

Jadłospisy w dniu 2024-02-15 KUCHNIA OSTRÓW MAZOWIECKA

2024-02-15 czwartek		Śniadanie		II ŚN															
OM- I Podstawowa zestaw I	OM- I Podstawowa zestaw II	OM- III b Do żywienia przez sondę	OM- IV Łatwo strawna dziecięca Zestaw I	OM- IV Łatwo strawna dziecięca Zestaw II	OM- VI Pooperacyjna Zestaw I	OM- VI Pooperacyjna Zestaw II	OM- VII Z ogr. sub. pobudz. wydz. soku żołąd. Zestaw I	OM- VII Z ogr. sub. pobudz. wydz. soku żołą. Zestaw II	OM- VIII Z ograniczeniem tłuszczu Zestaw I										
<p>Płatki owsiane na mleku 400 ml (MILE, GLU OW),                  Chleb razowy poszerno-żytni 116 g (GLU PSZ, GLU ŻYT),                  Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MILE),                  Szynka z pierśią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona w osłonce niejadalanej 25 g (SOJ, SEL),                  Serek homo o smaku naturalnym z ziołami 50 g (MILE),                  Słupki z marchewki 90 g                  Sałata zielona 10 g                  Mandarynka 1 szt.                  Kawa zbożowa na mleku b/c 300 ml (MILE, GLU ŻYT, GLU JECZ)</p>		<p>Sonda / płynna śn. 400 g (GLU PSZ, MILE)</p>		<p>Płatki owsiane na mleku 400 ml (MILE, GLU OW),                  Bułka pszenna długa krojona 76 g (GLU PSZ),                  Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MILE),                  Szynka z pierśią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalanej 25 g (SOJ, SEL),                  Serek homo o smaku naturalnym z ziołami 50 g (MILE),                  Słupki z marchewki gotowanej 90 g                  Sałata zielona 10 g                  Jabłko pieczone 1 szt.                  Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p>		<p>Płatki owsiane na mleku 400 ml (MILE, GLU OW),                  Bułka pszenna długa krojona 76 g (GLU PSZ),                  Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MILE),                  Szynka z pierśią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalanej 25 g (SOJ, SEL),                  Serek homo o smaku naturalnym z ziołami 50 g (MILE),                  Słupki z marchewki gotowanej 90 g                  Sałata zielona 10 g                  Jabłko pieczone 1 szt.                  Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p>		<p>Płatki owsiane na mleku 400 ml (MILE, GLU OW),                  Bułka pszenna długa krojona 76 g (GLU PSZ),                  Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MILE),                  Szynka z pierśią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalanej 25 g (SOJ, SEL),                  Serek homo o smaku naturalnym z ziołami 50 g (MILE),                  Słupki z marchewki gotowanej 90 g                  Sałata zielona 10 g                  Jabłko pieczone 1 szt.                  Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p>		<p>Herbatniki 50 g (GLU PSZ, SOJ, MILE)</p>		<p>Herbatniki 30 g (GLU PSZ, SOJ, MILE)</p>		<p>Płatki owsiane na mleku 400 ml (MILE, GLU OW),                  Bułka pszenna długa krojona 76 g (GLU PSZ),                  Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MILE),                  Szynka z pierśią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalanej 25 g (SOJ, SEL),                  Serek homo o smaku naturalnym z ziołami 50 g (MILE),                  Słupki z marchewki gotowanej 90 g                  Sałata zielona 10 g                  Jabłko pieczone 1 szt.                  Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p>		<p>Płatki owsiane na mleku 400 ml (MILE, GLU OW),                  Bułka pszenna długa krojona 90 g (GLU PSZ),                  Serek homo o smaku naturalnym z ziołami 50 g (MILE),                  Szynka z pierśią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalanej 25 g (SOJ, SEL),                  Słupki z marchewki gotowanej 90 g                  Sałata zielona 10 g                  Jabłko pieczone 1 szt.                  Kawa zbożowa na mleku b/c 300 ml (MILE, GLU ŻYT, GLU JECZ)</p>		<p>Płatki owsiane na mleku 400 ml (MILE, GLU OW),                  Bułka pszenna długa krojona 90 g (GLU PSZ),                  Serek homo o smaku naturalnym z ziołami 50 g (MILE),                  Szynka z pierśią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalanej 25 g (SOJ, SEL),                  Słupki z marchewki gotowanej 90 g                  Sałata zielona 10 g                  Jabłko pieczone 1 szt.                  Kawa zbożowa na mleku b/c 300 ml (MILE, GLU ŻYT, GLU JECZ)</p>	

Jadłospisy w dniu 2024-02-15 KUCHNIA OSTRÓW MAZOWIECKA

2024-02-15 czwartek										
OM- I Podstawowa zestaw I	OM- I Podstawowa zestaw II	OM- III b Do żywienia przez sondę	OM- IV Łatwo strawna dziecięca Zestaw I	OM- IV Łatwo strawna dziecięca Zestaw II	OM- VI Pooperacyjna Zestaw I	OM- VI Pooperacyjna Zestaw II	OM- VII Z ogr. sub.pobudz.wydz. soku żołąd. Zestaw I	OM- VII Z ogr. sub.pobudz.wydz. soku żołą. Zestaw II	OM- VIII Z ograniczeniem tłuszczu Zestaw I	
Pieczarkowa z ziemniakami () 400 ml ( <b>GLU</b> , <b>PSZ</b> , <b>MLE</b> , <b>SEL</b> ) Bitka wieprzowa z szynki duszona 90 g ( <b>GLU</b> , <b>PSZ</b> , <b>JAU</b> , <b>SEL</b> ) Sos pomidorowy 50 ml ( <b>GLU</b> , <b>PSZ</b> ) Kasza jęczmienna/sytko 150 g ( <b>GLU</b> , <b>JECZ</b> ) Brokuł z olejem* 100 g Surówka wielowarstwowa z olejem () 100 g ( <b>SEL</b> , <b>JAU</b> ) Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami () 400 ml ( <b>GLU</b> , <b>PSZ</b> , <b>MLE</b> , <b>SEL</b> ) Pieczeń trzyniecka wieprzowa 100 g ( <b>GLU</b> , <b>PSZ</b> , <b>JAU</b> , <b>SEL</b> ) Sos pomidorowy 50 ml ( <b>GLU</b> , <b>PSZ</b> ) Kasza jęczmienna/sytko 150 g ( <b>GLU</b> , <b>JECZ</b> ) Brokuł z olejem* 100 g Surówka wielowarstwowa z olejem () 100 g ( <b>SEL</b> , <b>JAU</b> ) Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml	Sonda / płynna ob. 400 g ( <b>GLU</b> , <b>PSZ</b> , <b>JAU</b> , <b>SEL</b> )	Selerowa z ziemniakami () 400 ml ( <b>MLE</b> , <b>SEL</b> , <b>JAU</b> ) Bitka wieprzowa z szynki duszona 90 g ( <b>GLU</b> , <b>PSZ</b> , <b>JAU</b> , <b>SEL</b> ) Sos pomidorowy 50 ml ( <b>GLU</b> , <b>PSZ</b> ) Kasza jęczmienna/sytko 150 g ( <b>GLU</b> , <b>JECZ</b> ) Fasolka szparagowa z olejem * 100 g Brokuł z olejem* 100 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami () 400 ml ( <b>GLU</b> , <b>PSZ</b> , <b>MLE</b> , <b>SEL</b> ) Pieczeń trzyniecka wieprzowa 100 g ( <b>GLU</b> , <b>PSZ</b> , <b>JAU</b> , <b>SEL</b> ) Sos pomidorowy 50 ml ( <b>GLU</b> , <b>PSZ</b> ) Kasza jęczmienna/sytko 150 g ( <b>GLU</b> , <b>JECZ</b> ) Fasolka szparagowa z olejem * 100 g Brokuł z olejem* 100 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml	Selerowa z ziemniakami () 400 ml ( <b>MLE</b> , <b>SEL</b> , <b>JAU</b> ) Bitka wieprzowa z szynki duszona 90 g ( <b>GLU</b> , <b>PSZ</b> , <b>JAU</b> , <b>SEL</b> ) Sos pomidorowy 50 ml ( <b>GLU</b> , <b>PSZ</b> ) Kasza jęczmienna/sytko 150 g ( <b>GLU</b> , <b>JECZ</b> ) Fasolka szparagowa z olejem * 100 g Brokuł z olejem* 100 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami () 400 ml ( <b>GLU</b> , <b>PSZ</b> , <b>MLE</b> , <b>SEL</b> ) Pieczeń trzyniecka wieprzowa 100 g ( <b>GLU</b> , <b>PSZ</b> , <b>JAU</b> , <b>SEL</b> ) Sos pomidorowy 50 ml ( <b>GLU</b> , <b>PSZ</b> ) Kasza jęczmienna/sytko 150 g ( <b>GLU</b> , <b>JECZ</b> ) Fasolka szparagowa z olejem * 100 g Brokuł z olejem* 100 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml	Selerowa z ziemniakami () 400 ml ( <b>MLE</b> , <b>SEL</b> , <b>JAU</b> ) Bitka wieprzowa z szynki duszona 90 g ( <b>GLU</b> , <b>PSZ</b> , <b>JAU</b> , <b>SEL</b> ) Sos pomidorowy 50 ml ( <b>GLU</b> , <b>PSZ</b> ) Kasza jęczmienna/sytko 150 g ( <b>GLU</b> , <b>JECZ</b> ) Fasolka szparagowa z olejem * 100 g Brokuł z olejem* 100 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml	OM- VII Z ogr. sub.pobudz.wydz. soku żołąd. Zestaw I	OM- VII Z ogr. sub.pobudz.wydz. soku żołą. Zestaw II	Selerowa z ziemniakami () 400 ml ( <b>MLE</b> , <b>SEL</b> , <b>JAU</b> ) Bitka wieprzowa z szynki duszona 90 g ( <b>GLU</b> , <b>PSZ</b> , <b>JAU</b> , <b>SEL</b> ) Sos pomidorowy 50 ml ( <b>GLU</b> , <b>PSZ</b> ) Kasza jęczmienna/sytko 150 g ( <b>GLU</b> , <b>JECZ</b> ) Fasolka szparagowa z olejem * 100 g Brokuł z olejem* 100 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml
Kolacja		PD	Sonda ziemniaczana 400 g ( <b>JAU</b> , <b>MLE</b> , <b>SEL</b> )							
Chleb mieszany pszenno-żytni 96 g ( <b>GLU</b> , <b>PSZ</b> , <b>GLU</b> , <b>ZYT</b> ) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g ( <b>MLE</b> ) Pasta z ciecierzycy z warzywami () 50 g ( <b>SEL</b> ) Szynekowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z.dodat.wody w osł.niejad 25 g Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml			Bułka pszenna długa krojona 76 g ( <b>GLU</b> , <b>PSZ</b> ) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g ( <b>MLE</b> ) Szynekowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z.dodat.wody w osł.niejad 50 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 76 g ( <b>GLU</b> , <b>PSZ</b> ) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g ( <b>MLE</b> ) Szynekowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z.dodat.wody w osł.niejad 50 g Pomidor b/skońki 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 76 g ( <b>GLU</b> , <b>PSZ</b> ) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g ( <b>MLE</b> ) Szynekowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z.dodat.wody w osł.niejad 50 g Pomidor b/skońki 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 76 g ( <b>GLU</b> , <b>PSZ</b> ) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g ( <b>MLE</b> ) Szynekowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z.dodat.wody w osł.niejad 50 g Pomidor b/skońki 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 76 g ( <b>GLU</b> , <b>PSZ</b> ) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g ( <b>MLE</b> ) Szynekowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z.dodat.wody w osł.niejad 50 g Pomidor b/skońki 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 76 g ( <b>GLU</b> , <b>PSZ</b> ) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g ( <b>MLE</b> ) Szynekowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z.dodat.wody w osł.niejad 50 g Pomidor b/skońki 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 90 g ( <b>GLU</b> , <b>PSZ</b> ) Szynekowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z.dodat.wody w osł.niejad 50 g Pomidor b/skońki 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	



Jadłospisy w dniu 2024-02-15 KUCHNIA OSTRÓW MAZOWIECKA

2024-02-15 czwartek									
OM- VIII Z ograniczeniem tłuszczu Zestaw II	OM- IX Łatwo strawna Zestaw I	OM- IX Łatwo strawna Zestaw II	OM- X Z ogr. łatwo przyswajalnych węgl. Zestaw I	OM- X Z ogr. łatwo przyswajalnych węgl. Zestaw II	OM- XI Ubogoenergetyczna	OM- XII Bogatobiałkowa łatwostrawna Zestaw I	OM- XII Bogatobiałkowa łatwostrawna Zestaw II	OM- XIII Niskobiałkowa	OM- XV Beźmieczna Zestaw I
Platki owsiane na mleku 400 ml ( <b>MLE, GLU OW</b> ) Bułka pszenna duża krojona 90 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Szynka z pierśią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadanej 25 g ( <b>SOL, SEL</b> ) Serek homio. o smaku naturalnym z ziołami 50 g ( <b>MLE</b> ) Kawa zbożowa na mleku b/c 300 ml ( <b>MLE, GLU, ZYT, GLU JECZ</b> )	Platki owsiane na mleku 400 ml ( <b>MLE, GLU OW</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 96 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT</b> ) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g ( <b>MLE</b> ) Szynka z pierśią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadanej 25 g ( <b>SOL, SEL</b> ) Serek homio. o smaku naturalnym z ziołami 50 g ( <b>MLE</b> ) Slupki z marchewki gotowanej 90 g Sałata zielona 10 g Jabłko pieczone 1 szt. 1 szt. ( <b>MLE, GLU ZYT, GLU JECZ</b> )	Platki owsiane na mleku 400 ml ( <b>MLE, GLU OW</b> ) Chleb razowy pszenno-żytni 116 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT</b> ) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g ( <b>MLE</b> ) Szynka z pierśią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadanej 25 g ( <b>SOL, SEL</b> ) Serek homio. o smaku naturalnym z ziołami 50 g ( <b>MLE</b> ) Slupki z marchewki gotowanej 90 g Sałata zielona 10 g Mandarynka 1 szt. 1 szt. ( <b>MLE, GLU ZYT, GLU JECZ</b> )	Chleb mieszany pszenno-żytni 66 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT</b> ) Szynka z pierśią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadanej 25 g ( <b>SOL, SEL</b> ) Serek homio o smaku naturalnym z ziołami 50 g ( <b>MLE</b> ) Slupki z marchewki gotowanej 90 g Sałata zielona 10 g Mandarynka 1 szt. 1 szt. ( <b>MLE, GLU ZYT, GLU JECZ</b> )	Chleb mieszany pszenno-żytni 96 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT</b> ) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g ( <b>MLE</b> ) Szynka z pierśią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadanej 25 g ( <b>SOL, SEL</b> ) Serek homio. o smaku naturalnym z ziołami 50 g ( <b>MLE</b> ) Slupki z marchewki gotowanej 90 g Sałata zielona 10 g Jabłko pieczone 1 szt. 1 szt. ( <b>MLE, GLU ZYT, GLU JECZ</b> )	Platki owsiane na mleku 400 ml ( <b>MLE, GLU OW</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 96 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT</b> ) Szynka z pierśią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadanej 25 g ( <b>SOL, SEL</b> ) Serek homio. o smaku naturalnym z ziołami 50 g ( <b>MLE</b> ) Slupki z marchewki gotowanej 90 g Sałata zielona 10 g Jabłko pieczone 1 szt. 1 szt. ( <b>MLE, GLU ZYT, GLU JECZ</b> )	Chleb bezglutenowy 116 g Dżem 50 g Slupki z marchewki gotowanej 90 g Platki owsiane na wywarze jarzynowym 400 ml ( <b>SEL, GLU OW</b> ) Margaryna roślinna bez mlecza o zaw. 80% tł 15 g Szynka z pierśią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadanej 60 g ( <b>SOL, SEL</b> ) Slupki z marchewki gotowanej 100 g Sałata zielona 10 g Jabłko pieczone 1 szt. 1 szt. ( <b>MLE, GLU ZYT, GLU JECZ</b> )	Chleb mieszany pszenno-żytni 98 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT</b> ) Margaryna roślinna bez mlecza o zaw. 80% tł 15 g Szynka z pierśią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadanej 60 g ( <b>SOL, SEL</b> ) Slupki z marchewki gotowanej 100 g Sałata zielona 10 g Jabłko pieczone 1 szt. 1 szt. ( <b>MLE, GLU ZYT, GLU JECZ</b> )	Kanapka z szynką i sałatką (bułka pszenna 32g, margarina 5g, szynka 25g, sałata 5g) 1 szt. ( <b>GLU, PSZ, SOL</b> )	
Śniadanie					Sok pomidorowy 0,3l 1 szt				
II ŚN									



## Jadłospisy w dniu 2024-02-15 KUCHNIA OSTRÓW MAZOWIECKA

2024-02-15 czwartek									
OM- VIII Z ograniczeniem tłuszczu Zestaw II	OM- IX Łatwo strawna zestaw I	OM- IX Łatwo strawna Zestaw II	OM- X Z ogr. łatwo pryswajalnych węgl. Zestaw I	OM- X Z ogr. łatwo pryswajalnych węgl. Zestaw II	OM- XI Ubogoenerygetyczna	OM- XII Bogatobiałkowa łatwostrawna Zestaw I	OM- XII Bogatobiałkowa łatwostrawna Zestaw II	OM- XIII Niskobiałkowa	OM- XV Beźmielczna Zestaw I
Kanapka z szynką i sałatką (bulka pszenna 32g, margarna 5g, szynka 25g, sałata 5g) 1 szt. <b>(GLU PSZ SOL)</b>	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt		Kanapka z serem żółtym i pomidorem (chleb razowy 76g, margaryna 5g, ser żółty 25g, pomidor 15g) 1 szt. <b>(GLU PSZ, MLE, GLU ZYT)</b>		Sok pomidorowy 0,3l 1 szt	Kanapka z szynką i sałatką (bulka pszenna 32g, margarna 5g, szynka 25g, sałata 5g) 1 szt. <b>(GLU PSZ, SOL)</b>		Sok pomidorowy 0,3l 1 szt	Kanapka z szynką i sałatką (bulka pszenna 32g, margarna 5g, szynka 25g, sałata 5g) 1 szt. <b>(GLU PSZ, SOL)</b>
Wartość energetyczna: 2226,48 kcal; Białko ogółem: 109,38 g; Tłuszcz: 49,89 g; Kw. tł. nasy.: 16,44 g; Węglowodany ogółem: 349,22 g; W tym cukry: 70,49 g; Błonnik pok.: 30,72 g; Sol: 8,00 g.	Wartość energetyczna: 2159,56 kcal; Białko ogółem: 102,35 g; Tłuszcz: 63,15 g; Kw. tł. nasy.: 19,28 g; Węglowodany ogółem: 311,66 g; W tym cukry: 64,25 g; Błonnik pok.: 34,35 g; Sol: 8,71 g.	Wartość energetyczna: 2215,93 kcal; Białko ogółem: 100,69 g; Tłuszcz: 58,19 g; Kw. tł. nasy.: 19,84 g; Węglowodany ogółem: 337,51 g; W tym cukry: 68,20 g; Błonnik pok.: 33,20 g; Sol: 9,22 g.	Wartość energetyczna: 2540,11 kcal; Białko ogółem: 114,94 g; Tłuszcz: 76,11 g; Kw. tł. nasy.: 21,91 g; Węglowodany ogółem: 361,54 g; W tym cukry: 50,23 g; Błonnik pok.: 36,12 g; Sol: 10,69 g.	Wartość energetyczna: 2551,25 kcal; Białko ogółem: 111,29 g; Tłuszcz: 71,22 g; Kw. tł. nasy.: 22,46 g; Węglowodany ogółem: 380,36 g; W tym cukry: 52,24 g; Błonnik pok.: 39,63 g; Sol: 10,38 g.	Wartość energetyczna: 1426,36 kcal; Białko ogółem: 74,81 g; Tłuszcz: 31,15 g; Kw. tł. nasy.: 5,59 g; Węglowodany ogółem: 224,96 g; W tym cukry: 31,54 g; Błonnik pok.: 27,44 g; Sol: 7,56 g.	Wartość energetyczna: 2586,32 kcal; Białko ogółem: 125,29 g; Tłuszcz: 80,86 g; Kw. tł. nasy.: 25,00 g; Węglowodany ogółem: 355,73 g; W tym cukry: 72,16 g; Błonnik pok.: 35,65 g; Sol: 11,68 g.	Wartość energetyczna: 2642,67 kcal; Białko ogółem: 123,63 g; Tłuszcz: 75,90 g; Kw. tł. nasy.: 25,56 g; Węglowodany ogółem: 381,58 g; W tym cukry: 76,11 g; Błonnik pok.: 34,50 g; Sol: 12,19 g.	Wartość energetyczna: 1991,86 kcal; Białko ogółem: 40,09 g; Tłuszcz: 52,77 g; Kw. tł. nasy.: 10,30 g; Węglowodany ogółem: 356,44 g; W tym cukry: 57,60 g; Błonnik pok.: 38,89 g; Sol: 3,88 g.	Wartość energetyczna: 2046,75 kcal; Białko ogółem: 84,53 g; Tłuszcz: 65,07 g; Kw. tł. nasy.: 15,77 g; Węglowodany ogółem: 298,14 g; W tym cukry: 34,76 g; Błonnik pok.: 36,43 g; Sol: 9,84 g.

Jadłospisy w dniu 2024-02-15 KUCHNIA OSTRÓW MAZOWIECKA

OM- XV Bezmleczna Zestaw II	OM- Dzieci 1-3 lat	OM- Papkowiak/ Przeclerana	OM- Płynna	OM- Vegetariańska	OM- Bezglutenowa	OM- Pokoźnicza Zestaw I	OM- Pokoźnicza Zestaw II	OM- Kobieta Karmiąca Zestaw I	OM- Kobieta Karmiąca Zestaw II
<p>Płatki owsiane na wywarze jęczymowym 400 ml (<b>SEL, GLU OW, OW, GLU</b>)</p> <p>Chleb mieszany pszenno-żytni (<b>GLU PSZ, GLU ZYT</b>) 116 g</p> <p>Margaryna roślinna bez mleczna o zaw. 80% tł. 15 g</p> <p>Szynka z pierśią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadanej 60 g (<b>SOJ, SEL, MLE</b>)</p> <p>Słupki z marchewki gotowanej 90 g</p> <p>Jabłko pieczone 1szt. 1 szt</p> <p>Salata zielona 10 g</p> <p>Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p>	<p>Płatki kukurydziane na mleku 200 ml (<b>MLE</b>)</p> <p>Bułka pszenna długa krojona 32 g (<b>GLU PSZ</b>)</p> <p>Margaryna roślinna (80% tł.) 5 g (<b>MLE</b>)</p> <p>Serek homo o smaku naturalnym z ziółami 30 g (<b>MLE</b>)</p> <p>Pomidor b/skórki 40 g</p> <p>Salata zielona 10 g</p> <p>Herbata czarna granulowana b/c 250 ml</p> <p>Mandarynka 1 szt</p>	<p>Płatki owsiane na wywarze jęczymowym 450 ml (<b>SEL, GLU OW, PSZ</b>)</p> <p>Bułka pszenna długa krojona 32 g (<b>GLU PSZ</b>)</p> <p>Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g (<b>MLE</b>)</p> <p>Szynka z pierśią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona w osłonce niejadanej 50 g (<b>SOJ, SEL, MLE</b>)</p> <p>Serek homo o smaku naturalnym z ziółami 80 g (<b>MLE</b>)</p> <p>Słupki z marchewki gotowanej 100 g</p> <p>Mus z jabłek () b/c 150 g</p> <p>Kawa zbożowa na mleku b/c 300 ml (<b>MLE, GLU ZYT, GLU JECZ</b>)</p>	<p>Płatki owsiane na mleku 400 ml (<b>MLE, GLU OW, GLU PSZ, GLU ZYT</b>)</p> <p>Chleb razowy pszenno-żytni 116 g</p> <p>Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (<b>MLE</b>)</p> <p>Serek homo o smaku naturalnym z ziółami 80 g (<b>MLE</b>)</p> <p>Słupki z marchewki 90 g</p> <p>Salata zielona 10 g</p> <p>Mandarynka 1 szt</p> <p>Kawa zbożowa na mleku b/c 300 ml (<b>MLE, GLU ZYT, GLU JECZ</b>)</p>	<p>Ryż na wywarze jęczymowym 400 ml (<b>SEL</b>)</p> <p>Chleb bezglutenowy 100 g</p> <p>Margaryna roślinna bez mleczna o zaw. 80% tł. 15 g</p> <p>Szynka z pierśią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadanej 60 g (<b>SOJ, SEL, MLE</b>)</p> <p>Pomidor 90 g</p> <p>Salata zielona 10 g</p> <p>Jabłko pieczone 1szt. 1 szt</p> <p>Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p>	<p>Płatki owsiane na mleku 400 ml (<b>MLE, GLU OW, SEL</b>)</p> <p>Chleb mieszany pszenno-żytni 96 g (<b>GLU PSZ, GLU ZYT, MLE</b>)</p> <p>Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (<b>MLE</b>)</p> <p>Szynka z pierśią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadanej 25 g (<b>SOJ, SEL, MLE</b>)</p> <p>Serek homo o smaku naturalnym z ziółami 50 g (<b>MLE</b>)</p> <p>Słupki z marchewki gotowanej 90 g</p> <p>Salata zielona 10 g</p> <p>Mandarynka 1 szt</p> <p>Kawa zbożowa na mleku b/c 300 ml (<b>MLE, GLU ZYT, GLU JECZ</b>)</p>	<p>Herbatniki 30 g (<b>GLU PSZ, SOJ, MLE</b>)</p>			
II ŚN	Herbatniki 30 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE</b> )								

2024-02-15 czwartek

Śniadanie

Wydruk z MAP! Jadłospis 2.24.1.17

Jadłospis\_Tygodniowy\_posilki\_w\_wierszach\_fr3

Wykonawca nie ponosi odpowiedzialności za zmiany w dietach dokonane na wriosek lub polecenie Zamawiającego.

Wydrukował: Mufnal, Data i godzina wydruku: 2024-02-13 08:09:53

**NAPRZÓD CATERING Sp. z o.o.**  
 ul. Traktorowa 126 lok.-301, 91-204 Łódź  
 NIP 6772398589 REGON 363712430  
 KRS 0009601008

strona 7 z 10

Jadłospisy w dniu 2024-02-15 KUCHNIA OSTRÓW MAZOWIECKA

OM- XV Beznleczna Zestaw II	OM- Dzieci 1-3 lat	OM- Papkowata/ Przedeterana	OM- Płynna	OM- Wegetariańska	OM- Bezglutenowa	OM- Poloznicza Zestaw I	OM- Poloznicza Zestaw II	OM- Kobieta Karniaca Zestaw I	OM- Kobieta Karniaca Zestaw II
<p>Barszcz czerwony z ziemniakami (bez mleka) () 400 ml (GLU,PSZ,SEL)</p> <p>Pieczeń ryzyńska wieprzowa 100 g (GLU,PSZ,JAU)</p> <p>Sos pomidorowy 50 ml (GLU,PSZ)</p> <p>Kasza jęczmienna/sytko 150 g (GLU,JECZ)</p> <p>Fasolka szparagowa z olejem * 100 g</p> <p>Brokuł z olejem* 100 g</p> <p>Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml</p>	<p>Barszcz czerwony z ziemniakami () 200 ml (GLU,PSZ,MLE,SEL)</p> <p>Pieczeń ryzyńska wieprzowa 50 g (GLU,PSZ,JAU)</p> <p>Sos pomidorowy 30 ml (GLU,PSZ)</p> <p>Kasza jęczmienna/sytko 90 g (GLU,JECZ)</p> <p>Brokuł z olejem* 50 g</p> <p>Fasolka szparagowa z olejem * 50 g</p> <p>Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 250 ml</p>	<p>Barszcz czerwony z ziemniakami () 400 ml (GLU,PSZ,MLE,SEL)</p> <p>Pieczeń ryzyńska wieprzowa 100 g (GLU,PSZ,JAU)</p> <p>Sos pomidorowy 50 ml (GLU,PSZ)</p> <p>Kasza jęczmienna/sytko 150 g (GLU,JECZ)</p> <p>Fasolka szparagowa z olejem * 100 g</p> <p>Brokuł z olejem* 100 g</p> <p>Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml</p>	<p>Pieczeniakowa z ziemniakami () 400 ml (GLU,PSZ,MLE,SEL)</p> <p>Pierogi ukraińskie * 300 g (GLU,PSZ,MLE)</p> <p>Brokuł z olejem* 100 g</p> <p>Surowka wielowarzynowa z olejem () 100 g (SEL)</p> <p>Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml</p>	<p>Barszcz czerwony z ziemniakami (bez glutenu, bez mleka) () 400 ml (SEL)</p> <p>Bitka wieprzowa z szynki duszona (bez glutenu) 90 g</p> <p>Sos pomidorowy (bez glutenu) 50 ml</p> <p>Ziemniaki z koperkiem () 180 g</p> <p>Brokuł z olejem* 100 g</p> <p>Surowka wielowarzynowa z olejem () 100 g (SEL)</p> <p>Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml</p>	<p>Selerowa z ziemniakami () 400 ml (MLE,SEL)</p> <p>Bitka wieprzowa z szynki duszona 90 g (GLU,PSZ)</p> <p>Sos pomidorowy 50 ml (GLU,PSZ)</p> <p>Kasza jęczmienna/sytko 150 g (GLU,JECZ)</p> <p>Fasolka szparagowa z olejem * 100 g</p> <p>Brokuł z olejem* 100 g</p> <p>Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml</p>	<p>Barszcz czerwony z ziemniakami () 400 ml (GLU,PSZ,MLE,SEL)</p> <p>Pieczeń ryzyńska wieprzowa 100 g (GLU,PSZ,JAU)</p> <p>Sos pomidorowy 50 ml (GLU,PSZ)</p> <p>Kasza jęczmienna/sytko 150 g (GLU,PSZ)</p> <p>Fasolka szparagowa z olejem * 100 g</p> <p>Brokuł z olejem* 100 g</p> <p>Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml</p>	<p>Selerowa z ziemniakami () 400 ml (MLE,SEL)</p> <p>Bitka wieprzowa z szynki duszona 90 g (GLU,PSZ)</p> <p>Sos pomidorowy 50 ml (GLU,PSZ)</p> <p>Kasza jęczmienna/sytko 150 g (GLU,JECZ)</p> <p>Fasolka szparagowa z olejem * 100 g</p> <p>Brokuł z olejem* 100 g</p> <p>Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml</p>	<p>Barszcz czerwony z ziemniakami () 400 ml (GLU,PSZ,MLE,SEL)</p> <p>Pieczeń ryzyńska wieprzowa 100 g (GLU,PSZ,JAU)</p> <p>Sos pomidorowy 50 ml (GLU,PSZ)</p> <p>Kasza jęczmienna/sytko 150 g (GLU,PSZ)</p> <p>Fasolka szparagowa z olejem * 100 g</p> <p>Brokuł z olejem* 100 g</p> <p>Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml</p>	
<p>Chleb mieszany pszenno-żytni 116 g (GLU,PSZ,GLU,ZYT)</p> <p>Margaryna roślinna bez mleczna o zaw. 80% tł 15 g</p> <p>Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.f.arzo.z.dodat.wody w osł.niejad 60 g</p> <p>Pomidor 80 g</p> <p>Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p>	<p>Herbata czarna granulowana b/c 250 ml</p> <p>Bulka pszenna długa krojona 32 g (GLU,PSZ)</p> <p>Margaryna roślinna (80% tł.) 5 g (MLE)</p> <p>Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.f.arzo.z.dodat.wody w osł.niejad 25 g</p> <p>Pomidor b/śkórki 40 g</p> <p>Salata zielona 10 g</p>	<p>Bulka pszenna długa krojona 32 g (GLU,PSZ)</p> <p>Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g (MLE)</p> <p>Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z.dodat.wody w osł.niejad 50 g</p> <p>Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 100 g</p> <p>Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p> <p>Jarzynowa z ziemniakami (bez mleka) () 450 ml (GLU,PSZ,SEL)</p>	<p>Chleb mieszany pszenno-żytni 96 g (GLU,PSZ,GLU,ZYT)</p> <p>Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE)</p> <p>Pasta z ciecierycy z warzywami () 80 g (SEL)</p> <p>Papryka świeża 80 g</p> <p>Salata zielona 20 g</p> <p>Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p>	<p>Chleb bezglutenowy 100 g</p> <p>Margaryna roślinna bez mleczna o zaw. 80% tł 15 g</p> <p>Pasta z ciecierycy z warzywami () 50 g (SEL)</p> <p>Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.f.arzo.z.dodat.wody w osł.niejad 25 g</p> <p>Pomidor 80 g</p> <p>Salata zielona 20 g</p> <p>Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p>	<p>Chleb mieszany pszenno-żytni 116 g (GLU,PSZ,GLU,ZYT)</p> <p>Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE)</p> <p>Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z.dodat.wody w osł.niejad 50 g</p> <p>Pomidor 80 g</p> <p>Salata zielona 20 g</p> <p>Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p>	<p>Chleb mieszany pszenno-żytni 116 g (GLU,PSZ,GLU,ZYT)</p> <p>Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE)</p> <p>Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z.dodat.wody w osł.niejad 50 g</p> <p>Pomidor 80 g</p> <p>Salata zielona 20 g</p> <p>Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p>	<p>Chleb mieszany pszenno-żytni 116 g (GLU,PSZ,GLU,ZYT)</p> <p>Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE)</p> <p>Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z.dodat.wody w osł.niejad 50 g</p> <p>Pomidor 80 g</p> <p>Salata zielona 20 g</p> <p>Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p>	<p>Chleb mieszany pszenno-żytni 116 g (GLU,PSZ,GLU,ZYT)</p> <p>Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE)</p> <p>Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z.dodat.wody w osł.niejad 50 g</p> <p>Pomidor 80 g</p> <p>Salata zielona 20 g</p> <p>Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p>	<p>Chleb mieszany pszenno-żytni 116 g (GLU,PSZ,GLU,ZYT)</p> <p>Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE)</p> <p>Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z.dodat.wody w osł.niejad 50 g</p> <p>Pomidor 80 g</p> <p>Salata zielona 20 g</p> <p>Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p>
<p>PD</p>	<p>Banan 1/2 szt. 1 Por</p>	<p>Banan 150 g</p>	<p>Banan 150 g</p>	<p>Banan 150 g</p>	<p>Banan 150 g</p>	<p>Banan 150 g</p>	<p>Banan 150 g</p>	<p>Banan 150 g</p>	<p>Banan 150 g</p>

2024-02-15 czwartek



Jadłospisy w dniu 2024-02-15 KUCHNIA OSTRÓW MAZOWIECKA

OM- XV Bezmieczna Zestaw II	OM- Dzieci 1-3 lat	OM- Papkował/ Przederana	OM- Płynna	OM- Wegetariańska	OM- Bezglutenowa	OM- Położnicza Zestaw I	OM- Położnicza Zestaw II	OM- Kobieta Kamiąca Zestaw I	OM- Kobieta Kamiąca Zestaw II
2024-02-15 czwartek									
Z									
Sok pomidorowy 0,3l 1 szt									
<p>Kanapka z szynką i sałatką (bułka pszenna 32g, margarina 5g, szynka 25g, sałata 5g) 1 szt (<b>GLUPSZ (SOJ)</b>)</p>									
<p>Wartość energetyczna: 2181,91 kcal; Białko ogółem: 84,66 g; Tłuszcz: 60,53 g; Kw. tł. nasy.: 16,42 g; Węglowodany ogółem: 341,29 g; W tym cukry: 38,22 g; Błonnik pok.: 36,12 g; Soli: 10,26 g.</p>	<p>Wartość energetyczna: 1215,36 kcal; Białko ogółem: 48,43 g; Tłuszcz: 28,73 g; Kw. tł. nasy.: 8,43 g; Węglowodany ogółem: 198,44 g; W tym cukry: 59,23 g; Błonnik pok.: 16,88 g; Soli: 3,99 g.</p>	<p>Wartość energetyczna: 2191,27 kcal; Białko ogółem: 98,54 g; Tłuszcz: 66,72 g; Kw. tł. nasy.: 19,76 g; Węglowodany ogółem: 321,34 g; W tym cukry: 46,91 g; Błonnik pok.: 40,67 g; Soli: 8,21 g.</p>	<p>Wartość energetyczna: 2484,38 kcal; Białko ogółem: 93,27 g; Tłuszcz: 80,01 g; Kw. tł. nasy.: 26,93 g; Węglowodany ogółem: 361,65 g; W tym cukry: 66,86 g; Błonnik pok.: 38,24 g; Soli: 6,72 g.</p>	<p>Wartość energetyczna: 2221,64 kcal; Białko ogółem: 68,18 g; Tłuszcz: 77,77 g; Kw. tł. nasy.: 15,23 g; Węglowodany ogółem: 319,97 g; W tym cukry: 40,66 g; Błonnik pok.: 28,46 g; Soli: 5,29 g.</p>	<p>Wartość energetyczna: 2457,08 kcal; Białko ogółem: 107,53 g; Tłuszcz: 66,76 g; Kw. tł. nasy.: 19,90 g; Węglowodany ogółem: 374,26 g; W tym cukry: 97,75 g; Błonnik pok.: 36,85 g; Soli: 9,24 g.</p>	<p>Wartość energetyczna: 2513,43 kcal; Białko ogółem: 105,87 g; Tłuszcz: 61,80 g; Kw. tł. nasy.: 20,46 g; Węglowodany ogółem: 400,11 g; W tym cukry: 101,70 g; Błonnik pok.: 35,70 g; Soli: 9,75 g.</p>	<p>Wartość energetyczna: 2457,08 kcal; Białko ogółem: 107,53 g; Tłuszcz: 66,76 g; Kw. tł. nasy.: 19,90 g; Węglowodany ogółem: 374,26 g; W tym cukry: 97,75 g; Błonnik pok.: 36,85 g; Soli: 9,24 g.</p>	<p>Wartość energetyczna: 2513,43 kcal; Białko ogółem: 105,87 g; Tłuszcz: 61,80 g; Kw. tł. nasy.: 20,46 g; Węglowodany ogółem: 400,11 g; W tym cukry: 101,70 g; Błonnik pok.: 35,70 g; Soli: 9,75 g.</p>	

**Oznaczenia wskaźników odz.:**

Wartość energetyczna - Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal],  
Białko ogółem - Białko ogółemwg rozp. 1169/2011,  
Tłuszcz - Tłuszcz,  
Węglowodany ogółem - Węglowodany ogółem,  
Sól - Sól,  
K - Potas,  
Kw. tł. nasy. - Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem,  
Błonnik pok. - Błonnik pokarmowy,  
- % energii z białka,  
Ener. z T - % energii z tłuszczu,  
- % energii z węglowodanów,  
Ener. z Bł. - % energii z błonnika,  
W tym cukry - w tym cukry,  
MM - MM,

## Kuchnia Ostrów Mazowiecka z jadłospisów dla diety: OM- III b Do żywienia przez sondę

Lp	Nazwa dania/asortymentu	Składniki
		Porcja - Definicja receptury (asortymenty wg ilości malejącej)
		Składniki
1	<b>Sonda / płynna śn. 1 400 g (GLU PSZ, MLE,)</b>	
1	Mleko 2% nv(MLE,)	
2	Serek Homog. o smaku naturalnym 2,5% ll. nv(MLE,)	Twaróg chudy (MLE,), Śmietanka (MLE,), E202, Chlorek wapnia
3	Kasza manna nv(GLU PSZ,)	
4	Cukier	
5	Masło 82% ll. nv(MLE,)	Śmietanka pasteryzowana (MLE,)
2	<b>Sonda mleczna 2 400 g (GLU PSZ, JAJ, MLE,)</b>	
1	Mleko 2% nv(MLE,)	
2	Kasza manna nv(GLU PSZ,)	
3	Cukier	
4	Masło 82% ll. nv(MLE,)	Śmietanka pasteryzowana (MLE,)
5	Mleko w proszku pełne nv(MLE,)	
6	Jaja M nv(JAJ,)	
7	Suchary bez cukru 285g nv	
3	<b>Sonda / płynna ob. 3 400 g (GLU PSZ, JAJ, SEL,)</b>	
1	Woda	
2	Włoszczyzna mroz. 3skl paski/marchew.pielruszka.seler(SEL,)	Marchew, Pietruszka korzeń, Seler (SEL,)
3	Udziec z kurczaka b/k b/s	
4	Makaron z pszenicy zwyczajnej z kurkumą nv(GLU PSZ,)	Mąka pszenna (GLU PSZ,), Woda, Kurkuma
5	Olej rzepakowy nv	
6	Jaja M nv(JAJ,)	
4	<b>Sonda ziemniaczana 4 300 g (JAJ, MLE, SEL,)</b>	
1	Woda	
2	Ziemniaki	
3	Marchew	
4	Udziec z kurczaka b/k b/s	
5	Seler(SEL,)	
6	Masło 82% ll. nv(MLE,)	Śmietanka pasteryzowana (MLE,)
7	Jaja M nv(JAJ,)	
5	<b>Sonda mięsna 5 400 g (JAJ, SEL,)</b>	
1	Woda	
2	Udziec z kurczaka b/k b/s	
3	Ziemniaki obrane	
4	Marchew obrana	
5	Pietruszka obrana	
6	Cukier	
7	Seler obrany(SEL,)	
8	Olej rzepakowy nv	
9	Jaja M nv(JAJ,)	

