg; Sód: 3187.39 mg;	

Jadłospisy za okres od dnia 2026-04-20 do dnia 2026-04-26 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- SOK Bogatobiałkowa	SIE- SOK Z ogr. tłuszczu	SIE- SOK Rozdrobniona/mielona	SIE- SOK Położnicza	SIE- SOK Dzieci 4-16 podstawa	
2026-04-23 czwartek	Śniadanie	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE,) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ,) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 40 g Serek homo. naturalny 60 g (MLE,) Pomidor 40 g	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE,) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 5 g (MLE,) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 40 g Pomidor b/skórki 40 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 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 40 g	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE,) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Pasta z ciecierzycy z warzywami () 60 g (SEL,) Rzodkiew biała 40 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,) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Pasta z ciecierzycy z warzywami () 60 g (SEL,) Rzodkiew biała 40 g	
	II ŚN	Jogurt naturalny 150 g (MLE,)			Jabłko 150 g		
	Obiad	Barszcz czerwony z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Makaron z sosem mięsno-warzywnym, z mięsa drobiowego () 300 g (GLU PSZ, SEL,) Brokuł gotowany* 130 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Ziemniaki gotowane puree () 180 g (MLE,) Mięso drobiowe mielone w sosie wł 90 g (GLU PSZ,) Sos pomidorowy 80 ml (GLU PSZ,) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 130 g (SEL,) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Makaron z sosem mięsno-warzywnym, z mięsa drobiowego () 300 g (GLU PSZ, SEL,) Brokuł gotowany* 130 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Makaron pełnoziarnisty z sosem mięsno-warzywnym, z mięsa drobiowego () 300 g (GLU PSZ, SEL,) Brokuł gotowany* 130 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml		
	PD	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło extra 82% 5 g (MLE,) Połędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 20 g (SOJ,) Sałata zielona 10 g				Kisiel o smaku cytrynowym z/c 200 ml	
Kolacja	Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ,) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Miks tłuszczowy do smarowania 76% 10 g (MLE,) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy parzony w osłonce niejadalnej 40 g (może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR,) Twarożek 60 g (MLE,) Sałata zielona 10 g	Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,) Bułka pszenna długa krojona 150 g (GLU PSZ,) Miks tłuszczowy do smarowania 76% 5 g (MLE,) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy parzony w osłonce niejadalnej 40 g (może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR,) Sałata zielona 10 g	Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ,) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Miks tłuszczowy do smarowania 76% 10 g (MLE,) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy parzony w osłonce niejadalnej mielona 40 g (może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR,) Sałata zielona 10 g	Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ,) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Miks tłuszczowy do smarowania 76% 10 g (MLE,) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy parzony w osłonce niejadalnej 40 g (może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR,) Sałata zielona 10 g	Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy parzony w osłonce niejadalnej 40 g (może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR,) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,) Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Miks tłuszczowy do smarowania 76% 10 g (MLE,) Sałata zielona 10 g		

Jadłospisy za okres od dnia 2026-04-20 do dnia 2026-04-26 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- SOK Bogatobiałkowa	SIE- SOK Z ogr. tłuszczu	SIE- SOK Rozdrobniona/mielona	SIE- SOK Położnicza	SIE- SOK Dzieci 4-16 podstawa
2026-04-23 czwartek	PN					
		Wartość energetyczna: 2425.00 kcal; Białko ogółem: 106.10 g; Tłuszcz: 62.15 g; Kw. tł. nasy.: 25.20 g; Węglowodany ogółem: 378.20 g; W tym cukry: 71.14 g; Błonnik pok.: 22.13 g; Sól: 8.81 g; WW: 35.59 Por; Ener z B.: 17.50 %; Ener z W.: 62.38 %; Ener. z T.: 23.07 %; Potas: 3199.21 mg; Sód: 3528.21 mg;	Wartość energetyczna: 1980.19 kcal; Białko ogółem: 79.85 g; Tłuszcz: 42.27 g; Kw. tł. nasy.: 14.22 g; Węglowodany ogółem: 333.23 g; W tym cukry: 64.34 g; Błonnik pok.: 18.02 g; Sól: 6.23 g; WW: 31.61 Por; Ener z B.: 16.13 %; Ener z W.: 67.31 %; Ener. z T.: 19.21 %; Potas: 2971.88 mg; Sód: 2504.06 mg;	Wartość energetyczna: 2112.33 kcal; Białko ogółem: 79.38 g; Tłuszcz: 56.22 g; Kw. tł. nasy.: 19.62 g; Węglowodany ogółem: 340.53 g; W tym cukry: 66.07 g; Błonnik pok.: 24.41 g; Sól: 8.18 g; WW: 31.70 Por; Ener z B.: 15.03 %; Ener z W.: 64.48 %; Ener. z T.: 23.95 %; Potas: 4079.16 mg; Sód: 3256.87 mg;	Wartość energetyczna: 2194.51 kcal; Białko ogółem: 74.05 g; Tłuszcz: 56.13 g; Kw. tł. nasy.: 18.91 g; Węglowodany ogółem: 368.28 g; W tym cukry: 77.18 g; Błonnik pok.: 28.80 g; Sól: 6.35 g; WW: 33.97 Por; Ener z B.: 13.50 %; Ener z W.: 67.13 %; Ener. z T.: 23.02 %; Potas: 3076.52 mg; Sód: 2541.96 mg;	Wartość energetyczna: 2301.53 kcal; Białko ogółem: 71.91 g; Tłuszcz: 56.51 g; Kw. tł. nasy.: 19.00 g; Węglowodany ogółem: 399.68 g; W tym cukry: 108.68 g; Błonnik pok.: 36.54 g; Sól: 6.88 g; WW: 36.33 Por; Ener z B.: 12.50 %; Ener z W.: 69.46 %; Ener. z T.: 22.10 %; Potas: 3212.64 mg; Sód: 2748.80 mg;
2026-04-24 piątek	Śniadanie	Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Twarożek 60 g (<u>MLE.</u>) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 40 g (<u>SOJ.</u>) Sałata zielona 10 g	Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Dżem 50 g Twarożek 60 g (<u>MLE.</u>) Jabłko pieczone 150 g	Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Twarożek 60 g (<u>MLE.</u>)	Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Dżem 50 g Twarożek 60 g (<u>MLE.</u>) Sałata zielona 10 g	Zacierka 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>) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Twarożek 60 g (<u>MLE.</u>) Sałata zielona 10 g
	III ŚN	Jabłko 150 g			Jabłko 150 g	
	Obiad	Kalafiorowa z ryżem () 300 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 180 g Ryba pieczona (Morszczuk) 90 g (<u>RYB.</u>) Sos koperkowy * 80 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Warzywa po grecku () 130 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Kalafiorowa z ryżem () 300 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane puree () 180 g (<u>MLE.</u>) Ryba pieczona (Morszczuk) rozdrobniona 90 g (<u>RYB.</u>) Sos koperkowy * 80 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Warzywa po grecku () 130 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Kalafiorowa z ryżem () 300 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 180 g Ryba pieczona (Morszczuk) 90 g (<u>RYB.</u>) Sos koperkowy * 80 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Warzywa po grecku () 130 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Kalafiorowa z ryżem () 300 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 180 g Ryba pieczona (Morszczuk) 90 g (<u>RYB.</u>) Sos koperkowy * 80 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Warzywa po grecku () 130 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Kalafiorowa z ryżem () 300 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 180 g Ryba pieczona (Morszczuk) 90 g (<u>RYB.</u>) Surówka żydowska z olejem () 130 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml Sos koperkowy * 80 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>)

Jadłospisy za okres od dnia 2026-04-20 do dnia 2026-04-26 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- SOK Bogatobiałkowa	SIE- SOK Z ogr. tłuszczu	SIE- SOK Rozdrobniona/mielona	SIE- SOK Położnicza	SIE- SOK Dzieci 4-16 podstawa
2026-04-24 piątek	PD	Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml (MLE .)				Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml (MLE .)
	Kolacja	Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Miks tłuszczowy do smarowania 76% 10 g (MLE .) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 60 g (JAJ, MLE .) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa, wędzona, z wodą dodaną. 40 g (SOJ.) Pomidor 40 g	Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Bułka pszenna długa krojona 150 g (GLU PSZ.) Miks tłuszczowy do smarowania 76% 5 g (MLE .) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa, wędzona, z wodą dodaną. 40 g (SOJ.) Pomidor b/skórki 40 g	Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Miks tłuszczowy do smarowania 76% 10 g (MLE .) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 60 g (JAJ, MLE .)	Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Miks tłuszczowy do smarowania 76% 10 g (MLE .) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 60 g (JAJ, MLE .) Pomidor 40 g	Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Miks tłuszczowy do smarowania 76% 10 g (MLE .) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 60 g (JAJ, MLE .) Pomidor 40 g
	PN					
		Wartość energetyczna: 2427.52 kcal; Białko ogółem: 117.60 g; Tłuszcz: 57.76 g; Kw. tł. nasy.: 22.78 g; Węglowodany ogółem: 376.06 g; W tym cukry: 106.17 g; Błonnik pok.: 23.12 g; Sól: 8.92 g; WW: 35.35 Por; Ener z B.: 19.38 %; Ener z W.: 61.97 %; Ener. z T.: 21.42 %; Potas: 3950.71 mg; Sód: 3562.39 mg;	Wartość energetyczna: 2126.42 kcal; Białko ogółem: 99.31 g; Tłuszcz: 39.02 g; Kw. tł. nasy.: 13.83 g; Węglowodany ogółem: 358.14 g; W tym cukry: 100.42 g; Błonnik pok.: 21.00 g; Sól: 6.29 g; WW: 33.86 Por; Ener z B.: 18.68 %; Ener z W.: 67.37 %; Ener. z T.: 16.51 %; Potas: 3730.32 mg; Sód: 2519.00 mg;	Wartość energetyczna: 2048.82 kcal; Białko ogółem: 94.30 g; Tłuszcz: 49.78 g; Kw. tł. nasy.: 19.97 g; Węglowodany ogółem: 320.69 g; W tym cukry: 65.03 g; Błonnik pok.: 19.37 g; Sól: 6.06 g; WW: 30.17 Por; Ener z B.: 18.41 %; Ener z W.: 62.61 %; Ener. z T.: 21.87 %; Potas: 3331.56 mg; Sód: 2421.33 mg;	Wartość energetyczna: 2208.43 kcal; Białko ogółem: 95.47 g; Tłuszcz: 50.50 g; Kw. tł. nasy.: 20.01 g; Węglowodany ogółem: 359.69 g; W tym cukry: 99.21 g; Błonnik pok.: 23.48 g; Sól: 6.07 g; WW: 33.65 Por; Ener z B.: 17.29 %; Ener z W.: 65.15 %; Ener. z T.: 20.58 %; Potas: 3698.28 mg; Sód: 2426.86 mg;	Wartość energetyczna: 2270.80 kcal; Białko ogółem: 97.95 g; Tłuszcz: 56.64 g; Kw. tł. nasy.: 22.55 g; Węglowodany ogółem: 363.60 g; W tym cukry: 100.02 g; Błonnik pok.: 24.50 g; Sól: 7.28 g; WW: 33.88 Por; Ener z B.: 17.25 %; Ener z W.: 64.05 %; Ener. z T.: 22.45 %; Potas: 3753.06 mg; Sód: 2904.08 mg;

Jadłospisy za okres od dnia 2026-04-20 do dnia 2026-04-26 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- SOK Bogatobiałkowa	SIE- SOK Z ogr. tłuszczu	SIE- SOK Rozdrobniona/mielona	SIE- SOK Położnicza	SIE- SOK Dzieci 4-16 podstawa
2026-04-25 sobota	Śniadanie	Płatki pszenne na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Szynka gotowana wieprzowa wędzona parzona, zawiera wodę dodaną, w siatce niejadalnej 40 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU OW.) Szynka gotowana wieprzowa wędzona parzona, zawiera wodę dodaną, w siatce niejadalnej 20 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU OW.) Sałata zielona 10 g	Płatki pszenne na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Szynka gotowana wieprzowa wędzona parzona, zawiera wodę dodaną, w siatce niejadalnej 40 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU OW.) Sałata zielona 10 g	Płatki pszenne na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Szynka gotowana wieprzowa wędzona parzona, zawiera wodę dodaną, w siatce niejadalnej 40 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU OW.)	Płatki pszenne na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Szynka gotowana wieprzowa wędzona parzona, zawiera wodę dodaną, w siatce niejadalnej 40 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU OW.) Sałata zielona 10 g	Płatki pszenne na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Parówki drobiowe (kieł drobno rozdr. wędz. parz w osłonce niejadalnej) 60 g (SOJ.) Ketchup 20 g (SEL.) Sałata zielona 10 g
	II ŚN	Jabłko 150 g			Jabłko 150 g	
	Obiad	Selerowa z ziemniakami - dieta () 300 ml (MLE, SEL.) Gulasz z udźca kurczaka 120 g (GLU PSZ.) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (GLU JĘCZ.) Buraczki gotowane drobno tarte () 130 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami - dieta () 300 ml (MLE, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (GLU JĘCZ.) Gulasz z udźca kurczaka 120 g (GLU PSZ.) Buraczki gotowane drobno tarte () 130 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami - dieta () 300 ml (MLE, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (GLU JĘCZ.) Gulasz z udźca kurczaka rozdrobniony 120 g (GLU PSZ.) Buraczki gotowane drobno tarte () 130 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami () 300 ml (MLE, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (GLU JĘCZ.) Gulasz z udźca kurczaka 120 g (GLU PSZ.) Buraczki gotowane drobno tarte () 130 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	
PD	Budyń o smaku waniliowym z/c 200 ml (MLE.)				Budyń o smaku waniliowym z/c 200 ml (MLE.)	

Jadłospisy za okres od dnia 2026-04-20 do dnia 2026-04-26 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- SOK Bogatobiałkowa	SIE- SOK Z ogr. tłuszczu	SIE- SOK Rozdrobniona/mielona	SIE- SOK Położnicza	SIE- SOK Dzieci 4-16 podstawa
2026-04-25 sobota	Kolacja	Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Miks tłuszczowy do smarowania 76% 10 g (MLE.) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy parzony w osłonce niejadalnej 40 g (może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.) Pomidor 40 g	Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Bułka pszenna długa krojona 150 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy parzony w osłonce niejadalnej 40 g (może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.) Pomidor 40 g	Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Miks tłuszczowy do smarowania 76% 10 g (MLE.) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy parzony w osłonce niejadalnej 40 g (może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.)	Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Miks tłuszczowy do smarowania 76% 10 g (MLE.) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 40 g (SOJ.) Rzodkiew biała 40 g Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy parzony w osłonce niejadalnej 40 g (może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.)	Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Miks tłuszczowy do smarowania 76% 10 g (MLE.) Rzodkiew biała 40 g Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy parzony w osłonce niejadalnej 40 g (może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.)
	PN					
		Wartość energetyczna: 2246.66 kcal; Białko ogółem: 82.73 g; Tłuszcz: 51.83 g; Kw. tł. nasy.: 21.72 g; Węglowodany ogółem: 381.84 g; W tym cukry: 107.92 g; Błonnik pok.: 27.64 g; Sól: 8.43 g; WW: 35.46 Por; Ener z B.: 14.73 %; Ener z W.: 67.99 %; Ener. z T.: 20.76 %; Potas: 3387.17 mg; Sód: 3366.80 mg;	Wartość energetyczna: 1911.26 kcal; Białko ogółem: 76.36 g; Tłuszcz: 39.26 g; Kw. tł. nasy.: 15.40 g; Węglowodany ogółem: 328.62 g; W tym cukry: 70.17 g; Błonnik pok.: 22.35 g; Sól: 6.72 g; WW: 30.76 Por; Ener z B.: 15.98 %; Ener z W.: 68.78 %; Ener. z T.: 18.49 %; Potas: 3070.23 mg; Sód: 2692.53 mg;	Wartość energetyczna: 1939.85 kcal; Białko ogółem: 71.66 g; Tłuszcz: 46.45 g; Kw. tł. nasy.: 19.01 g; Węglowodany ogółem: 326.68 g; W tym cukry: 67.02 g; Błonnik pok.: 23.89 g; Sól: 7.68 g; WW: 30.31 Por; Ener z B.: 14.78 %; Ener z W.: 67.36 %; Ener. z T.: 21.55 %; Potas: 2761.68 mg; Sód: 3073.31 mg;	Wartość energetyczna: 2067.17 kcal; Białko ogółem: 80.65 g; Tłuszcz: 48.25 g; Kw. tł. nasy.: 19.11 g; Węglowodany ogółem: 348.29 g; W tym cukry: 83.07 g; Błonnik pok.: 28.68 g; Sól: 8.51 g; WW: 32.01 Por; Ener z B.: 15.61 %; Ener z W.: 67.39 %; Ener. z T.: 21.01 %; Potas: 3131.81 mg; Sód: 3404.14 mg;	Wartość energetyczna: 2315.22 kcal; Białko ogółem: 77.60 g; Tłuszcz: 61.67 g; Kw. tł. nasy.: 24.54 g; Węglowodany ogółem: 387.19 g; W tym cukry: 110.22 g; Błonnik pok.: 33.98 g; Sól: 8.95 g; WW: 35.36 Por; Ener z B.: 13.41 %; Ener z W.: 66.89 %; Ener. z T.: 23.97 %; Potas: 3624.86 mg; Sód: 3539.60 mg;
2026-04-26 niedziela	Śniadanie	Kasza manna na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Schab Benedykta wp parzony z dodatkiem wody 40 g (GLU PSZ, SOJ, SEL, może zawierać: JAJ, OZI, MLE, GOR, SEZ.) Twarożek z koperkiem 60 g (MLE.) Sałata zielona 10 g	Kasza manna na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Twarożek z koperkiem 60 g (MLE.) Sałata zielona 10 g	Kasza manna na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Twarożek z koperkiem 60 g (MLE.)	Kasza manna na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Twarożek z koperkiem 60 g (MLE.) Sałata zielona 10 g	Kasza manna na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Twarożek z koperkiem 60 g (MLE.) Sałata zielona 10 g
	II ŚN	Jabłko pieczone 150 g			Jabłko 150 g	

Jadłospisy za okres od dnia 2026-04-20 do dnia 2026-04-26 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- SOK Bogatobiałkowa	SIE- SOK Z ogr. tłuszczu	SIE- SOK Rozdrobniona/mielona	SIE- SOK Położnicza	SIE- SOK Dzieci 4-16 podstawa
2026-04-26 niedziela	Obiad	Pomidorowa z makaronem () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Schab duszony 90 g Sos własny () 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 180 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 130 g (<u>SEL.</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml		Pomidorowa z makaronem () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane puree () 180 g (<u>MLE.</u>) Mięso wieprzowe mielone w sosie wł 90 g (<u>GLU PSZ.</u>) Sos własny () 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 130 g (<u>SEL.</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml		Pomidorowa z makaronem () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 180 g Schab duszony 90 g Sos własny () 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Surówka z kapusty białej z olejem b/c () 130 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml
	PD	Maślanka truskawkowa 200 ml (<u>MLE.</u>)				
Kolacja	Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Miks tłuszczowy do smarowania 76% 10 g (<u>MLE.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Połędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 40 g (<u>SOJ.</u>) Pomidor 40 g	Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>) Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Miks tłuszczowy do smarowania 76% 5 g (<u>MLE.</u>) Połędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 40 g (<u>SOJ.</u>) Pomidor b/skórki 40 g	Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Miks tłuszczowy do smarowania 76% 10 g (<u>MLE.</u>) Połędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona mielona 40 g (<u>SOJ.</u>)	Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Miks tłuszczowy do smarowania 76% 10 g (<u>MLE.</u>) Połędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 40 g (<u>SOJ.</u>) Pomidor 40 g	Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Miks tłuszczowy do smarowania 76% 10 g (<u>MLE.</u>) Połędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 40 g (<u>SOJ.</u>) Pomidor 40 g	
PN						
		Wartość energetyczna: 2343.75 kcal; Białko ogółem: 111.44 g; Tłuszcz: 55.83 g; Kw. tł. nasy.: 23.83 g; Węglowodany ogółem: 367.66 g; W tym cukry: 80.47 g; Błonnik pok.: 25.63 g; Sól: 8.05 g; WW: 34.23 Por; Ener z B.: 19.02 %; Ener z W.: 62.75 %; Ener. z T.: 21.44 %; Potas: 3919.78 mg; Sód: 3210.66 mg;	Wartość energetyczna: 1974.36 kcal; Białko ogółem: 95.98 g; Tłuszcz: 39.04 g; Kw. tł. nasy.: 14.97 g; Węglowodany ogółem: 324.36 g; W tym cukry: 67.64 g; Błonnik pok.: 20.36 g; Sól: 5.84 g; WW: 30.57 Por; Ener z B.: 19.45 %; Ener z W.: 65.71 %; Ener. z T.: 17.80 %; Potas: 3814.20 mg; Sód: 2334.77 mg;	Wartość energetyczna: 2089.02 kcal; Białko ogółem: 85.28 g; Tłuszcz: 55.92 g; Kw. tł. nasy.: 21.35 g; Węglowodany ogółem: 328.04 g; W tym cukry: 64.81 g; Błonnik pok.: 22.08 g; Sól: 6.89 g; WW: 30.68 Por; Ener z B.: 16.33 %; Ener z W.: 62.81 %; Ener. z T.: 24.09 %; Potas: 3411.56 mg; Sód: 2749.48 mg;	Wartość energetyczna: 2080.08 kcal; Białko ogółem: 92.36 g; Tłuszcz: 47.08 g; Kw. tł. nasy.: 19.61 g; Węglowodany ogółem: 339.03 g; W tym cukry: 79.06 g; Błonnik pok.: 22.65 g; Sól: 6.35 g; WW: 31.73 Por; Ener z B.: 17.76 %; Ener z W.: 65.20 %; Ener. z T.: 20.37 %; Potas: 3657.18 mg; Sód: 2542.81 mg;	Wartość energetyczna: 2089.68 kcal; Białko ogółem: 90.94 g; Tłuszcz: 47.46 g; Kw. tł. nasy.: 19.70 g; Węglowodany ogółem: 351.05 g; W tym cukry: 79.14 g; Błonnik pok.: 28.89 g; Sól: 6.96 g; WW: 32.25 Por; Ener z B.: 17.41 %; Ener z W.: 67.20 %; Ener. z T.: 20.44 %; Potas: 3768.38 mg; Sód: 2779.61 mg;

		SIE- SOK Dzieci 4-16 latwo strawna	SIE- SOK Biegunkowa	SIE- SOK Kanapki
2026-04-20 poniedziałek	Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalanej 40 g (SOJ, SEL, może zawierać: MLE, GOR.) Pomidor 40 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalanej 40 g (SOJ, SEL, może zawierać: MLE, GOR.)	Chleb pszenny 120 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 40 g
	II ŚN	Mandarynka 1 szt	Jogurt naturalny 150 g (MLE.)	
	Obiad	Wielowarzywna z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryż z jabłkiem prażonym i cynamonem 300 g Sos jogurtowy naturalny 100 g (MLE.) Surówka z marchwi z olejem b/c () 130 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml	Ziemniaczana (bez mleka) () 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Ryż na sypko 180 g Pulpet drobiowy 90 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos pomidorowy 80 ml (GLU PSZ.) Marchew gotowana z olejem () 130 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml	
	PD	Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml (MLE.)	Kisiel o smaku cytrynowym z/c 200 ml	
Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Miks tłuszczowy do smarowania 76% 10 g (MLE.) Twarożek z koperkiem 60 g (MLE.) Sałata zielona 10 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Miks tłuszczowy do smarowania 76% 10 g (MLE.) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 40 g (SOJ.)		

		SIE- SOK Dzieci 4-16 latwo strawna	SIE- SOK Biegunkowa	SIE- SOK Kanapki
2026-04-20 poniedziałek	PN			
		Wartość energetyczna: 2194.12 kcal; Białko ogółem: 67.57 g; Tłuszcz: 43.62 g; Kw. tł. nasy.: 19.34 g; Węglowodany ogółem: 399.88 g; W tym cukry: 107.78 g; Błonnik pok.: 23.44 g; Sól: 6.00 g; WW: 37.69 Por; Ener z B.: 12.32 %; Ener z W.: 72.90 %; Ener. z T.: 17.89 %; Potas: 2797.22 mg; Sód: 2402.14 mg;	Wartość energetyczna: 1975.99 kcal; Białko ogółem: 66.89 g; Tłuszcz: 41.41 g; Kw. tł. nasy.: 14.49 g; Węglowodany ogółem: 351.30 g; W tym cukry: 78.28 g; Błonnik pok.: 19.98 g; Sól: 7.18 g; WW: 33.17 Por; Ener z B.: 13.54 %; Ener z W.: 71.11 %; Ener. z T.: 18.86 %; Potas: 2333.05 mg; Sód: 2875.84 mg;	Wartość energetyczna: 405.97 kcal; Białko ogółem: 15.72 g; Tłuszcz: 10.57 g; Kw. tł. nasy.: 6.01 g; Węglowodany ogółem: 63.29 g; W tym cukry: 1.00 g; Błonnik pok.: 2.64 g; Sól: 2.56 g; WW: 6.05 Por; Ener z B.: 15.49 %; Ener z W.: 62.36 %; Ener. z T.: 23.43 %; Potas: 166.90 mg; Sód: 1024.16 mg;
2026-04-21 wtorek	Śniadanie	Makaron na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Pasta z ryby gotowanej (morszczuk) z warzywami () 60 g (RYB, SEL.) Pomidor 40 g	Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 40 g (SOJ.)	Chleb pszenny 120 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 40 g (SOJ.)
	II ŚN	Jabłko pieczone 150 g	Budyń o smaku waniliowym z/c 200 ml (MLE.)	
	Obiad	Solferino () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (GLU JĘCZ.) Klopsik wieprzowy 90 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos ziołowy () 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Szpinak gotowany z olejem* 130 g (GLU PSZ.) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Ryżowa (bez mleka) () 300 ml (SEL.) Ziemniaki gotowane () 180 g Klopsik wieprzowy 90 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos ziołowy () 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Marchew gotowana z olejem () 130 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	
PD	Ciasto drożdżowe 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE.)	Chrupki kukurydziane 20 g		

		SIE- SOK Dzieci 4-16 latwo strawna	SIE- SOK Biegunkowa	SIE- SOK Kanapki
2026-04-21 wtorek	Kolacja	Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Miks tłuszczowy do smarowania 76% 10 g (MLE.) Połudwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 40 g (SOJ.) Sałata zielona 10 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Miks tłuszczowy do smarowania 76% 10 g (MLE.) Połudwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 40 g (SOJ.)	
	PN			
		Wartość energetyczna: 2450.15 kcal; Białko ogółem: 90.83 g; Tłuszcz: 57.02 g; Kw. tł. nasy.: 20.63 g; Węglowodany ogółem: 385.14 g; W tym cukry: 78.93 g; Błonnik pok.: 26.08 g; Sól: 7.03 g; WW: 36.04 Por; Ener z B.: 14.83 %; Ener z W.: 62.88 %; Ener. z T.: 20.94 %; Potas: 3159.99 mg; Sód: 2810.73 mg;	Wartość energetyczna: 1958.57 kcal; Białko ogółem: 70.47 g; Tłuszcz: 44.38 g; Kw. tł. nasy.: 16.65 g; Węglowodany ogółem: 337.82 g; W tym cukry: 66.42 g; Błonnik pok.: 22.36 g; Sól: 7.48 g; WW: 31.60 Por; Ener z B.: 14.39 %; Ener z W.: 68.99 %; Ener. z T.: 20.39 %; Potas: 2775.80 mg; Sód: 2996.21 mg;	Wartość energetyczna: 403.84 kcal; Białko ogółem: 15.79 g; Tłuszcz: 10.62 g; Kw. tł. nasy.: 5.72 g; Węglowodany ogółem: 62.96 g; W tym cukry: 0.87 g; Błonnik pok.: 2.64 g; Sól: 2.65 g; WW: 6.05 Por; Ener z B.: 15.64 %; Ener z W.: 62.36 %; Ener. z T.: 23.67 %; Potas: 166.90 mg; Sód: 1061.60 mg;
2026-04-22 środa	Śniadanie	Ryż na mleku 300 ml (MLE.) Kakao z mlekiem z/c 250 ml (MLE.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Serek homo. naturalny 60 g (MLE.) Dżem 25 g Sałata zielona 10 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Schab Benedykta wp parzony z dodatkiem wody 60 g (GLU PSZ, SOJ, SEL, może zawierać: JAJ, OZI, MLE, GOR, SEZ.) Dżem 25 g	Chleb pszenny 120 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Schab Benedykta wp parzony z dodatkiem wody 40 g (GLU PSZ, SOJ, SEL, może zawierać: JAJ, OZI, MLE, GOR, SEZ.)
	II ŚN	Banan 150 g	Jabłko pieczone 150 g	

		SIE- SOK Dzieci 4-16 latwo strawna	SIE- SOK Biegunkowa	SIE- SOK Kanapki
2026-04-22 środa	Obiad	Grycikowa () 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 180 g Filet z kurczaka pieczony 90 g (<u>GLU PSZ.</u>) Sos brokułowy () 80 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Dyńa z wody 130 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Grycikowa () 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 180 g Filet z kurczaka pieczony 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Sos brokułowy () 80 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Dyńa z wody 130 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	
	PD	Maślanka truskawkowa 200 ml (<u>MLE.</u>)	Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml	
	Kolacja	Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Miks tłuszczowy do smarowania 76% 10 g (<u>MLE.</u>) Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadanej 40 g (<u>SOJ, SEL, może zawierać: MLE, GOR.</u>) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>) Pomidor 40 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Miks tłuszczowy do smarowania 76% 10 g (<u>MLE.</u>) Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadanej 40 g (<u>SOJ, SEL, może zawierać: MLE, GOR.</u>)	
	PN			
		Wartość energetyczna: 2354.58 kcal; Białko ogółem: 102.30 g; Tłuszcz: 44.63 g; Kw. tł. nasy.: 20.97 g; Węglowodany ogółem: 399.87 g; W tym cukry: 109.47 g; Błonnik pok.: 22.17 g; Sól: 6.84 g; WW: 37.85 Por; Ener z B.: 17.38 %; Ener z W.: 67.93 %; Ener. z T.: 17.06 %; Potas: 4260.11 mg; Sód: 2733.30 mg;	Wartość energetyczna: 1817.41 kcal; Białko ogółem: 76.31 g; Tłuszcz: 29.15 g; Kw. tł. nasy.: 12.40 g; Węglowodany ogółem: 326.53 g; W tym cukry: 79.91 g; Błonnik pok.: 21.25 g; Sól: 7.28 g; WW: 30.47 Por; Ener z B.: 16.79 %; Ener z W.: 71.87 %; Ener. z T.: 14.44 %; Potas: 2854.54 mg; Sód: 2915.13 mg;	Wartość energetyczna: 399.37 kcal; Białko ogółem: 14.56 g; Tłuszcz: 10.29 g; Kw. tł. nasy.: 6.44 g; Węglowodany ogółem: 63.26 g; W tym cukry: 0.66 g; Błonnik pok.: 2.64 g; Sól: 2.40 g; WW: 6.05 Por; Ener z B.: 14.58 %; Ener z W.: 63.36 %; Ener. z T.: 23.19 %; Potas: 166.90 mg; Sód: 962.25 mg;

		SIE- SOK Dzieci 4-16 latwo strawna	SIE- SOK Biegunkowa	SIE- SOK Kanapki
2026-04-23 czwartek	Śniadanie	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 40 g Pomidor 40 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa, wędzona, z wodą dodaną. 40 g (SOJ.)	Chleb pszenny 120 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa, wędzona, z wodą dodaną. 40 g (SOJ.)
	II ŚN	Jabłko pieczone 150 g		
	Obiad	Barszcz czerwony z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Makaron z sosem mięsno-warzywnym, z mięsa drobiowego () 300 g (GLU PSZ, SEL.) Brokuł gotowany* 130 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml	Marchewkowa z ziemniakami (bez mleka) 300 g (GLU PSZ, SEL.) Makaron 180 g (GLU PSZ.) Pulpet wieprzowy 90 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos pomidorowy 80 ml (GLU PSZ.) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 130 g (SEL.) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml	
	PD	Kisiel o smaku cytrynowym z/c 200 ml	Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml	
Kolacja	Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Miks tłuszczowy do smarowania 76% 10 g (MLE.) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy parzony w osłonce niejadalnej 40 g (może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.) Sałata zielona 10 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Miks tłuszczowy do smarowania 76% 10 g (MLE.) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy parzony w osłonce niejadalnej 40 g (może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.)		

		SIE- SOK Dzieci 4-16 latwo strawna	SIE- SOK Biegunkowa	SIE- SOK Kanapki
2026-04-23 czwartek	PN			
		Wartość energetyczna: 2249.55 kcal; Białko ogółem: 76.39 g; Tłuszcz: 50.50 g; Kw. tł. nasy.: 18.86 g; Węglowodany ogółem: 389.70 g; W tym cukry: 107.47 g; Błonnik pok.: 23.32 g; Sól: 7.27 g; WW: 36.64 Por; Ener z B.: 13.58 %; Ener z W.: 69.29 %; Ener. z T.: 20.20 %; Potas: 3012.83 mg; Sód: 2913.47 mg;	Wartość energetyczna: 1952.95 kcal; Białko ogółem: 67.76 g; Tłuszcz: 49.48 g; Kw. tł. nasy.: 16.71 g; Węglowodany ogółem: 327.01 g; W tym cukry: 73.89 g; Błonnik pok.: 22.97 g; Sól: 7.64 g; WW: 30.39 Por; Ener z B.: 13.88 %; Ener z W.: 66.98 %; Ener. z T.: 22.80 %; Potas: 1932.06 mg; Sód: 3055.11 mg;	Wartość energetyczna: 420.74 kcal; Białko ogółem: 16.29 g; Tłuszcz: 11.86 g; Kw. tł. nasy.: 6.11 g; Węglowodany ogółem: 63.17 g; W tym cukry: 0.92 g; Błonnik pok.: 2.64 g; Sól: 3.09 g; WW: 6.05 Por; Ener z B.: 15.48 %; Ener z W.: 60.06 %; Ener. z T.: 25.37 %; Potas: 166.90 mg; Sód: 1235.36 mg;
2026-04-24 piątek	Śniadanie	Zacierka na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Twarożek 60 g (MLE.) Sałata zielona 10 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 40 g (SOJ.)	Chleb pszenny 120 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 40 g (SOJ.)
	II ŚN	Jabłko 150 g	Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml	
	Obiad	Ryżowa () 300 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane () 180 g Ryba pieczona (Morszczuk) 90 g (RYB.) Sos koperkowy * 80 ml (GLU PSZ, MLE.) Warzywa po grecku () 130 g (GLU PSZ, SEL.) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Kalafiorowa z ryżem (bez mleka) () 300 ml (SEL.) Ziemniaki gotowane () 180 g Ryba pieczona (Morszczuk) 90 g (RYB.) Sos koperkowy * 80 ml (GLU PSZ, MLE.) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 130 g (SEL.) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	

		SIE- SOK Dzieci 4-16 latwo strawna	SIE- SOK Biegunkowa	SIE- SOK Kanapki
2026-04-24 piątek	PD	Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml (MLE .)	Jabłko pieczone 150 g	
	Kolacja	Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Miks tłuszczowy do smarowania 76% 10 g (MLE.) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 60 g (JAJ, MLE.) Pomidor 40 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Miks tłuszczowy do smarowania 76% 10 g (MLE.) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa, wędzona, z wodą dodaną. 40 g (SOJ.)	
	PN			
		Wartość energetyczna: 2348.63 kcal; Białko ogółem: 101.91 g; Tłuszcz: 54.43 g; Kw. tł. nasy.: 22.40 g; Węglowodany ogółem: 379.07 g; W tym cukry: 105.25 g; Błonnik pok.: 22.77 g; Sól: 6.29 g; WW: 35.69 Por; Ener z B.: 17.36 %; Ener z W.: 64.56 %; Ener. z T.: 20.86 %; Potas: 3918.45 mg; Sód: 2510.66 mg;	Wartość energetyczna: 1806.86 kcal; Białko ogółem: 75.07 g; Tłuszcz: 37.07 g; Kw. tł. nasy.: 11.93 g; Węglowodany ogółem: 311.94 g; W tym cukry: 72.52 g; Błonnik pok.: 24.13 g; Sól: 8.25 g; WW: 28.80 Por; Ener z B.: 16.62 %; Ener z W.: 69.06 %; Ener. z T.: 18.46 %; Potas: 2840.59 mg; Sód: 3292.88 mg;	Wartość energetyczna: 403.84 kcal; Białko ogółem: 15.79 g; Tłuszcz: 10.62 g; Kw. tł. nasy.: 5.72 g; Węglowodany ogółem: 62.96 g; W tym cukry: 0.87 g; Błonnik pok.: 2.64 g; Sól: 2.65 g; WW: 6.05 Por; Ener z B.: 15.64 %; Ener z W.: 62.36 %; Ener. z T.: 23.67 %; Potas: 166.90 mg; Sód: 1061.60 mg;

		SIE- SOK Dzieci 4-16 latwo strawna	SIE- SOK Biegunkowa	SIE- SOK Kanapki
2026-04-25 sobota	Śniadanie	Płatki pszenne na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Szynka gotowana wieprzowa wędzona parzona, zawiera wodę dodaną, w siatce niejadalnej 40 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU OW.) Sałata zielona 10 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Szynka gotowana wieprzowa wędzona parzona, zawiera wodę dodaną, w siatce niejadalnej 40 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU OW.)	Chleb pszenny 120 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Szynka gotowana wieprzowa wędzona parzona, zawiera wodę dodaną, w siatce niejadalnej 40 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU OW.)
	II ŚN	Jabłko 150 g	Kisiel o smaku wiśniowym z/c 200 ml	
	Obiad	Selerowa z ziemniakami - dieta () 300 ml (MLE, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (GLU JĘCZ.) Gulasz z udźca kurczaka 120 g (GLU PSZ.) Buraczki gotowane drobno tarte () 130 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami (bez mleka) () 300 ml (SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (GLU JĘCZ.) Gulasz z udźca kurczaka 120 g (GLU PSZ.) Buraczki gotowane drobno tarte () 130 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	
PD	Budyń o smaku waniliowym z/c 200 ml (MLE.)	Podpłomyki b/c 20 g (GLU PSZ, MLE.)		

		SIE- SOK Dzieci 4-16 latwo strawna	SIE- SOK Biegunkowa	SIE- SOK Kanapki
2026-04-25 sobota	Kolacja	Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Miks tłuszczowy do smarowania 76% 10 g (MLE.) Pomidor 40 g Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy parzony w osłonce niejadalnej 40 g (może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.)	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Miks tłuszczowy do smarowania 76% 10 g (MLE.) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 40 g (SOJ.)	
	PN			
		Wartość energetyczna: 2226.66 kcal; Białko ogółem: 79.51 g; Tłuszcz: 51.19 g; Kw. tł. nasy.: 21.49 g; Węglowodany ogółem: 381.56 g; W tym cukry: 107.92 g; Błonnik pok.: 27.64 g; Sól: 7.93 g; WW: 35.44 Por; Ener z B.: 14.28 %; Ener z W.: 68.54 %; Ener. z T.: 20.69 %; Potas: 3387.17 mg; Sód: 3169.00 mg;	Wartość energetyczna: 1818.85 kcal; Białko ogółem: 61.38 g; Tłuszcz: 32.94 g; Kw. tł. nasy.: 12.02 g; Węglowodany ogółem: 336.61 g; W tym cukry: 76.25 g; Błonnik pok.: 21.60 g; Sól: 7.02 g; WW: 31.50 Por; Ener z B.: 13.50 %; Ener z W.: 74.03 %; Ener. z T.: 16.30 %; Potas: 2106.30 mg; Sód: 2813.18 mg;	Wartość energetyczna: 405.19 kcal; Białko ogółem: 14.68 g; Tłuszcz: 10.86 g; Kw. tł. nasy.: 6.19 g; Węglowodany ogółem: 63.27 g; W tym cukry: 0.66 g; Błonnik pok.: 2.64 g; Sól: 2.55 g; WW: 6.05 Por; Ener z B.: 14.49 %; Ener z W.: 62.46 %; Ener. z T.: 24.12 %; Potas: 166.90 mg; Sód: 1020.40 mg;
2026-04-26 niedziela	Śniadanie	Kasza manna na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Twarożek z koperkiem 60 g (MLE.) Sałata zielona 10 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Schab Benedykta wp parzony z dodatkiem wody 60 g (GLU PSZ, SOJ, SEL, może zawierać: JAJ, OZI, MLE, GOR, SEZ.)	Chleb pszenny 120 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Schab Benedykta wp parzony z dodatkiem wody 60 g (GLU PSZ, SOJ, SEL, może zawierać: JAJ, OZI, MLE, GOR, SEZ.)
	II ŚN	Jabłko pieczone 150 g	Wafle ryżowe 30 g	

		SIE- SOK Dzieci 4-16 latwo strawna	SIE- SOK Biegunkowa	SIE- SOK Kanapki
2026-04-26 niedziela	Obiad	Pomidorowa z makaronem () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane () 180 g Schab duszony 90 g Sos własny () 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 130 g (SEL.) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Marchewkowa z ryżem () 300 g (GLU PSZ, MLE, SEL.) Pulpet wieprzowy 90 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos własny () 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki gotowane () 180 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 130 g (SEL.) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	
	PD		Kisiel o smaku wiśniowym z/c 200 ml	
	Kolacja	Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Miks tłuszczowy do smarowania 76% 10 g (MLE.) Połudwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 40 g (SOJ.) Pomidor 40 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Miks tłuszczowy do smarowania 76% 10 g (MLE.) Połudwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 40 g (SOJ.)	
	PN			
		Wartość energetyczna: 2091.58 kcal; Białko ogółem: 92.47 g; Tłuszcz: 47.26 g; Kw. tł. nasy.: 19.61 g; Węglowodany ogółem: 342.81 g; W tym cukry: 80.47 g; Błonnik pok.: 25.63 g; Sól: 6.83 g; WW: 31.79 Por; Ener z B.: 17.68 %; Ener z W.: 65.56 %; Ener. z T.: 20.34 %; Potas: 3853.28 mg; Sód: 2722.71 mg;	Wartość energetyczna: 1971.00 kcal; Białko ogółem: 68.88 g; Tłuszcz: 40.70 g; Kw. tł. nasy.: 15.62 g; Węglowodany ogółem: 351.36 g; W tym cukry: 74.85 g; Błonnik pok.: 24.61 g; Sól: 7.56 g; WW: 32.70 Por; Ener z B.: 13.98 %; Ener z W.: 71.31 %; Ener. z T.: 18.59 %; Potas: 2711.12 mg; Sód: 3021.71 mg;	Wartość energetyczna: 416.45 kcal; Białko ogółem: 17.72 g; Tłuszcz: 10.65 g; Kw. tł. nasy.: 6.80 g; Węglowodany ogółem: 63.53 g; W tym cukry: 0.66 g; Błonnik pok.: 2.64 g; Sól: 2.83 g; WW: 6.08 Por; Ener z B.: 17.02 %; Ener z W.: 61.02 %; Ener. z T.: 23.02 %; Potas: 166.90 mg; Sód: 1130.98 mg;

Oznaczenia wskaźników odż.:

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

Białko ogółem - Białko ogółemwg rozp. 1169/2011,

Tłuszcz - Tłuszcz,

Węglowodany ogółem - Węglowodany ogółem,

Sód - Sód,

Sól - Sól,

Potas - Potas,

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

Błonnik pok. - Błonnik pokarmowy,

Ener z B. - % energii z białka,

Ener. z T. - % energii z tłuszczu,

Ener z W. - % energii z węglowodanów,

W tym cukry - w tym cukry,

WW - WW,