Jadłospisy za okres od dnia 2026-10-13 do dnia 2026-10-22 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- SOK D01 Podstawowa	SIE- SOK D02 Łatwostrawna	SIE- SOK D03 Z org. łatwoprzyswajalnych węglowodanów	SIE- SOK D02/ML Bezmleczna	SIE- SOK D03/ML Z org. łatwoprzyswajalnych węgl. b/ml	SIE- SOK D07 Bogatobiałkowa
2026-10-13 wtorek	Śniadanie	Kasza kukurydziana na mleku 300 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,***) Pasztet Ciechanowski-Pasztet drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych pieczony 60 g (***GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, może zawierać: OZI, SEL, GOR, SEZ,***) Ogórek kiszony 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (***MLE,***) Bułka pszenna długa krojona 50 g (***GLU PSZ,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 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 35 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (***MLE,***) 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,***) Ogórek kiszony 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Kasza kukurydziana na wodzie 300 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (***GLU PSZ,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 40 g Sałata zielona 35 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Kasza kukurydziana na wodzie 300 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 40 g Ogórek kiszony 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (***MLE,***) Bułka pszenna długa krojona 50 g (***GLU PSZ,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 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,***) Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 60 g (***SOJ, może zawierać: MLE, SEL, GOR,***) Sałata zielona 35 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	II ŚN			Jogurt naturalny 150 g (***MLE,***)		Jabłko pieczone 150 g	Banan 150 g
	Obiad	Pieczarkowa z ziemniakami () 300 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL, S02,***) Makaron 180 g (***GLU PSZ,***) Sos szpinakowy* 80 ml (***GLU PSZ,***) Szynka wieprzowa gotowana 90 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Solferino () 300 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Makaron 180 g (***GLU PSZ,***) Szynka wieprzowa gotowana 90 g Sos szpinakowy* 80 ml (***GLU PSZ,***) Dynia duszona z marchewką * 200 g (***GLU PSZ,***) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Solferino () 300 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Makaron pełnoziarnisty 160 g (***GLU PSZ,***) Szynka wieprzowa gotowana 90 g Sos szpinakowy* 80 ml (***GLU PSZ,***) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml	Solferino (bez mleka) () 300 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Makaron 180 g (***GLU PSZ,***) Szynka wieprzowa gotowana 90 g Sos szpinakowy* 80 ml (***GLU PSZ,***) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Pieczarkowa z ziemniakami (bez mleka) () 300 ml (***GLU PSZ, SEL, S02,***) Makaron pełnoziarnisty 160 g (***GLU PSZ,***) Szynka wieprzowa gotowana 90 g Sos szpinakowy* 80 ml (***GLU PSZ,***) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml	Solferino () 300 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Makaron 180 g (***GLU PSZ,***) Szynka wieprzowa gotowana 90 g Sos szpinakowy* 80 ml (***GLU PSZ,***) Dynia duszona z marchewką * 200 g (***GLU PSZ,***) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml
	PD			Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 5 g (***MLE,***) Szynka gotowana wieprzowa wędzona parzona, zawiera wodę dodaną, w siatce niejadalnej 20 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU OW,***) Sałata zielona 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	Serek homogenizowany o smaku waniliowym 140g 1 szt (***MLE,***)
	Kolacja	Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona,w osłonce niejadalnej 40 g (***SOJ, SEL, może zawierać: MLE, GOR,***) Pasta z brokuła * 100 g	Kawa zbożowa z mlekiem b/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,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona,w osłonce niejadalnej 40 g (***SOJ, SEL, może zawierać: MLE, GOR,***) Pasta z brokuła * 100 g	Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Chleb razowy żytnio-pszenny 150 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona,w osłonce niejadalnej 40 g (***SOJ, SEL, może zawierać: MLE, GOR,***) Pasta z brokuła * 100 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (***GLU PSZ,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona,w osłonce niejadalnej 40 g (***SOJ, SEL, może zawierać: MLE, GOR,***) Pasta z brokuła * 100 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 150 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona,w osłonce niejadalnej 40 g (***SOJ, SEL, może zawierać: MLE, GOR,***) Pasta z brokuła * 100 g	Kawa zbożowa z mlekiem b/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,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona,w osłonce niejadalnej 40 g (***SOJ, SEL, może zawierać: MLE, GOR,***) Pasta z brokuła * 100 g
	PN	Przecier owocowy jabłko-banan 120g 1 szt		Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Miks tłuszczowy do smarowania 76% 5 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g	Przecier owocowy jabłko-banan 120g 1 szt	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g	Przecier owocowy jabłko-banan 120g 1 szt
		Wartość energetyczna: 2130.72 kcal; Białko ogółem: 93.17 g; Tłuszcz: 59.03 g; Kw. tł. nasy.: 19.33 g; Węglowodany ogółem: 328.77 g; W tym cukry: 60.64 g; Błonnik pok.: 29.22 g; Sód: 3928.42 mg;	Wartość energetyczna: 2195.59 kcal; Białko ogółem: 95.05 g; Tłuszcz: 51.54 g; Kw. tł. nasy.: 17.43 g; Węglowodany ogółem: 354.08 g; W tym cukry: 66.46 g; Błonnik pok.: 26.98 g; Sód: 3201.32 mg;	Wartość energetyczna: 2322.96 kcal; Białko ogółem: 110.88 g; Tłuszcz: 67.59 g; Kw. tł. nasy.: 24.61 g; Węglowodany ogółem: 368.95 g; W tym cukry: 47.50 g; Błonnik pok.: 47.52 g; Sód: 4754.11 mg;	Wartość energetyczna: 1907.25 kcal; Białko ogółem: 80.76 g; Tłuszcz: 43.53 g; Kw. tł. nasy.: 9.22 g; Węglowodany ogółem: 316.36 g; W tym cukry: 42.89 g; Błonnik pok.: 25.69 g; Sód: 2983.33 mg;	Wartość energetyczna: 2058.46 kcal; Białko ogółem: 92.08 g; Tłuszcz: 55.46 g; Kw. tł. nasy.: 12.19 g; Węglowodany ogółem: 351.11 g; W tym cukry: 34.18 g; Błonnik pok.: 50.07 g; Sód: 4525.88 mg;	Wartość energetyczna: 2530.31 kcal; Białko ogółem: 111.00 g; Tłuszcz: 57.64 g; Kw. tł. nasy.: 20.27 g; Węglowodany ogółem: 411.18 g; W tym cukry: 112.20 g; Błonnik pok.: 29.61 g; Sód: 3879.55 mg;

		SIE- SOK D01 Podstawowa	SIE- SOK D02 Łatwostrawna	SIE- SOK D03 Z org. łatwoprzyswajalnych węglowodanów	SIE- SOK D02/ML Bezmleczna	SIE- SOK D03/ML Z org. łatwoprzyswajalnych węgl. b/ml	SIE- SOK D07 Bogatobiałkowa
2026-10-14 środa	Śniadanie	Makaron na mleku 300 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Herbata czarna granulowana b/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,***) Ser żółty 40 g (***MLE,***) Jabłko 1 szt 1 szt	Makaron na mleku 300 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (***GLU PSZ,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 10 g (***MLE,***) Szynka zielonogórska- wieprzowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 40 g (***SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR,***) Jabłko 1 szt 1 szt	Makaron 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,***) Ser żółty 40 g (***MLE,***) Sałata zielona 35 g	Makaron na wywarze jarzynowym 300 ml (***GLU PSZ, JAJ, SEL,***) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (***GLU PSZ,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 40 g (***SOJ,***) Jabłko 1 szt 1 szt	Makaron na wywarze jarzynowym 300 ml (***GLU PSZ, JAJ, SEL,***) 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 35 g	Makaron na mleku 300 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (***GLU PSZ,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 10 g (***MLE,***) Szynka zielonogórska- wieprzowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 40 g (***SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR,***) Sałata zielona 35 g
	II ŚN			Jabłko 1 szt 1 szt		Jabłko 1 szt 1 szt	
	Obiad	Zupa z soczewicy i ziemniakami () 300 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 180 g Zrazik drobiowy z udźca pieczony mielony 80 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos jarzynowy () 80 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Krupnik jęczmienny () 300 ml (***MLE, SEL, GLU JĘCZ,***) Ziemniaki gotowane () 180 g Zrazik drobiowy z udźca pieczony mielony 80 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos jarzynowy () 80 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Zupa z soczewicy i ziemniakami () 300 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 180 g Zrazik drobiowy z udźca pieczony mielony 80 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos jarzynowy () 80 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml	Krupnik jęczmienny (bez mleka) () 300 ml (***SEL, GLU JĘCZ,***) Ziemniaki gotowane () 180 g Zrazik drobiowy z udźca pieczony mielony 80 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos jarzynowy () 80 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Krupnik jęczmienny (bez mleka) () 300 ml (***SEL, GLU JĘCZ,***) Ziemniaki gotowane () 180 g Zrazik drobiowy z udźca pieczony mielony 80 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos jarzynowy () 80 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml	Krupnik jęczmienny () 300 ml (***MLE, SEL, GLU JĘCZ,***) Ziemniaki gotowane () 180 g Zrazik drobiowy z udźca pieczony mielony 80 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos jarzynowy () 80 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml
	PD			Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 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	Budyń o smaku waniliowym z/c 200 ml (***MLE,***)
	Kolacja	Kawa zbożowa z mlekiem b/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,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Pasztet rybny z warzywami (morszczuk) () 60 g (***GLU PSZ, JAJ, RYB,***) Pomidor 100 g	Kawa zbożowa z mlekiem b/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,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Pasztet rybny z warzywami (morszczuk) () 60 g (***GLU PSZ, JAJ, RYB,***) Pomidor 100 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy pszenno-żytni 120 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Pasztet rybny z warzywami (morszczuk) () 60 g (***GLU PSZ, JAJ, RYB,***) Pomidor 100 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (***GLU PSZ,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Pasztet rybny z warzywami (morszczuk) () 60 g (***GLU PSZ, JAJ, RYB,***) Pomidor 100 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy pszenno-żytni 120 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Pasztet rybny z warzywami (morszczuk) () 60 g (***GLU PSZ, JAJ, RYB,***) Pomidor 100 g	Kawa zbożowa z mlekiem b/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,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Pasztet rybny z warzywami (morszczuk) () 60 g (***GLU PSZ, JAJ, RYB,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Pomidor 100 g
	PN	Mleko Smakowe UHT 1,5% tł 0,2l 1 szt (***MLE,***) Biszkopty b/ml 30 g (***GLU PSZ, JAJ,***)		Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Miks tłuszczowy do smarowania 76% 5 g (***MLE,***) Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona,w osłonce niejadalnej 25 g (***SOJ, SEL, może zawierać: MLE, GOR,***)	Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt Wafle ryżowe 30 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-wędl.z drob.gr.rozd.parzo.w osł.niejadalnej 25 g (***SOJ,***)	Biszkopty b/ml 30 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Mleko Smakowe UHT 1,5% tł 0,2l 1 szt (***MLE,***)
		Wartość energetyczna: 2670.07 kcal; Białko ogółem: 106.29 g; Tłuszcz: 73.93 g; Kw. tł. nasy.: 26.09 g; Węglowodany ogółem: 423.53 g; W tym cukry: 73.75 g; Błonnik pok.: 35.25 g; Sód: 3014.60 mg;	Wartość energetyczna: 2438.79 kcal; Białko ogółem: 96.29 g; Tłuszcz: 59.78 g; Kw. tł. nasy.: 18.40 g; Węglowodany ogółem: 398.07 g; W tym cukry: 73.34 g; Błonnik pok.: 27.47 g; Sód: 2865.93 mg;	Wartość energetyczna: 2566.20 kcal; Białko ogółem: 106.90 g; Tłuszcz: 76.53 g; Kw. tł. nasy.: 27.48 g; Węglowodany ogółem: 406.97 g; W tym cukry: 60.66 g; Błonnik pok.: 45.55 g; Sód: 3484.50 mg;	Wartość energetyczna: 2162.20 kcal; Białko ogółem: 78.89 g; Tłuszcz: 46.26 g; Kw. tł. nasy.: 8.29 g; Węglowodany ogółem: 379.15 g; W tym cukry: 72.07 g; Błonnik pok.: 28.56 g; Sód: 2761.42 mg;	Wartość energetyczna: 2159.95 kcal; Białko ogółem: 87.56 g; Tłuszcz: 58.18 g; Kw. tł. nasy.: 11.08 g; Węglowodany ogółem: 369.48 g; W tym cukry: 48.84 g; Błonnik pok.: 42.43 g; Sód: 3532.28 mg;	Wartość energetyczna: 2717.75 kcal; Białko ogółem: 109.87 g; Tłuszcz: 68.74 g; Kw. tł. nasy.: 22.31 g; Węglowodany ogółem: 434.30 g; W tym cukry: 98.82 g; Błonnik pok.: 28.17 g; Sód: 3026.99 mg;

Jadłospisy za okres od dnia 2026-10-13 do dnia 2026-10-22 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- SOK D01 Podstawowa	SIE- SOK D02 Łatwostrawna	SIE- SOK D03 Z org. łatwoprzyswajalnych węglowodanów	SIE- SOK D02/ML Bezmleczna	SIE- SOK D03/ML Z org. łatwoprzyswajalnych węgl. b/ml	SIE- SOK D07 Bogatobiałkowa
2026-10-15 czwartek	Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 300 ml (***MLE, GLU OW,***) Herbata czarna granulowana b/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 twarogu z koperkiem 60 g (***MLE,***) Sałata zielona 35 g	Płatki owsiane na mleku 300 ml (***MLE, GLU OW,***) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (***GLU PSZ,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 10 g (***MLE,***) Pasta z twarogu z koperkiem 60 g (***MLE,***) Sałata zielona 35 g	Płatki owsiane na mleku 300 ml (***MLE, GLU OW,***) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 90 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 10 g (***MLE,***) Pasta z twarogu z koperkiem 60 g (***MLE,***) Sałata zielona 35 g	Płatki owsiane na wodzie 300 ml (***GLU OW,***) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (***GLU PSZ,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 40 g Sałata zielona 35 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 90 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 40 g Sałata zielona 35 g Płatki owsiane na wodzie 300 ml (***GLU OW,***)	Płatki owsiane na mleku 300 ml (***MLE, GLU OW,***) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (***GLU PSZ,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 10 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 40 g Pasta z twarogu z koperkiem 60 g (***MLE,***) Sałata zielona 35 g
	II ŚN			Jabłko 1 szt 1 szt		Jabłko 1 szt 1 szt	Maślanka truskawkowa 150 ml (***MLE,***)
	Obiad	Barszcz biały z ziemniakami () 300 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT,***) Risotto z mięsem wieprzowym i warzywami () 300 g (***SEL,***) Surówka z marchwi i selera z olejem b/c () 200 g (***SEL,***) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Ziemniaczana () 300 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Risotto z mięsem wieprzowym i warzywami () 300 g (***SEL,***) Surówka z marchwi i selera z olejem b/c () 200 g (***SEL,***) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Barszcz biały z ziemniakami () 300 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT,***) Risotto (ryż brązowy) z mięsem wieprzowym i warzywami () 300 g (***SEL,***) Surówka z marchwi i selera z olejem b/c () 200 g (***SEL,***) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml	Ziemniaczana (bez mleka) () 300 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Risotto z mięsem wieprzowym i warzywami () 300 g (***SEL,***) Marchew gotowana z olejem () 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Ziemniaczana (bez mleka) () 300 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Risotto (ryż brązowy) z mięsem wieprzowym i warzywami () 300 g (***SEL,***) Surówka z marchwi i selera z olejem b/c () 200 g (***SEL,***) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml	Barszcz biały z ziemniakami () 300 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT,***) Risotto z mięsem wieprzowym i warzywami () 300 g (***SEL,***) Surówka z marchwi i selera z olejem b/c () 200 g (***SEL,***) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/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	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 5 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 20 g Sałata zielona 10 g
	Kolacja	Kawa zbożowa z mlekiem b/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,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy parzony w osłonce niejadalnej 40 g (***może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR,***) Pomidor 100 g	Kawa zbożowa z mlekiem b/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,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy parzony w osłonce niejadalnej 40 g (***może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR,***) Pomidor 100 g	Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy parzony w osłonce niejadalnej 40 g (***może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR,***) Pomidor 100 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (***GLU PSZ,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Polędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 40 g (***SOJ,***) Pomidor 100 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Polędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 40 g (***SOJ,***) Pomidor 100 g	Kawa zbożowa z mlekiem b/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,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy parzony w osłonce niejadalnej 80 g (***może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR,***) Pomidor 100 g
	PN	Bułka maślana 1 szt 1 szt (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***)		Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Miks tłuszczowy do smarowania 76% 5 g (***MLE,***) Polędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 20 g (***SOJ,***)	Sok jabłkowy 100 % 0,2l w kartoniku 1 szt	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Polędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 20 g (***SOJ,***)	Bułka maślana 1 szt 1 szt (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***)
		Wartość energetyczna: 2447.37 kcal; Białko ogółem: 89.37 g; Tłuszcz: 70.00 g; Kw. tł. nasy.: 22.86 g; Węglowodany ogółem: 394.42 g; W tym cukry: 64.24 g; Błonnik pok.: 37.38 g; Sód: 3141.25 mg;	Wartość energetyczna: 2491.33 kcal; Białko ogółem: 92.15 g; Tłuszcz: 69.94 g; Kw. tł. nasy.: 22.27 g; Węglowodany ogółem: 395.71 g; W tym cukry: 64.06 g; Błonnik pok.: 32.44 g; Sód: 2994.38 mg;	Wartość energetyczna: 2350.34 kcal; Białko ogółem: 91.51 g; Tłuszcz: 76.13 g; Kw. tł. nasy.: 25.58 g; Węglowodany ogółem: 375.61 g; W tym cukry: 65.24 g; Błonnik pok.: 58.03 g; Sód: 3078.53 mg;	Wartość energetyczna: 1931.63 kcal; Białko ogółem: 65.35 g; Tłuszcz: 47.01 g; Kw. tł. nasy.: 9.68 g; Węglowodany ogółem: 332.21 g; W tym cukry: 55.57 g; Błonnik pok.: 29.47 g; Sód: 2915.88 mg;	Wartość energetyczna: 2059.48 kcal; Białko ogółem: 74.55 g; Tłuszcz: 60.95 g; Kw. tł. nasy.: 12.92 g; Węglowodany ogółem: 353.94 g; W tym cukry: 42.79 g; Błonnik pok.: 57.64 g; Sód: 3410.18 mg;	Wartość energetyczna: 2897.46 kcal; Białko ogółem: 114.44 g; Tłuszcz: 84.60 g; Kw. tł. nasy.: 29.73 g; Węglowodany ogółem: 444.87 g; W tym cukry: 64.81 g; Błonnik pok.: 34.66 g; Sód: 4490.11 mg;

		SIE- SOK D01 Podstawowa	SIE- SOK D02 Łatwostrawna	SIE- SOK D03 Z org. łatwoprzyswajalnych węglowodanów	SIE- SOK D02/ML Bezmleczna	SIE- SOK D03/ML Z org. łatwoprzyswajalnych węgl. b/ml	SIE- SOK D07 Bogatobiałkowa
2026-10-16 piątek	Śniadanie	Kasza manna 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,***) Twarożek 50 g (***MLE,***) Dżem 50 g Śliwka 150 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Kasza manna na mleku 300 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Bułka pszenna długa krojona 50 g (***GLU PSZ,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 10 g (***MLE,***) Twarożek 50 g (***MLE,***) Dżem 50 g Jabłko 150 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Kasza manna na mleku 300 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 10 g (***MLE,***) Ser żółty 40 g (***MLE,***) Śliwka 150 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Kasza manna na wodzie 300 ml (***GLU PSZ,***) Bułka pszenna długa krojona 50 g (***GLU PSZ,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 40 g Jabłko 150 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Kasza manna na wodzie 300 ml (***GLU PSZ,***) Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 40 g Śliwka 150 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Kasza manna na mleku 300 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Bułka pszenna długa krojona 50 g (***GLU PSZ,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 10 g (***MLE,***) Twarożek 50 g (***MLE,***) Dżem 50 g Jabłko 150 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	II ŚN			Kefir 2% tł 150 ml (***MLE,***)			Jabłko 150 g
	Obiad	Dyniowa z makaronem () 300 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 180 g Ryba pieczona (Morszczuk) 90 g (***RYB,***) Surówka z kapusty czerwonej z olejem 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml Sos cytrynowy 80 ml (***GLU PSZ, MLE,***)	Dyniowa z makaronem () 300 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 180 g Ryba pieczona (Morszczuk) 90 g (***RYB,***) Sos cytrynowy 80 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Szpinak gotowany z olejem* 200 g (***GLU PSZ,***) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Dyniowa z makaronem () 300 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 180 g Ryba pieczona (Morszczuk) 90 g (***RYB,***) Sos cytrynowy 80 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml	Dyniowa z makaronem (bez mleka) () 300 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 180 g Ryba pieczona (Morszczuk) 90 g (***RYB,***) Sos cytrynowy (bez mleka) 80 ml (***GLU PSZ,***) Szpinak gotowany z olejem* 200 g (***GLU PSZ,***) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Dyniowa z makaronem (bez mleka) () 300 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 180 g Ryba pieczona (Morszczuk) 90 g (***RYB,***) Sos cytrynowy (bez mleka) 80 ml (***GLU PSZ,***) Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml	Dyniowa z makaronem () 300 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 180 g Ryba pieczona (Morszczuk) 90 g (***RYB,***) Sos cytrynowy 80 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Szpinak gotowany z olejem* 200 g (***GLU PSZ,***) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml
	PD			Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 5 g (***MLE,***) Serek homo z natką pietruszki 30 g (***MLE,***) Sałata zielona 10 g		Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Polędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 20 g (***SOJ,***) Sałata zielona 10 g	Jogurt o smaku truskawkowym-ww 150 ml (***MLE,***)
	Kolacja	Kawa zbożowa z mlekiem b/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,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 60 g (***JAJ, MLE,***) Pomidor 100 g	Kawa zbożowa z mlekiem b/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,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 60 g (***JAJ, MLE,***) Pomidor 100 g	Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Chleb razowy żytnio-pszenny 150 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 60 g (***JAJ, MLE,***) Pomidor 100 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (***GLU PSZ,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Jajko gotowane kl M 2 szt (***JAJ,***) Pomidor 100 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 150 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Jajko gotowane kl M 2 szt (***JAJ,***) Pomidor 100 g	Kawa zbożowa z mlekiem b/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,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 60 g (***JAJ, MLE,***) Pomidor 100 g
	PN	Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 30 g Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt		Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Miks tłuszczowy do smarowania 76% 5 g (***MLE,***) Twarożek z ziołami 40 g (***MLE,***)	Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 30 g Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Szynka z piersią kurczaka-wędl.z drob.gr.rozd.parzo.w osł.niejadalnej 20 g (***SOJ,***)	Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 30 g Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt
		Wartość energetyczna: 2366.15 kcal; Białko ogółem: 97.43 g; Tłuszcz: 55.43 g; Kw. tł. nasy.: 18.15 g; Węglowodany ogółem: 393.46 g; W tym cukry: 106.22 g; Błonnik pok.: 30.55 g; Sód: 2600.95 mg;	Wartość energetyczna: 2405.31 kcal; Białko ogółem: 102.61 g; Tłuszcz: 54.26 g; Kw. tł. nasy.: 18.05 g; Węglowodany ogółem: 394.26 g; W tym cukry: 94.31 g; Błonnik pok.: 25.61 g; Sód: 2626.95 mg;	Wartość energetyczna: 2524.39 kcal; Białko ogółem: 119.11 g; Tłuszcz: 78.34 g; Kw. tł. nasy.: 32.02 g; Węglowodany ogółem: 388.68 g; W tym cukry: 67.59 g; Błonnik pok.: 48.47 g; Sód: 3072.06 mg;	Wartość energetyczna: 2100.19 kcal; Białko ogółem: 91.17 g; Tłuszcz: 48.21 g; Kw. tł. nasy.: 10.12 g; Węglowodany ogółem: 343.62 g; W tym cukry: 53.78 g; Błonnik pok.: 24.99 g; Sód: 2849.33 mg;	Wartość energetyczna: 2089.12 kcal; Białko ogółem: 95.00 g; Tłuszcz: 59.88 g; Kw. tł. nasy.: 12.95 g; Węglowodany ogółem: 349.56 g; W tym cukry: 39.69 g; Błonnik pok.: 48.21 g; Sód: 3282.40 mg;	Wartość energetyczna: 2579.61 kcal; Białko ogółem: 109.12 g; Tłuszcz: 57.68 g; Kw. tł. nasy.: 19.78 g; Węglowodany ogółem: 424.87 g; W tym cukry: 118.44 g; Błonnik pok.: 28.69 g; Sód: 2718.25 mg;

Jadłospisy za okres od dnia 2026-10-13 do dnia 2026-10-22 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- SOK D01 Podstawowa	SIE- SOK D02 Łatwostrawna	SIE- SOK D03 Z org. łatwoprzyswajalnych węglowodanów	SIE- SOK D02/ML Bezmleczna	SIE- SOK D03/ML Z org. łatwoprzyswajalnych węgl. b/ml	SIE- SOK D07 Bogatobiałkowa
2026-10-17 sobota	Śniadanie	Ryż na mleku 300 ml (***MLE,***) Herbata czarna granulowana b/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 Delikatne-proukt drobiowo wieprzowy homogenizowany wędzony parzony w osłonce niejadalnej 60 g (***może zawierać: MLE, SEL, GOR,***) Ketchup 20 g (***SEL,***) Sałata zielona 35 g	Ryż na mleku 300 ml (***MLE,***) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (***GLU PSZ,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 10 g (***MLE,***) Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona,w osłonce niejadalnej 40 g (***SOJ, SEL, może zawierać: MLE, GOR,***) Sałata zielona 35 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,***) Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona,w osłonce niejadalnej 40 g (***SOJ, SEL, może zawierać: MLE, GOR,***) Sałata zielona 35 g	Kasza kukurydziana na wodzie 300 ml Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (***GLU PSZ,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 40 g (***SOJ,***) Sałata zielona 35 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 10 g Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 40 g (***SOJ,***) Sałata zielona 35 g	Ryż na mleku 300 ml (***MLE,***) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (***GLU PSZ,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 10 g (***MLE,***) Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona,w osłonce niejadalnej 25 g (***SOJ, SEL, może zawierać: MLE, GOR,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Sałata zielona 35 g
	II ŚN			Jabłko 1 szt 1 szt		Jabłko 1 szt 1 szt	
	Obiad	Grochowa z ziemniakami () 300 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (***GLU JĘCZ,***) Gulasz wieprzowy 120 g (***GLU PSZ,***) Ogórek kiszony z cebulką z olejem 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami - dieta () 300 ml (***MLE, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (***GLU JĘCZ,***) Gulasz wieprzowy- dieta 120 g (***GLU PSZ,***) Buraczki gotowane () 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Grochowa z ziemniakami () 300 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (***GLU JĘCZ,***) Gulasz wieprzowy 120 g (***GLU PSZ,***) Ogórek kiszony z cebulką z olejem 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami (bez mleka) () 300 ml (***SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (***GLU JĘCZ,***) Gulasz wieprzowy- dieta 120 g (***GLU PSZ,***) Buraczki gotowane () 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Grochowa z ziemniakami () 300 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (***GLU JĘCZ,***) Gulasz wieprzowy- dieta 120 g (***GLU PSZ,***) Ogórek kiszony z cebulką z olejem 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami - dieta () 300 ml (***MLE, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (***GLU JĘCZ,***) Gulasz wieprzowy- dieta 120 g (***GLU PSZ,***) Buraczki gotowane () 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/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-wędl.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-wędl.z drob.gr.rozd.parzo.w osł.niejadalnej 20 g (***SOJ,***) Sałata zielona 10 g	Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml (***może zawierać: GLU PSZ, SEL, GOR,***)
	Kolacja	Kawa zbożowa z mlekiem b/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,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Polędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 40 g (***SOJ,***) Pasta z brokuła * 100 g	Kawa zbożowa z mlekiem b/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,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Polędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 40 g (***SOJ,***) Pasta z brokuła * 100 g	Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Polędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 40 g (***SOJ,***) Pasta z brokuła * 100 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (***GLU PSZ,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Polędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 40 g (***SOJ,***) Pasta z brokuła * 100 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Polędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 40 g (***SOJ,***) Pasta z brokuła * 100 g	Kawa zbożowa z mlekiem b/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,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Polędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 40 g (***SOJ,***) Polędwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkiem wody parzona 40 g (***GLU PSZ, SOJ, może zawierać: MLE, SEL, GOR,***) Pasta z brokuła * 100 g
	PN	Ciasto drożdżowe 50 g (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***)		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	Sok jabłkowy 100 % 0,2l w kartoniku 1 szt	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	Ciasto drożdżowe 50 g (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***)
		Wartość energetyczna: 2470.99 kcal; Białko ogółem: 88.36 g; Tłuszcz: 75.52 g; Kw. tł. nasy.: 24.08 g; Węglowodany ogółem: 355.30 g; W tym cukry: 47.59 g; Błonnik pok.: 30.36 g; Sód: 5186.77 mg;	Wartość energetyczna: 2288.22 kcal; Białko ogółem: 86.06 g; Tłuszcz: 52.41 g; Kw. tł. nasy.: 18.16 g; Węglowodany ogółem: 360.43 g; W tym cukry: 63.76 g; Błonnik pok.: 28.04 g; Sód: 3510.27 mg;	Wartość energetyczna: 2308.16 kcal; Białko ogółem: 94.00 g; Tłuszcz: 72.72 g; Kw. tł. nasy.: 22.60 g; Węglowodany ogółem: 373.34 g; W tym cukry: 47.77 g; Błonnik pok.: 47.78 g; Sód: 5004.19 mg;	Wartość energetyczna: 1875.81 kcal; Białko ogółem: 70.91 g; Tłuszcz: 41.47 g; Kw. tł. nasy.: 9.10 g; Węglowodany ogółem: 323.70 g; W tym cukry: 58.41 g; Błonnik pok.: 27.32 g; Sód: 3277.09 mg;	Wartość energetyczna: 2083.36 kcal; Białko ogółem: 83.68 g; Tłuszcz: 64.80 g; Kw. tł. nasy.: 12.93 g; Węglowodany ogółem: 345.90 g; W tym cukry: 27.88 g; Błonnik pok.: 47.62 g; Sód: 4930.03 mg;	Wartość energetyczna: 2476.78 kcal; Białko ogółem: 98.04 g; Tłuszcz: 58.68 g; Kw. tł. nasy.: 20.29 g; Węglowodany ogółem: 382.86 g; W tym cukry: 78.31 g; Błonnik pok.: 31.04 g; Sód: 3863.01 mg;

		SIE- SOK D01 Podstawowa	SIE- SOK D02 Łatwostrawna	SIE- SOK D03 Z org. łatwoprzyswajalnych węglowodanów	SIE- SOK D02/ML Bezmleczna	SIE- SOK D03/ML Z org. łatwoprzyswajalnych węgl. b/ml	SIE- SOK D07 Bogatobiałkowa
2026-10-18 niedziela	Śniadanie	Płatki pszenne 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,***) Twarożek z koperkiem 60 g (***MLE,***) Sałata zielona 35 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Płatki pszenne na mleku 300 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Bułka pszenna długa krojona 50 g (***GLU PSZ,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 10 g (***MLE,***) Twarożek z koperkiem 60 g (***MLE,***) Sałata zielona 35 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Płatki pszenne na mleku 300 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 10 g (***MLE,***) Twarożek z koperkiem 60 g (***MLE,***) Sałata zielona 35 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Płatki pszenne na wodzie 300 ml (***GLU PSZ,***) Bułka pszenna długa krojona 50 g (***GLU PSZ,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 60 g Sałata zielona 35 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Płatki pszenne na wodzie 300 ml (***GLU PSZ,***) Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 60 g Sałata zielona 35 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Płatki pszenne na mleku 300 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Bułka pszenna długa krojona 50 g (***GLU PSZ,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 10 g (***MLE,***) Twarożek z koperkiem 60 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 25 g Sałata zielona 35 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	II ŚN			Jabłko 150 g		Jabłko 150 g	
	Obiad	Rosół z makaronem () 300 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 180 g udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 100 g Surówka Colesław b/c () 200 g (***JAJ, MLE, GOR,***) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Rosół z makaronem () 300 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 180 g udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 100 g Brokuł gotowany* 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Rosół z makaronem () 300 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 180 g udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 100 g Surówka z kapusty białej z olejem b/c () 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml	Rosół z makaronem () 300 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 180 g udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 100 g Brokuł gotowany* 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Rosół z makaronem () 300 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 180 g udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 100 g Brokuł gotowany* 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml	Rosół z makaronem () 300 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 180 g udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 100 g Brokuł gotowany* 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml
	PD			Chleb Graham 50 g (***GLU PSZ,***) Miks tłuszczowy do smarowania 76% 5 g (***MLE,***) Polędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 20 g (***SOJ,***) Sałata zielona 10 g		Chleb Graham 50 g (***GLU PSZ,***) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Polędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 20 g (***SOJ,***) Sałata zielona 10 g	Kisiel o smaku wiśniowym z/c 200 ml (***może zawierać: GLU PSZ, SEL, GOR,***)
	Kolacja	Kawa zbożowa z mlekiem b/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,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Polędwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkiem wody parzona 40 g (***GLU PSZ, SOJ, może zawierać: MLE, SEL, GOR,***) Papryka świeża 100 g	Kawa zbożowa z mlekiem b/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,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Polędwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkiem wody parzona 40 g (***GLU PSZ, SOJ, może zawierać: MLE, SEL, GOR,***) Papryka świeża 100 g	Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Chleb razowy żytnio-pszenny 150 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Polędwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkiem wody parzona 40 g (***GLU PSZ, SOJ, może zawierać: MLE, SEL, GOR,***) Papryka świeża 100 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (***GLU PSZ,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Ćwikła z jabłkiem b/c () 100 g	Kawa zbożowa b/c 250 ml (***GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Chleb razowy żytnio-pszenny 150 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Papryka świeża 100 g	Kawa zbożowa z mlekiem b/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,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Polędwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkiem wody parzona 40 g (***GLU PSZ, SOJ, może zawierać: MLE, SEL, GOR,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Ćwikła z jabłkiem b/c () 100 g
	PN	Przecier owocowy jabłko-truskawka 120g 1 szt		Chleb Graham 50 g (***GLU PSZ,***) Miks tłuszczowy do smarowania 76% 5 g (***MLE,***) Ser żółty 25 g (***MLE,***)	Przecier owocowy jabłko-truskawka 120g 1 szt	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Polędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 25 g (***SOJ,***)	Przecier owocowy jabłko-truskawka 120g 1 szt
		Wartość energetyczna: 2081.19 kcal; Białko ogółem: 93.27 g; Tłuszcz: 58.32 g; Kw. tł. nasy.: 21.10 g; Węglowodany ogółem: 322.18 g; W tym cukry: 66.22 g; Błonnik pok.: 29.79 g; Sód: 3061.66 mg;	Wartość energetyczna: 2085.87 kcal; Białko ogółem: 98.95 g; Tłuszcz: 51.74 g; Kw. tł. nasy.: 20.53 g; Węglowodany ogółem: 325.98 g; W tym cukry: 60.58 g; Błonnik pok.: 24.81 g; Sód: 3100.98 mg;	Wartość energetyczna: 2454.07 kcal; Białko ogółem: 113.29 g; Tłuszcz: 75.38 g; Kw. tł. nasy.: 29.92 g; Węglowodany ogółem: 384.29 g; W tym cukry: 62.93 g; Błonnik pok.: 50.67 g; Sód: 3591.62 mg;	Wartość energetyczna: 1898.73 kcal; Białko ogółem: 86.74 g; Tłuszcz: 45.61 g; Kw. tł. nasy.: 12.14 g; Węglowodany ogółem: 306.06 g; W tym cukry: 43.20 g; Błonnik pok.: 25.13 g; Sód: 3249.76 mg;	Wartość energetyczna: 2122.52 kcal; Białko ogółem: 97.79 g; Tłuszcz: 57.63 g; Kw. tł. nasy.: 15.19 g; Węglowodany ogółem: 357.52 g; W tym cukry: 36.15 g; Błonnik pok.: 50.27 g; Sód: 3802.18 mg;	Wartość energetyczna: 2342.57 kcal; Białko ogółem: 111.03 g; Tłuszcz: 57.36 g; Kw. tł. nasy.: 22.17 g; Węglowodany ogółem: 366.94 g; W tym cukry: 92.48 g; Błonnik pok.: 28.18 g; Sód: 3521.91 mg;

		SIE- SOK D01 Podstawowa	SIE- SOK D02 Łatwostrawna	SIE- SOK D03 Z org. łatwoprzyswajalnych węglowodanów	SIE- SOK D02/ML Bezmleczna	SIE- SOK D03/ML Z org. łatwoprzyswajalnych węgl. b/ml	SIE- SOK D07 Bogatobiałkowa
2026-10-19 poniedziałek	Śniadanie	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (***MLE,***) Herbata czarna granulowana b/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,***) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy parzony w osłonce niejadalnej 40 g (***może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR,***) Ogórek kiszony 100 g	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (***MLE,***) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (***GLU PSZ,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 10 g (***MLE,***) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy parzony w osłonce niejadalnej 40 g (***może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR,***) Pomidor 100 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,***) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy parzony w osłonce niejadalnej 40 g (***może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR,***) Ogórek kiszony 100 g	Kasza kukurydziana na wodzie 300 ml Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (***GLU PSZ,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Polędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 40 g (***SOJ,***) Pomidor 100 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 10 g Polędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 40 g (***SOJ,***) Ogórek kiszony 100 g	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (***MLE,***) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (***GLU PSZ,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 10 g (***MLE,***) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy parzony w osłonce niejadalnej 40 g (***może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR,***) Twarożek z koperkiem 60 g (***MLE,***) Pomidor 100 g
	II ŚN			Jabłko 150 g		Jabłko 150 g	
	Obiad	Barszcz ukraiński z ziemniakami () 300 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ryż z jabłkiem prażonym i cynamonem 300 g Sos jogurtowy naturalny 100 g (***MLE,***) Surówka z selera i marchwi z olejem () b/c 200 g (***SEL,***) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami () 300 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ryż z jabłkiem prażonym i cynamonem 300 g Sos jogurtowy naturalny 100 g (***MLE,***) Surówka z selera i marchwi z olejem () b/c 200 g (***SEL,***) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Barszcz ukraiński 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 selera i marchwi z olejem () b/c 200 g (***SEL,***) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami (bez mleka) () 300 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ryż na sypko 180 g Pulpet wieprzowy 90 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos ziołowy* 80 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Surówka z selera i marchwi z olejem () b/c 200 g (***SEL,***) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami (bez mleka) () 300 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ryż na sypko (brązowy) 180 g Schab gotowany 90 g Sos ziołowy* 80 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Surówka z selera i marchwi z olejem () b/c 200 g (***SEL,***) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami () 300 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ryż z jabłkiem prażonym i cynamonem 300 g Sos jogurtowy naturalny 100 g (***MLE,***) Surówka z selera i marchwi z olejem () b/c 200 g (***SEL,***) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml
	PD			Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 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	Jabłko 150 g Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 5 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 20 g Sałata zielona 10 g
	Kolacja	Kawa zbożowa z mlekiem b/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,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Serek a'la homogenizowany 60 g (***MLE,***) Sałata zielona 35 g	Kawa zbożowa z mlekiem b/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,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Serek a'la homogenizowany 60 g (***MLE,***) Sałata zielona 35 g	Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Chleb razowy żytnio-pszenny 150 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Serek a'la homogenizowany 60 g (***MLE,***) Sałata zielona 35 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (***GLU PSZ,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 40 g Sałata zielona 35 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 150 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 40 g Sałata zielona 35 g	Kawa zbożowa z mlekiem b/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,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Serek a'la homogenizowany 60 g (***MLE,***) Sałata zielona 35 g
	PN	Podpłomyki b/c 20 g (***GLU PSZ, MLE,***) Sok pomidorowy 0,3l 1 szt			Sok pomidorowy 0,3l 1 szt		Podpłomyki b/c 20 g (***GLU PSZ, MLE,***) Sok pomidorowy 0,3l 1 szt
		Wartość energetyczna: 2197.04 kcal; Białko ogółem: 71.01 g; Tłuszcz: 53.15 g; Kw. tł. nasy.: 18.49 g; Węglowodany ogółem: 384.28 g; W tym cukry: 68.29 g; Błonnik pok.: 35.80 g; Sód: 4293.45 mg;	Wartość energetyczna: 2259.19 kcal; Białko ogółem: 72.77 g; Tłuszcz: 53.13 g; Kw. tł. nasy.: 18.47 g; Węglowodany ogółem: 391.86 g; W tym cukry: 70.98 g; Błonnik pok.: 31.39 g; Sód: 3455.51 mg;	Wartość energetyczna: 2333.53 kcal; Białko ogółem: 81.50 g; Tłuszcz: 61.03 g; Kw. tł. nasy.: 21.86 g; Węglowodany ogółem: 415.91 g; W tym cukry: 93.80 g; Błonnik pok.: 56.48 g; Sód: 4378.37 mg;	Wartość energetyczna: 1947.60 kcal; Białko ogółem: 73.01 g; Tłuszcz: 48.35 g; Kw. tł. nasy.: 10.21 g; Węglowodany ogółem: 327.03 g; W tym cukry: 32.76 g; Błonnik pok.: 30.00 g; Sód: 3733.81 mg;	Wartość energetyczna: 2001.70 kcal; Białko ogółem: 87.44 g; Tłuszcz: 49.09 g; Kw. tł. nasy.: 10.56 g; Węglowodany ogółem: 351.25 g; W tym cukry: 38.49 g; Błonnik pok.: 55.12 g; Sód: 4643.86 mg;	Wartość energetyczna: 2594.71 kcal; Białko ogółem: 90.29 g; Tłuszcz: 61.55 g; Kw. tł. nasy.: 23.12 g; Węglowodany ogółem: 442.93 g; W tym cukry: 87.92 g; Błonnik pok.: 36.28 g; Sód: 4020.07 mg;

Jadłospisy za okres od dnia 2026-10-13 do dnia 2026-10-22 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- SOK D01 Podstawowa	SIE- SOK D02 Łatwostrawna	SIE- SOK D03 Z org. łatwoprzyswajalnych węglowodanów	SIE- SOK D02/ML Bezmleczna	SIE- SOK D03/ML Z org. łatwoprzyswajalnych węgl. b/ml	SIE- SOK D07 Bogatobiałkowa
2026-10-20 wtorek	Śniadanie	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (***MLE, GLU JĘCZ,***) 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 tofu, brokuła i szpinaku 60 g (***SOJ,***) Sałata zielona 35 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (***MLE, GLU JĘCZ,***) Bułka pszenna długa krojona 50 g (***GLU PSZ,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 10 g (***MLE,***) Pasta z tofu, brokuła i szpinaku 60 g (***SOJ,***) Sałata zielona 35 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (***MLE, GLU JĘCZ,***) Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 10 g (***MLE,***) Pasta z tofu, brokuła i szpinaku 60 g (***SOJ,***) Sałata zielona 35 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Kasza manna na wodzie 300 ml (***GLU PSZ,***) Bułka pszenna długa krojona 50 g (***GLU PSZ,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Pasta z tofu, brokuła i szpinaku 60 g (***SOJ,***) Sałata zielona 35 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Kasza manna na wodzie 300 ml (***GLU PSZ,***) Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Pasta z tofu, brokuła i szpinaku 60 g (***SOJ,***) Sałata zielona 35 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (***MLE, GLU JĘCZ,***) Bułka pszenna długa krojona 50 g (***GLU PSZ,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 10 g (***MLE,***) Pasta z tofu, brokuła i szpinaku 60 g (***SOJ,***) Serek a`la homogenizowany z ziołami 50 g (***MLE,***) Sałata zielona 35 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	II ŚN			Jabłko 150 g		Jabłko 150 g	
	Obiad	Jarzynowa z zacierką dieta () 300 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 180 g Filet z kurczaka gotowany 90 g Fasolka szparagowa z wody* 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Jarzynowa z zacierką dieta () 300 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 180 g Filet z kurczaka gotowany 90 g Sos pietruszkowy* 80 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Fasolka szparagowa z wody* 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Jarzynowa z zacierką dieta () 300 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 180 g Filet z kurczaka gotowany 90 g Fasolka szparagowa z wody* 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml Sos pietruszkowy* 80 ml (***GLU PSZ, MLE,***)	Jarzynowa z zacierką (bez mleka) 300 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 180 g Filet z kurczaka gotowany 90 g Sos pietruszkowy (bez mleka)* 80 ml (***GLU PSZ,***) Fasolka szparagowa z wody* 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Jarzynowa z zacierką (bez mleka) 300 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 180 g Filet z kurczaka gotowany 90 g Sos pietruszkowy (bez mleka)* 80 ml (***GLU PSZ,***) Fasolka szparagowa z wody* 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml	Jarzynowa z zacierką dieta () 300 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 180 g Filet z kurczaka gotowany 90 g Sos pietruszkowy* 80 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Fasolka szparagowa z wody* 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml
	PD			Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Miks tłuszczowy do smarowania 76% 5 g (***MLE,***) Polędwica 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 Polędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 20 g (***SOJ,***) Sałata zielona 10 g	Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml (***może zawierać: GLU PSZ, SEL, GOR,***)
	Kolacja	Kawa zbożowa z mlekiem b/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,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Jajko gotowane kl M 2 szt (***JAJ,***) Rzepa biała 100 g	Kawa zbożowa z mlekiem b/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,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Jajko gotowane kl M 2 szt (***JAJ,***) Pomidor 100 g	Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Chleb razowy żytnio-pszenny 150 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Jajko gotowane kl M 2 szt (***JAJ,***) Rzepa biała 100 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (***GLU PSZ,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Jajko gotowane kl M 2 szt (***JAJ,***) Pomidor 100 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 150 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Jajko gotowane kl M 2 szt (***JAJ,***) Rzepa biała 100 g	Kawa zbożowa z mlekiem b/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,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Jajko gotowane kl M 2 szt (***JAJ,***) Pomidor 100 g
	PN	Przecier owocowy jabłko-truskawka 120g 1 szt		Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Miks tłuszczowy do smarowania 76% 5 g (***MLE,***) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy parzony w osłonce niejadalnej 20 g (***może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR,***) Sałata zielona 10 g	Mus owocowy 100g-produkt pasteryzowany 1 szt	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Szynka z piersią kurczaka-wędl.z drob.gr.rozd.parzo.w osł.niejadalnej 20 g (***SOJ,***) Sałata zielona 10 g	Przecier owocowy jabłko-truskawka 120g 1 szt
		Wartość energetyczna: 1972.25 kcal; Białko ogółem: 92.46 g; Tłuszcz: 49.08 g; Kw. tł. nasy.: 17.16 g; Węglowodany ogółem: 316.90 g; W tym cukry: 57.01 g; Błonnik pok.: 31.17 g; Sód: 2765.56 mg;	Wartość energetyczna: 2015.90 kcal; Białko ogółem: 95.47 g; Tłuszcz: 49.75 g; Kw. tł. nasy.: 17.08 g; Węglowodany ogółem: 315.52 g; W tym cukry: 55.77 g; Błonnik pok.: 23.91 g; Sód: 2642.72 mg;	Wartość energetyczna: 2279.41 kcal; Białko ogółem: 105.16 g; Tłuszcz: 63.44 g; Kw. tł. nasy.: 22.16 g; Węglowodany ogółem: 376.61 g; W tym cukry: 54.77 g; Błonnik pok.: 52.84 g; Sód: 3259.72 mg;	Wartość energetyczna: 1726.37 kcal; Białko ogółem: 79.99 g; Tłuszcz: 38.25 g; Kw. tł. nasy.: 8.73 g; Węglowodany ogółem: 283.05 g; W tym cukry: 23.75 g; Błonnik pok.: 23.47 g; Sód: 2261.10 mg;	Wartość energetyczna: 1977.45 kcal; Białko ogółem: 89.82 g; Tłuszcz: 52.14 g; Kw. tł. nasy.: 12.00 g; Węglowodany ogółem: 344.97 g; W tym cukry: 34.75 g; Błonnik pok.: 50.60 g; Sód: 2941.06 mg;	Wartość energetyczna: 2165.58 kcal; Białko ogółem: 103.97 g; Tłuszcz: 52.39 g; Kw. tł. nasy.: 18.41 g; Węglowodany ogółem: 339.73 g; W tym cukry: 72.06 g; Błonnik pok.: 26.91 g; Sód: 2656.05 mg;

		SIE- SOK D01 Podstawowa	SIE- SOK D02 Łatwostrawna	SIE- SOK D03 Z org. łatwoprzyswajalnych węglowodanów	SIE- SOK D02/ML Bezmleczna	SIE- SOK D03/ML Z org. łatwoprzyswajalnych węgl. b/ml	SIE- SOK D07 Bogatobiałkowa
2026-10-21 środa	Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 300 ml (***MLE, GLU OW,***) Herbata czarna granulowana b/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 a'la homogenizowany 50 g (***MLE,***) Powidła śliwkowe 25 g Papryka świeża 100 g	Płatki owsiane na mleku 300 ml (***MLE, GLU OW,***) Bułka pszenna długa krojona 40 g (***GLU PSZ,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 10 g (***MLE,***) Serek a'la homogenizowany 50 g (***MLE,***) Dżem 25 g Pasta warzywna () 100 g (***SEL,***) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	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,***) Serek a'la homogenizowany 50 g (***MLE,***) Papryka świeża 100 g	Kasza kukurydziana na wodzie 300 ml Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 40 g (***GLU PSZ,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 40 g (***SOJ,***) Dżem 25 g Pasta warzywna () 100 g (***SEL,***)	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 10 g Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 40 g (***SOJ,***) Papryka świeża 100 g	Płatki owsiane na mleku 300 ml (***MLE, GLU OW,***) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 40 g (***GLU PSZ,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 10 g (***MLE,***) Serek a'la homogenizowany 50 g (***MLE,***) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy parzony w osłonce niejadalnej 40 g (***może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR,***) Pasta warzywna () 100 g (***SEL,***)
	II ŚN			Jabłko 150 g		Jabłko 150 g	Banan 150 g
	Obiad	Kapuśniak z kapusty kiszonej () 300 ml (***GLU PSZ, SEL, GOR,***) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (***GLU JĘCZ,***) Pieczeń rzymska wieprzowa 90 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos pomidorowy 80 ml (***GLU PSZ,***) Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c () 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Ziemniaczana () 300 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (***GLU JĘCZ,***) Pieczeń rzymska wieprzowa 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	Ziemniaczana () 300 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (***GLU JĘCZ,***) Pieczeń rzymska wieprzowa 90 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos pomidorowy 80 ml (***GLU PSZ,***) Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c () 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml	Ziemniaczana (bez mleka) () 300 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (***GLU JĘCZ,***) Pieczeń rzymska wieprzowa 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	Ziemniaczana (bez mleka) () 300 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (***GLU JĘCZ,***) Pieczeń rzymska wieprzowa 90 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos pomidorowy 80 ml (***GLU PSZ,***) Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c () 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml	Ziemniaczana () 300 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (***GLU JĘCZ,***) Pieczeń rzymska wieprzowa 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
	PD			Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Miks tłuszczowy do smarowania 76% 5 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa kieł.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 kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 20 g Sałata zielona 10 g	Budyń o smaku śmietankowym b/c 200 ml (***MLE,***)
	Kolacja	Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Paprykarz szczeciński 60 g (***RYB, SOJ,***) Ogórek kiszony 100 g	Kawa zbożowa z mlekiem b/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,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Paprykarz rybno (morszczuk)-warzywny () 60 g (***RYB,***) Pomidor 100 g	Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Chleb razowy żytnio-pszenny 150 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Paprykarz szczeciński 60 g (***RYB, SOJ,***) Ogórek kiszony 100 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (***GLU PSZ,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Paprykarz rybno (morszczuk)-warzywny () 60 g (***RYB,***) Pomidor 100 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 150 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Paprykarz szczeciński 60 g (***RYB, SOJ,***) Ogórek kiszony 100 g	Kawa zbożowa z mlekiem b/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,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Paprykarz rybno (morszczuk)-warzywny () 60 g (***RYB,***) Pomidor 100 g
	PN	Ciasto drożdżowe 50 g (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***)		Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Miks tłuszczowy do smarowania 76% 5 g (***MLE,***) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa,wędzona,z wodą dodaną. 25 g (***SOJ,***) Sałata zielona 10 g	Przecier owocowy jabłko-banan 120g 1 szt	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Szynka z piersią kurczaka-wędl.z drob.gr.rozd.parzo.w osł.niejadalnej 50 g (***SOJ,***) Sałata zielona 10 g	Ciasto drożdżowe 50 g (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***)
		Wartość energetyczna: 2477.00 kcal; Białko ogółem: 89.41 g; Tłuszcz: 62.77 g; Kw. tł. nasy.: 20.80 g; Węglowodany ogółem: 389.93 g; W tym cukry: 74.92 g; Błonnik pok.: 36.52 g; Sód: 3901.73 mg;	Wartość energetyczna: 2460.76 kcal; Białko ogółem: 92.86 g; Tłuszcz: 56.82 g; Kw. tł. nasy.: 19.39 g; Węglowodany ogółem: 388.47 g; W tym cukry: 71.18 g; Błonnik pok.: 31.06 g; Sód: 2677.73 mg;	Wartość energetyczna: 2483.48 kcal; Białko ogółem: 100.01 g; Tłuszcz: 67.58 g; Kw. tł. nasy.: 23.20 g; Węglowodany ogółem: 425.44 g; W tym cukry: 69.15 g; Błonnik pok.: 56.51 g; Sód: 4298.19 mg;	Wartość energetyczna: 2035.92 kcal; Białko ogółem: 73.64 g; Tłuszcz: 43.62 g; Kw. tł. nasy.: 9.24 g; Węglowodany ogółem: 359.65 g; W tym cukry: 60.73 g; Błonnik pok.: 32.95 g; Sód: 2795.53 mg;	Wartość energetyczna: 2228.92 kcal; Białko ogółem: 86.32 g; Tłuszcz: 60.35 g; Kw. tł. nasy.: 12.97 g; Węglowodany ogółem: 403.00 g; W tym cukry: 47.24 g; Błonnik pok.: 55.50 g; Sód: 4677.29 mg;	Wartość energetyczna: 2815.36 kcal; Białko ogółem: 105.17 g; Tłuszcz: 67.15 g; Kw. tł. nasy.: 23.88 g; Węglowodany ogółem: 442.85 g; W tym cukry: 109.07 g; Błonnik pok.: 33.45 g; Sód: 3155.66 mg;

Jadłospisy za okres od dnia 2026-10-13 do dnia 2026-10-22 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- SOK D01 Podstawowa	SIE- SOK D02 Łatwostrawna	SIE- SOK D03 Z org. łatwoprzyswajalnych węglowodanów	SIE- SOK D02/ML Bezmleczna	SIE- SOK D03/ML Z org. łatwoprzyswajalnych węgl. b/ml	SIE- SOK D07 Bogatobiałkowa
2026-10-22 czwartek	Śniadanie	Kasza manna na mleku 300 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Herbata czarna granulowana b/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 fasoli 60 g Pomidor 100 g	Kasza manna na mleku 300 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 40 g (***GLU PSZ,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 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,***) Pomidor 100 g	Kasza manna 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 fasoli 60 g Pomidor 100 g	Kasza manna na wodzie 300 ml (***GLU PSZ,***) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 40 g (***GLU PSZ,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 40 g Pomidor 100 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 kiełbasa grubo rozdrobniona 40 g Pomidor 100 g	Kasza manna na mleku 300 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 40 g (***GLU PSZ,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 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,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 20 g Pomidor 100 g
	II ŚN			Jabłko 1 szt 1 szt		Jabłko 1 szt 1 szt	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt
	Obiad	Szpinakowa z ziemniakami () 300 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Makaron z sosem bolognese, z łop wp () 300 g (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Surówka z rzepy białej i jabłka () 200 g (***MLE,***) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Szpinakowa z ziemniakami () 300 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Makaron z sosem bolognese, z łop wp - dieta () 300 g (***GLU PSZ, SEL,***) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Szpinakowa z ziemniakami () 300 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Makaron pełnoziarnisty z sosem bolognese, z łop wp () 300 g (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Surówka z rzepy białej i jabłka () 200 g (***MLE,***) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml	Szpinakowa z ziemniakami (bez mleka) () 300 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Makaron z sosem bolognese, z łop wp - dieta () 300 g (***GLU PSZ, SEL,***) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Szpinakowa z ziemniakami (bez mleka) () 300 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Makaron z sosem bolognese, z łop wp - dieta () 300 g (***GLU PSZ, SEL,***) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml	Szpinakowa z ziemniakami () 300 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Makaron z sosem bolognese, z łop wp - dieta () 300 g (***GLU PSZ, SEL,***) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml
	PD			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	Jogurt o smaku brzoskwiniowym-ww 200 ml (***MLE,***)
	Kolacja	Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona,w osłonce niejadalnej 40 g (***SOJ, SEL, może zawierać: MLE, GOR,***) Sałata zielona 35 g	Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Bułka pszenna długa krojona 40 g (***GLU PSZ,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona,w osłonce niejadalnej 40 g (***SOJ, SEL, może zawierać: MLE, GOR,***) Sałata zielona 35 g	Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Chleb razowy żytnio-pszenny 150 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona,w osłonce niejadalnej 40 g (***SOJ, SEL, może zawierać: MLE, GOR,***) Sałata zielona 35 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 40 g (***GLU PSZ,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Polędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 60 g (***SOJ,***) Sałata zielona 35 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 150 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Polędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 60 g (***SOJ,***) Sałata zielona 35 g	Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Bułka pszenna długa krojona 40 g (***GLU PSZ,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona,w osłonce niejadalnej 40 g (***SOJ, SEL, może zawierać: MLE, GOR,***) Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona,w osłonce niejadalnej 20 g (***SOJ, SEL, może zawierać: MLE, GOR,***) Sałata zielona 35 g
	PN	Przecier owocowy jabłko-banan 120g 1 szt		Pieczywo chrupkie ekstrudowane-żytnie 30 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Miks tłuszczowy do smarowania 76% 5 g (***MLE,***) Polędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 25 g (***SOJ,***) Sałata zielona 10 g	Przecier owocowy jabłko-banan 120g 1 szt	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Polędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 25 g (***SOJ,***) Sałata zielona 10 g	Przecier owocowy jabłko-banan 120g 1 szt
		Wartość energetyczna: 2269.00 kcal; Białko ogółem: 84.67 g; Tłuszcz: 58.69 g; Kw. tł. nasy.: 21.85 g; Węglowodany ogółem: 379.99 g; W tym cukry: 65.34 g; Błonnik pok.: 38.51 g; Sód: 2765.58 mg;	Wartość energetyczna: 2055.66 kcal; Białko ogółem: 81.80 g; Tłuszcz: 49.24 g; Kw. tł. nasy.: 17.12 g; Węglowodany ogółem: 333.86 g; W tym cukry: 59.47 g; Błonnik pok.: 26.67 g; Sód: 2632.98 mg;	Wartość energetyczna: 2484.57 kcal; Białko ogółem: 94.94 g; Tłuszcz: 69.51 g; Kw. tł. nasy.: 25.75 g; Węglowodany ogółem: 421.86 g; W tym cukry: 57.14 g; Błonnik pok.: 54.25 g; Sód: 3293.85 mg;	Wartość energetyczna: 1812.06 kcal; Białko ogółem: 71.07 g; Tłuszcz: 39.90 g; Kw. tł. nasy.: 8.98 g; Węglowodany ogółem: 305.33 g; W tym cukry: 39.79 g; Błonnik pok.: 26.48 g; Sód: 2716.75 mg;	Wartość energetyczna: 2068.84 kcal; Białko ogółem: 84.42 g; Tłuszcz: 52.31 g; Kw. tł. nasy.: 11.94 g; Węglowodany ogółem: 363.34 g; W tym cukry: 32.57 g; Błonnik pok.: 49.27 g; Sód: 3528.22 mg;	Wartość energetyczna: 2300.63 kcal; Białko ogółem: 96.38 g; Tłuszcz: 54.72 g; Kw. tł. nasy.: 19.78 g; Węglowodany ogółem: 369.45 g; W tym cukry: 86.56 g; Błonnik pok.: 29.67 g; Sód: 3131.34 mg;

		SIE- SOK D05 Łatwostrawna z ogr. tłuszczu	SIE- SOK D10 Przetarta	SIE- SOK C01 Podstawowa	SIE- SOK P01/3 Podstawowa 10-18 lat	SIE- SOK P02/3 Łatwostrawna 10-18 lat	SIE- SOK Biegunkowa
2026-10-13 wtorek	Śniadanie	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (***MLE,***) 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 35 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (***MLE,***) Bułka pszenna długa krojona 50 g (***GLU PSZ,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 10 g (***MLE,***) Szynka gotowana wieprzowa wędzona parzona, zawiera wodę dodaną, w siatce niejadalnej mielona 40 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU OW,***) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna długa krojona 50 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 10 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 40 g Ogórek kiszony 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna długa krojona 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 10 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 40 g Ogórek kiszony 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (***MLE,***) Bułka pszenna długa krojona 50 g (***GLU PSZ,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 10 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 40 g Sałata zielona 35 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (***GLU PSZ,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 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			Banan 150 g			Kisiel o smaku wiśniowym z/c 200 ml (***może zawierać: GLU PSZ, SEL, GOR,***)
	Obiad	Solferino () 300 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Makaron 180 g (***GLU PSZ,***) Szynka wieprzowa gotowana 90 g Sos szpinakowy* 80 ml (***GLU PSZ,***) Dynia duszona z marchewką * 200 g (***GLU PSZ,***) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Solferino () 300 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Makaron 180 g (***GLU PSZ,***) Pulpet wieprzowy rozdrobniony 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos szpinakowy* 80 ml (***GLU PSZ,***) Dynia duszona z marchewką * 200 g (***GLU PSZ,***) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Solferino () 300 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Makaron 180 g (***GLU PSZ,***) Szynka wieprzowa gotowana 90 g Sos szpinakowy* 80 ml (***GLU PSZ,***) Dynia duszona z marchewką * 200 g (***GLU PSZ,***) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Pieczarkowa z ziemniakami () 300 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL, S02,***) Makaron 180 g (***GLU PSZ,***) Szynka wieprzowa gotowana 90 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml Sos szpinakowy* 80 ml (***GLU PSZ,***)	Solferino () 300 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Makaron 180 g (***GLU PSZ,***) Szynka wieprzowa gotowana 90 g Sos szpinakowy* 80 ml (***GLU PSZ,***) Dynia duszona z marchewką * 200 g (***GLU PSZ,***) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	
	PD				Ciasto drożdżowe 50 g (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***)		Jogurt naturalny 150g 1 szt (***MLE,***)
	Kolacja	Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Bułka pszenna długa krojona 120 g (***GLU PSZ,***) Miks tłuszczowy do smarowania 76% 5 g (***MLE,***) Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona,w osłonce niejadalnej 40 g (***SOJ, SEL, może zawierać: MLE, GOR,***) Pasta z brokuła * 100 g	Kawa zbożowa z mlekiem b/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,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona,w osłonce niejadalnej 40 g (***SOJ, SEL, może zawierać: MLE, GOR,***)	Kawa zbożowa z mlekiem b/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,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona,w osłonce niejadalnej 40 g (***SOJ, SEL, może zawierać: MLE, GOR,***) Pasta z brokuła * 100 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona,w osłonce niejadalnej 40 g (***SOJ, SEL, może zawierać: MLE, GOR,***) Pasta z brokuła * 100 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna długa krojona 50 g (***GLU PSZ,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona,w osłonce niejadalnej 40 g (***SOJ, SEL, może zawierać: MLE, GOR,***) Pasta z brokuła * 100 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (***GLU PSZ,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona,w osłonce niejadalnej 40 g (***SOJ, SEL, może zawierać: MLE, GOR,***)
	PN	Przecier owocowy jabłko-banan 120g 1 szt					Biszkopty 30 g (***GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JĘCZ,***)
		Wartość energetyczna: 2086.79 kcal; Białko ogółem: 96.58 g; Tłuszcz: 45.17 g; Kw. tł. nasy.: 15.07 g; Węglowodany ogółem: 336.08 g; W tym cukry: 67.87 g; Błonnik pok.: 24.19 g; Sód: 2694.12 mg;	Wartość energetyczna: 2198.06 kcal; Białko ogółem: 88.16 g; Tłuszcz: 53.01 g; Kw. tł. nasy.: 18.45 g; Węglowodany ogółem: 357.02 g; W tym cukry: 64.02 g; Błonnik pok.: 24.22 g; Sód: 2870.54 mg;	Wartość energetyczna: 2346.31 kcal; Białko ogółem: 97.92 g; Tłuszcz: 51.72 g; Kw. tł. nasy.: 17.43 g; Węglowodany ogółem: 389.89 g; W tym cukry: 95.12 g; Błonnik pok.: 29.36 g; Sód: 3907.69 mg;	Wartość energetyczna: 2355.59 kcal; Białko ogółem: 91.37 g; Tłuszcz: 51.43 g; Kw. tł. nasy.: 16.20 g; Węglowodany ogółem: 379.39 g; W tym cukry: 87.20 g; Błonnik pok.: 32.23 g; Sód: 3949.37 mg;	Wartość energetyczna: 2509.47 kcal; Białko ogółem: 97.00 g; Tłuszcz: 50.45 g; Kw. tł. nasy.: 16.23 g; Węglowodany ogółem: 408.04 g; W tym cukry: 93.75 g; Błonnik pok.: 30.23 g; Sód: 3282.67 mg;	Wartość energetyczna: 1956.36 kcal; Białko ogółem: 84.36 g; Tłuszcz: 41.54 g; Kw. tł. nasy.: 14.18 g; Węglowodany ogółem: 332.50 g; W tym cukry: 55.76 g; Błonnik pok.: 19.75 g; Sód: 2777.37 mg;

		SIE- SOK D05 Łatwostrawna z ogr. tłuszczu	SIE- SOK D10 Przetarta	SIE- SOK C01 Podstawowa	SIE- SOK P01/3 Podstawowa 10-18 lat	SIE- SOK P02/3 Łatwostrawna 10-18 lat	SIE- SOK Biegunkowa
2026-10-14 środa	Śniadanie	Makaron na mleku 300 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 5 g (***MLE,***) Szynka zielonogórska- wieprzowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 40 g (***SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR,***) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Makaron na mleku 300 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (***GLU PSZ,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 10 g (***MLE,***) Szynka zielonogórska- wieprzowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 40 g (***SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR,***) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Makaron na mleku 300 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna długa krojona 50 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 10 g (***MLE,***) Ser żółty 40 g (***MLE,***) Sałata zielona 35 g	Makaron na mleku 300 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Herbata czarna granulowana b/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,***) Ser żółty 40 g (***MLE,***) Sałata zielona 35 g	Makaron na mleku 300 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (***GLU PSZ,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 10 g (***MLE,***) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 40 g (***SOJ,***) Sałata zielona 35 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (***GLU PSZ,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 10 g (***MLE,***) Szynka zielonogórska- wieprzowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 40 g (***SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR,***)
	II ŚN			Jabłko 1 szt 1 szt		Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	
	Obiad	Krupnik jęczmienny () 300 ml (***MLE, SEL, GLU JĘCZ,***) Ziemniaki gotowane () 180 g Zrazik drobiowy z udźca pieczony mielony 80 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos jarzynowy () 80 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Krupnik jęczmienny () 300 ml (***MLE, SEL, GLU JĘCZ,***) Ziemniaki gotowane puree () 180 g (***MLE,***) Zrazik drobiowy z udźca pieczony mielony 80 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos jarzynowy () 80 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Krupnik jęczmienny () 300 ml (***MLE, SEL, GLU JĘCZ,***) Ziemniaki gotowane () 180 g Zrazik drobiowy z udźca pieczony mielony 80 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos jarzynowy () 80 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Zupa z soczewicy i ziemniakami () 300 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 180 g Zrazik drobiowy z udźca pieczony mielony 80 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos jarzynowy () 80 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Krupnik jęczmienny () 300 ml (***MLE, SEL, GLU JĘCZ,***) Ziemniaki gotowane () 180 g Zrazik drobiowy z udźca pieczony mielony 80 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos jarzynowy () 80 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	
	PD				Budyń o smaku waniliowym z/c 200 ml (***MLE,***)		Wafle ryżowe 30 g
	Kolacja	Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Bułka pszenna długa krojona 150 g (***GLU PSZ,***) Miks tłuszczowy do smarowania 76% 5 g (***MLE,***) Pasztet rybny z warzywami (morszczuk) () 60 g (***GLU PSZ, JAJ, RYB,***) Pomidor b/skórki 100 g	Kawa zbożowa z mlekiem b/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,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Pasztet rybny z warzywami (morszczuk) () 60 g (***GLU PSZ, JAJ, RYB,***)	Kawa zbożowa z mlekiem b/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,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Pasztet rybny z warzywami (łosoś) () 60 g (***GLU PSZ, JAJ, RYB,***) Pomidor 100 g	Kawa zbożowa z mlekiem b/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,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Pasztet rybny z warzywami (łosoś) () 60 g (***GLU PSZ, JAJ, RYB,***) Pomidor 100 g	Kawa zbożowa z mlekiem b/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,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Pasztet rybny z warzywami (łosoś) () 60 g (***GLU PSZ, JAJ, RYB,***) Pomidor 100 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (***GLU PSZ,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Pasztet rybny z warzywami (morszczuk) () 60 g (***GLU PSZ, JAJ, RYB,***)
	PN	Mleko Smakowe UHT 1,5% tł 0,2l 1 szt (***MLE,***) Biszkopty b/ml 30 g (***GLU PSZ, JAJ,***)	Biszkopty b/ml 30 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Mleko Smakowe UHT 1,5% tł 0,2l 1 szt (***MLE,***)	Mleko Smakowe UHT 1,5% tł 0,2l 1 szt (***MLE,***) Biszkopty b/ml 30 g (***GLU PSZ, JAJ,***)			Suchary b/c 30 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***)
		Wartość energetyczna: 2327.43 kcal; Białko ogółem: 102.63 g; Tłuszcz: 49.13 g; Kw. tł. nasy.: 16.08 g; Węglowodany ogółem: 379.40 g; W tym cukry: 55.37 g; Błonnik pok.: 25.06 g; Sód: 2411.19 mg;	Wartość energetyczna: 2335.91 kcal; Białko ogółem: 97.63 g; Tłuszcz: 54.93 g; Kw. tł. nasy.: 18.36 g; Węglowodany ogółem: 375.50 g; W tym cukry: 50.91 g; Błonnik pok.: 26.05 g; Sód: 2796.83 mg;	Wartość energetyczna: 2531.11 kcal; Białko ogółem: 97.10 g; Tłuszcz: 69.55 g; Kw. tł. nasy.: 25.58 g; Węglowodany ogółem: 400.00 g; W tym cukry: 73.82 g; Błonnik pok.: 28.13 g; Sód: 2818.78 mg;	Wartość energetyczna: 2851.59 kcal; Białko ogółem: 109.07 g; Tłuszcz: 77.06 g; Kw. tł. nasy.: 28.23 g; Węglowodany ogółem: 459.46 g; W tym cukry: 99.22 g; Błonnik pok.: 35.95 g; Sód: 3054.51 mg;	Wartość energetyczna: 2620.67 kcal; Białko ogółem: 100.77 g; Tłuszcz: 62.74 g; Kw. tł. nasy.: 20.05 g; Węglowodany ogółem: 433.49 g; W tym cukry: 99.03 g; Błonnik pok.: 28.17 g; Sód: 3009.85 mg;	Wartość energetyczna: 2099.86 kcal; Białko ogółem: 76.83 g; Tłuszcz: 48.94 g; Kw. tł. nasy.: 11.65 g; Węglowodany ogółem: 356.81 g; W tym cukry: 50.99 g; Błonnik pok.: 26.56 g; Sód: 2603.24 mg;

		SIE- SOK D05 Łatwostrawna z ogr. tłuszczu	SIE- SOK D10 Przetarta	SIE- SOK C01 Podstawowa	SIE- SOK P01/3 Podstawowa 10-18 lat	SIE- SOK P02/3 Łatwostrawna 10-18 lat	SIE- SOK Biegunkowa
2026-10-15 czwartek	Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 300 ml (***MLE, GLU OW,***) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 5 g (***MLE,***) Pasta z twarogu z koperkiem 60 g (***MLE,***) Sałata zielona 35 g	Płatki owsiane na mleku 300 ml (***MLE, GLU OW,***) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (***GLU PSZ,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 10 g (***MLE,***) Pasta z twarogu z koperkiem 60 g (***MLE,***)	Płatki owsiane na mleku 300 ml (***MLE, GLU OW,***) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna długa krojona 50 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 10 g (***MLE,***) Pasta z twarogu z koperkiem 60 g (***MLE,***) Sałata zielona 35 g	Płatki owsiane na mleku 300 ml (***MLE, GLU OW,***) Herbata czarna granulowana b/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 twarogu z koperkiem 60 g (***MLE,***) Sałata zielona 35 g	Płatki owsiane na mleku 300 ml (***MLE, GLU OW,***) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (***GLU PSZ,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 10 g (***MLE,***) Pasta z twarogu z koperkiem 60 g (***MLE,***) Sałata zielona 35 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (***GLU PSZ,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 10 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 40 g
	II ŚN			Maślanka truskawkowa 150 ml (***MLE,***) Herbatniki 30 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***)	Jabłko 1 szt 1 szt		Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Kisiel o smaku wiśniowym z/c 150 ml (***może zawierać: GLU PSZ, SEL, GOR,***)
	Obiad	Ziemniaczana () 300 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Risotto z mięsem wieprzowym i warzywami () 300 g (***SEL,***) Marchew gotowana z olejem () 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Ziemniaczana () 300 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Risotto z mięsem wieprzowym i warzywami () 300 g (***SEL,***) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml Marchew gotowana z olejem () 200 g	Barszcz biały z ziemniakami () 300 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT,***) Risotto z mięsem wieprzowym i warzywami () 300 g (***SEL,***) Surówka z marchwi i selera z olejem b/c () 200 g (***SEL,***) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml		Ziemniaczana () 300 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Risotto z mięsem wieprzowym i warzywami () 300 g (***SEL,***) Surówka z marchwi i selera z olejem b/c () 200 g (***SEL,***) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Ziemniaczana (bez mleka) () 300 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ryż na sypko 180 g Sos pomidorowy 80 ml (***GLU PSZ,***) Schab gotowany 100 g Marchew gotowana z olejem () 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml
	PD				Maślanka truskawkowa 150 ml (***MLE,***)		Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 5 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 20 g
	Kolacja	Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Bułka pszenna długa krojona 150 g (***GLU PSZ,***) Miks tłuszczowy do smarowania 76% 5 g (***MLE,***) Pomidor 100 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,***) Bułka pszenna długa krojona 50 g (***GLU PSZ,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy parzony w osłonce niejadalnej 40 g (***może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR,***)	Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa,wędzona,z wodą dodaną. 40 g (***SOJ,***) Pomidor 100 g Kawa zbożowa z mlekiem b/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,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt	Kawa zbożowa z mlekiem b/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,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa,wędzona,z wodą dodaną. 40 g (***SOJ,***) Pomidor 100 g	Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa,wędzona,z wodą dodaną. 40 g (***SOJ,***) Pomidor 100 g Kawa zbożowa z mlekiem b/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,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt	Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy parzony w osłonce niejadalnej 40 g (***może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR,***) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (***GLU PSZ,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt
	PN	Bułka maślana 1 szt 1 szt (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***)					Wafle ryżowe 30 g
		Wartość energetyczna: 2592.25 kcal; Białko ogółem: 100.29 g; Tłuszcz: 63.30 g; Kw. tł. nasy.: 20.02 g; Węglowodany ogółem: 425.84 g; W tym cukry: 68.28 g; Błonnik pok.: 29.94 g; Sód: 2790.15 mg;	Wartość energetyczna: 2452.06 kcal; Białko ogółem: 90.00 g; Tłuszcz: 68.17 g; Kw. tł. nasy.: 22.09 g; Węglowodany ogółem: 390.42 g; W tym cukry: 62.39 g; Błonnik pok.: 29.33 g; Sód: 2979.57 mg;	Wartość energetyczna: 2708.36 kcal; Białko ogółem: 103.14 g; Tłuszcz: 71.89 g; Kw. tł. nasy.: 23.19 g; Węglowodany ogółem: 435.15 g; W tym cukry: 74.79 g; Błonnik pok.: 33.21 g; Sód: 3366.94 mg;	Wartość energetyczna: 2616.36 kcal; Białko ogółem: 98.60 g; Tłuszcz: 69.23 g; Kw. tł. nasy.: 22.86 g; Węglowodany ogółem: 430.36 g; W tym cukry: 79.05 g; Błonnik pok.: 40.38 g; Sód: 3426.74 mg;	Wartość energetyczna: 2660.32 kcal; Białko ogółem: 101.39 g; Tłuszcz: 69.18 g; Kw. tł. nasy.: 22.28 g; Węglowodany ogółem: 431.64 g; W tym cukry: 78.87 g; Błonnik pok.: 35.44 g; Sód: 3279.87 mg;	Wartość energetyczna: 2160.98 kcal; Białko ogółem: 85.66 g; Tłuszcz: 46.42 g; Kw. tł. nasy.: 16.43 g; Węglowodany ogółem: 372.77 g; W tym cukry: 54.38 g; Błonnik pok.: 28.82 g; Sód: 3485.43 mg;

		SIE- SOK D05 Łatwostrawna z ogr. tłuszczu	SIE- SOK D10 Przetarta	SIE- SOK C01 Podstawowa	SIE- SOK P01/3 Podstawowa 10-18 lat	SIE- SOK P02/3 Łatwostrawna 10-18 lat	SIE- SOK Biegunkowa
2026-10-16 piątek	Śniadanie	Kasza manna na mleku 300 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Bułka pszenna długa krojona 120 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 5 g (***MLE,***) Dżem 50 g Twarożek 50 g (***MLE,***) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Kasza manna na mleku 300 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Bułka pszenna długa krojona 50 g (***GLU PSZ,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 10 g (***MLE,***) Twarożek 50 g (***MLE,***) Dżem 50 g Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Kasza manna na mleku 300 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna długa krojona 50 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 10 g (***MLE,***) Twarożek 50 g (***MLE,***) Dżem 50 g Śliwka 150 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Kasza manna 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,***) Twarożek 50 g (***MLE,***) Dżem 50 g Śliwka 150 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Kasza manna na mleku 300 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Bułka pszenna długa krojona 50 g (***GLU PSZ,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 10 g (***MLE,***) Twarożek 50 g (***MLE,***) Dżem 50 g Jabłko 150 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 50 g (***GLU PSZ,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 10 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 40 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	II ŚN			Śliwka 150 g		Jabłko 150 g	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt
	Obiad	Dyniowa z makaronem () 300 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 180 g Ryba pieczona (Morszczuk) 90 g (***RYB,***) Sos cytrynowy 80 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Szpinak gotowany z olejem* 200 g (***GLU PSZ,***) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Dyniowa z makaronem () 300 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane puree () 180 g (***MLE,***) Ryba pieczona (Morszczuk) rozdrobniona 90 g (***RYB,***) Sos cytrynowy 80 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Szpinak gotowany z olejem* 200 g (***GLU PSZ,***) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Dyniowa z makaronem () 300 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 180 g Ryba pieczona (Morszczuk) 90 g (***RYB,***) Szpinak gotowany z olejem* 200 g (***GLU PSZ,***) Sos cytrynowy 80 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Dyniowa z makaronem () 300 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 180 g Ryba pieczona (Morszczuk) 90 g (***RYB,***) Surówka z kapusty czerwonej z olejem 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml Sos cytrynowy 80 ml (***GLU PSZ, MLE,***)	Dyniowa z makaronem () 300 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 180 g Ryba pieczona (Morszczuk) 90 g (***RYB,***) Sos cytrynowy 80 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Szpinak gotowany z olejem* 200 g (***GLU PSZ,***) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Grysikowa () 300 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 180 g Ryba pieczona (Morszczuk) 90 g (***RYB,***) Sos cytrynowy (bez mleka) 80 ml (***GLU PSZ,***) Szpinak gotowany z olejem* 200 g (***GLU PSZ,***) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml
	PD				Jogurt o smaku truskawkowym-ww 150 ml (***MLE,***)		Wafle ryżowe 30 g
	Kolacja	Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Bułka pszenna długa krojona 150 g (***GLU PSZ,***) Miks tłuszczowy do smarowania 76% 5 g (***MLE,***) Baton szynkowy z kurczat 40 g (***może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR,***) Pomidor b/skórki 100 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (***GLU PSZ,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 60 g (***JAJ, MLE,***)	Kawa zbożowa z mlekiem b/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,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 60 g (***JAJ, MLE,***) Pomidor 100 g	Kawa zbożowa z mlekiem b/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,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 60 g (***JAJ, MLE,***) Pomidor 100 g	Kawa zbożowa z mlekiem b/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,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 60 g (***JAJ, MLE,***) Pomidor 100 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (***GLU PSZ,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Baton szynkowy z kurczat 40 g (***może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR,***)
	PN	Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 30 g Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt					Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 30 g
		Wartość energetyczna: 2358.48 kcal; Białko ogółem: 105.00 g; Tłuszcz: 46.83 g; Kw. tł. nasy.: 13.78 g; Węglowodany ogółem: 393.78 g; W tym cukry: 95.55 g; Błonnik pok.: 22.98 g; Sód: 2399.56 mg;	Wartość energetyczna: 2296.08 kcal; Białko ogółem: 96.65 g; Tłuszcz: 51.14 g; Kw. tł. nasy.: 16.25 g; Węglowodany ogółem: 379.52 g; W tym cukry: 84.14 g; Błonnik pok.: 24.31 g; Sód: 2554.34 mg;	Wartość energetyczna: 2477.31 kcal; Białko ogółem: 103.81 g; Tłuszcz: 54.56 g; Kw. tł. nasy.: 18.09 g; Węglowodany ogółem: 411.21 g; W tym cukry: 106.16 g; Błonnik pok.: 27.41 g; Sód: 2629.95 mg;	Wartość energetyczna: 2538.95 kcal; Białko ogółem: 104.24 g; Tłuszcz: 58.70 g; Kw. tł. nasy.: 19.87 g; Węglowodany ogółem: 423.47 g; W tym cukry: 129.00 g; Błonnik pok.: 33.03 g; Sód: 2692.25 mg;	Wartość energetyczna: 2579.61 kcal; Białko ogółem: 109.12 g; Tłuszcz: 57.68 g; Kw. tł. nasy.: 19.78 g; Węglowodany ogółem: 424.87 g; W tym cukry: 118.44 g; Błonnik pok.: 28.69 g; Sód: 2718.25 mg;	Wartość energetyczna: 1964.48 kcal; Białko ogółem: 82.38 g; Tłuszcz: 43.22 g; Kw. tł. nasy.: 10.06 g; Węglowodany ogółem: 328.99 g; W tym cukry: 31.96 g; Błonnik pok.: 22.86 g; Sód: 3002.15 mg;

		SIE- SOK D05 Łatwostrawna z ogr. tłuszczu	SIE- SOK D10 Przetarta	SIE- SOK C01 Podstawowa	SIE- SOK P01/3 Podstawowa 10-18 lat	SIE- SOK P02/3 Łatwostrawna 10-18 lat	SIE- SOK Biegunkowa
2026-10-17 sobota	Śniadanie	Ryż na mleku 300 ml (***MLE,***) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 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,***) Sałata zielona 35 g	Ryż na mleku 300 ml (***MLE,***) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (***GLU PSZ,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 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,***)	Ryż na mleku 300 ml (***MLE,***) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna długa krojona 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,***) Sałata zielona 35 g	Ryż na mleku 300 ml (***MLE,***) Herbata czarna granulowana b/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 Delikatne-proukt drobiowo wieprzowy homogenizowany wędzony parzony w osłonce niejadalnej 60 g (***może zawierać: MLE, SEL, GOR,***) Ketchup 20 g (***SEL,***) Sałata zielona 35 g	Ryż na mleku 300 ml (***MLE,***) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (***GLU PSZ,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 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,***) Sałata zielona 35 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (***GLU PSZ,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 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,***)
	II ŚN			Jabłko 1 szt 1 szt			Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml (***może zawierać: GLU PSZ, SEL, GOR,***)
	Obiad	Selerowa z ziemniakami - dieta () 300 ml (***MLE, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (***GLU JĘCZ,***) Gulasz wieprzowy- dieta 120 g (***GLU PSZ,***) Buraczki gotowane () 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami - dieta () 300 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 160 g Gulasz wieprzowy- dieta rozdrobniony 120 g (***GLU PSZ,***) Buraczki gotowane () 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami - dieta () 300 ml (***MLE, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (***GLU JĘCZ,***) Gulasz wieprzowy 120 g (***GLU PSZ,***) Ogórek kiszony z cebulką z olejem 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Grochowa z ziemniakami () 300 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Gulasz wieprzowy 120 g (***GLU PSZ,***) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (***GLU JĘCZ,***) Ogórek kiszony z cebulką z olejem 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami - dieta () 300 ml (***MLE, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (***GLU JĘCZ,***) Gulasz wieprzowy- dieta 120 g (***GLU PSZ,***) Buraczki gotowane () 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Ziemniaczana (bez mleka) () 300 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (***GLU JĘCZ,***) Klopsik wieprzowy 90 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Marchew gotowana z olejem () 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml
	PD				Wafelki 30 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***) Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml (***może zawierać: GLU PSZ, SEL, GOR,***)		Wafelki 30 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***)
	Kolacja	Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Bułka pszenna długa krojona 150 g (***GLU PSZ,***) Miks tłuszczowy do smarowania 76% 5 g (***MLE,***) Polędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 40 g (***SOJ,***) Pasta z brokuła * 100 g	Kawa zbożowa z mlekiem b/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,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Polędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona mielona 40 g (***SOJ,***)	Kawa zbożowa z mlekiem b/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,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa,wędzona,z wodą dodaną. 40 g (***SOJ,***) Pasta z brokuła * 100 g	Kawa zbożowa z mlekiem b/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,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa,wędzona,z wodą dodaną. 40 g (***SOJ,***) Pasta z brokuła * 100 g	Kawa zbożowa z mlekiem b/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,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa,wędzona,z wodą dodaną. 40 g (***SOJ,***) Pasta z brokuła * 100 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (***GLU PSZ,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Polędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 40 g (***SOJ,***)
	PN	Ciasto drożdżowe 50 g (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***)					
		Wartość energetyczna: 2317.42 kcal; Białko ogółem: 92.05 g; Tłuszcz: 46.78 g; Kw. tł. nasy.: 15.93 g; Węglowodany ogółem: 372.19 g; W tym cukry: 65.77 g; Błonnik pok.: 26.15 g; Sód: 3195.07 mg;	Wartość energetyczna: 2162.95 kcal; Białko ogółem: 82.03 g; Tłuszcz: 43.77 g; Kw. tł. nasy.: 17.38 g; Węglowodany ogółem: 351.12 g; W tym cukry: 61.52 g; Błonnik pok.: 24.52 g; Sód: 3107.19 mg;	Wartość energetyczna: 2349.52 kcal; Białko ogółem: 86.99 g; Tłuszcz: 60.45 g; Kw. tł. nasy.: 18.70 g; Węglowodany ogółem: 355.73 g; W tym cukry: 60.38 g; Błonnik pok.: 26.51 g; Sód: 4884.42 mg;	Wartość energetyczna: 2743.10 kcal; Białko ogółem: 93.51 g; Tłuszcz: 86.82 g; Kw. tł. nasy.: 29.89 g; Węglowodany ogółem: 393.96 g; W tym cukry: 62.40 g; Błonnik pok.: 33.36 g; Sód: 5452.98 mg;	Wartość energetyczna: 2560.34 kcal; Białko ogółem: 91.21 g; Tłuszcz: 63.71 g; Kw. tł. nasy.: 23.97 g; Węglowodany ogółem: 399.09 g; W tym cukry: 78.56 g; Błonnik pok.: 31.04 g; Sód: 3776.48 mg;	Wartość energetyczna: 2142.78 kcal; Białko ogółem: 67.30 g; Tłuszcz: 53.08 g; Kw. tł. nasy.: 19.03 g; Węglowodany ogółem: 341.82 g; W tym cukry: 33.98 g; Błonnik pok.: 26.43 g; Sód: 3112.99 mg;

		SIE- SOK D05 Łatwostrawna z ogr. tłuszczu	SIE- SOK D10 Przetarta	SIE- SOK C01 Podstawowa	SIE- SOK P01/3 Podstawowa 10-18 lat	SIE- SOK P02/3 Łatwostrawna 10-18 lat	SIE- SOK Biegunkowa
2026-10-18 niedziela	Śniadanie	Płatki pszenne na mleku 300 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Bułka pszenna długa krojona 120 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 5 g (***MLE,***) Twarożek z koperkiem 60 g (***MLE,***) Sałata zielona 35 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Płatki pszenne na mleku 300 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Bułka pszenna długa krojona 50 g (***GLU PSZ,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 10 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona mielona 40 g Jabłko pieczone 150 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Płatki pszenne na mleku 300 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 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 35 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Płatki pszenne 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,***) Twarożek z koperkiem 60 g (***MLE,***) Sałata zielona 35 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Płatki pszenne na mleku 300 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Bułka pszenna długa krojona 50 g (***GLU PSZ,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 10 g (***MLE,***) Twarożek z koperkiem 60 g (***MLE,***) Sałata zielona 35 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 50 g (***GLU PSZ,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 10 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 60 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	II ŚN			Jabłko 150 g			Jabłko pieczone 150 g
	Obiad	Ryżowa () 300 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 180 g Pulpet drobiowy 90 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Brokuł gotowany* 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Rosół z makaronem () 300 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane puree () 180 g (***MLE,***) Pulpet drobiowy rozdrobniony 90 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Brokuł gotowany* 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Rosół z makaronem () 300 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 180 g udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 100 g Brokuł gotowany* 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Rosół z makaronem () 300 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 180 g udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 100 g Surówka Colesław b/c () 200 g (***JAJ, MLE, GOR,***) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Rosół z makaronem () 300 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 180 g udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 100 g Brokuł gotowany* 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Ryżowa (bez mleka) () 300 ml (***SEL,***) Ziemniaki gotowane () 180 g Pulpet drobiowy 90 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Brokuł gotowany* 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml
	PD				Kisiel o smaku wiśniowym z/c 200 ml (***może zawierać: GLU PSZ, SEL, GOR,***)		Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml (***może zawierać: GLU PSZ, SEL, GOR,***)
	Kolacja	Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Miks tłuszczowy do smarowania 76% 5 g (***MLE,***) Polędwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkiem wody parzona 40 g (***GLU PSZ, SOJ, może zawierać: MLE, SEL, GOR,***) Ćwikła z jabłkiem b/c () 100 g	Kawa zbożowa z mlekiem b/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,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Polędwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkiem wody parzona 40 g (***GLU PSZ, SOJ, może zawierać: MLE, SEL, GOR,***)	Kawa zbożowa z mlekiem b/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,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szynka z piersią kurczaka-wędl.z drob.gr.rozd.parzo.w osł.niejadalnej 40 g (***SOJ,***) Ćwikła z jabłkiem b/c () 100 g	Kawa zbożowa z mlekiem b/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,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szynka z piersią kurczaka-wędl.z drob.gr.rozd.parzo.w osł.niejadalnej 40 g (***SOJ,***) Papryka świeża 100 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (***GLU PSZ,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szynka z piersią kurczaka-wędl.z drob.gr.rozd.parzo.w osł.niejadalnej 40 g (***SOJ,***) Ćwikła z jabłkiem b/c () 100 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (***GLU PSZ,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Baton szynkowy z kurcząt 60 g (***może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR,***)
	PN	Przecier owocowy jabłko-truskawka 120g 1 szt					Suchary b/c 30 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***)
		Wartość energetyczna: 1854.83 kcal; Białko ogółem: 87.10 g; Tłuszcz: 36.72 g; Kw. tł. nasy.: 14.66 g; Węglowodany ogółem: 309.64 g; W tym cukry: 66.07 g; Błonnik pok.: 21.62 g; Sód: 2571.99 mg;	Wartość energetyczna: 2032.49 kcal; Białko ogółem: 87.47 g; Tłuszcz: 44.35 g; Kw. tł. nasy.: 16.66 g; Węglowodany ogółem: 340.95 g; W tym cukry: 67.39 g; Błonnik pok.: 24.78 g; Sód: 3479.54 mg;	Wartość energetyczna: 2166.02 kcal; Białko ogółem: 98.38 g; Tłuszcz: 54.93 g; Kw. tł. nasy.: 20.45 g; Węglowodany ogółem: 349.41 g; W tym cukry: 78.96 g; Błonnik pok.: 28.18 g; Sód: 3184.48 mg;	Wartość energetyczna: 2214.04 kcal; Białko ogółem: 92.15 g; Tłuszcz: 61.97 g; Kw. tł. nasy.: 21.12 g; Węglowodany ogółem: 358.29 g; W tym cukry: 94.08 g; Błonnik pok.: 32.79 g; Sód: 3047.60 mg;	Wartość energetyczna: 2144.58 kcal; Białko ogółem: 93.24 g; Tłuszcz: 51.93 g; Kw. tł. nasy.: 18.66 g; Węglowodany ogółem: 356.31 g; W tym cukry: 84.92 g; Błonnik pok.: 28.18 g; Sód: 3118.70 mg;	Wartość energetyczna: 1835.82 kcal; Białko ogółem: 75.15 g; Tłuszcz: 40.31 g; Kw. tł. nasy.: 10.08 g; Węglowodany ogółem: 310.85 g; W tym cukry: 34.17 g; Błonnik pok.: 22.09 g; Sód: 3397.88 mg;

		SIE- SOK D05 Łatwostrawna z ogr. tłuszczu	SIE- SOK D10 Przetarta	SIE- SOK C01 Podstawowa	SIE- SOK P01/3 Podstawowa 10-18 lat	SIE- SOK P02/3 Łatwostrawna 10-18 lat	SIE- SOK Biegunkowa
2026-10-19 poniedziałek	Śniadanie	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (***MLE,***) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 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 100 g	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (***MLE,***) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (***GLU PSZ,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 10 g (***MLE,***) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy parzony w osłonce niejadalnej 40 g (***może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR,***)	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (***MLE,***) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna długa krojona 50 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 10 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 40 g Ogórek kiszony 100 g	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (***MLE,***) Herbata czarna granulowana b/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,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 40 g Ogórek kiszony 100 g	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (***MLE,***) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (***GLU PSZ,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 10 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 40 g Pomidor 100 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (***GLU PSZ,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 10 g (***MLE,***) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy parzony w osłonce niejadalnej 40 g (***może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR,***)
	II ŚN			Jabłko 150 g			Jabłko pieczone 150 g
	Obiad	Barszcz czerwony z ziemniakami () 300 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ryż z jabłkiem prażonym i cynamonem 300 g Sos jogurtowy naturalny 100 g (***MLE,***) Surówka z selera i marchwi z olejem () b/c 200 g (***SEL,***) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami () 300 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ryż z jabłkiem prażonym i cynamonem 300 g Sos jogurtowy naturalny 100 g (***MLE,***) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g (***SEL,***) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami () 300 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ryż z jabłkiem prażonym i cynamonem 300 g Sos jogurtowy naturalny 100 g (***MLE,***) Surówka z selera i marchwi z olejem () b/c 200 g (***SEL,***) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Barszcz ukraiński z ziemniakami () 300 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ryż z jabłkiem prażonym i cynamonem 300 g Sos jogurtowy naturalny 100 g (***MLE,***) Surówka z selera i marchwi z olejem () b/c 200 g (***SEL,***) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami () 300 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ryż z jabłkiem prażonym i cynamonem 300 g Sos jogurtowy naturalny 100 g (***MLE,***) Surówka z selera i marchwi z olejem () b/c 200 g (***SEL,***) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Marchewkowa z ziemniakami (bez mleka) 300 g (***GLU PSZ, SEL,***) Ryż na sypko 180 g Schab gotowany 90 g Sos ziołowy* 80 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g (***SEL,***) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml
	PD				Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml (***MLE,***)		Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml (***może zawierać: GLU PSZ, SEL, GOR,***)
	Kolacja	Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Bułka pszenna długa krojona 120 g (***GLU PSZ,***) Miks tłuszczowy do smarowania 76% 5 g (***MLE,***) Serek a'la homogenizowany 60 g (***MLE,***) Sałata zielona 35 g	Kawa zbożowa z mlekiem b/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,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Serek a'la homogenizowany 60 g (***MLE,***)	Kawa zbożowa z mlekiem b/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,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Serek a'la homogenizowany 60 g (***MLE,***) Sałata zielona 35 g	Kawa zbożowa z mlekiem b/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,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Serek a'la homogenizowany 60 g (***MLE,***) Sałata zielona 35 g	Kawa zbożowa z mlekiem b/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,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Serek a'la homogenizowany 60 g (***MLE,***) Sałata zielona 35 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (***GLU PSZ,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Polędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 40 g (***SOJ,***)
	PN	Podpłomyki b/c 20 g (***GLU PSZ, MLE,***)	Podpłomyki b/c 20 g (***GLU PSZ, MLE,***) Sok pomidorowy 0,3l 1 szt	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt Podpłomyki b/c 20 g (***GLU PSZ, MLE,***)	Podpłomyki b/c 20 g (***GLU PSZ, MLE,***) Sok przecierowy warzywno-owocowy 0,33 l 1 szt		Podpłomyki b/c 20 g (***GLU PSZ, MLE,***)
		Wartość energetyczna: 2096.39 kcal; Białko ogółem: 71.91 g; Tłuszcz: 45.25 g; Kw. tł. nasy.: 15.81 g; Węglowodany ogółem: 365.77 g; W tym cukry: 72.39 g; Błonnik pok.: 28.27 g; Sód: 2108.31 mg;	Wartość energetyczna: 2204.91 kcal; Białko ogółem: 71.26 g; Tłuszcz: 48.87 g; Kw. tł. nasy.: 18.11 g; Węglowodany ogółem: 387.40 g; W tym cukry: 70.37 g; Błonnik pok.: 27.85 g; Sód: 3548.10 mg;	Wartość energetyczna: 2293.78 kcal; Białko ogółem: 76.67 g; Tłuszcz: 48.71 g; Kw. tł. nasy.: 16.85 g; Węglowodany ogółem: 407.36 g; W tym cukry: 82.83 g; Błonnik pok.: 33.59 g; Sód: 4164.11 mg;	Wartość energetyczna: 2522.66 kcal; Białko ogółem: 80.34 g; Tłuszcz: 51.67 g; Kw. tł. nasy.: 19.07 g; Węglowodany ogółem: 458.49 g; W tym cukry: 136.68 g; Błonnik pok.: 38.51 g; Sód: 3616.40 mg;	Wartość energetyczna: 2584.81 kcal; Białko ogółem: 82.11 g; Tłuszcz: 51.65 g; Kw. tł. nasy.: 19.05 g; Węglowodany ogółem: 466.08 g; W tym cukry: 139.37 g; Błonnik pok.: 34.10 g; Sód: 2778.46 mg;	Wartość energetyczna: 1813.11 kcal; Białko ogółem: 73.41 g; Tłuszcz: 41.96 g; Kw. tł. nasy.: 12.99 g; Węglowodany ogółem: 304.98 g; W tym cukry: 43.50 g; Błonnik pok.: 26.67 g; Sód: 2935.26 mg;

		SIE- SOK D05 Łatwostrawna z ogr. tłuszczu	SIE- SOK D10 Przetarta	SIE- SOK C01 Podstawowa	SIE- SOK P01/3 Podstawowa 10-18 lat	SIE- SOK P02/3 Łatwostrawna 10-18 lat	SIE- SOK Biegunkowa
2026-10-20 wtorek	Śniadanie	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (***MLE, GLU JĘCZ,***) Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 5 g (***MLE,***) Pasta z tofu, brokuła i szpinaku 60 g (***SOJ,***) Sałata zielona 35 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Kasza manna na mleku 300 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Bułka pszenna długa krojona 50 g (***GLU PSZ,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 10 g (***MLE,***) Pasta z tofu, brokuła i szpinaku 60 g (***SOJ,***) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (***MLE, GLU JĘCZ,***) 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 tofu, brokuła i szpinaku 60 g (***SOJ,***) Sałata zielona 35 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (***MLE, GLU JĘCZ,***) 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 tofu, brokuła i szpinaku 60 g (***SOJ,***) Sałata zielona 35 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (***MLE, GLU JĘCZ,***) Bułka pszenna długa krojona 50 g (***GLU PSZ,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 10 g (***MLE,***) Pasta z tofu, brokuła i szpinaku 60 g (***SOJ,***) Sałata zielona 35 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 50 g (***GLU PSZ,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 10 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 40 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	II ŚN	Jabłko 150 g					
	Obiad	Jarzynowa z zacierką dieta () 300 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 180 g Filet z kurczaka gotowany 90 g Sos pietruszkowy* 80 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Marchew gotowana z olejem () 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Jarzynowa z zacierką dieta () 300 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane puree () 180 g (***MLE,***) Filet z kurczaka gotowany rozdrobniony 90 g Sos pietruszkowy* 80 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Marchew gotowana z olejem () 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Jarzynowa z zacierką dieta () 300 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 180 g Filet z kurczaka gotowany 90 g Fasolka szparagowa z wody* 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml Sos pietruszkowy* 80 ml (***GLU PSZ, MLE,***)		Jarzynowa z zacierką dieta () 300 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 180 g Filet z kurczaka gotowany 90 g Sos pietruszkowy* 80 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Fasolka szparagowa z wody* 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami (bez mleka) () 300 ml (***SEL,***) Ziemniaki gotowane () 180 g Filet z kurczaka gotowany 90 g Marchew gotowana z olejem () 200 g Sos pietruszkowy (bez mleka)* 80 ml (***GLU PSZ,***) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml
	PD				Drożdżówka mini 50g 50 g (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***)		Biszkopty b/ml 30 g (***GLU PSZ, JAJ,***)
	Kolacja	Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Bułka pszenna długa krojona 120 g (***GLU PSZ,***) Miks tłuszczowy do smarowania 76% 5 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 40 g Pomidor b/skórki 100 g	Kawa zbożowa z mlekiem b/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,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Pasta z jaj 60 g (***JAJ, MLE,***)	Kawa zbożowa z mlekiem b/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,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Jajko gotowane kl M 2 szt (***JAJ,***) Pomidor 100 g	Kawa zbożowa z mlekiem b/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,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Jajko gotowane kl M 2 szt (***JAJ,***) Rzepa biała 100 g	Kawa zbożowa z mlekiem b/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,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Jajko gotowane kl M 2 szt (***JAJ,***) Pomidor 100 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (***GLU PSZ,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 40 g
	PN	Przecier owocowy jabłko-truskawka 120g 1 szt					Suchary b/c 30 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***)
		Wartość energetyczna: 1867.37 kcal; Białko ogółem: 89.89 g; Tłuszcz: 39.40 g; Kw. tł. nasy.: 12.30 g; Węglowodany ogółem: 306.46 g; W tym cukry: 66.83 g; Błonnik pok.: 25.97 g; Sód: 2513.98 mg;	Wartość energetyczna: 2008.30 kcal; Białko ogółem: 88.27 g; Tłuszcz: 50.99 g; Kw. tł. nasy.: 16.41 g; Węglowodany ogółem: 318.76 g; W tym cukry: 62.05 g; Błonnik pok.: 25.21 g; Sód: 2583.81 mg;	Wartość energetyczna: 2090.90 kcal; Białko ogółem: 96.07 g; Tłuszcz: 50.35 g; Kw. tł. nasy.: 17.14 g; Węglowodany ogółem: 333.67 g; W tym cukry: 70.32 g; Błonnik pok.: 26.91 g; Sód: 2645.72 mg;	Wartość energetyczna: 2216.67 kcal; Białko ogółem: 96.19 g; Tłuszcz: 54.26 g; Kw. tł. nasy.: 17.23 g; Węglowodany ogółem: 356.66 g; W tym cukry: 71.84 g; Błonnik pok.: 34.37 g; Sód: 2863.03 mg;	Wartość energetyczna: 2233.90 kcal; Białko ogółem: 98.52 g; Tłuszcz: 54.08 g; Kw. tł. nasy.: 17.14 g; Węglowodany ogółem: 351.17 g; W tym cukry: 70.32 g; Błonnik pok.: 26.91 g; Sód: 2705.72 mg;	Wartość energetyczna: 1871.03 kcal; Białko ogółem: 79.82 g; Tłuszcz: 32.13 g; Kw. tł. nasy.: 9.00 g; Węglowodany ogółem: 337.20 g; W tym cukry: 45.57 g; Błonnik pok.: 30.68 g; Sód: 3012.60 mg;

		SIE- SOK D05 Łatwostrawna z ogr. tłuszczu	SIE- SOK D10 Przetarta	SIE- SOK C01 Podstawowa	SIE- SOK P01/3 Podstawowa 10-18 lat	SIE- SOK P02/3 Łatwostrawna 10-18 lat	SIE- SOK Biegunkowa
2026-10-21 środa	Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 300 ml (***MLE, GLU OW,***) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 5 g (***MLE,***) Serek a'la homogenizowany 50 g (***MLE,***) Pasta warzywna () 100 g (***SEL,***) Dżem 25 g	Płatki owsiane na mleku 300 ml (***MLE, GLU OW,***) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 40 g (***GLU PSZ,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 10 g (***MLE,***) Serek a'la homogenizowany 50 g (***MLE,***) Dżem 25 g	Płatki owsiane na mleku 300 ml (***MLE, GLU OW,***) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna długa krojona 40 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 10 g (***MLE,***) Serek a'la homogenizowany 50 g (***MLE,***) Papryka świeża 100 g Dżem 25 g	Płatki owsiane na mleku 300 ml (***MLE, GLU OW,***) Herbata czarna granulowana b/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 a'la homogenizowany 50 g (***MLE,***) Papryka świeża 100 g Powidła śliwkowe 25 g	Płatki owsiane na mleku 300 ml (***MLE, GLU OW,***) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 40 g (***GLU PSZ,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 10 g (***MLE,***) Serek a'la homogenizowany 50 g (***MLE,***) Pasta warzywna () 100 g (***SEL,***) Dżem 25 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 40 g (***GLU PSZ,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 10 g (***MLE,***) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy parzony w osłonce niejadalnej 40 g (***może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR,***)
	II ŚN	Banan 150 g					
	Obiad	Ziemniaczana () 300 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (***GLU JĘCZ,***) Pieczeń rzymska wieprzowa 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	Ziemniaczana () 300 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (***GLU JĘCZ,***) Pieczeń rzymska wieprzowa rozdrobniona 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	Ziemniaczana () 300 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (***GLU JĘCZ,***) Pieczeń rzymska wieprzowa 90 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos pomidorowy 80 ml (***GLU PSZ,***) Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c () 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml		Ziemniaczana () 300 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (***GLU JĘCZ,***) Pieczeń rzymska wieprzowa 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	Ziemniaczana () 300 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (***GLU JĘCZ,***) Pieczeń rzymska wieprzowa 90 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos pomidorowy 80 ml (***GLU PSZ,***) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml
	PD				Budyń o smaku śmietankowym b/c 200 ml (***MLE,***)		Biszkopty b/ml 30 g (***GLU PSZ, JAJ,***)
	Kolacja	Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Bułka pszenna długa krojona 150 g (***GLU PSZ,***) Tłuszcz do smarowania 63% 5 g (***MLE,***) Paprykarz rybno (morszczuk)-warzywny () 60 g (***RYB,***) Pomidor b/skórki 100 g	Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Bułka pszenna długa krojona 150 g (***GLU PSZ,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Paprykarz rybno (morszczuk)-warzywny () 60 g (***RYB,***)	Kawa zbożowa z mlekiem b/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,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Paprykarz rybno (łosoś)-warzywny () 60 g (***RYB,***) Ogórek kiszony 100 g	Kawa zbożowa z mlekiem b/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,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Paprykarz rybno (łosoś)-warzywny () 60 g (***RYB,***) Ogórek kiszony 100 g	Kawa zbożowa z mlekiem b/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,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Paprykarz rybno (łosoś)-warzywny () 60 g (***RYB,***) Pomidor 100 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (***GLU PSZ,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szynka z piersią kurczaka-wędl.z drob.gr.rozd.parzo.w osł.niejadalnej 40 g (***SOJ,***)
	PN	Ciasto drożdżowe 50 g (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***)					Podpłomyki b/c 20 g (***GLU PSZ, MLE,***)
		Wartość energetyczna: 2455.89 kcal; Białko ogółem: 97.96 g; Tłuszcz: 50.39 g; Kw. tł. nasy.: 16.83 g; Węglowodany ogółem: 394.11 g; W tym cukry: 72.94 g; Błonnik pok.: 28.95 g; Sód: 2324.59 mg;	Wartość energetyczna: 2356.64 kcal; Białko ogółem: 92.12 g; Tłuszcz: 51.30 g; Kw. tł. nasy.: 18.88 g; Węglowodany ogółem: 369.07 g; W tym cukry: 62.13 g; Błonnik pok.: 21.69 g; Sód: 2229.90 mg;	Wartość energetyczna: 2568.89 kcal; Białko ogółem: 92.89 g; Tłuszcz: 50.44 g; Kw. tł. nasy.: 19.13 g; Węglowodany ogółem: 432.24 g; W tym cukry: 105.53 g; Błonnik pok.: 35.13 g; Sód: 3198.06 mg;	Wartość energetyczna: 2750.34 kcal; Białko ogółem: 97.95 g; Tłuszcz: 54.65 g; Kw. tł. nasy.: 21.58 g; Węglowodany ogółem: 470.00 g; W tym cukry: 124.00 g; Błonnik pok.: 40.16 g; Sód: 3471.16 mg;	Wartość energetyczna: 2779.26 kcal; Białko ogółem: 101.15 g; Tłuszcz: 61.05 g; Kw. tł. nasy.: 21.87 g; Węglowodany ogółem: 451.62 g; W tym cukry: 118.32 g; Błonnik pok.: 33.65 g; Sód: 2753.43 mg;	Wartość energetyczna: 1932.84 kcal; Białko ogółem: 66.31 g; Tłuszcz: 44.16 g; Kw. tł. nasy.: 14.17 g; Węglowodany ogółem: 341.82 g; W tym cukry: 44.80 g; Błonnik pok.: 18.85 g; Sód: 2672.19 mg;

Jadłospisy za okres od dnia 2026-10-13 do dnia 2026-10-22 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- SOK D05 Łatwostrawna z ogr. tłuszczu	SIE- SOK D10 Przetarta	SIE- SOK C01 Podstawowa	SIE- SOK P01/3 Podstawowa 10-18 lat	SIE- SOK P02/3 Łatwostrawna 10-18 lat	SIE- SOK Biegunkowa
2026-10-22 czwartek	Śniadanie	Kasza manna na mleku 300 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Herbata czarna granulowana b/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,***) Pomidor b/skórki 100 g	Kasza manna na mleku 300 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 10 g (***MLE,***) Szynka gotowana wieprzowa wędzona parzona, zawiera wodę dodaną, w siatce niejadalnej mielona 40 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU OW,***)	Kasza manna na mleku 300 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 40 g (***GLU PSZ,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 10 g (***MLE,***) Pasta z fasoli 60 g Pomidor 100 g	Kasza manna na mleku 300 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Herbata czarna granulowana b/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 fasoli 60 g Pomidor 100 g	Kasza manna na mleku 300 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 40 g (***GLU PSZ,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 10 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 40 g Pomidor 100 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 40 g (***GLU PSZ,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 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,***)
	II ŚN			Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Jabłko 1 szt 1 szt	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Wafle ryżowe 30 g
	Obiad	Szpinakowa z ziemniakami () 300 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Makaron z sosem bolognese, z łop wp - dieta () 300 g (***GLU PSZ, SEL,***) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Szpinakowa z ziemniakami () 300 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Makaron 180 g (***GLU PSZ,***) Schab gotowany 100 g Sos bazyliowy* 80 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Szpinakowa z ziemniakami () 300 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Makaron z sosem bolognese, z łop wp () 300 g (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml		Szpinakowa z ziemniakami () 300 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Makaron z sosem bolognese, z łop wp - dieta () 300 g (***GLU PSZ, SEL,***) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Koperkowa z ziemniakami (bez mleka) () 300 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Makaron 180 g (***GLU PSZ,***) Schab gotowany 90 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml
	PD				Jogurt o smaku brzoskwiniowym-ww 200 ml (***MLE,***)		Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 5 g (***MLE,***) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 20 g (***SOJ,***)
	Kolacja	Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Bułka pszenna długa krojona 150 g (***GLU PSZ,***) Tłuszcz do smarowania 63% 5 g (***MLE,***) Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona,w osłonce niejadalnej 40 g (***SOJ, SEL, może zawierać: MLE, GOR,***) Sałata zielona 35 g	Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Bułka pszenna długa krojona 150 g (***GLU PSZ,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona,w osłonce niejadalnej mielona 40 g (***SOJ, SEL, może zawierać: MLE, GOR,***)	Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Bułka pszenna długa krojona 40 g (***GLU PSZ,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona,w osłonce niejadalnej 40 g (***SOJ, SEL, może zawierać: MLE, GOR,***) Sałata zielona 35 g	Kawa zbożowa z mlekiem b/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,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona,w osłonce niejadalnej 40 g (***SOJ, SEL, może zawierać: MLE, GOR,***) Sałata zielona 35 g	Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Bułka pszenna długa krojona 40 g (***GLU PSZ,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona,w osłonce niejadalnej 40 g (***SOJ, SEL, może zawierać: MLE, GOR,***) Sałata zielona 35 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 40 g (***GLU PSZ,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona,w osłonce niejadalnej 40 g (***SOJ, SEL, może zawierać: MLE, GOR,***) Sałata zielona 35 g
	PN	Przecier owocowy jabłko-banan 120g 1 szt					Suchary b/c 30 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***)
		Wartość energetyczna: 2078.39 kcal; Białko ogółem: 87.78 g; Tłuszcz: 42.97 g; Kw. tł. nasy.: 14.59 g; Węglowodany ogółem: 345.45 g; W tym cukry: 61.35 g; Błonnik pok.: 24.73 g; Sód: 2318.24 mg;	Wartość energetyczna: 2065.26 kcal; Białko ogółem: 103.30 g; Tłuszcz: 41.98 g; Kw. tł. nasy.: 16.69 g; Węglowodany ogółem: 326.82 g; W tym cukry: 53.54 g; Błonnik pok.: 20.52 g; Sód: 2417.85 mg;	Wartość energetyczna: 2312.86 kcal; Białko ogółem: 89.31 g; Tłuszcz: 56.35 g; Kw. tł. nasy.: 19.71 g; Węglowodany ogółem: 379.96 g; W tym cukry: 75.51 g; Błonnik pok.: 36.77 g; Sód: 2554.08 mg;	Wartość energetyczna: 2462.79 kcal; Białko ogółem: 96.31 g; Tłuszcz: 60.49 g; Kw. tł. nasy.: 22.03 g; Węglowodany ogółem: 408.07 g; W tym cukry: 87.88 g; Błonnik pok.: 41.69 g; Sód: 2894.08 mg;	Wartość energetyczna: 2262.37 kcal; Białko ogółem: 91.34 g; Tłuszcz: 53.35 g; Kw. tł. nasy.: 19.24 g; Węglowodany ogółem: 368.14 g; W tym cukry: 86.73 g; Błonnik pok.: 29.67 g; Sód: 2757.34 mg;	Wartość energetyczna: 2017.26 kcal; Białko ogółem: 91.26 g; Tłuszcz: 39.77 g; Kw. tł. nasy.: 14.61 g; Węglowodany ogółem: 336.18 g; W tym cukry: 14.78 g; Błonnik pok.: 21.08 g; Sód: 3151.15 mg;

Oznaczenia alergenów:

GLU PSZ - Zboża zawierające gluten pszenny,
SKO - Skorupiaki i pochodne,
JAJ - Jaja i pochodne,
RYB - Ryby i pochodne,
OZI - Orzeszki ziemne i pochodne,
SOJ - Soja i pochodne,
MLE - Mleko i pochodne wraz z laktozą,
ORZ - Orzechy: włoskie,laskowe,pekan,nerkowce,pistacje,migdały,
SEL - Seler i pochodne,
GOR - Gorczyca i produkty pochodne,
SEZ - Nasiona sezamu i pochodne,
S02 - Dwutlenek siarki / siarczyny,
ŁUB - Łubin i produkty pochodne,
MCK - Mięczaki i pochodne,
MLE b/LAK - Mleko i pochodne bez laktozy,
GLU ŻYT - Zboża zawierajace gluten żytni,
GLU OW - Zboża zawierające gluten owsiany,
GLU JĘCZ - Zboża zawierające gluten jęczmienny,

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,