

Jadłospisy w dniu 2024-02-16 KUCHNIA OSTRÓW MAZOWIECKA

Śniadanie		II ŚN		Obiad		PD			
<p>OM- I Podstawowa Zestaw I</p> <p>Kasza manna na mleku (MILE) 400 ml (GLU PSZ MLE) 400 g Chleb razowy pszemno-żytni 116 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) 10 g (MILE) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MILE) Twaróg półtłusty 80 g (MILE) Dżem 20 g Banan 1 szt. 1 szt. Kawa zbożowa na mleku b/c 300 ml (MILE, GLU ŻYT, GLU JECZ) Sałata zielona 20 g</p>	<p>OM- I Podstawowa Zestaw II</p> <p>Szpinakowa z ryżem (MILE) 400 ml (MILE, SEL) 400 g Ryba gotowana (Mitrna) 100 g (RYB) Ziemniaki z koperkiem (MILE) 180 g Surówka z kapusty czerwonej z olejem 100 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem (MILE) 100 g Ziemniaki z koperkiem (MILE) 180 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml</p>	<p>OM- III b Do żywienia przez sondę</p> <p>Sonda / płynna śn. 400 g (GLU PSZ MLE) 400 g</p>	<p>OM- IV Łatwo strawna dziecięca Zestaw I</p> <p>Kasza manna na mleku (MILE) 400 ml (GLU PSZ MLE) 400 g Bułka pszemna długa krojona 76 g (GLU PSZ) 10 g (MILE) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MILE) Twaróg półtłusty 80 g (MILE) Dżem 20 g Banan 1 szt. 1 szt. Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Sałata zielona 20 g</p>	<p>OM- IV Łatwo strawna dziecięca Zestaw II</p> <p>Szpinakowa z ryżem (MILE) 400 ml (MILE, SEL) 400 g Ryba pieczona (Mitrna) 100 g (RYB) Ziemniaki z koperkiem (MILE) 180 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem (MILE) 100 g Cukinia pieczona z olejem (MILE) 100 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml</p>	<p>OM- VI Pooperacyjna Zestaw I</p> <p>Brokułowa z ryżem (MILE) 400 ml (MILE, SEL) 400 g Ryba pieczona (Mitrna) 100 g (RYB) Ziemniaki z koperkiem (MILE) 180 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem (MILE) 100 g Cukinia pieczona z olejem (MILE) 100 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml</p>	<p>OM- VI Pooperacyjna Zestaw II</p> <p>Szpinakowa z ryżem (MILE) 400 ml (MILE, SEL) 400 g Ryba gotowana (Mitrna) 100 g (RYB) Ziemniaki z koperkiem (MILE) 180 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem (MILE) 100 g Cukinia pieczona z olejem (MILE) 100 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml</p>	<p>OM- VII Z ogr. sub.pobudz. wydz. soku żółd. Zestaw I</p> <p>Brokułowa z ryżem (MILE) 400 ml (MILE, SEL) 400 g Ryba pieczona (Mitrna) 100 g (RYB) Ziemniaki z koperkiem (MILE) 180 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem (MILE) 100 g Cukinia pieczona z olejem (MILE) 100 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml</p>	<p>OM- VII Z ogr. sub.pobudz. wydz. soku żółd. Zestaw II</p> <p>Szpinakowa z ryżem (MILE) 400 ml (MILE, SEL) 400 g Ryba gotowana (Mitrna) 100 g (RYB) Ziemniaki z koperkiem (MILE) 180 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem (MILE) 100 g Cukinia pieczona z olejem (MILE) 100 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml</p>	<p>OM- VIII Z ograniczeniem tłuszczu Zestaw I</p> <p>Kasza manna na mleku 400 ml (GLU PSZ MLE) 400 g Bułka pszemna długa krojona 90 g (GLU PSZ) 10 g (MILE) Twaróg półtłusty 80 g (MILE) Dżem 20 g Banan 1 szt. 1 szt. Kawa zbożowa na mleku b/c 300 ml (MILE, GLU ŻYT, GLU JECZ) Sałata zielona 20 g</p>

2024-02-16 piątek

PD

Jadłospisy w dniu 2024-02-16 KUCHNIA OSTRÓW MAZOWIECKA

2024-02-16 piątek									
Kolacja		Frytki warzywne pieczone (marchew, burak, pietruszka) 100 g							
PN	PN	PN	PN	PN	PN	PN	PN	PN	PN
<p>OM- I Podstawowa zestaw I</p> <p>Chleb mieszaný pszenno-żytni PSZ, GLU, ZYT 96 g (GLU) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE) Pasta z jaj 50 g (JAJ, MLE) Szyunka na kartki- wieprzowa, wędzona, parzona 25 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p>	<p>OM- I Podstawowa zestaw II</p> <p>Sonda mielna! 400 g (JAJ, SEL)</p>	<p>OM- III b Do żywienia przez sondę</p> <p>Bulka pszenna długa krojona 76 g (GLU) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE) Szyunka na kartki- wieprzowa, wędzona, parzona 25 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p>	<p>OM- IV Łatwo strawna dziecięca Zestaw I</p> <p>Bulka pszenna długa krojona 76 g (GLU) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE) Szyunka na kartki- wieprzowa, wędzona, parzona 25 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p>	<p>OM- IV Łatwo strawna dziecięca Zestaw II</p> <p>Bulka pszenna długa krojona 76 g (GLU) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE) Szyunka na kartki- wieprzowa, wędzona, parzona 25 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p>	<p>OM- VI Pooperacyjna Zestaw I</p> <p>Bulka pszenna długa krojona 76 g (GLU, PSZ) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE) Szyunka na kartki- wieprzowa, wędzona, parzona 25 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p>	<p>OM- VI Pooperacyjna Zestaw II</p> <p>Bulka pszenna długa krojona 76 g (GLU, PSZ) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE) Szyunka na kartki- wieprzowa, wędzona, parzona 25 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p>	<p>OM- VII Z ogr. sub. pobudz. wydz. soku żołąd. Zestaw I</p> <p>Bulka pszenna długa krojona 76 g (GLU, PSZ) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE) Szyunka na kartki- wieprzowa, wędzona, parzona 25 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p>	<p>OM- VII Z ogr. sub. pobudz. wydz. soku żołą. Zestaw II</p> <p>Bulka pszenna długa krojona 76 g (GLU, PSZ) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE) Szyunka na kartki- wieprzowa, wędzona, parzona 25 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p>	<p>OM- VIII Z ograniczeniem tłuszczu Zestaw I</p> <p>Bulka pszenna długa krojona 90 g (GLU, PSZ) Szyunka na kartki- wieprzowa, wędzona, parzona 25 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p>
<p>Wartość energetyczna: 2343,38 kcal; Białko ogółem: 108,42 g; Tłuszcz: 62,09 g; Kw. tł. nasy.: 20,51 g; Węglowodany ogółem: 353,54 g; W tym cukry: 108,69 g; Błonnik pok.: 34,06 g; Sól: 6,99 g; WW: 32,04; Por.: 18,51 %; Ener. z T: 54,53 %; Ener. z B: 23,85 %; Ener. z BI: 2,91 %; K: 5130,30 mci.</p>	<p>Wartość energetyczna: 2305,18 kcal; Białko ogółem: 110,65 g; Tłuszcz: 57,16 g; Kw. tł. nasy.: 20,17 g; Węglowodany ogółem: 352,70 g; W tym cukry: 108,19 g; Błonnik pok.: 33,82 g; Sól: 7,05 g; WW: 32,00; Por.: 19,20 %; Ener. z T: 55,33 %; Ener. z B: 22,32 %; Ener. z BI: 2,93 %; K: 5078,10 mci.</p>	<p>Wartość energetyczna: 2196,79 kcal; Białko ogółem: 118,24 g; Tłuszcz: 97,32 g; Kw. tł. nasy.: 36,43 g; Węglowodany ogółem: 222,76 g; W tym cukry: 89,12 g; Błonnik pok.: 21,35 g; Sól: 2,66 g; WW: 20,14; Por.: 21,53 %; Ener. z T: 53,67 %; Ener. z B: 39,87 %; Ener. z BI: 1,94 %; K: 4539,51 mci.</p>	<p>Wartość energetyczna: 2093,48 kcal; Białko ogółem: 100,66 g; Tłuszcz: 55,32 g; Kw. tł. nasy.: 17,56 g; Węglowodany ogółem: 310,55 g; W tym cukry: 103,68 g; Błonnik pok.: 28,78 g; Sól: 4,91 g; WW: 28,19; Por.: 19,23 %; Ener. z T: 53,84 %; Ener. z B: 23,78 %; Ener. z BI: 2,75 %; K: 4920,07 mci.</p>	<p>Wartość energetyczna: 2050,96 kcal; Białko ogółem: 102,51 g; Tłuszcz: 50,34 g; Kw. tł. nasy.: 17,21 g; Węglowodany ogółem: 308,93 g; W tym cukry: 102,91 g; Błonnik pok.: 28,16 g; Sól: 4,97 g; WW: 28,10; Por.: 19,99 %; Ener. z T: 54,76 %; Ener. z B: 22,09 %; Ener. z BI: 2,75 %; K: 4831,69 mci.</p>	<p>Wartość energetyczna: 2248,31 kcal; Białko ogółem: 109,13 g; Tłuszcz: 60,22 g; Kw. tł. nasy.: 18,70 g; Węglowodany ogółem: 330,45 g; W tym cukry: 109,94 g; Błonnik pok.: 28,78 g; Sól: 5,21 g; WW: 30,25; Por.: 19,42 %; Ener. z T: 53,67 %; Ener. z B: 24,11 %; Ener. z BI: 2,56 %; K: 5275,14 mci.</p>	<p>Wartość energetyczna: 2210,11 kcal; Białko ogółem: 111,36 g; Tłuszcz: 55,29 g; Kw. tł. nasy.: 18,36 g; Węglowodany ogółem: 329,61 g; W tym cukry: 109,44 g; Błonnik pok.: 28,54 g; Sól: 5,27 g; WW: 30,21; Por.: 20,16 %; Ener. z T: 54,49 %; Ener. z B: 22,52 %; Ener. z BI: 2,58 %; K: 5222,94 mci.</p>	<p>Wartość energetyczna: 2248,31 kcal; Białko ogółem: 109,13 g; Tłuszcz: 60,22 g; Kw. tł. nasy.: 18,70 g; Węglowodany ogółem: 330,45 g; W tym cukry: 109,94 g; Błonnik pok.: 28,78 g; Sól: 5,21 g; WW: 30,25; Por.: 19,42 %; Ener. z T: 53,67 %; Ener. z B: 24,11 %; Ener. z BI: 2,56 %; K: 5275,14 mci.</p>	<p>Wartość energetyczna: 2210,11 kcal; Białko ogółem: 111,36 g; Tłuszcz: 55,29 g; Kw. tł. nasy.: 18,36 g; Węglowodany ogółem: 329,61 g; W tym cukry: 109,44 g; Błonnik pok.: 28,54 g; Sól: 5,27 g; WW: 30,21; Por.: 20,16 %; Ener. z T: 54,49 %; Ener. z B: 22,52 %; Ener. z BI: 2,58 %; K: 5222,94 mci.</p>	<p>Wartość energetyczna: 2234,20 kcal; Białko ogółem: 109,83 g; Tłuszcz: 49,36 g; Kw. tł. nasy.: 15,53 g; Węglowodany ogółem: 348,30 g; W tym cukry: 104,41 g; Błonnik pok.: 26,40 g; Sól: 6,01 g; WW: 32,33; Por.: 19,69 %; Ener. z T: 57,71 %; Ener. z B: 19,91 %; Ener. z BI: 2,37 %; K: 4822,15 mci.</p>

Jadłospisy w dniu 2024-02-16 KUCHNIA OSTRÓW MAZOWIECKA

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 Beźmleczna Zestaw I
<p>Kasza manna na mleku 400 ml (GLU PSZ, MLE) Bułka pszenna długa krojona 90 g (GLU PSZ) Twaróg półtłusty 80 g (MLE) Dżem 20 g Banan 1 szt. 1 szt Kawa zbożowa na mleku b/c 300 ml (MLE, GLU, ZYT, GLU JECZ) Sałata zielona 20 g</p>	<p>Kasza manna na mleku (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni (PSZ, GLU, ZYT) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE) Twaróg półtłusty 80 g (MLE) Dżem 20 g Banan 1 szt. 1 szt Kawa zbożowa na mleku b/c 300 ml (MLE, GLU, ZYT, GLU JECZ) Sałata zielona 20 g</p>	<p>400 ml (GLU PSZ, MLE) 96 g (GLU PSZ, GLU, ZYT) 10 g (MLE) 80 g (MLE) 20 g 1 szt 300 ml (MLE, GLU, ZYT, GLU JECZ) 20 g</p>	<p>Chleb żytnie na mleku (GLU, ZYT) Chleb razowy pszenno-żytni (PSZ, GLU, ZYT) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE) Twaróg półtłusty 80 g (MLE) Jabłko 1 szt. 1 szt Kawa zbożowa na mleku b/c 300 ml (MLE, GLU, ZYT, GLU JECZ) Sałata zielona 20 g</p>	<p>400 ml (MLE, GLU PSZ, GLU, ZYT) 116 g (GLU PSZ, GLU, ZYT) 10 g (MLE) 80 g (MLE) 1 szt 300 ml (MLE, GLU, ZYT, GLU JECZ) 20 g</p>	<p>Kasza manna na mleku 200 ml (GLU PSZ, MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 66 g (GLU PSZ, GLU, ZYT) Twaróg półtłusty 30 g (MLE) Banan 1 szt. 1 szt Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Sałata zielona 20 g</p>	<p>Kasza manna na mleku (MLE) Bułka pszenna długa krojona 76 g (GLU PSZ) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE) Twaróg półtłusty 150 g (MLE) Dżem 20 g Banan 1 szt. 1 szt Kawa zbożowa na mleku b/c 300 ml (MLE, GLU, ZYT, GLU JECZ) Sałata zielona 20 g</p>	<p>400 ml (GLU PSZ, MLE) 76 g (GLU PSZ) 10 g (MLE) 150 g (MLE) 20 g 1 szt 300 ml (MLE, GLU, ZYT, GLU JECZ) 20 g</p>	<p>Chleb bezglutenowy 116 g Dżem 50 g Banan 1 szt. 1 szt Kasza manna na wywarze jarzynowym 400 ml (GLU PSZ, ZYT) Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g (MLE, SEL) Twaróg półtłusty 30 g (MLE) Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Sałata zielona 20 g</p>	<p>Chleb mieszany pszenno-żytni 116 g (GLU PSZ, GLU, ZYT) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw. 80% tł 15 g Szytkowa dębowa drożdżowa kiełbasa grubo rozdrobniona 60 g Dżem 30 g Banan 1 szt. 1 szt Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Sałata zielona 20 g</p>
Śniadanie									
II ŚN									
Obiad									
<p>Szpinakowa z ryżem 400 ml (MLE, SEL) Ryba gotowana (Miruna) 100 g (RYB) Ziemiaki z koperkiem 180 g Cukinia pieczona z olejem 100 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem 100 g (SEL) Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml</p>	<p>Brokułowa z ryżem 400 ml (MLE, SEL) Ryba pieczona (Miruna) 100 g (RYB) Ziemiaki z koperkiem 180 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem 100 g (SEL) Cukinia pieczona z olejem 100 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml</p>	<p>Szpinakowa z ryżem 400 ml (MLE, SEL) Ryba gotowana (Miruna) 100 g (RYB) Ziemiaki z koperkiem 180 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem 100 g (SEL) Cukinia pieczona z olejem 100 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml</p>	<p>Brokułowa z ryżem 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Ryba pieczona (Miruna) 100 g (RYB) Ziemiaki z koperkiem 180 g Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 100 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem 100 g (SEL) Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml</p>	<p>Szpinakowa z ryżem 400 ml (MLE, SEL) Ryba gotowana (Miruna) 100 g (RYB) Ziemiaki z koperkiem 180 g Surówka z kapusty czarnej z olejem b/c 100 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem 100 g (SEL) Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml</p>	<p>Brokułowa z ryżem 400 ml (MLE, SEL) Ryba gotowana (Miruna) 60 g (RYB) Ziemiaki z koperkiem 180 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem 100 g (SEL) Cukinia pieczona z olejem 100 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml</p>	<p>Brokułowa z ryżem 400 ml (MLE, SEL) Ryba pieczona (Miruna) 100 g (RYB) Ziemiaki z koperkiem 180 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem 100 g (SEL) Cukinia pieczona z olejem 100 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml</p>	<p>Szpinakowa z ryżem 400 ml (MLE, SEL) Ryba gotowana (Miruna) 100 g (RYB) Ziemiaki z koperkiem 180 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem 100 g (SEL) Cukinia pieczona z olejem 100 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml</p>	<p>Bukiet jarzyn gotowany z olejem 100 g (SEL) Cukinia pieczona z olejem 100 g Szpinakowa z ryżem (bez mleka) 400 ml (SEL) Ryba pieczona (Miruna) 100 g (RYB) Ziemiaki z koperkiem 180 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem 100 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml</p>	<p>Brokułowa z ryżem (bez mleka) 400 ml (SEL) Ryba pieczona (Miruna) 100 g (RYB) Ziemiaki z koperkiem 180 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem 100 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml</p>
PD									

2024-02-16 piątek

NAPRZÓD CATERING Sp. z o.o.
 ul. Traktorowa 126 lok. 301, 91-204 Łódź
 NIP 6772398589 REGON 143204400
 Wydrukował: **MURTE DATE** 2024-02-13 08:19:04

Jadłospisy w dniu 2024-02-16 KUCHNIA OSTRÓW MAZOWIECKA

2024-02-16 piątek		Kolacja		PN					
OM- VIII Z ograniczeniem tłuszczy 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 Bezmleczna Zestaw I
Bulka pszenna długa krojona 90 g (GLU PSZ) Szyńska na kartki- wieprzowa, wędzona, p arzona 50 g Burački oprószane () 80 g (GLU PSZ) Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni (PSZ GLU ZYT) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE) Szyńska na kartki- wieprzowa, wędzona, parzona 50 g Burački oprószane () Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 96 g (GLU PSZ GLU ZYT) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE) Szyńska na kartki- wieprzowa, wędzona, parzona 50 g Burački oprószane () Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Chleb razowy pszenno-żytni (PSZ GLU ZYT) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE) Pastą z jaj 50 g (JAJ MLE) Szyńska na kartki- wieprzowa, wędzona, parzona 25 g Burački oprószane () Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 116 g (GLU PSZ GLU ZYT) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE) Szyńska na kartki- wieprzowa, wędzona, parzona 25 g Burački oprószane () Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 66 g (GLU PSZ GLU ZYT) Szyńska na kartki- wieprzowa, wędzona, p arzona 50 g Burački oprószane () 80 g (GLU PSZ) Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Bulka pszenna długa krojona 76 g (GLU PSZ) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE) Szyńska na kartki- wieprzowa, wędzona, p arzona 50 g Burački oprószane () 80 g (GLU PSZ) Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Bulka pszenna długa krojona 76 g (GLU PSZ) Szyńska na kartki- wieprzowa, wędzona, p arzona 50 g Burački oprószane () 80 g (GLU PSZ) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE) Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Chleb bezglutenowy 116 g Szyńska na kartki- wieprzowa, wędzona, p arzona 30 g Miód (25g) 1 szt Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Jajzrynowa z kaszą kukurydzianą (bez mleka) () 450 ml (GLU PSZ SEL) Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g (MLE) Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 116 g (GLU PSZ GLU ZYT) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw. 80% tł 15 g Szyńska na kartki- wieprzowa, wędzona, p arzona 60 g Miód (25g) 1 szt Burački oprószane () 80 g (GLU PSZ) Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml
Wartość energetyczna: 2193,00 kcal; Białko ogółem: 112,06 g; Tłuszcz: 44,43 g; Kw. tł. nasy.: 15,19 g; Węglowodany ogółem: 347,46 g; W tym cukry: 103,91 g; Błonnik pok.: 26,16 g; Sól: 6,07 g; WW: 32,29 Por.: 20,44 %; 58,61 %; Ener. z Tł.: 18,24 %; Ener. z Biał.: 2,39 %; K: 4769,95 mci.	Wartość energetyczna: 2245,31 kcal; Białko ogółem: 102,22 g; Tłuszcz: 57,44 g; Kw. tł. nasy.: 18,86 g; Węglowodany ogółem: 343,79 g; W tym cukry: 108,11 g; Błonnik pok.: 32,38 g; Sól: 6,68 g; WW: 31,22 Por.: 18,21 %; 55,48 %; Ener. z Tł.: 23,02 %; Ener. z Biał.: 2,88 %; K: 4921,90 mci.	Wartość energetyczna: 2207,11 kcal; Białko ogółem: 104,45 g; Tłuszcz: 52,51 g; Kw. tł. nasy.: 18,52 g; Węglowodany ogółem: 342,95 g; W tym cukry: 107,61 g; Błonnik pok.: 32,14 g; Sól: 6,74 g; WW: 31,18 Por.: 18,93 %; 56,33 %; Ener. z Tł.: 21,41 %; Ener. z Biał.: 2,91 %; K: 4869,70 mci.	Wartość energetyczna: 2553,74 kcal; Białko ogółem: 121,26 g; Tłuszcz: 70,60 g; Kw. tł. nasy.: 23,07 g; Węglowodany ogółem: 377,76 g; W tym cukry: 82,33 g; Błonnik pok.: 41,04 g; Sól: 9,30 g; WW: 33,73 Por.: 18,99 %; 52,74 %; Ener. z Tł.: 24,88 %; Ener. z Biał.: 3,21 %; K: 4894,21 mci.	Wartość energetyczna: 2511,44 kcal; Białko ogółem: 123,13 g; Tłuszcz: 65,72 g; Kw. tł. nasy.: 22,73 g; Węglowodany ogółem: 374,88 g; W tym cukry: 81,84 g; Błonnik pok.: 40,88 g; Sól: 9,36 g; WW: 33,47 Por.: 19,61 %; 53,20 %; Ener. z Tł.: 23,55 %; Ener. z Biał.: 3,26 %; K: 4842,81 mci.	Wartość energetyczna: 1352,68 kcal; Białko ogółem: 61,85 g; Tłuszcz: 22,32 g; Kw. tł. nasy.: 5,45 g; Węglowodany ogółem: 238,38 g; W tym cukry: 75,92 g; Błonnik pok.: 27,99 g; Sól: 4,69 g; WW: 21,04 Por.: 18,29 %; 62,22 %; Ener. z Tł.: 14,85 %; Ener. z Biał.: 4,14 %; K: 3609,80 mci.	Wartość energetyczna: 2645,24 kcal; Białko ogółem: 132,38 g; Tłuszcz: 80,08 g; Kw. tł. nasy.: 27,78 g; Węglowodany ogółem: 359,37 g; W tym cukry: 115,15 g; Błonnik pok.: 26,54 g; Sól: 6,90 g; WW: 33,41 Por.: 20,02 %; 50,33 %; Ener. z Tł.: 21,25 %; Ener. z Biał.: 2,01 %; K: 5159,43 mci.	Wartość energetyczna: 2589,72 kcal; Białko ogółem: 132,73 g; Tłuszcz: 74,10 g; Kw. tł. nasy.: 25,05 g; Węglowodany ogółem: 359,40 g; W tym cukry: 106,18 g; Błonnik pok.: 28,92 g; Sól: 6,92 g; WW: 33,52 Por.: 20,50 %; 51,51 %; Ener. z Tł.: 25,75 %; Ener. z Biał.: 2,00 %; K: 5010,05 mci.	Wartość energetyczna: 2260,33 kcal; Białko ogółem: 39,63 g; Tłuszcz: 53,33 g; Kw. tł. nasy.: 11,02 g; Węglowodany ogółem: 410,88 g; W tym cukry: 84,16 g; Błonnik pok.: 24,60 g; Sól: 4,50 g; WW: 38,66 Por.: 7,01 %; 68,36 %; Ener. z Tł.: 21,23 %; Ener. z Biał.: 2,18 %; K: 2857,04 mci.	Wartość energetyczna: 2143,34 kcal; Białko ogółem: 81,82 g; Tłuszcz: 57,67 g; Kw. tł. nasy.: 13,30 g; Węglowodany ogółem: 337,62 g; W tym cukry: 73,19 g; Błonnik pok.: 30,12 g; Sól: 8,85 g; WW: 30,77 Por.: 15,27 %; 57,39 %; Ener. z Tł.: 24,22 %; Ener. z Biał.: 2,81 %; K: 3612,20 mci.

Jadłospisy w dniu 2024-02-16 KUCHNIA OSTRÓW MAZOWIECKA

OM- XV Bezmleczna Zestaw II	OM- Dzieci 1-3 lat	OM- Pawkowata/ Przedserana	OM- Płynna	OM- Wegetariańska	OM- Bezglutenowa	OM- Północnica Zestaw I	OM- Północnica Zestaw II	OM- Kobieta Karmiąca Zestaw I	OM- Kobieta Karmiąca Zestaw II
<p>Chleb mieszany pszenno-żytni (GLU PSZ, GLU ZYT) 116 g</p> <p>Margaryna roślinna bez mleczna o zaw. 80% tł. 15 g</p> <p>Szynka na kartki- wleprzowa, wędzona, parzona 60 g</p> <p>Miód (25g) 1 szt</p> <p>Buraczki oprószane (80 g) (GLU PSZ)</p> <p>Herbata zielona 20 g</p> <p>Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p>	<p>Bułka pszenna długa krojona 32 g (GLU PSZ)</p> <p>Margaryna roślinna (80% tł.) 5 g (MLE)</p> <p>Pasta z jaj 30 g</p> <p>(JAJ, MLE)</p> <p>Pomidor biskorki 40 g</p> <p>Sałata zielona 20 g</p> <p>Herbata czarna granulowana b/c 250 ml</p>	<p>Bułka pszenna długa krojona 32 g (GLU PSZ)</p> <p>Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g (MLE)</p> <p>wleprzowa, wędzona, parzona 60 g</p> <p>Buraczki oprószane (100 g) (GLU PSZ)</p> <p>Jarzynowa z kaszą kukurydziana (bez mleka) (1) 450 ml (GLU PSZ, SEL)</p> <p>Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p>	<p>Chleb mieszany pszenno-żytni (GLU PSZ, GLU ZYT) 96 g</p> <p>Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE)</p> <p>Pasta z jaj 80 g</p> <p>(JAJ, MLE)</p> <p>Pomidor 80 g</p> <p>Sałata zielona 20 g</p> <p>Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p>	<p>Chleb bezglutenowy pszenno-żytni 100 g</p> <p>Margaryna roślinna bez mleczna o zaw. 80% tł. 15 g</p> <p>Szynka na kartki- wleprzowa, wędzona, parzona 60 g</p> <p>Buraczki oprószane (bez glutenu) 80 g</p> <p>Sałata zielona 20 g</p> <p>Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p>	<p>Chleb razowy pszenno-żytni 116 g (GLU PSZ, GLU ZYT)</p> <p>Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE)</p> <p>Szynka na kartki- wleprzowa, wędzona, parzona 60 g</p> <p>Buraczki oprószane (80 g) (GLU PSZ)</p> <p>Sałata zielona 20 g</p> <p>Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p>	<p>Chleb mieszany pszenno-żytni 96 g</p> <p>Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE)</p> <p>Pasta z jaj 80 g</p> <p>(JAJ, MLE)</p> <p>Pomidor 80 g</p> <p>Sałata zielona 20 g</p> <p>Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p>	<p>Chleb bezglutenowy pszenno-żytni 100 g</p> <p>Margaryna roślinna bez mleczna o zaw. 80% tł. 15 g</p> <p>Szynka na kartki- wleprzowa, wędzona, parzona 60 g</p> <p>Buraczki oprószane (bez glutenu) 80 g</p> <p>Sałata zielona 20 g</p> <p>Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p>	<p>Chleb mieszany pszenno-żytni 96 g</p> <p>Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE)</p> <p>Pasta z jaj 80 g</p> <p>(JAJ, MLE)</p> <p>Pomidor 80 g</p> <p>Sałata zielona 20 g</p> <p>Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p>	<p>Chleb bezglutenowy pszenno-żytni 100 g</p> <p>Margaryna roślinna bez mleczna o zaw. 80% tł. 15 g</p> <p>Szynka na kartki- wleprzowa, wędzona, parzona 60 g</p> <p>Buraczki oprószane (bez glutenu) 80 g</p> <p>Sałata zielona 20 g</p> <p>Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p>
<p>Wartość energetyczna: 2105,14 kcal; Białko ogółem: 84,05 g; Tłuszcz: 52,74 g; Kw. tł. nasy.: 12,96 g; Węglowodany ogółem: 336,78 g; W tym cukry: 72,69 g; Błonnik pok.: 29,88 g; Sól: 8,91 g; WW: 30,73 Por.: 15,97 %; 58,31 %; Ener. z T: 22,55 %; Ener. z B: 2,84 %; K: 3560,00 mco.</p>	<p>Wartość energetyczna: 1393,83 kcal; Białko ogółem: 58,97 g; Tłuszcz: 36,55 g; Kw. tł. nasy.: 13,29 g; Węglowodany ogółem: 213,81 g; W tym cukry: 108,90 g; Błonnik pok.: 16,24 g; Sól: 2,77 g; WW: 19,80 Por.: 16,92 %; 58,31 %; Ener. z T: 23,60 %; Ener. z B: 2,33 %; K: 3331,06 mco.</p>	<p>Wartość energetyczna: 2185,27 kcal; Białko ogółem: 99,69 g; Tłuszcz: 69,96 g; Kw. tł. nasy.: 22,71 g; Węglowodany ogółem: 303,95 g; W tym cukry: 75,02 g; Błonnik pok.: 33,93 g; Sól: 5,38 g; WW: 27,04 Por.: 18,25 %; 49,43 %; Ener. z T: 28,81 %; Ener. z B: 3,10 %; K: 4591,17 mco.</p>	<p>Wartość energetyczna: 2370,79 kcal; Białko ogółem: 108,74 g; Tłuszcz: 64,96 g; Kw. tł. nasy.: 21,32 g; Węglowodany ogółem: 354,00 g; W tym cukry: 108,59 g; Błonnik pok.: 34,06 g; Sól: 7,14 g; WW: 32,06 Por.: 18,35 %; 53,98 %; Ener. z T: 24,66 %; Ener. z B: 2,87 %; K: 5184,85 mco.</p>	<p>Wartość energetyczna: 2032,49 kcal; Białko ogółem: 75,21 g; Tłuszcz: 60,44 g; Kw. tł. nasy.: 12,12 g; Węglowodany ogółem: 304,12 g; W tym cukry: 37,52 g; Błonnik pok.: 25,13 g; Sól: 5,45 g; WW: 27,89 Por.: 14,80 %; 54,91 %; Ener. z T: 26,76 %; Ener. z B: 2,47 %; K: 3119,88 mco.</p>	<p>Wartość energetyczna: 2534,07 kcal; Białko ogółem: 112,09 g; Tłuszcz: 61,70 g; Kw. tł. nasy.: 21,30 g; Węglowodany ogółem: 396,25 g; W tym cukry: 142,95 g; Błonnik pok.: 33,08 g; Sól: 7,27 g; WW: 36,38 Por.: 17,69 %; 57,33 %; Ener. z T: 21,91 %; Ener. z B: 2,61 %; K: 5326,06 mco.</p>	<p>Wartość energetyczna: 2495,87 kcal; Białko ogółem: 114,32 g; Tłuszcz: 56,77 g; Kw. tł. nasy.: 20,96 g; Węglowodany ogółem: 395,41 g; W tym cukry: 142,45 g; Błonnik pok.: 32,84 g; Sól: 7,33 g; WW: 36,34 Por.: 18,32 %; 58,11 %; Ener. z T: 20,47 %; Ener. z B: 2,63 %; K: 5273,86 mco.</p>	<p>Wartość energetyczna: 2534,07 kcal; Białko ogółem: 112,09 g; Tłuszcz: 61,70 g; Kw. tł. nasy.: 21,30 g; Węglowodany ogółem: 396,25 g; W tym cukry: 142,95 g; Błonnik pok.: 33,08 g; Sól: 7,27 g; WW: 36,38 Por.: 17,69 %; 57,33 %; Ener. z T: 21,91 %; Ener. z B: 2,61 %; K: 5326,06 mco.</p>	<p>Wartość energetyczna: 2495,87 kcal; Białko ogółem: 114,32 g; Tłuszcz: 56,77 g; Kw. tł. nasy.: 20,96 g; Węglowodany ogółem: 395,41 g; W tym cukry: 142,45 g; Błonnik pok.: 32,84 g; Sól: 7,33 g; WW: 36,34 Por.: 18,32 %; 58,11 %; Ener. z T: 20,47 %; Ener. z B: 2,63 %; K: 5273,86 mco.</p>	
<p>2024-02-16 piątek</p>	<p>PN</p>	<p>PN</p>	<p>PN</p>	<p>PN</p>	<p>PN</p>	<p>PN</p>	<p>PN</p>	<p>PN</p>	<p>PN</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
	Asortyment	Porcja - Definicja receptury (asortymenty wg ilości malejąco)
		Składniki
1	Sonda / płynna śn. 1 400 g (GLU PSZ, MLE,)	
1	Mleko 2% nv(MLE,)	
2	Serek Homog. o smaku naturalnym 2,5% II. nv(MLE,)	<u>Twaróg chudy (MLE,)</u> , <u>Śmietanka (MLE,)</u> , E202, Chlorek wapnia
3	Kasza manna nv(GLU PSZ,)	
4	Cukler	
5	Masło 82% II. nv(MLE,)	<u>Śmietanka pasteryzowana (MLE,)</u>
2	Sonda mleczna 2 400 g (GLU PSZ, JAJ, MLE,)	
1	Mleko 2% nv(MLE,)	
2	Kasza manna nv(GLU PSZ,)	
3	Cukler	
4	Masło 82% II. nv(MLE,)	<u>Śmietanka pasteryzowana (MLE,)</u>
5	Mleko w proszku pełne nv(MLE,)	
6	Jaja M nv(JAJ,)	
7	Suchary bez cukru 285g nv	
3	Sonda / płynna ob. 3 400 g (GLU PSZ, JAJ, SEL,)	
1	Woda	
2	Włoszczyzna mroż. 3ski paski/marchew.pietruszka.seler(SEL,)	Marchew, Pietruszka korzeń, <u>Seler (SEL,)</u>
3	Udziec z kurczaka b/k b/s	
4	Makaron z pszenicy zwyczajnej z kurkumą nv(GLU PSZ,)	<u>Mąka pszenna (GLU PSZ,)</u> , Woda, Kurkuma
5	Olej rzepakowy nv	
6	Jaja M nv(JAJ,)	
4	Sonda ziemniaczana 4 300 g (JAJ, MLE, SEL,)	
1	Woda	
2	Ziemniaki	
3	Marchew	
4	Udziec z kurczaka b/k b/s	
5	Seler(SEL,)	
6	Masło 82% II. nv(MLE,)	<u>Śmietanka pasteryzowana (MLE,)</u>
7	Jaja M nv(JAJ,)	
5	Sonda mięsna 5 400 g (JAJ, SEL,)	
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,)	

