Jadłospisy za okres od dnia 2026-10-23 do dnia 2026-11-01 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
2026-10-23 piątek	Śniadanie	Zacierka 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 25 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Jabłko 150 g	Zacierka 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,***) Dżem 25 g Twarożek 50 g (***MLE,***) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Zacierka na mleku 300 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 10 g (***MLE,***) Twarożek 60 g (***MLE,***) Sałata zielona 35 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 Szynka z piersią kurczaka-wędl.z drob.gr.rozd.parzo.w osł.niejadalnej 40 g (***SOJ,***) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt 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 Szynka z piersią kurczaka-wędl.z drob.gr.rozd.parzo.w osł.niejadalnej 40 g (***SOJ,***) Sałata zielona 35 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Zacierka 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 100 g (***MLE,***) Sałata zielona 35 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	II ŚN			Jabłko 1 szt 1 szt		Jabłko 1 szt 1 szt	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt
	Obiad	Krupnik jęczmienny () 300 ml (***MLE, SEL, GLU JĘCZ,***) Ziemniaki gotowane () 180 g Pulpet rybny (Morszczuk) 90 g (***GLU PSZ, JAJ, RYB,***) Surówka z kapusty kiszonej z olejem b/c () 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml Sos koperkowy * 80 ml (***GLU PSZ, MLE,***)	Krupnik jęczmienny () 300 ml (***MLE, SEL, GLU JĘCZ,***) Ziemniaki gotowane () 180 g Pulpet rybny (Morszczuk) 90 g (***GLU PSZ, JAJ, RYB,***) Sos koperkowy * 80 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Warzywa po grecku () 200 g (***GLU PSZ, SEL,***) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Krupnik jęczmienny () 300 ml (***MLE, SEL, GLU JĘCZ,***) Ziemniaki gotowane () 180 g Pulpet rybny (Morszczuk) 90 g (***GLU PSZ, JAJ, RYB,***) Sos koperkowy * 80 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Surówka z kapusty kiszonej z olejem b/c () 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 Pulpet rybny (Morszczuk) 90 g (***GLU PSZ, JAJ, RYB,***) Sos koperkowy (bez mleka) 80 ml (***GLU PSZ,***) Warzywa po grecku () 200 g (***GLU PSZ, SEL,***) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Krupnik jęczmienny (bez mleka) () 300 ml (***SEL, GLU JĘCZ,***) Ziemniaki gotowane () 180 g Pulpet rybny (Morszczuk) 90 g (***GLU PSZ, JAJ, RYB,***) Sos koperkowy (bez mleka) 80 ml (***GLU PSZ,***) Warzywa po grecku () 200 g (***GLU PSZ, SEL,***) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml	Krupnik jęczmienny () 300 ml (***MLE, SEL, GLU JĘCZ,***) Ziemniaki gotowane () 180 g Pulpet rybny (Morszczuk) 90 g (***GLU PSZ, JAJ, RYB,***) Sos koperkowy * 80 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Warzywa po grecku () 200 g (***GLU PSZ, 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,***) 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 Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 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% 20 g Pasta z jaj z koperkiem -dieta 60 g (***JAJ, MLE,***) 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% 20 g Pasta z jaj z koperkiem -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% 20 g Pasta z jaj z koperkiem -dieta 60 g (***JAJ, MLE,***) 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 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,***) 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% 20 g Pasta z jaj z koperkiem -dieta 60 g (***JAJ, MLE,***) Pomidor 100 g
	PN	Podpłomyki b/c 20 g (***GLU PSZ, MLE,***) Mleko Smakowe UHT 1,5% tł 0,2l 1 szt (***MLE,***)		Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (***MLE,***) Podpłomyki b/c 20 g (***GLU PSZ, MLE,***)	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 kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g Sałata zielona 10 g	Podpłomyki b/c 20 g (***GLU PSZ, MLE,***) Mleko Smakowe UHT 1,5% tł 0,2l 1 szt (***MLE,***)
		Wartość energetyczna: 2363.71 kcal; Białko ogółem: 95.84 g; Tłuszcz: 65.07 g; Kw. tł. nasy.: 22.17 g; Węglowodany ogółem: 371.63 g; W tym cukry: 64.57 g; Błonnik pok.: 28.45 g; Sód: 3800.92 mg;	Wartość energetyczna: 2438.10 kcal; Białko ogółem: 100.58 g; Tłuszcz: 59.54 g; Kw. tł. nasy.: 21.83 g; Węglowodany ogółem: 394.09 g; W tym cukry: 79.15 g; Błonnik pok.: 28.47 g; Sód: 2669.63 mg;	Wartość energetyczna: 2402.79 kcal; Białko ogółem: 106.67 g; Tłuszcz: 71.71 g; Kw. tł. nasy.: 24.31 g; Węglowodany ogółem: 377.17 g; W tym cukry: 60.14 g; Błonnik pok.: 43.03 g; Sód: 3692.94 mg;	Wartość energetyczna: 1979.39 kcal; Białko ogółem: 78.00 g; Tłuszcz: 45.74 g; Kw. tł. nasy.: 10.02 g; Węglowodany ogółem: 342.15 g; W tym cukry: 66.17 g; Błonnik pok.: 28.11 g; Sód: 2793.61 mg;	Wartość energetyczna: 2118.06 kcal; Białko ogółem: 90.83 g; Tłuszcz: 57.52 g; Kw. tł. nasy.: 12.91 g; Węglowodany ogółem: 372.48 g; W tym cukry: 38.40 g; Błonnik pok.: 51.01 g; Sód: 4301.80 mg;	Wartość energetyczna: 2483.74 kcal; Białko ogółem: 109.38 g; Tłuszcz: 61.67 g; Kw. tł. nasy.: 23.14 g; Węglowodany ogółem: 392.04 g; W tym cukry: 72.08 g; Błonnik pok.: 28.94 g; Sód: 2681.02 mg;

Jadłospisy za okres od dnia 2026-10-23 do dnia 2026-11-01 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
2026-10-24 sobota	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,***) Parówki Delikatne-proukt drobiowo wieprzowy homogenizowany wędzony parzony w osłonce niejadalnej 60 g (***może zawierać: MLE, SEL, GOR,***) Ketchup 10 g (***SEL,***) Pasta z cukinii i marchewki 100 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,***) Polędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 40 g (***SOJ,***) Pasta z cukinii i marchewki 100 g	Płatki owsiane na mleku 300 ml (***MLE, GLU OW,***) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 10 g (***MLE,***) Polędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 40 g (***SOJ,***) Pasta z cukinii i marchewki 100 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 Polędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 40 g (***SOJ,***) Pasta z cukinii i marchewki 100 g	Płatki owsiane na wodzie 300 ml (***GLU OW,***) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Polędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 40 g (***SOJ,***) Pasta z cukinii i marchewki 100 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,***) Polędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 40 g (***SOJ,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Pasta z cukinii i marchewki 100 g
	II ŚN			Jabłko 1 szt 1 szt		Jabłko 1 szt 1 szt	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt
	Obiad	Koperkowa z ziemniakami () 300 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Kociołek meksykański z kurczakiem i fasolą 150 g (***SEL,***) Ryż na sypko 180 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c () 200 g	Koperkowa z ziemniakami () 300 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ryż na sypko 180 g Potrawka drobiowa () 120 g (***GLU PSZ, SEL,***) Buraczki gotowane () 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Koperkowa z ziemniakami () 300 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ryż na sypko (brązowy) 180 g Potrawka drobiowa () 120 g (***GLU PSZ, SEL,***) Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c () 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml	Koperkowa z ziemniakami (bez mleka) () 300 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ryż na sypko 180 g Potrawka drobiowa () 120 g (***GLU PSZ, SEL,***) Buraczki gotowane () 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Koperkowa z ziemniakami (bez mleka) () 300 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ryż na sypko (brązowy) 180 g Potrawka drobiowa () 120 g (***GLU PSZ, SEL,***) Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c () 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml	Koperkowa z ziemniakami () 300 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Potrawka drobiowa () 120 g (***GLU PSZ, SEL,***) Ryż na sypko 180 g 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,***) 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	Maślanka 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 Sałata zielona 35 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 Sałata zielona 35 g Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy parzony w osłonce niejadalnej 40 g (***może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR,***)	Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Chleb razowy żytnio-pszenny 150 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Sałata zielona 35 g 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 Sałata zielona 35 g Szynka z piersią kurczaka-wędl.z drob.gr.rozd.parzo.w osł.niejadalnej 40 g (***SOJ,***)	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 kurczaka-wędl.z drob.gr.rozd.parzo.w osł.niejadalnej 40 g (***SOJ,***) 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 Sałata zielona 35 g Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy parzony w osłonce niejadalnej 40 g (***może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR,***)
	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 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 Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g Sałata zielona 10 g	Przecier owocowy jabłko-banan 120g 1 szt
		Wartość energetyczna: 2198.99 kcal; Białko ogółem: 66.28 g; Tłuszcz: 66.33 g; Kw. tł. nasy.: 22.10 g; Węglowodany ogółem: 361.44 g; W tym cukry: 76.08 g; Błonnik pok.: 36.37 g; Sód: 3636.57 mg;	Wartość energetyczna: 2087.00 kcal; Białko ogółem: 75.42 g; Tłuszcz: 47.06 g; Kw. tł. nasy.: 16.74 g; Węglowodany ogółem: 359.88 g; W tym cukry: 77.22 g; Błonnik pok.: 28.17 g; Sód: 3117.62 mg;	Wartość energetyczna: 2307.26 kcal; Białko ogółem: 84.31 g; Tłuszcz: 64.32 g; Kw. tł. nasy.: 21.74 g; Węglowodany ogółem: 401.52 g; W tym cukry: 66.32 g; Błonnik pok.: 58.12 g; Sód: 3944.56 mg;	Wartość energetyczna: 1810.17 kcal; Białko ogółem: 62.42 g; Tłuszcz: 36.30 g; Kw. tł. nasy.: 7.46 g; Węglowodany ogółem: 336.95 g; W tym cukry: 57.19 g; Błonnik pok.: 28.17 g; Sód: 2954.14 mg;	Wartość energetyczna: 2033.43 kcal; Białko ogółem: 71.23 g; Tłuszcz: 53.97 g; Kw. tł. nasy.: 11.16 g; Węglowodany ogółem: 378.56 g; W tym cukry: 46.29 g; Błonnik pok.: 58.12 g; Sód: 3792.27 mg;	Wartość energetyczna: 2306.00 kcal; Białko ogółem: 88.87 g; Tłuszcz: 53.51 g; Kw. tł. nasy.: 18.98 g; Węglowodany ogółem: 387.73 g; W tym cukry: 101.17 g; Błonnik pok.: 31.17 g; Sód: 3311.12 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
2026-10-25 niedziela	Śniadanie	Kasza jęczmienna 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,***) Szynka zielonogórska- wieprzowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 40 g (***SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR,***) Rzepa biała 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Kasza jęczmienna 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,***) Szynka zielonogórska- wieprzowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 40 g (***SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR,***) Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Kasza jęczmienna na mleku 300 ml (***MLE, GLU JĘCZ,***) Chleb razowy żytnio-pszenny 100 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,***) Rzepa biała 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Kasza jęczmienna na wodzie 300 ml (***GLU JĘCZ,***) Bułka pszenna długa krojona 50 g (***GLU PSZ,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 40 g (***SOJ,***) Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Kasza jęczmienna na wodzie 300 ml (***GLU JĘCZ,***) 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,***) Rzepa biała 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Kasza jęczmienna 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,***) Szynka zielonogórska- wieprzowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 40 g (***SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR,***) Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	II ŚN			Jabłko 1 szt 1 szt		Jabłko 1 szt 1 szt	
	Obiad	Pomidorowa z zacierką () 300 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 180 g Schab duszony 90 g Sos własny () 80 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Surówka z kapusty pekińskiej z papryką i olejem 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Pomidorowa z zacierką () 300 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 180 g Schab duszony 90 g Sos własny () 80 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g (***SEL,***) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Pomidorowa z zacierką () 300 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 180 g Schab duszony 90 g Sos własny () 80 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Surówka z kapusty pekińskiej z papryką i olejem 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml	Pomidorowa z zacierką (bez mleka) () 300 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 180 g Schab duszony 90 g Sos własny () 80 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g (***SEL,***) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Pomidorowa z zacierką (bez mleka) () 300 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 180 g Schab duszony 90 g Sos własny () 80 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Surówka z kapusty pekińskiej z papryką i olejem 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml	Pomidorowa z zacierką () 300 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 180 g Schab duszony 90 g Sos własny () 80 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g (***SEL,***) 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,***) 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	Kisiel o smaku wiśniowym z/c 200 ml (***może zawierać: GLU PSZ, SEL, GOR,***)
	Kolacja	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml 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	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 Serek a'la homogenizowany 60 g (***MLE,***) 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 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 Jajko gotowane kl M 2 szt (***JAJ,***) 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 Jajko gotowane kl M 2 szt (***JAJ,***) 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 Serek a'la homogenizowany 60 g (***MLE,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Sałata zielona 35 g
	PN	Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt		Chleb Graham 50 g (***GLU PSZ,***) Miks tłuszczowy do smarowania 76% 5 g (***MLE,***) Polędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 25 g (***SOJ,***)	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 Polędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 25 g (***SOJ,***)	Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt
		Wartość energetyczna: 1905.35 kcal; Białko ogółem: 85.99 g; Tłuszcz: 45.19 g; Kw. tł. nasy.: 16.31 g; Węglowodany ogółem: 313.12 g; W tym cukry: 59.54 g; Błonnik pok.: 29.75 g; Sód: 2571.18 mg;	Wartość energetyczna: 1977.78 kcal; Białko ogółem: 89.38 g; Tłuszcz: 45.22 g; Kw. tł. nasy.: 16.16 g; Węglowodany ogółem: 323.36 g; W tym cukry: 66.41 g; Błonnik pok.: 28.73 g; Sód: 2740.96 mg;	Wartość energetyczna: 2155.63 kcal; Białko ogółem: 102.35 g; Tłuszcz: 56.63 g; Kw. tł. nasy.: 20.43 g; Węglowodany ogółem: 358.35 g; W tym cukry: 50.96 g; Błonnik pok.: 48.13 g; Sód: 3134.59 mg;	Wartość energetyczna: 1899.90 kcal; Białko ogółem: 84.97 g; Tłuszcz: 45.97 g; Kw. tł. nasy.: 10.79 g; Węglowodany ogółem: 307.68 g; W tym cukry: 51.36 g; Błonnik pok.: 28.73 g; Sód: 2860.17 mg;	Wartość energetyczna: 2081.75 kcal; Białko ogółem: 95.36 g; Tłuszcz: 57.87 g; Kw. tł. nasy.: 13.76 g; Węglowodany ogółem: 349.04 g; W tym cukry: 37.21 g; Błonnik pok.: 50.83 g; Sód: 3241.00 mg;	Wartość energetyczna: 2192.25 kcal; Białko ogółem: 96.23 g; Tłuszcz: 50.67 g; Kw. tł. nasy.: 17.72 g; Węglowodany ogółem: 359.22 g; W tym cukry: 94.26 g; Błonnik pok.: 31.73 g; Sód: 2814.59 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
2026-10-26 poniedziałek	Śniadanie	Płatki pszenne 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,***) Polędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 40 g (***SOJ,***) Pomidor 100 g	Płatki pszenne 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,***) Polędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 40 g (***SOJ,***) Pomidor 100 g	Płatki pszenne na mleku 300 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 10 g (***MLE,***) Polędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 40 g (***SOJ,***) Pomidor 100 g	Płatki pszenne na wodzie 300 g (***GLU PSZ,***) 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	Płatki pszenne na wodzie 300 g (***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 Polędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 40 g (***SOJ,***) Pomidor 100 g	Płatki pszenne 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,***) Polędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 40 g (***SOJ,***) Pomidor 100 g
	II ŚN			Jabłko 150 g		Jabłko 150 g	Jabłko pieczone 150 g
	Obiad	Fasolowa z ziemniakami () 300 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Makaron z serem 300 g (***GLU PSZ, MLE,***) Surówka z selera i marchwi z olejem () b/c 200 g (***SEL,***) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Dyniowa z ziemniakami () 300 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Makaron z serem 300 g (***GLU PSZ, MLE,***) Surówka z selera i marchwi z olejem () b/c 200 g (***SEL,***) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Fasolowa z ziemniakami () 300 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Makaron pełnoziarnisty z serem b/c 300 g (***GLU PSZ, MLE,***) Surówka z selera i marchwi z olejem () b/c 200 g (***SEL,***) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml	Dyniowa z ziemniakami (bez mleka) () 300 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Makaron 180 g (***GLU PSZ,***) Pulpet drobiowy 90 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos szpinakowy* 80 ml (***GLU PSZ,***) Marchew gotowana z olejem () 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Dyniowa z ziemniakami (bez mleka) () 300 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Makaron pełnoziarnisty 200 g (***GLU PSZ,***) Pulpet drobiowy 90 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos szpinakowy* 80 ml (***GLU PSZ,***) Marchew gotowana z olejem () 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml Marchew gotowana z olejem () 200 g	Dyniowa z ziemniakami () 300 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Makaron z serem 300 g (***GLU PSZ, 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,***) Serek a'la fromage z ziołami 40 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 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 Jajko gotowane kl M 2 szt (***JAJ,***) 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 Jajko gotowane kl M 2 szt (***JAJ,***) Ćwikła z jabłkiem b/c () 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,***) 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 Jajko gotowane kl M 2 szt (***JAJ,***) Ćwikła z jabłkiem b/c () 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,***) 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 Jajko gotowane kl M 2 szt (***JAJ,***) Ćwikła z jabłkiem b/c () 100 g
	PN	Mleko Smakowe UHT 1,5% tł 0,2l 1 szt (***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 25 g (***SOJ,***)	Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 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,***)	Mleko Smakowe UHT 1,5% tł 0,2l 1 szt (***MLE,***)
		Wartość energetyczna: 2384.16 kcal; Białko ogółem: 99.08 g; Tłuszcz: 62.92 g; Kw. tł. nasy.: 22.11 g; Węglowodany ogółem: 385.68 g; W tym cukry: 70.32 g; Błonnik pok.: 41.06 g; Sód: 3093.34 mg;	Wartość energetyczna: 2322.18 kcal; Białko ogółem: 96.39 g; Tłuszcz: 59.56 g; Kw. tł. nasy.: 21.90 g; Węglowodany ogółem: 371.19 g; W tym cukry: 71.26 g; Błonnik pok.: 32.64 g; Sód: 2950.08 mg;	Wartość energetyczna: 2579.72 kcal; Białko ogółem: 111.35 g; Tłuszcz: 74.05 g; Kw. tł. nasy.: 26.42 g; Węglowodany ogółem: 422.40 g; W tym cukry: 74.74 g; Błonnik pok.: 66.03 g; Sód: 3458.54 mg;	Wartość energetyczna: 2072.14 kcal; Białko ogółem: 76.91 g; Tłuszcz: 49.31 g; Kw. tł. nasy.: 10.95 g; Węglowodany ogółem: 353.91 g; W tym cukry: 60.01 g; Błonnik pok.: 32.32 g; Sód: 3034.19 mg;	Wartość energetyczna: 2456.88 kcal; Białko ogółem: 92.91 g; Tłuszcz: 66.99 g; Kw. tł. nasy.: 14.43 g; Węglowodany ogółem: 435.36 g; W tym cukry: 69.85 g; Błonnik pok.: 71.50 g; Sód: 4051.69 mg;	Wartość energetyczna: 2598.58 kcal; Białko ogółem: 103.66 g; Tłuszcz: 64.19 g; Kw. tł. nasy.: 24.34 g; Węglowodany ogółem: 423.90 g; W tym cukry: 110.81 g; Błonnik pok.: 35.68 g; Sód: 3041.75 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
2026-10-27 wtorek	Śniadanie	Zacierka 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,***) Rzepa biała 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Zacierka 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,***) Twarożek z koperkiem 60 g (***MLE,***) Pomidor 100 g	Zacierka na mleku 300 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 10 g (***MLE,***) Twarożek z koperkiem 60 g (***MLE,***) Rzepa biała 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Kasza jaglana 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 Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Kasza jaglana 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 Rzepa biała 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Zacierka 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 z koperkiem 60 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 20 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	II ŚN			Jabłko 150 g		Jabłko 150 g	
	Obiad	Ogórkowa z ziemniakami () 300 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ryż na sypko 180 g Karczek pieczony 90 g (***GLU PSZ,***) Sos meksykański 80 g (***GLU PSZ,***) Surówka z kapusty białej z olejem b/c () 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Brokułowa z ziemniakami () 300 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Szynka wieprzowa gotowana 90 g Sos własny () 80 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ryż na sypko 180 g Buraczki gotowane () 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Ogórkowa z ziemniakami () 300 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ryż na sypko (brązowy) 180 g Szynka wieprzowa gotowana 90 g Sos własny () 80 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Surówka z kapusty białej z olejem b/c () 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml	Brokułowa z ziemniakami (bez mleka) () 300 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Szynka wieprzowa gotowana 90 g Sos własny () 80 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ryż na sypko 180 g Buraczki gotowane () 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Brokułowa z ziemniakami (bez mleka) () 300 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Szynka wieprzowa gotowana 90 g Sos własny () 80 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ryż na sypko (brązowy) 180 g Surówka z kapusty białej z olejem b/c () 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml	Brokułowa z ziemniakami () 300 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Szynka wieprzowa gotowana 90 g Sos własny () 80 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ryż na sypko 180 g Buraczki gotowane () 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml
	PD			Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Szynka gotowana wieprzowa wędzona parzona, zawiera wodę dodaną, w siatce niejadalnej 20 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU OW,***) Miks tłuszczowy do smarowania 76% 5 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 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	Drożdżówka mini 50g 50 g (***GLU PSZ, JAJ, 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 Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy parzony w osłonce niejadalnej 40 g (***może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR,***) Pasta warzywna () 100 g (***SEL,***)	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,***) Pasta warzywna () 100 g (***SEL,***)	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 Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy parzony w osłonce niejadalnej 40 g (***może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR,***) Pasta warzywna () 100 g (***SEL,***)	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 kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 40 g Pasta warzywna () 100 g (***SEL,***)	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 kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 40 g Pasta warzywna () 100 g (***SEL,***)	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,***) Pasta warzywna () 100 g (***SEL,***)
	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,***) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g Sałata zielona 10 g	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 Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g Sałata zielona 10 g	Przecier owocowy jabłko-truskawka 120g 1 szt
		Wartość energetyczna: 2350.19 kcal; Białko ogółem: 89.28 g; Tłuszcz: 74.07 g; Kw. tł. nasy.: 25.38 g; Węglowodany ogółem: 359.98 g; W tym cukry: 73.11 g; Błonnik pok.: 36.07 g; Sód: 3045.98 mg;	Wartość energetyczna: 2214.73 kcal; Białko ogółem: 95.67 g; Tłuszcz: 51.60 g; Kw. tł. nasy.: 19.58 g; Węglowodany ogółem: 361.63 g; W tym cukry: 79.79 g; Błonnik pok.: 27.66 g; Sód: 2715.38 mg;	Wartość energetyczna: 2474.14 kcal; Białko ogółem: 106.37 g; Tłuszcz: 70.51 g; Kw. tł. nasy.: 24.71 g; Węglowodany ogółem: 407.39 g; W tym cukry: 69.71 g; Błonnik pok.: 61.07 g; Sód: 3571.13 mg;	Wartość energetyczna: 1916.72 kcal; Białko ogółem: 81.55 g; Tłuszcz: 36.78 g; Kw. tł. nasy.: 8.86 g; Węglowodany ogółem: 336.32 g; W tym cukry: 56.99 g; Błonnik pok.: 27.84 g; Sód: 3041.98 mg;	Wartość energetyczna: 2197.10 kcal; Białko ogółem: 92.95 g; Tłuszcz: 56.19 g; Kw. tł. nasy.: 12.70 g; Węglowodany ogółem: 385.94 g; W tym cukry: 47.51 g; Błonnik pok.: 61.99 g; Sód: 3753.37 mg;	Wartość energetyczna: 2453.93 kcal; Białko ogółem: 101.90 g; Tłuszcz: 56.52 g; Kw. tł. nasy.: 19.85 g; Węglowodany ogółem: 397.96 g; W tym cukry: 94.34 g; Błonnik pok.: 30.66 g; Sód: 3041.26 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
2026-10-28 środa	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,***) Paprykarz rybno (morszczuk)-warzywny () 60 g (***RYB,***) 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,***) Paprykarz rybno (morszczuk)-warzywny () 60 g (***RYB,***) 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,***) Paprykarz rybno (morszczuk)-warzywny () 60 g (***RYB,***) 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 Paprykarz rybno (morszczuk)-warzywny () 60 g (***RYB,***) 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 Paprykarz rybno (morszczuk)-warzywny () 60 g (***RYB,***) 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,***) Paprykarz rybno (morszczuk)-warzywny () 60 g (***RYB,***) Polędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 60 g (***SOJ,***) Pomidor 100 g
	II ŚN			Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 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	Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml (***MLE,***)
	Obiad	Pieczarkowa z makaronem () 300 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL, S02,***) Zrazik drobiowy z udźca pieczony mielony 90 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos pietruszkowy 80 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 180 g Fasolka szparagowa z wody* 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Jarzynowa z makaronem dieta () 300 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 180 g Zrazik drobiowy z udźca pieczony mielony 90 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos pietruszkowy 80 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Surówka z marchwi z olejem b/c () 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Pieczarkowa z makaronem () 300 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL, S02,***) Zrazik drobiowy z udźca pieczony mielony 90 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Ziemniaki gotowane () 180 g Sos pietruszkowy 80 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Fasolka szparagowa z wody* 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml	Jarzynowa z makaronem (bez mleka) () 300 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 180 g Zrazik drobiowy z udźca pieczony mielony 90 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos pietruszkowy (bez mleka) 80 ml (***GLU PSZ,***) Surówka z marchwi z olejem b/c () 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Jarzynowa z makaronem (bez mleka) () 300 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Zrazik drobiowy z udźca pieczony mielony 90 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Ziemniaki gotowane () 180 g Sos pietruszkowy (bez mleka) 80 ml (***GLU PSZ,***) Surówka z marchwi z olejem b/c () 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml	Jarzynowa z makaronem dieta () 300 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 180 g Zrazik drobiowy z udźca pieczony mielony 90 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos pietruszkowy 80 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Surówka z marchwi z olejem b/c () 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml
	PD			Jabłko 150 g		Jabłko 150 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 Schab Benedykta wp parzony z dodatkiem wody 40 g (***GLU PSZ, SOJ, SEL, może zawierać: JAJ, OZI, MLE, GOR, SEZ,***) 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 Schab Benedykta wp parzony z dodatkiem wody 40 g (***GLU PSZ, SOJ, SEL, może zawierać: JAJ, OZI, MLE, GOR, SEZ,***) 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 Schab Benedykta wp parzony z dodatkiem wody 40 g (***GLU PSZ, SOJ, SEL, może zawierać: JAJ, OZI, MLE, GOR, SEZ,***) 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 Schab Benedykta wp parzony z dodatkiem wody 40 g (***GLU PSZ, SOJ, SEL, może zawierać: JAJ, OZI, MLE, GOR, SEZ,***) Sałata zielona 35 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,***) Szynka gotowana wieprzowa wędzona parzona, zawiera wodę dodaną, w siatce niejadalnej 25 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU OW,***) Sałata zielona 10 g	Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 30 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Szynka gotowana wieprzowa wędzona parzona, zawiera wodę dodaną, w siatce niejadalnej 25 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU OW,***) Sałata zielona 10 g	Ciasto drożdżowe 50 g (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***)
		Wartość energetyczna: 2182.77 kcal; Białko ogółem: 82.94 g; Tłuszcz: 50.06 g; Kw. tł. nasy.: 16.65 g; Węglowodany ogółem: 346.69 g; W tym cukry: 47.90 g; Błonnik pok.: 27.51 g; Sód: 3563.99 mg;	Wartość energetyczna: 2289.18 kcal; Białko ogółem: 83.26 g; Tłuszcz: 56.23 g; Kw. tł. nasy.: 16.99 g; Węglowodany ogółem: 356.02 g; W tym cukry: 60.34 g; Błonnik pok.: 28.82 g; Sód: 2955.36 mg;	Wartość energetyczna: 2253.11 kcal; Białko ogółem: 92.74 g; Tłuszcz: 62.30 g; Kw. tł. nasy.: 21.59 g; Węglowodany ogółem: 387.06 g; W tym cukry: 51.91 g; Błonnik pok.: 48.28 g; Sód: 3978.22 mg;	Wartość energetyczna: 1911.79 kcal; Białko ogółem: 68.45 g; Tłuszcz: 45.24 g; Kw. tł. nasy.: 7.98 g; Węglowodany ogółem: 328.11 g; W tym cukry: 35.14 g; Błonnik pok.: 28.22 g; Sód: 2737.20 mg;	Wartość energetyczna: 2088.81 kcal; Białko ogółem: 77.69 g; Tłuszcz: 58.85 g; Kw. tł. nasy.: 11.24 g; Węglowodany ogółem: 372.45 g; W tym cukry: 41.34 g; Błonnik pok.: 53.45 g; Sód: 4108.54 mg;	Wartość energetyczna: 2620.63 kcal; Białko ogółem: 98.12 g; Tłuszcz: 62.19 g; Kw. tł. nasy.: 19.94 g; Węglowodany ogółem: 411.83 g; W tym cukry: 99.89 g; Błonnik pok.: 31.86 g; Sód: 3654.45 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
2026-10-29 czwartek	Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 300 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 10 g (***MLE,***) Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona,w osłonce niejadalanej 40 g (***SOJ, SEL, może zawierać: MLE, GOR,***) Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	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,***) Pomidor 100 g Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona,w osłonce niejadalanej 40 g (***SOJ, SEL, może zawierać: MLE, GOR,***)	Płatki owsiane na mleku 300 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 10 g (***MLE,***) Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona,w osłonce niejadalanej 40 g (***SOJ, SEL, może zawierać: MLE, GOR,***)	Płatki owsiane na wodzie 300 ml (***GLU OW,***) 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 Pomidor 100 g Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 40 g (***SOJ,***) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Płatki owsiane na wodzie 300 ml (***GLU OW,***) Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 40 g (***SOJ,***)	Płatki owsiane na mleku 300 ml (***MLE, GLU OW,***) Bułka pszenna długa krojona 50 g (***GLU PSZ,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 10 g (***MLE,***) Pomidor 100 g Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona,w osłonce niejadalanej 40 g (***SOJ, SEL, może zawierać: MLE, GOR,***) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	II ŚN			Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 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 Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 20 g Sałata zielona 10 g	Kisiel o smaku truskawkowym z/c 200 ml (***może zawierać: GLU PSZ, SEL, GOR,***)
	Obiad	Barszcz biały z ziemniakami () 300 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT,***) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami* 300 g (***SEL, GLU JĘCZ,***) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Ziemniaczana () 300 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami* 300 g (***SEL, GLU JĘCZ,***) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Ziemniaczana () 300 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami* 300 g (***SEL, GLU JĘCZ,***) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml	Ziemniaczana (bez mleka) () 300 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami* 300 g (***SEL, GLU JĘCZ,***) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Ziemniaczana (bez mleka) () 300 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami* 300 g (***SEL, GLU JĘCZ,***) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml	Ziemniaczana () 300 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami* 300 g (***SEL, GLU JĘCZ,***) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml
	PD			Jabłko 150 g		Jabłko 150 g	Jabłko pieczone 150 g
	Kolacja	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 Serek a`la homogenizowany z ziołami 60 g (***MLE,***) Pasta marchewkowo-pomidorowa 100 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 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Serek a`la homogenizowany z ziołami 60 g (***MLE,***) Pasta marchewkowo-pomidorowa 100 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 150 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Serek a`la homogenizowany z ziołami 60 g (***MLE,***) Pasta marchewkowo-pomidorowa 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 marchewkowo-pomidorowa 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 Polędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 40 g (***SOJ,***) Pasta marchewkowo-pomidorowa 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,***) Serek a`la homogenizowany z ziołami 60 g (***MLE,***) Pasta marchewkowo-pomidorowa 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	PN	Wafle ryżowe 30 g Dżem 25 g 1 szt		Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Miks tłuszczowy do smarowania 76% 5 g (***MLE,***) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 25 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Sałata zielona 10 g	Wafle ryżowe 30 g Dżem 25 g 1 szt	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 25 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Sałata zielona 10 g	Dżem 25 g 1 szt Wafle ryżowe 30 g
		Wartość energetyczna: 2046.45 kcal; Białko ogółem: 75.10 g; Tłuszcz: 57.65 g; Kw. tł. nasy.: 18.89 g; Węglowodany ogółem: 335.15 g; W tym cukry: 60.44 g; Błonnik pok.: 35.48 g; Sód: 2658.41 mg;	Wartość energetyczna: 2141.62 kcal; Białko ogółem: 79.11 g; Tłuszcz: 57.86 g; Kw. tł. nasy.: 18.36 g; Węglowodany ogółem: 348.36 g; W tym cukry: 60.26 g; Błonnik pok.: 31.20 g; Sód: 2639.53 mg;	Wartość energetyczna: 2301.52 kcal; Białko ogółem: 89.92 g; Tłuszcz: 69.24 g; Kw. tł. nasy.: 23.52 g; Węglowodany ogółem: 382.66 g; W tym cukry: 59.31 g; Błonnik pok.: 53.69 g; Sód: 3448.38 mg;	Wartość energetyczna: 1966.49 kcal; Białko ogółem: 68.78 g; Tłuszcz: 50.05 g; Kw. tł. nasy.: 10.51 g; Węglowodany ogółem: 333.30 g; W tym cukry: 45.70 g; Błonnik pok.: 31.20 g; Sód: 3007.62 mg;	Wartość energetyczna: 2115.35 kcal; Białko ogółem: 79.42 g; Tłuszcz: 61.86 g; Kw. tł. nasy.: 13.48 g; Węglowodany ogółem: 367.79 g; W tym cukry: 45.02 g; Błonnik pok.: 56.24 g; Sód: 3796.08 mg;	Wartość energetyczna: 2322.78 kcal; Białko ogółem: 84.77 g; Tłuszcz: 59.35 g; Kw. tł. nasy.: 18.75 g; Węglowodany ogółem: 385.99 g; W tym cukry: 88.11 g; Błonnik pok.: 34.20 g; Sód: 3047.61 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
2026-10-30 piątek	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,***) Dżem 50 g Twarożek 60 g (***MLE,***) Jabłko 150 g	Kasza manna 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,***) Dżem 50 g Twarożek 60 g (***MLE,***) Jabłko 150 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,***) Twarożek 60 g (***MLE,***) Pomidor 100 g	Kasza manna na wodzie 300 ml (***GLU PSZ,***) 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 Jabłko 150 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 kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 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 50 g (***GLU PSZ,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 10 g (***MLE,***) Dżem 50 g Twarożek 60 g (***MLE,***) Jabłko 150 g
	II ŚN			Jabłko 150 g		Jabłko 150 g	Maślanka 150 ml (***MLE,***)
	Obiad	Szpinakowa z zacierką () 300 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 180 g Pulpet rybny (Morszczuk) 90 g (***GLU PSZ, JAJ, RYB,***) Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml Sos koperkowy () 80 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***)	Szpinakowa z zacierką () 300 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 180 g Pulpet rybny (Morszczuk) 90 g (***GLU PSZ, JAJ, RYB,***) Sos koperkowy () 80 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g (***SEL,***) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Szpinakowa z zacierką () 300 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 180 g Pulpet rybny (Morszczuk) 90 g (***GLU PSZ, JAJ, RYB,***) Sos koperkowy () 80 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml	Szpinakowa z zacierką (bez mleka) () 300 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 180 g Pulpet rybny (Morszczuk) 90 g (***GLU PSZ, JAJ, RYB,***) Sos koperkowy (bez mleka) 80 ml (***GLU PSZ,***) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g (***SEL,***) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Szpinakowa z zacierką (bez mleka) () 300 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 180 g Pulpet rybny (Morszczuk) 90 g (***GLU PSZ, JAJ, RYB,***) Sos koperkowy (bez mleka) 80 ml (***GLU PSZ,***) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g (***SEL,***) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml	Szpinakowa z zacierką () 300 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 180 g Pulpet rybny (Morszczuk) 90 g (***GLU PSZ, JAJ, RYB,***) Sos koperkowy () 80 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g (***SEL,***) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml
	PD			Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 5 g (***MLE,***) Twarożek z koperkiem 20 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 Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 20 g (***SOJ,***) Sałata zielona 10 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 5 g (***MLE,***) Twarożek z koperkiem 20 g (***MLE,***) 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 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 100 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 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,***) 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 Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 60 g (***JAJ, MLE,***) Pomidor 100 g
	PN	Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt		Sok pomidorowy 0,3l 1 szt	Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt	Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt
		Wartość energetyczna: 2204.46 kcal; Białko ogółem: 91.75 g; Tłuszcz: 49.92 g; Kw. tł. nasy.: 18.10 g; Węglowodany ogółem: 372.25 g; W tym cukry: 102.62 g; Błonnik pok.: 30.64 g; Sód: 2627.50 mg;	Wartość energetyczna: 2274.26 kcal; Białko ogółem: 93.93 g; Tłuszcz: 52.10 g; Kw. tł. nasy.: 18.19 g; Węglowodany ogółem: 378.41 g; W tym cukry: 104.32 g; Błonnik pok.: 30.94 g; Sód: 2803.77 mg;	Wartość energetyczna: 2213.64 kcal; Białko ogółem: 101.43 g; Tłuszcz: 57.94 g; Kw. tł. nasy.: 21.66 g; Węglowodany ogółem: 368.75 g; W tym cukry: 73.17 g; Błonnik pok.: 45.77 g; Sód: 3344.57 mg;	Wartość energetyczna: 1945.63 kcal; Białko ogółem: 79.69 g; Tłuszcz: 44.54 g; Kw. tł. nasy.: 10.00 g; Węglowodany ogółem: 327.79 g; W tym cukry: 62.85 g; Błonnik pok.: 30.30 g; Sód: 3149.34 mg;	Wartość energetyczna: 1988.84 kcal; Białko ogółem: 87.28 g; Tłuszcz: 52.26 g; Kw. tł. nasy.: 11.49 g; Węglowodany ogółem: 342.61 g; W tym cukry: 51.06 g; Błonnik pok.: 50.37 g; Sód: 4222.87 mg;	Wartość energetyczna: 2521.51 kcal; Białko ogółem: 105.46 g; Tłuszcz: 58.49 g; Kw. tł. nasy.: 22.11 g; Węglowodany ogółem: 416.49 g; W tym cukry: 112.22 g; Błonnik pok.: 32.80 g; Sód: 3228.36 mg;

Jadłospisy za okres od dnia 2026-10-23 do dnia 2026-11-01 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
2026-10-31 sobota	Śniadanie	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (***MLE, GLU JĘCZ,***) 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 drobiowe (kieł drobno rozdr wędz, parz w osłonce niejadalnej) 60 g (***SOJ,***) Ketchup 20 g (***SEL,***) Papryka świeża 100 g	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (***MLE, GLU JĘCZ,***) 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,***) Polędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 40 g (***SOJ,***) Pomidor 100 g	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (***MLE, GLU JĘCZ,***) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 10 g (***MLE,***) Polędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 40 g (***SOJ,***) Papryka świeża 100 g	Płatki jęczminne na wodzie 300 ml (***GLU JĘCZ,***) 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	Płatki jęczminne na wodzie 300 ml (***GLU JĘCZ,***) 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,***) Papryka świeża 100 g	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (***MLE, GLU JĘCZ,***) 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,***) Polędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 40 g (***SOJ,***) Polędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 20 g (***SOJ,***) Pomidor 100 g
	II ŚN			Jogurt naturalny 150 g (***MLE,***)		Jabłko 150 g	Jogurt naturalny 150 g (***MLE,***)
	Obiad	Koperkowa z ryżem () 300 ml (***MLE, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (***GLU JĘCZ,***) Gulasz wieprzowy- dieta 120 g (***GLU PSZ,***) Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c () 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml		Koperkowa z ryżem () 300 ml (***MLE, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (***GLU JĘCZ,***) Gulasz wieprzowy- dieta 120 g (***GLU PSZ,***) Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c () 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml	Koperkowa z ryżem (bez mleka) () 300 ml (***SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (***GLU JĘCZ,***) Gulasz wieprzowy- dieta 120 g (***GLU PSZ,***) Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c () 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Koperkowa z ryżem (bez mleka) () 300 ml (***SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (***GLU JĘCZ,***) Gulasz wieprzowy- dieta 120 g (***GLU PSZ,***) Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c () 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml	Koperkowa z ryżem () 300 ml (***MLE, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (***GLU JĘCZ,***) Gulasz wieprzowy- dieta 120 g (***GLU PSZ,***) Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c () 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,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Sałata zielona 10 g		Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Sałata zielona 10 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 5 g (***MLE,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Pomidor b/skórki 20 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 Pasta z soczewicy czerwonej 60 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 Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa,wędzona,z wodą dodaną. 40 g (***SOJ,***) 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 Pasta z soczewicy czerwonej 60 g 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 Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa,wędzona,z wodą dodaną. 40 g (***SOJ,***) Twarożek 60 g (***MLE,***) Sałata zielona 35 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,***) Szynka z piersią kurczaka-wędl.z drob.gr.rozd.parzo.w osł.niejadalnej 25 g (***SOJ,***) Sałata zielona 10 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 Szynka z piersią kurczaka-wędl.z drob.gr.rozd.parzo.w osł.niejadalnej 25 g (***SOJ,***) Sałata zielona 10 g	Bułka maślana 1 szt 1 szt (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***)
		Wartość energetyczna: 2465.70 kcal; Białko ogółem: 88.73 g; Tłuszcz: 69.37 g; Kw. tł. nasy.: 22.47 g; Węglowodany ogółem: 398.46 g; W tym cukry: 68.44 g; Błonnik pok.: 37.91 g; Sód: 3665.86 mg;	Wartość energetyczna: 2274.47 kcal; Białko ogółem: 88.79 g; Tłuszcz: 56.40 g; Kw. tł. nasy.: 19.25 g; Węglowodany ogółem: 372.97 g; W tym cukry: 62.41 g; Błonnik pok.: 28.45 g; Sód: 3765.31 mg;	Wartość energetyczna: 2402.48 kcal; Białko ogółem: 100.43 g; Tłuszcz: 73.64 g; Kw. tł. nasy.: 26.20 g; Węglowodany ogółem: 395.29 g; W tym cukry: 58.80 g; Błonnik pok.: 53.88 g; Sód: 3461.63 mg;	Wartość energetyczna: 1778.74 kcal; Białko ogółem: 64.98 g; Tłuszcz: 40.06 g; Kw. tł. nasy.: 9.44 g; Węglowodany ogółem: 308.63 g; W tym cukry: 54.17 g; Błonnik pok.: 26.65 g; Sód: 2987.10 mg;	Wartość energetyczna: 2056.72 kcal; Białko ogółem: 80.14 g; Tłuszcz: 59.17 g; Kw. tł. nasy.: 14.14 g; Węglowodany ogółem: 362.42 g; W tym cukry: 46.28 g; Błonnik pok.: 53.95 g; Sód: 3568.00 mg;	Wartość energetyczna: 2694.25 kcal; Białko ogółem: 117.00 g; Tłuszcz: 72.02 g; Kw. tł. nasy.: 27.16 g; Węglowodany ogółem: 416.61 g; W tym cukry: 71.37 g; Błonnik pok.: 30.35 g; Sód: 4466.55 mg;

Jadłospisy za okres od dnia 2026-10-23 do dnia 2026-11-01 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
2026-11-01 niedziela	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,***) Ser żółty 40 g (***MLE,***) Rzepa biała 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,***) Twaróg półtłusty 60 g (***MLE,***) Jabłko pieczone 150 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,***) Ser żółty 40 g (***MLE,***) Rzepa biała 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 Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 40 g (***SOJ,***) Jabłko pieczone 150 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,***) Rzepa biała 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,***) Twaróg półtłusty 60 g (***MLE,***) Jabłko pieczone 150 g
	II ŚN			Jabłko 150 g		Jabłko 150 g	Wafle ryżowe 30 g
	Obiad	Rosół z makaronem () 300 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 180 g Ćwiartka z kurczaka pieczona 130 g Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Rosół z makaronem () 300 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 180 g Ćwiartka z kurczaka gotowana 130 g Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Rosół z makaronem () 300 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 180 g Ćwiartka z kurczaka gotowana 130 g Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml	Rosół z makaronem () 300 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 180 g Ćwiartka z kurczaka gotowana 130 g Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Rosół z makaronem () 300 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 180 g Ćwiartka z kurczaka gotowana 130 g Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml	Rosół z makaronem () 300 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 180 g Ćwiartka z kurczaka gotowana 130 g 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,***) 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	Maślanka 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 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 150 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 Szynka z piersią kurczaka-wędl.z drob.gr.rozd.parzo.w osł.niejadalnej 40 g (***SOJ,***) 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 Szynka z piersią kurczaka-wędl.z drob.gr.rozd.parzo.w osł.niejadalnej 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,***) Pomidor 100 g
	PN	Mleko Smakowe UHT 1,5% tł 0,2l 1 szt (***MLE,***)		Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Mleko Smakowe UHT 1,5% tł 0,2l 1 szt (***MLE,***)
		Wartość energetyczna: 2525.62 kcal; Białko ogółem: 119.61 g; Tłuszcz: 89.42 g; Kw. tł. nasy.: 34.31 g; Węglowodany ogółem: 336.20 g; W tym cukry: 61.58 g; Błonnik pok.: 29.87 g; Sód: 3333.12 mg;	Wartość energetyczna: 2501.34 kcal; Białko ogółem: 121.99 g; Tłuszcz: 77.84 g; Kw. tł. nasy.: 27.80 g; Węglowodany ogółem: 345.31 g; W tym cukry: 73.49 g; Błonnik pok.: 24.11 g; Sód: 2845.32 mg;	Wartość energetyczna: 2593.83 kcal; Białko ogółem: 123.14 g; Tłuszcz: 90.63 g; Kw. tł. nasy.: 35.25 g; Węglowodany ogółem: 371.49 g; W tym cukry: 84.01 g; Błonnik pok.: 49.92 g; Sód: 3337.83 mg;	Wartość energetyczna: 2149.90 kcal; Białko ogółem: 100.65 g; Tłuszcz: 63.54 g; Kw. tł. nasy.: 15.13 g; Węglowodany ogółem: 321.29 g; W tym cukry: 68.92 g; Błonnik pok.: 24.31 g; Sód: 3059.34 mg;	Wartość energetyczna: 2216.51 kcal; Białko ogółem: 107.58 g; Tłuszcz: 69.82 g; Kw. tł. nasy.: 16.55 g; Węglowodany ogółem: 348.15 g; W tym cukry: 64.53 g; Błonnik pok.: 49.92 g; Sód: 3288.65 mg;	Wartość energetyczna: 2670.24 kcal; Białko ogółem: 129.40 g; Tłuszcz: 79.28 g; Kw. tł. nasy.: 28.46 g; Węglowodany ogółem: 377.20 g; W tym cukry: 80.96 g; Błonnik pok.: 25.10 g; Sód: 2937.72 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
2026-10-23 piątek	Śniadanie	Zacierka na mleku 300 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 5 g (***MLE,***) Dżem 25 g Twarożek 50 g (***MLE,***) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Zacierka 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 25 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Zacierka 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,***) Dżem 25 g Twarożek 50 g (***MLE,***) Sałata zielona 35 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Zacierka 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,***) Dżem 25 g Twarożek 50 g (***MLE,***) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Sałata zielona 35 g	Zacierka 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,***) Dżem 25 g Twarożek 50 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,***) Dżem 50 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	II ŚN			Jabłko 150 g Kisiel o smaku cytrynowym z/c 200 ml (***może zawierać: GLU PSZ, SEL, GOR,***)	Jabłko 150 g	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Kisiel o smaku cytrynowym z/c 200 ml (***może zawierać: GLU PSZ, SEL, GOR,***)
	Obiad	Krupnik jęczmienny () 300 ml (***MLE, SEL, GLU JĘCZ,***) Ziemniaki gotowane () 180 g Pulpet rybny (Morszczuk) 90 g (***GLU PSZ, JAJ, RYB,***) Sos koperkowy * 80 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Warzywa po grecku () 200 g (***GLU PSZ, SEL,***) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Krupnik jęczmienny () 300 ml (***MLE, SEL, GLU JĘCZ,***) Ziemniaki gotowane puree () 180 g (***MLE,***) Pulpet rybny (Morszczuk) rozdrobniony 90 g (***GLU PSZ, JAJ, RYB,***) Sos koperkowy * 80 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Warzywa po grecku () 200 g (***GLU PSZ, SEL,***) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Krupnik jęczmienny () 300 ml (***MLE, SEL, GLU JĘCZ,***) Ziemniaki gotowane () 180 g Pulpet rybny (Morszczuk) 90 g (***GLU PSZ, JAJ, RYB,***) Sos koperkowy * 80 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Warzywa po grecku () 200 g (***GLU PSZ, SEL,***) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Krupnik jęczmienny () 300 ml (***MLE, SEL, GLU JĘCZ,***) Ziemniaki gotowane () 180 g Pulpet rybny (Morszczuk) 90 g (***GLU PSZ, JAJ, RYB,***) Surówka z kapusty kiszonej z olejem b/c () 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml Sos koperkowy * 80 ml (***GLU PSZ, MLE,***)	Krupnik jęczmienny () 300 ml (***MLE, SEL, GLU JĘCZ,***) Ziemniaki gotowane () 180 g Pulpet rybny (Morszczuk) 90 g (***GLU PSZ, JAJ, RYB,***) Sos koperkowy * 80 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Warzywa po grecku () 200 g (***GLU PSZ, SEL,***) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Krupnik jęczmienny (bez mleka) () 300 ml (***SEL, GLU JĘCZ,***) Ziemniaki gotowane () 180 g Pulpet rybny (Morszczuk) 90 g (***GLU PSZ, JAJ, RYB,***) Brokuł gotowany* 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml
	PD				Herbatniki 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 wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkiem wody parzona 40 g (***GLU PSZ, SOJ, może zawierać: MLE, SEL, 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% 20 g Pasta z jaj z koperkiem -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 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% 20 g Pasta z jaj z koperkiem -dieta 60 g (***JAJ, MLE,***) 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% 20 g Pasta z jaj z koperkiem -dieta 60 g (***JAJ, MLE,***) 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% 20 g Pasta z jaj z koperkiem -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 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% 20 g Polędwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkiem wody parzona 40 g (***GLU PSZ, SOJ, może zawierać: MLE, SEL, GOR,***)
	PN	Mleko Smakowe UHT 1,5% tł 0,2l 1 szt (***MLE,***) Podpłomyki b/c 20 g (***GLU PSZ, MLE,***)	Podpłomyki b/c 20 g (***GLU PSZ, MLE,***) Mleko Smakowe UHT 1,5% tł 0,2l 1 szt (***MLE,***)				Podpłomyki b/c 20 g (***GLU PSZ, MLE,***)
		Wartość energetyczna: 2307.31 kcal; Białko ogółem: 103.42 g; Tłuszcz: 42.85 g; Kw. tł. nasy.: 16.20 g; Węglowodany ogółem: 393.17 g; W tym cukry: 80.19 g; Błonnik pok.: 26.20 g; Sód: 2541.49 mg;	Wartość energetyczna: 2344.76 kcal; Białko ogółem: 99.16 g; Tłuszcz: 58.82 g; Kw. tł. nasy.: 21.77 g; Węglowodany ogółem: 371.30 g; W tym cukry: 61.78 g; Błonnik pok.: 24.17 g; Sód: 2659.93 mg;	Wartość energetyczna: 2506.49 kcal; Białko ogółem: 101.27 g; Tłuszcz: 59.51 g; Kw. tł. nasy.: 21.82 g; Węglowodany ogółem: 410.31 g; W tym cukry: 89.88 g; Błonnik pok.: 28.34 g; Sód: 3365.97 mg;	Wartość energetyczna: 2502.07 kcal; Białko ogółem: 98.96 g; Tłuszcz: 68.45 g; Kw. tł. nasy.: 22.60 g; Węglowodany ogółem: 396.04 g; W tym cukry: 75.09 g; Błonnik pok.: 29.50 g; Sód: 3891.61 mg;	Wartość energetyczna: 2576.46 kcal; Białko ogółem: 103.70 g; Tłuszcz: 62.93 g; Kw. tł. nasy.: 22.27 g; Węglowodany ogółem: 418.49 g; W tym cukry: 89.67 g; Błonnik pok.: 29.53 g; Sód: 2760.32 mg;	Wartość energetyczna: 1754.22 kcal; Białko ogółem: 67.07 g; Tłuszcz: 35.10 g; Kw. tł. nasy.: 11.83 g; Węglowodany ogółem: 309.09 g; W tym cukry: 51.22 g; Błonnik pok.: 19.83 g; Sód: 2668.89 mg;

Jadłospisy za okres od dnia 2026-10-23 do dnia 2026-11-01 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
2026-10-24 sobota	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,***) Polędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 40 g (***SOJ,***) Pasta z cukinii i marchewki 100 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,***) Polędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona mielona 40 g (***SOJ,***)	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,***) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 40 g (***SOJ,***) Pasta z cukinii i marchewki 100 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,***) Parówki Delikatne-proukt drobiowo wieprzowy homogenizowany wędzony parzony w osłonce niejadalnej 60 g (***może zawierać: MLE, SEL, GOR,***) Ketchup 10 g (***SEL,***) Pasta z cukinii i marchewki 100 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,***) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 40 g (***SOJ,***) Pasta z cukinii i marchewki 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,***) Polędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 40 g (***SOJ,***)
	II ŚN	Jabłko 1 szt 1 szt				Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Chrupki kukurydziane 20 g
	Obiad	Koperkowa z ziemniakami () 300 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ryż na sypko 180 g Potrawka drobiowa () 120 g (***GLU PSZ, SEL,***) Buraczki gotowane () 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Koperkowa z ziemniakami () 300 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ryż na sypko 180 g Potrawka drobiowa () rozdrobniona 120 g (***GLU PSZ, SEL,***) Buraczki gotowane () 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Koperkowa z ziemniakami () 300 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ryż na sypko 180 g Potrawka drobiowa () 120 g (***GLU PSZ, SEL,***) Buraczki gotowane () 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Koperkowa z ziemniakami () 300 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ryż na sypko 180 g Kociołek meksykański z kurczakiem i fasolą 150 g (***SEL,***) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c () 200 g	Koperkowa z ziemniakami () 300 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ryż na sypko 180 g Potrawka drobiowa () 120 g (***GLU PSZ, SEL,***) Buraczki gotowane () 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Ziemniaczana (bez mleka) () 300 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ryż na sypko 180 g Klopsik drobiowy z udźca 90 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Marchew gotowana z olejem () 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml
	PD				Maślanka 200 ml (***MLE,***)		Jabłko pieczone 150 g
	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,***) Sałata zielona 35 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,***)	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,***) Sałata zielona 35 g	Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Bułka pszenna długa krojona 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,***) 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 Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa,wędzona,z wodą dodaną. 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 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,***)
	PN	Przecier owocowy jabłko-banan 120g 1 szt					Suchary b/c 30 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***)
		Wartość energetyczna: 1923.00 kcal; Białko ogółem: 75.17 g; Tłuszcz: 40.38 g; Kw. tł. nasy.: 14.33 g; Węglowodany ogółem: 329.99 g; W tym cukry: 78.39 g; Błonnik pok.: 25.02 g; Sód: 2533.62 mg;	Wartość energetyczna: 2021.72 kcal; Białko ogółem: 73.37 g; Tłuszcz: 43.76 g; Kw. tł. nasy.: 16.49 g; Węglowodany ogółem: 351.79 g; W tym cukry: 72.76 g; Błonnik pok.: 25.62 g; Sód: 2854.20 mg;	Wartość energetyczna: 2146.93 kcal; Białko ogółem: 82.35 g; Tłuszcz: 44.20 g; Kw. tł. nasy.: 14.91 g; Węglowodany ogółem: 376.01 g; W tym cukry: 92.23 g; Błonnik pok.: 31.17 g; Sód: 3374.97 mg;	Wartość energetyczna: 2330.98 kcal; Białko ogółem: 77.32 g; Tłuszcz: 64.31 g; Kw. tł. nasy.: 21.28 g; Węglowodany ogółem: 388.78 g; W tym cukry: 100.29 g; Błonnik pok.: 39.37 g; Sód: 3982.06 mg;	Wartość energetyczna: 2220.93 kcal; Białko ogółem: 88.95 g; Tłuszcz: 45.20 g; Kw. tł. nasy.: 15.59 g; Węglowodany ogółem: 385.41 g; W tym cukry: 101.63 g; Błonnik pok.: 31.17 g; Sód: 3494.97 mg;	Wartość energetyczna: 2014.18 kcal; Białko ogółem: 64.55 g; Tłuszcz: 48.69 g; Kw. tł. nasy.: 12.66 g; Węglowodany ogółem: 349.63 g; W tym cukry: 42.83 g; Błonnik pok.: 27.79 g; Sód: 2839.27 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
2026-10-25 niedziela	Śniadanie	Kasza jęczmienna na mleku 300 ml (***MLE, GLU JĘCZ,***) Bułka pszenna długa krojona 120 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,***) Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Kasza jęczmienna 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,***) Szynka zielonogórska- wieprzowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 40 g (***SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR,***) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Kasza jęczmienna 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,***) Szynka zielonogórska- wieprzowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 40 g (***SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR,***) Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Kasza jęczmienna 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,***) Szynka zielonogórska- wieprzowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 40 g (***SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR,***) Rzepa biała 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Kasza jęczmienna 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,***) Szynka zielonogórska- wieprzowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 40 g (***SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR,***) 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,***) Szynka zielonogórska- wieprzowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 40 g (***SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR,***) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	II ŚN			Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml (***MLE,***)	Jabłko 1 szt 1 szt		Jabłko pieczone 1szt. 1 szt
	Obiad	Pomidorowa z zacierką () 300 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 180 g Schab duszony 90 g Sos własny () 80 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g (***SEL,***) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Pomidorowa z zacierką () 300 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane puree () 180 g (***MLE,***) Schab duszony rozdrobniony 90 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g (***SEL,***) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Pomidorowa z zacierką () 300 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 180 g Schab duszony 90 g Sos własny () 80 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Surówka z kapusty pekińskiej z papryką i olejem 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml		Pomidorowa z zacierką () 300 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 180 g Schab duszony 90 g Sos własny () 80 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g (***SEL,***) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Ryżowa (bez mleka) () 300 ml (***SEL,***) Ziemniaki gotowane () 180 g Pulpet wieprzowy 90 g (***GLU PSZ, JAJ,***) 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,***)		Wafle ryżowe 30 g
	Kolacja	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g (***GLU PSZ,***) Miks tłuszczowy do smarowania 76% 5 g (***MLE,***) 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 Serek a'la homogenizowany 60 g (***MLE,***)	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 Serek a'la homogenizowany 60 g (***MLE,***) Sałata zielona 35 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml 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	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 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 kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 40 g
	PN	Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt					Biszkopty b/c 30 g (***GLU PSZ, JAJ,***)
		Wartość energetyczna: 2006.98 kcal; Białko ogółem: 95.37 g; Tłuszcz: 39.60 g; Kw. tł. nasy.: 13.93 g; Węglowodany ogółem: 335.12 g; W tym cukry: 68.42 g; Błonnik pok.: 26.84 g; Sód: 2425.76 mg;	Wartość energetyczna: 1934.86 kcal; Białko ogółem: 87.43 g; Tłuszcz: 44.96 g; Kw. tł. nasy.: 16.12 g; Węglowodany ogółem: 314.02 g; W tym cukry: 63.04 g; Błonnik pok.: 26.61 g; Sód: 2727.93 mg;	Wartość energetyczna: 2123.98 kcal; Białko ogółem: 94.99 g; Tłuszcz: 49.03 g; Kw. tł. nasy.: 18.61 g; Węglowodany ogółem: 342.20 g; W tym cukry: 83.03 g; Błonnik pok.: 22.33 g; Sód: 2502.53 mg;	Wartość energetyczna: 2181.75 kcal; Białko ogółem: 93.26 g; Tłuszcz: 49.82 g; Kw. tł. nasy.: 18.76 g; Węglowodany ogółem: 365.83 g; W tym cukry: 99.09 g; Błonnik pok.: 32.79 g; Sód: 2662.85 mg;	Wartość energetyczna: 2254.18 kcal; Białko ogółem: 96.65 g; Tłuszcz: 49.85 g; Kw. tł. nasy.: 18.61 g; Węglowodany ogółem: 376.07 g; W tym cukry: 105.96 g; Błonnik pok.: 31.77 g; Sód: 2832.62 mg;	Wartość energetyczna: 1922.81 kcal; Białko ogółem: 70.05 g; Tłuszcz: 42.66 g; Kw. tł. nasy.: 13.49 g; Węglowodany ogółem: 335.54 g; W tym cukry: 42.48 g; Błonnik pok.: 29.27 g; Sód: 3159.15 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
2026-10-26 poniedziałek	Śniadanie	Płatki pszenne 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,***) Polędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 40 g (***SOJ,***) Pomidor b/skórki 100 g	Płatki pszenne 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,***) Polędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona mielona 40 g (***SOJ,***)	Płatki pszenne 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,***) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa,wędzona,z wodą dodaną. 40 g (***SOJ,***) Pomidor 100 g	Płatki pszenne 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,***) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa,wędzona,z wodą dodaną. 40 g (***SOJ,***) Pomidor 100 g	Płatki pszenne 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,***) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa,wędzona,z wodą dodaną. 40 g (***SOJ,***) 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,***) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa,wędzona,z wodą dodaną. 40 g (***SOJ,***)
	II ŚN			Jabłko pieczone 150 g			
	Obiad	Dyniowa z ziemniakami () 300 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Makaron z serem 300 g (***GLU PSZ, MLE,***) Marchew gotowana z olejem () 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Dyniowa z ziemniakami () 300 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Makaron 200 g (***GLU PSZ,***) Mięso drobiowe mielone w sosie wł 90 g (***GLU PSZ,***) Sos szpinakowy* 80 ml (***GLU PSZ,***) Marchew gotowana z olejem () 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Dyniowa z ziemniakami () 300 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Makaron z serem 300 g (***GLU PSZ, MLE,***) Surówka z selera i marchwi z olejem () b/c 200 g (***SEL,***) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Fasolowa z ziemniakami () 300 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Makaron z serem 300 g (***GLU PSZ, MLE,***) Surówka z selera i marchwi z olejem () b/c 200 g (***SEL,***) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Dyniowa z ziemniakami () 300 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Makaron z serem 300 g (***GLU PSZ, MLE,***) Surówka z selera i marchwi z olejem () b/c 200 g (***SEL,***) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Ryżowa (bez mleka) () 300 ml (***SEL,***) Ryż na sypko 180 g Pulpet drobiowy 90 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos szpinakowy* 80 ml (***GLU PSZ,***) Marchew gotowana z olejem () 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml
	PD				Budyń o smaku waniliowym 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 150 g (***GLU PSZ,***) Miks tłuszczowy do smarowania 76% 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,***) 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 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,***) 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 Jajko gotowane kl M 2 szt (***JAJ,***) 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 Jajko gotowane kl M 2 szt (***JAJ,***) 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 Jajko gotowane kl M 2 szt (***JAJ,***)
	PN	Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt	Mleko Smakowe UHT 1,5% tł 0,2l 1 szt (***MLE,***)				Suchary b/c 30 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***)
		Wartość energetyczna: 2087.98 kcal; Białko ogółem: 87.31 g; Tłuszcz: 37.14 g; Kw. tł. nasy.: 14.82 g; Węglowodany ogółem: 369.97 g; W tym cukry: 91.75 g; Błonnik pok.: 28.04 g; Sód: 2755.91 mg;	Wartość energetyczna: 2266.31 kcal; Białko ogółem: 91.24 g; Tłuszcz: 63.45 g; Kw. tł. nasy.: 20.24 g; Węglowodany ogółem: 350.80 g; W tym cukry: 51.54 g; Błonnik pok.: 25.96 g; Sód: 2994.60 mg;	Wartość energetyczna: 2416.03 kcal; Białko ogółem: 99.99 g; Tłuszcz: 61.56 g; Kw. tł. nasy.: 22.01 g; Węglowodany ogółem: 387.74 g; W tym cukry: 86.07 g; Błonnik pok.: 35.64 g; Sód: 3158.70 mg;	Wartość energetyczna: 2679.41 kcal; Białko ogółem: 109.34 g; Tłuszcz: 68.95 g; Kw. tł. nasy.: 24.60 g; Węglowodany ogółem: 436.79 g; W tym cukry: 110.12 g; Błonnik pok.: 44.10 g; Sód: 3390.62 mg;	Wartość energetyczna: 2617.43 kcal; Białko ogółem: 106.65 g; Tłuszcz: 65.59 g; Kw. tł. nasy.: 24.39 g; Węglowodany ogółem: 422.30 g; W tym cukry: 111.07 g; Błonnik pok.: 35.68 g; Sód: 3247.37 mg;	Wartość energetyczna: 1947.97 kcal; Białko ogółem: 72.17 g; Tłuszcz: 51.00 g; Kw. tł. nasy.: 13.55 g; Węglowodany ogółem: 318.10 g; W tym cukry: 42.70 g; Błonnik pok.: 24.26 g; Sód: 2818.17 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
2026-10-27 wtorek	Śniadanie	Zacierka na mleku 300 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 5 g (***MLE,***) Twarożek z koperkiem 60 g (***MLE,***) Pomidor b/skórki 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Zacierka 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 z koperkiem 60 g (***MLE,***) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Zacierka 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 z koperkiem 60 g (***MLE,***) Rzepa biała 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Zacierka 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,***) Rzepa biała 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Zacierka 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 z koperkiem 60 g (***MLE,***) 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,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 40 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	II ŚN			Jabłko 150 g		Jabłko pieczone 150 g	
	Obiad	Brokułowa z ziemniakami () 300 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Szynka wieprzowa gotowana 90 g Sos własny () 80 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ryż na sypko 180 g Buraczki gotowane () 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Brokułowa z ziemniakami () 300 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ryż na sypko 180 g Mięso wieprzowe mielone w sosie wł 90 g (***GLU PSZ,***) Sos własny () 80 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Buraczki gotowane () 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Ogórkowa z ziemniakami () 300 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ryż na sypko 180 g Szynka wieprzowa gotowana 90 g Sos własny () 80 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Surówka z kapusty białej z olejem b/c () 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Ogórkowa z ziemniakami () 300 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Szynka wieprzowa gotowana 90 g Sos meksykański 80 g (***GLU PSZ,***) Ryż na sypko 180 g Surówka z kapusty białej z olejem b/c () 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Brokułowa z ziemniakami () 300 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Szynka wieprzowa gotowana 90 g Sos własny () 80 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ryż na sypko 180 g Buraczki gotowane () 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Marchewkowa z ziemniakami (bez mleka) 300 g (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 180 g Szynka wieprzowa gotowana 90 g Sos własny () 80 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Dynia z wody 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml
	PD				Drożdżówka mini 50g 50 g (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***)		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 150 g (***GLU PSZ,***) Miks tłuszczowy do smarowania 76% 5 g (***MLE,***) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy parzony w osłonce niejadalnej 40 g (***może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR,***) Pasta warzywna () 100 g (***SEL,***)	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 Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy parzony w osłonce niejadalnej 40 g (***może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR,***)	Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Chleb 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 zielonogórska- wieprzowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 40 g (***SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR,***) Pasta warzywna () 100 g (***SEL,***)	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 zielonogórska- wieprzowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 40 g (***SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR,***) Pasta warzywna () 100 g (***SEL,***)	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 zielonogórska- wieprzowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 40 g (***SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR,***) Pasta warzywna () 100 g (***SEL,***)	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
	PN	Przecier owocowy jabłko-truskawka 120g 1 szt					
		Wartość energetyczna: 2187.91 kcal; Białko ogółem: 99.85 g; Tłuszcz: 45.67 g; Kw. tł. nasy.: 17.30 g; Węglowodany ogółem: 361.30 g; W tym cukry: 81.43 g; Błonnik pok.: 25.36 g; Sód: 2323.04 mg;	Wartość energetyczna: 2111.46 kcal; Białko ogółem: 82.11 g; Tłuszcz: 55.13 g; Kw. tł. nasy.: 18.88 g; Węglowodany ogółem: 337.71 g; W tym cukry: 62.21 g; Błonnik pok.: 19.95 g; Sód: 2484.46 mg;	Wartość energetyczna: 2275.57 kcal; Białko ogółem: 96.57 g; Tłuszcz: 53.80 g; Kw. tł. nasy.: 18.69 g; Węglowodany ogółem: 373.68 g; W tym cukry: 86.58 g; Błonnik pok.: 33.50 g; Sód: 2780.79 mg;	Wartość energetyczna: 2405.35 kcal; Białko ogółem: 97.58 g; Tłuszcz: 57.83 g; Kw. tł. nasy.: 18.75 g; Węglowodany ogółem: 395.71 g; W tym cukry: 87.66 g; Błonnik pok.: 39.07 g; Sód: 3046.90 mg;	Wartość energetyczna: 2398.45 kcal; Białko ogółem: 100.37 g; Tłuszcz: 51.23 g; Kw. tł. nasy.: 18.19 g; Węglowodany ogółem: 397.36 g; W tym cukry: 94.34 g; Błonnik pok.: 30.66 g; Sód: 2723.11 mg;	Wartość energetyczna: 1650.59 kcal; Białko ogółem: 69.29 g; Tłuszcz: 32.64 g; Kw. tł. nasy.: 12.85 g; Węglowodany ogółem: 284.59 g; W tym cukry: 52.23 g; Błonnik pok.: 22.34 g; Sód: 2959.65 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
2026-10-28 środa	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,***) Paprykarz rybno (morszczuk)-warzywny () 60 g (***RYB,***) Pomidor b/skórki 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,***) Polędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona mielona 60 g (***SOJ,***)	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,***) Paprykarz rybno (łosoś)-warzywny () 60 g (***RYB,***) 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,***) Paprykarz rybno (łosoś)-warzywny () 60 g (***RYB,***) 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,***) 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 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 10 g (***MLE,***) Polędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 40 g (***SOJ,***)
	II ŚN			Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml (***MLE,***)			Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml (***może zawierać: GLU PSZ, SEL, GOR,***)
	Obiad	Jarzynowa z makaronem dieta () 300 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 180 g Zrazik drobiowy z udźca pieczony mielony 90 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos pietruszkowy 80 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Marchew gotowana z olejem () 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Jarzynowa z ryżem dieta () 300 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane puree () 180 g (***MLE,***) Mięso drobiowe mielone w sosie wł 90 g (***GLU PSZ,***) Sos pietruszkowy 80 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Marchew gotowana z olejem () 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Jarzynowa z makaronem dieta () 300 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 180 g Zrazik drobiowy z udźca pieczony mielony 90 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos pietruszkowy 80 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Fasolka szparagowa z wody* 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Pieczarkowa z makaronem () 300 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL, SO2,***) Ziemniaki gotowane () 180 g Zrazik drobiowy z udźca pieczony mielony 90 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos pietruszkowy 80 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Fasolka szparagowa z wody* 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Jarzynowa z makaronem dieta () 300 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 180 g Zrazik drobiowy z udźca pieczony mielony 90 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos pietruszkowy 80 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Surówka z marchwi z olejem b/c () 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Ryżowa (bez mleka) () 300 ml (***SEL,***) Ziemniaki gotowane () 180 g Zrazik drobiowy z udźca pieczony mielony 90 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos pietruszkowy 80 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Marchew gotowana z olejem () 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml
	PD				Jabłko 150 g		Jabłko pieczone 150 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,***) Schab Benedykta wp parzony z dodatkiem wody 40 g (***GLU PSZ, SOJ, SEL, może zawierać: JAJ, OZI, MLE, GOR, SEZ,***) 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 Schab Benedykta wp parzony z dodatkiem wody mielony 60 g (***GLU PSZ, SOJ, SEL, może zawierać: JAJ, OZI, MLE, GOR, SEZ,***)	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 Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona,parzona,z dod.wody,białka wp 40 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, 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 Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona,parzona,z dod.wody,białka wp 40 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) 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 Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona,parzona,z dod.wody,białka wp 40 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, 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 Schab Benedykta wp parzony z dodatkiem wody 40 g (***GLU PSZ, SOJ, SEL, może zawierać: JAJ, OZI, MLE, GOR, SEZ,***)
	PN	Ciasto drożdżowe 50 g (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***)					
		Wartość energetyczna: 2252.19 kcal; Białko ogółem: 87.51 g; Tłuszcz: 48.93 g; Kw. tł. nasy.: 14.62 g; Węglowodany ogółem: 356.28 g; W tym cukry: 62.33 g; Błonnik pok.: 26.78 g; Sód: 2570.18 mg;	Wartość energetyczna: 2125.35 kcal; Białko ogółem: 81.72 g; Tłuszcz: 50.14 g; Kw. tł. nasy.: 15.55 g; Węglowodany ogółem: 328.41 g; W tym cukry: 47.23 g; Błonnik pok.: 25.25 g; Sód: 3584.47 mg;	Wartość energetyczna: 2425.65 kcal; Białko ogółem: 94.48 g; Tłuszcz: 54.58 g; Kw. tł. nasy.: 18.53 g; Węglowodany ogółem: 379.69 g; W tym cukry: 73.55 g; Błonnik pok.: 23.42 g; Sód: 3273.21 mg;	Wartość energetyczna: 2473.36 kcal; Białko ogółem: 92.58 g; Tłuszcz: 55.23 g; Kw. tł. nasy.: 18.65 g; Węglowodany ogółem: 399.60 g; W tym cukry: 87.80 g; Błonnik pok.: 30.55 g; Sód: 3303.80 mg;	Wartość energetyczna: 2579.78 kcal; Białko ogółem: 92.91 g; Tłuszcz: 61.39 g; Kw. tł. nasy.: 18.99 g; Węglowodany ogółem: 408.93 g; W tym cukry: 100.24 g; Błonnik pok.: 31.86 g; Sód: 2695.17 mg;	Wartość energetyczna: 1969.15 kcal; Białko ogółem: 62.87 g; Tłuszcz: 45.70 g; Kw. tł. nasy.: 12.07 g; Węglowodany ogółem: 319.61 g; W tym cukry: 48.45 g; Błonnik pok.: 27.21 g; Sód: 3069.43 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
2026-10-29 czwartek	Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 300 ml (***MLE, GLU OW,***) Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 5 g (***MLE,***) Pomidor b/skórki 100 g Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona,w osłonce niejadalanej 40 g (***SOJ, SEL, może zawierać: MLE, GOR,***) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Płatki owsiane na mleku 300 ml (***MLE, GLU OW,***) Bułka pszenna długa krojona 50 g (***GLU PSZ,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 10 g (***MLE,***) Pomidor b/skórki 100 g Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona,w osłonce niejadalanej mielona 40 g (***SOJ, SEL, może zawierać: MLE, GOR,***) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Płatki owsiane na mleku 300 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna długa krojona 50 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 10 g (***MLE,***) Pomidor 100 g Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy,grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 40 g (***może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,***) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Płatki owsiane na mleku 300 ml (***MLE, GLU OW,***) 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,***) Pomidor 100 g Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy,grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 40 g (***może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,***) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	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,***) Pomidor 100 g Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy,grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 40 g (***może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,***)	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			Kisiel o smaku truskawkowym z/c 200 ml (***może zawierać: GLU PSZ, SEL, GOR,***)	Jabłko 150 g	Jabłko pieczone 150 g	Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml (***może zawierać: GLU PSZ, SEL, GOR,***)
	Obiad	Ziemniaczana () 300 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami* 300 g (***SEL, GLU JĘCZ,***) Dynia duszona z marchewką z olejem * 200 g (***GLU PSZ,***) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml		Barszcz biały z ziemniakami () 300 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT,***) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami* 300 g (***SEL, GLU JĘCZ,***) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml		Ziemniaczana () 300 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami* 300 g (***SEL, GLU JĘCZ,***) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Ziemniaczana (bez mleka) () 300 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 180 g Pulpet wieprzowy 90 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Dynia duszona z marchewką z olejem * 200 g (***GLU PSZ,***) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml
	PD				Kisiel o smaku cytrynowym z/c 200 ml (***może zawierać: GLU PSZ, SEL, GOR,***)		Jabłko pieczone 150 g
	Kolacja	Bułka pszenna długa krojona 150 g (***GLU PSZ,***) Miks tłuszczowy do smarowania 76% 5 g (***MLE,***) Serek a`la homogenizowany z ziołami 60 g (***MLE,***) Pasta marchewkowo-pomidorowa 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 Serek a`la homogenizowany z ziołami 60 g (***MLE,***) 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 Serek a`la homogenizowany z ziołami 60 g (***MLE,***) Pasta marchewkowo-pomidorowa 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 Serek a`la homogenizowany z ziołami 60 g (***MLE,***) Pasta marchewkowo-pomidorowa 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 Serek a`la homogenizowany z ziołami 60 g (***MLE,***) Pasta marchewkowo-pomidorowa 100 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 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Polędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 40 g (***SOJ,***)
	PN	Dżem 25 g 1 szt Wafle ryżowe 30 g	Wafle ryżowe 30 g Dżem 25 g 1 szt	Dżem 25 g 1 szt Wafle ryżowe 30 g	Wafle ryżowe 30 g Dżem 25 g 1 szt		Wafle ryżowe 30 g
		Wartość energetyczna: 2169.97 kcal; Białko ogółem: 84.68 g; Tłuszcz: 50.51 g; Kw. tł. nasy.: 16.08 g; Węglowodany ogółem: 362.31 g; W tym cukry: 65.78 g; Błonnik pok.: 30.20 g; Sód: 2297.93 mg;	Wartość energetyczna: 2098.12 kcal; Białko ogółem: 78.15 g; Tłuszcz: 50.97 g; Kw. tł. nasy.: 16.85 g; Węglowodany ogółem: 350.79 g; W tym cukry: 56.41 g; Błonnik pok.: 28.90 g; Sód: 2416.23 mg;	Wartość energetyczna: 2201.62 kcal; Białko ogółem: 81.97 g; Tłuszcz: 57.28 g; Kw. tł. nasy.: 18.66 g; Węglowodany ogółem: 362.69 g; W tym cukry: 74.20 g; Błonnik pok.: 31.58 g; Sód: 2590.06 mg;	Wartość energetyczna: 2189.22 kcal; Białko ogółem: 78.67 g; Tłuszcz: 57.66 g; Kw. tł. nasy.: 18.69 g; Węglowodany ogółem: 369.02 g; W tym cukry: 88.51 g; Błonnik pok.: 38.48 g; Sód: 2610.66 mg;	Wartość energetyczna: 2284.39 kcal; Białko ogółem: 82.68 g; Tłuszcz: 57.87 g; Kw. tł. nasy.: 18.16 g; Węglowodany ogółem: 382.22 g; W tym cukry: 88.33 g; Błonnik pok.: 34.20 g; Sód: 2591.78 mg;	Wartość energetyczna: 1901.26 kcal; Białko ogółem: 66.26 g; Tłuszcz: 39.33 g; Kw. tł. nasy.: 12.77 g; Węglowodany ogółem: 338.30 g; W tym cukry: 40.29 g; Błonnik pok.: 26.38 g; Sód: 2803.84 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
2026-10-30 piątek	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,***) Dżem 50 g Twarożek 60 g (***MLE,***) Jabłko pieczone 150 g	Kasza manna 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,***) Dżem 50 g Twarożek 60 g (***MLE,***)	Kasza manna na mleku 300 ml (***GLU PSZ, MLE,***) 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,***) Masło extra 82% 10 g (***MLE,***) Dżem 50 g Twarożek 60 g (***MLE,***) Pomidor 100 g	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,***) Dżem 50 g Twarożek 60 g (***MLE,***) Pomidor 100 g Kakao z mlekiem b/c 250 ml (***MLE,***)	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,***) Dżem 50 g Twarożek 60 g (***MLE,***) Pomidor 100 g Kakao z mlekiem b/c 250 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 kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 40 g
	II ŚN			Jabłko 150 g			Jabłko pieczone 150 g
	Obiad	Szpinakowa z zacierką () 300 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 180 g Pulpet rybny (Morszczuk) 90 g (***GLU PSZ, JAJ, RYB,***) Sos koperkowy () 80 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g (***SEL,***) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Szpinakowa z zacierką () 300 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane puree () 180 g (***MLE,***) Pulpet rybny (Morszczuk) rozdrobniony 90 g (***GLU PSZ, JAJ, RYB,***) Sos koperkowy () 80 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g (***SEL,***) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Szpinakowa z zacierką () 300 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 180 g Pulpet rybny (Morszczuk) 90 g (***GLU PSZ, JAJ, RYB,***) Sos koperkowy () 80 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g (***SEL,***) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Szpinakowa z zacierką () 300 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 180 g Pulpet rybny (Morszczuk) 90 g (***GLU PSZ, JAJ, RYB,***) Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml Sos koperkowy () 80 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***)	Szpinakowa z zacierką () 300 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 180 g Pulpet rybny (Morszczuk) 90 g (***GLU PSZ, JAJ, RYB,***) Sos koperkowy () 80 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g (***SEL,***) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Grysikowa () 300 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 180 g Pulpet rybny (Morszczuk) 90 g (***GLU PSZ, JAJ, RYB,***) Sos koperkowy (bez mleka) 80 ml (***GLU PSZ,***) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g (***SEL,***) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml
	PD				Jogurt o smaku brzoskwiniowym-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,***) Schab Benedykta wp parzony z dodatkiem wody 40 g (***GLU PSZ, SOJ, SEL, może zawierać: JAJ, OZI, MLE, GOR, SEZ,***) 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 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 100 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 100 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 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Schab Benedykta wp parzony z dodatkiem wody 40 g (***GLU PSZ, SOJ, SEL, może zawierać: JAJ, OZI, MLE, GOR, SEZ,***)
	PN	Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt					Biszkopty b/ml 30 g (***GLU PSZ, JAJ,***)
		Wartość energetyczna: 2188.12 kcal; Białko ogółem: 96.27 g; Tłuszcz: 40.78 g; Kw. tł. nasy.: 14.65 g; Węglowodany ogółem: 377.25 g; W tym cukry: 105.32 g; Błonnik pok.: 28.60 g; Sód: 2615.59 mg;	Wartość energetyczna: 2180.93 kcal; Białko ogółem: 92.52 g; Tłuszcz: 51.38 g; Kw. tł. nasy.: 18.13 g; Węglowodany ogółem: 355.62 g; W tym cukry: 86.95 g; Błonnik pok.: 26.64 g; Sód: 2794.06 mg;	Wartość energetyczna: 2422.89 kcal; Białko ogółem: 97.96 g; Tłuszcz: 52.97 g; Kw. tł. nasy.: 18.40 g; Węglowodany ogółem: 412.67 g; W tym cukry: 107.36 g; Błonnik pok.: 33.89 g; Sód: 3132.45 mg;	Wartość energetyczna: 2434.59 kcal; Białko ogółem: 105.95 g; Tłuszcz: 57.32 g; Kw. tł. nasy.: 22.60 g; Węglowodany ogółem: 399.02 g; W tym cukry: 124.74 g; Błonnik pok.: 32.04 g; Sód: 2812.80 mg;	Wartość energetyczna: 2504.39 kcal; Białko ogółem: 108.13 g; Tłuszcz: 59.50 g; Kw. tł. nasy.: 22.69 g; Węglowodany ogółem: 405.18 g; W tym cukry: 126.44 g; Błonnik pok.: 32.34 g; Sód: 2989.07 mg;	Wartość energetyczna: 1931.14 kcal; Białko ogółem: 75.02 g; Tłuszcz: 38.02 g; Kw. tł. nasy.: 10.72 g; Węglowodany ogółem: 343.09 g; W tym cukry: 42.63 g; Błonnik pok.: 29.08 g; Sód: 3299.81 mg;

Jadłospisy za okres od dnia 2026-10-23 do dnia 2026-11-01 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
2026-10-31 sobota	Śniadanie	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (***MLE, GLU JĘCZ,***) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 5 g (***MLE,***) Polędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 40 g (***SOJ,***) Pomidor 100 g	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (***MLE, GLU JĘCZ,***) 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,***) Polędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona mielona 40 g (***SOJ,***)	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (***MLE, GLU JĘCZ,***) 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,***) Polędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 40 g (***SOJ,***) Pomidor 100 g	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (***MLE, GLU JĘCZ,***) 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 drobiowe (kiel drobno rozdr wędz, parz w osłonce niejadalnej) 60 g (***SOJ,***) Ketchup 20 g (***SEL,***) Papryka świeża 100 g	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (***MLE, GLU JĘCZ,***) 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,***) Polędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 40 g (***SOJ,***) 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,***) Polędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 40 g (***SOJ,***)
	II ŚN			Jogurt naturalny 150 g (***MLE,***)	Jabłko 150 g		Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml (***może zawierać: GLU PSZ, SEL, GOR,***)
	Obiad	Koperkowa z ryżem () 300 ml (***MLE, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (***GLU JĘCZ,***) Gulasz wieprzowy- dieta 120 g (***GLU PSZ,***) Marchew gotowana z olejem () 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml		Koperkowa z ryżem () 300 ml (***MLE, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (***GLU JĘCZ,***) Gulasz wieprzowy- dieta 120 g (***GLU PSZ,***) Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c () 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Koperkowa z ryżem () 300 ml (***MLE, SEL,***) Gulasz wieprzowy- dieta 120 g (***GLU PSZ,***) Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c () 200 g Kasza jęczmienna/sypko 180 g (***GLU JĘCZ,***) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Koperkowa z ryżem () 300 ml (***MLE, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (***GLU JĘCZ,***) Gulasz wieprzowy- dieta 120 g (***GLU PSZ,***) Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c () 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Koperkowa z ryżem (bez mleka) () 300 ml (***SEL,***) Ziemniaki gotowane () 180 g Klopsik drobiowy z udźca 90 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Marchew gotowana z olejem () 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml
	PD				Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml (***MLE,***) Biszkopty b/ml 30 g (***GLU PSZ, JAJ,***)		Jabłko pieczone 150 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,***) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa,wędzona,z wodą dodaną. 40 g (***SOJ,***) 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 Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa,wędzona,z wodą dodaną. 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,***) Sałata zielona 35 g	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 Pasta z soczewicy czerwonej 60 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 Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa,wędzona,z wodą dodaną. 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 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,***)
	PN	Bułka maślana 1 szt 1 szt (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***)					Suchary b/c 30 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***)
		Wartość energetyczna: 2247.79 kcal; Białko ogółem: 93.36 g; Tłuszcz: 51.00 g; Kw. tł. nasy.: 17.03 g; Węglowodany ogółem: 371.72 g; W tym cukry: 62.17 g; Błonnik pok.: 27.25 g; Sód: 3439.90 mg;	Wartość energetyczna: 2245.60 kcal; Białko ogółem: 87.52 g; Tłuszcz: 56.62 g; Kw. tł. nasy.: 19.23 g; Węglowodany ogółem: 365.58 g; W tym cukry: 56.88 g; Błonnik pok.: 27.53 g; Sód: 3821.32 mg;	Wartość energetyczna: 2364.47 kcal; Białko ogółem: 95.09 g; Tłuszcz: 59.40 g; Kw. tł. nasy.: 21.04 g; Węglowodany ogółem: 382.27 g; W tym cukry: 68.71 g; Błonnik pok.: 28.45 g; Sód: 3859.81 mg;	Wartość energetyczna: 2807.90 kcal; Białko ogółem: 97.21 g; Tłuszcz: 75.86 g; Kw. tł. nasy.: 24.86 g; Węglowodany ogółem: 461.15 g; W tym cukry: 107.99 g; Błonnik pok.: 40.29 g; Sód: 3629.52 mg;	Wartość energetyczna: 2667.87 kcal; Białko ogółem: 98.49 g; Tłuszcz: 63.15 g; Kw. tł. nasy.: 21.70 g; Węglowodany ogółem: 447.58 g; W tym cukry: 101.96 g; Błonnik pok.: 31.49 g; Sód: 3856.98 mg;	Wartość energetyczna: 1815.43 kcal; Białko ogółem: 64.63 g; Tłuszcz: 41.49 g; Kw. tł. nasy.: 10.79 g; Węglowodany ogółem: 315.33 g; W tym cukry: 43.29 g; Błonnik pok.: 26.67 g; Sód: 3203.16 mg;

Jadłospisy za okres od dnia 2026-10-23 do dnia 2026-11-01 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
2026-11-01 niedziela	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,***) Twaróg półtłusty 60 g (***MLE,***) Jabłko pieczone 150 g	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 Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody mielona 40 g (***SOJ,***) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	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,***) Ser żółty 40 g (***MLE,***) Jabłko pieczone 150 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,***) Ser żółty 40 g (***MLE,***) Rzepa biała 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,***) Twaróg półtłusty 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,***) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 40 g (***SOJ,***)
	II ŚN			Wafle ryżowe 30 g	Jabłko 150 g	Jabłko pieczone 150 g	Kisiel o smaku wiśniowym z/c 200 ml (***może zawierać: GLU PSZ, SEL, GOR,***)
	Obiad	Rosół z makaronem () 300 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 180 g Ćwiartka z kurczaka gotowana 90 g Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 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,***) Mięso drobiowe mielone w sosie wł 90 g (***GLU PSZ,***) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Rosół z makaronem () 300 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 180 g Ćwiartka z kurczaka gotowana 130 g Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Rosół z makaronem () 300 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 180 g Ćwiartka z kurczaka pieczona 130 g Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Rosół z makaronem () 300 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 180 g Ćwiartka z kurczaka gotowana 130 g Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Marchewkowa z ziemniakami (bez mleka) 300 g (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 180 g Ćwiartka z kurczaka gotowana 90 g Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml
	PD				Maślanka 150 ml (***MLE,***)		Suchary b/c 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,***) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy parzony w osłonce niejadalnej 40 g (***może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR,***) 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 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 Szynka z piersią kurczaka-wędl.z drob.gr.rozd.parzo.w osł.niejadalnej 40 g (***SOJ,***) 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 Szynka z piersią kurczaka-wędl.z drob.gr.rozd.parzo.w osł.niejadalnej 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 Szynka z piersią kurczaka-wędl.z drob.gr.rozd.parzo.w osł.niejadalnej 40 g (***SOJ,***) 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 Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy parzony w osłonce niejadalnej 40 g (***może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR,***)
	PN	Mleko Smakowe UHT 1,5% tł 0,2l 1 szt (***MLE,***)					Biszkopty b/ml 30 g (***GLU PSZ, JAJ,***)
		Wartość energetyczna: 2332.49 kcal; Białko ogółem: 111.16 g; Tłuszcz: 62.81 g; Kw. tł. nasy.: 22.94 g; Węglowodany ogółem: 344.98 g; W tym cukry: 75.13 g; Błonnik pok.: 21.81 g; Sód: 2366.51 mg;	Wartość energetyczna: 2148.00 kcal; Białko ogółem: 88.39 g; Tłuszcz: 61.43 g; Kw. tł. nasy.: 19.91 g; Węglowodany ogółem: 326.28 g; W tym cukry: 54.43 g; Błonnik pok.: 19.97 g; Sód: 3150.14 mg;	Wartość energetyczna: 2644.34 kcal; Białko ogółem: 124.97 g; Tłuszcz: 86.11 g; Kw. tł. nasy.: 32.94 g; Węglowodany ogółem: 369.77 g; W tym cukry: 71.99 g; Błonnik pok.: 25.10 g; Sód: 3180.05 mg;	Wartość energetyczna: 2613.24 kcal; Białko ogółem: 126.10 g; Tłuszcz: 89.17 g; Kw. tł. nasy.: 33.63 g; Węglowodany ogółem: 361.92 g; W tym cukry: 83.18 g; Błonnik pok.: 32.87 g; Sód: 3433.65 mg;	Wartość energetyczna: 2521.52 kcal; Białko ogółem: 128.55 g; Tłuszcz: 77.08 g; Kw. tł. nasy.: 27.07 g; Węglowodany ogółem: 354.25 g; W tym cukry: 81.01 g; Błonnik pok.: 24.77 g; Sód: 2944.74 mg;	Wartość energetyczna: 2047.14 kcal; Białko ogółem: 81.17 g; Tłuszcz: 56.38 g; Kw. tł. nasy.: 15.75 g; Węglowodany ogółem: 320.01 g; W tym cukry: 49.44 g; Błonnik pok.: 20.09 g; Sód: 2922.94 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,