

Jadłospisy w dniu 2024-02-20 KUCHNIA OSTRÓW MAZOWIECKA

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 żoład Zestaw I	OM- VII Z ogr: sub.pobudz.wydz. soku żoła. Zestaw II	OM- VIII Z ograniczeniem tłuszczu Zestaw I
Makaron na mleku <b>(MLE)</b> 400 ml <b>(GLU PSZ)</b> Chleb razowy pszemno-żytni <b>(PSZ, GLU, ZYT)</b> 116 g <b>(GLU PSZ)</b> Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g <b>(MLE)</b> Twarożek z koperkiem 50 g <b>(MLE)</b> Szyńka zielonogórska- wp. parzona 25 g <b>(SOL)</b> Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Jabłko 1 szt. 1 szt. Kawa zbożowa na mleku b/c 300 ml <b>(MLE, GLU, ZYT, GLU JECZ)</b>	Sonda / phyna śn. 1 400 g <b>(GLU PSZ)</b> Sonda mleczna 2 400 g <b>(GLU PSZ, JAJ, MLE)</b>	Makaron na mleku 400 ml <b>(GLU PSZ)</b> Bulka pszenna długa krojona 76 g <b>(GLU PSZ)</b> Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g <b>(MLE)</b> Twarożek z koperkiem 50 g <b>(MLE)</b> Szyńka zielonogórska- wp. parzona 25 g <b>(SOL)</b> Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Jabłko 1 szt. 1 szt. Kawa zbożowa na mleku b/c 300 ml <b>(MLE, GLU, ZYT, GLU JECZ)</b>	Makaron na mleku 400 ml <b>(GLU PSZ)</b> Bulka pszenna długa krojona 76 g <b>(GLU PSZ)</b> Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g <b>(MLE)</b> Twarożek z koperkiem 50 g <b>(MLE)</b> Szyńka zielonogórska- wp. parzona 25 g <b>(SOL)</b> Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Jabłko 1 szt. 1 szt. Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Makaron na mleku 400 ml <b>(GLU PSZ)</b> Bulka pszenna długa krojona 76 g <b>(GLU PSZ)</b> Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g <b>(MLE)</b> Twarożek z koperkiem 50 g <b>(MLE)</b> Szyńka zielonogórska- wp. parzona 25 g <b>(SOL)</b> Pomidor biskorki 80 g Sałata zielona 20 g Jabłko pieczone 1szt. 1 szt. Kawa zbożowa na mleku b/c 300 ml <b>(MLE, GLU, ZYT, GLU JECZ)</b>	Makaron na mleku 400 ml <b>(GLU PSZ)</b> Bulka pszenna długa krojona 76 g <b>(GLU PSZ)</b> Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g <b>(MLE)</b> Twarożek z koperkiem 50 g <b>(MLE)</b> Szyńka zielonogórska- wp. parzona 25 g <b>(SOL)</b> Pomidor biskorki 80 g Sałata zielona 20 g Jabłko pieczone 1szt. 1 szt. Kawa zbożowa na mleku b/c 300 ml <b>(MLE, GLU, ZYT, GLU JECZ)</b>	Makaron na mleku 400 ml <b>(GLU PSZ)</b> Bulka pszenna długa krojona 76 g <b>(GLU PSZ)</b> Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g <b>(MLE)</b> Twarożek z koperkiem 50 g <b>(MLE)</b> Szyńka zielonogórska- wp. parzona 25 g <b>(SOL)</b> Pomidor biskorki 80 g Sałata zielona 20 g Jabłko pieczone 1szt. 1 szt. Kawa zbożowa na mleku b/c 300 ml <b>(MLE, GLU, ZYT, GLU JECZ)</b>	Makaron na mleku 400 ml <b>(GLU PSZ)</b> Bulka pszenna długa krojona 90 g <b>(GLU PSZ)</b> Twarożek z koperkiem 50 g <b>(MLE)</b> Szyńka zielonogórska- wp. parzona 25 g <b>(SOL)</b> Sałata zielona 20 g Jabłko pieczone 1szt. 1 szt. Kawa zbożowa na mleku b/c 300 ml <b>(MLE, GLU, ZYT, GLU JECZ)</b>	Makaron na mleku 400 ml <b>(GLU PSZ)</b> Bulka pszenna długa krojona 90 g <b>(GLU PSZ)</b> Twarożek z koperkiem 50 g <b>(MLE)</b> Szyńka zielonogórska- wp. parzona 25 g <b>(SOL)</b> Sałata zielona 20 g Jabłko pieczone 1szt. 1 szt. Kawa zbożowa na mleku b/c 300 ml <b>(MLE, GLU, ZYT, GLU JECZ)</b>	Makaron na mleku 400 ml <b>(GLU PSZ)</b> Bulka pszenna długa krojona 90 g <b>(GLU PSZ)</b> Twarożek z koperkiem 50 g <b>(MLE)</b> Szyńka zielonogórska- wp. parzona 25 g <b>(SOL)</b> Sałata zielona 20 g Jabłko pieczone 1szt. 1 szt. Kawa zbożowa na mleku b/c 300 ml <b>(MLE, GLU, ZYT, GLU JECZ)</b>
Ciasno drożdżowe 50 g <b>(GLU PSZ, JAJ, MLE, SOL)</b>									
Brokułowa z ziemniakami ( ) 400 ml <b>(GLU PSZ, MLE, SEL)</b> Pieczeń wołowa 100 g Sos mekсыkański 50 g <b>(GLU PSZ)</b> Ryż na sypko 150 g Sałata z buraczków i jabłką z olejem ( ) 100 g Surówka Colesław ( ) 100 g <b>(JAJ, MLE, GOR)</b> Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml	Selerowa z ziemniakami ( ) 400 ml <b>(MLE, SEL)</b> Szyńka wieprzowa duszona 90 g Sos mekсыkański 50 g <b>(GLU PSZ)</b> Ryż na sypko 150 g Surówka Colesław ( ) 100 g <b>(JAJ, MLE, GOR)</b> Sałata z buraczków i jabłką z olejem ( ) 100 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml	Sonda / phyna ob. 3 400 g <b>(GLU PSZ, JAJ, SEL)</b>	Brokułowa z ziemniakami ( ) 400 ml <b>(GLU PSZ, MLE, SEL)</b> Pieczeń wołowa 100 g Sos własny ( ) 50 ml <b>(GLU PSZ, SEL)</b> Ryż na sypko 150 g Fasolka szparagowa z olejem * 100 g Sałata z buraczków i jabłką z olejem ( ) 100 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml	Selerowa z ziemniakami ( ) 400 ml <b>(MLE, SEL)</b> Szyńka wieprzowa duszona 90 g Sos własny ( ) 50 ml <b>(GLU PSZ, SEL)</b> Ryż na sypko 150 g Fasolka szparagowa z olejem * 100 g Sałata z buraczków i jabłką z olejem ( ) 100 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml	Brokułowa z ziemniakami ( ) 400 ml <b>(GLU PSZ, MLE, SEL)</b> Pieczeń wołowa 100 g Sos własny ( ) 50 ml <b>(GLU PSZ, SEL)</b> Ryż na sypko 150 g Fasolka szparagowa z olejem * 100 g Sałata z buraczków i jabłką z olejem ( ) 100 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml	Selerowa z ziemniakami ( ) 400 ml <b>(MLE, SEL)</b> Szyńka wieprzowa duszona 90 g Sos własny ( ) 50 ml <b>(GLU PSZ, SEL)</b> Ryż na sypko 150 g Fasolka szparagowa z olejem * 100 g Sałata z buraczków i jabłką z olejem ( ) 100 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml	Brokułowa z ziemniakami ( ) 400 ml <b>(GLU PSZ, MLE, SEL)</b> Pieczeń wołowa 100 g Sos własny ( ) 50 ml <b>(GLU PSZ, SEL)</b> Ryż na sypko 150 g Sałata z buraczków i jabłką z olejem ( ) 200 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml	Selerowa z ziemniakami ( ) 400 ml <b>(MLE, SEL)</b> Szyńka wieprzowa duszona 90 g Sos własny ( ) 50 ml <b>(GLU PSZ, SEL)</b> Ryż na sypko 150 g Sałata z buraczków i jabłką z olejem ( ) 200 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml	Brokułowa z ziemniakami ( ) 400 ml <b>(GLU PSZ, MLE, SEL)</b> Pieczeń wołowa 100 g Sos własny ( ) 50 ml <b>(GLU PSZ, SEL)</b> Ryż na sypko 150 g Fasolka szparagowa z olejem * 100 g Sałata z buraczków i jabłką z olejem ( ) 100 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml

2024-02-20 wtorek

II ŚN

Śniadanie

Obiad

Jadłospisy w dniu 2024-02-20 KUCHNIA OSTRÓW MAZOWIECKA

2024-02-20 wtorek									
PN	Kolacja				PD				
Wartość energetyczna: 2443,26 kcal; Białko ogółem: 117,00 g; Tłuszcz: 74,48 g; Kw. tł. nasy.: 21,63 g; Węglowodany ogółem: 341,71 g; W tym cukry: 77,91 g; Błonnik pok.: 32,71 g; Sól: 8,75 g.	Wartość energetyczna: 2429,28 kcal; Białko ogółem: 118,02 g; Tłuszcz: 72,16 g; Kw. tł. nasy.: 21,79 g; Węglowodany ogółem: 343,90 g; W tym cukry: 79,05 g; Błonnik pok.: 35,57 g; Sól: 8,45 g.	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: 2,86 g.	Wartość energetyczna: 2391,88 kcal; Białko ogółem: 109,88 g; Tłuszcz: 73,51 g; Kw. tł. nasy.: 21,51 g; Węglowodany ogółem: 333,78 g; W tym cukry: 69,52 g; Błonnik pok.: 25,85 g; Sól: 7,17 g.	Wartość energetyczna: 2377,91 kcal; Białko ogółem: 110,91 g; Tłuszcz: 71,18 g; Kw. tł. nasy.: 21,67 g; Węglowodany ogółem: 335,97 g; W tym cukry: 70,66 g; Błonnik pok.: 28,71 g; Sól: 6,88 g.	Wartość energetyczna: 2223,40 kcal; Białko ogółem: 99,89 g; Tłuszcz: 67,60 g; Kw. tł. nasy.: 18,00 g; Węglowodany ogółem: 315,38 g; W tym cukry: 54,96 g; Błonnik pok.: 25,82 g; Sól: 6,83 g.	Wartość energetyczna: 2209,43 kcal; Białko ogółem: 100,92 g; Tłuszcz: 65,28 g; Kw. tł. nasy.: 18,16 g; Węglowodany ogółem: 317,57 g; W tym cukry: 56,10 g; Błonnik pok.: 28,68 g; Sól: 6,53 g.	Wartość energetyczna: 2436,92 kcal; Białko ogółem: 109,41 g; Tłuszcz: 76,20 g; Kw. tł. nasy.: 21,78 g; Węglowodany ogółem: 339,44 g; W tym cukry: 74,17 g; Błonnik pok.: 26,14 g; Sól: 7,27 g.	Wartość energetyczna: 2422,95 kcal; Białko ogółem: 111,44 g; Tłuszcz: 73,88 g; Kw. tł. nasy.: 21,93 g; Węglowodany ogółem: 341,63 g; W tym cukry: 75,31 g; Błonnik pok.: 29,00 g; Sól: 6,98 g.	Wartość energetyczna: 2254,93 kcal; Białko ogółem: 111,25 g; Tłuszcz: 58,42 g; Kw. tł. nasy.: 16,93 g; Węglowodany ogółem: 332,88 g; W tym cukry: 69,99 g; Błonnik pok.: 25,82 g; Sól: 7,13 g.
Sok pomidorowy 0,3l 1 szt	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt				Sonda ziemniaczana 4 300 g (JAJ, MLE, SEL)				
					<p>Bulka pszenna długa krojona 76 g (GLUPSZ)</p> <p>Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE)</p> <p>Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rodz.wędz.parzo.z.dodat.wody w osł.niejad 50 g</p> <p>Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 80 g (SEL)</p> <p>Salata zielona 20 g</p> <p>Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p>				
					<p>Bulka pszenna długa krojona 90 g (GLUPSZ)</p> <p>Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rodz.wędz.parzo.z.dodat.wody w osł.niejad 50 g</p> <p>Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 80 g (SEL)</p> <p>Salata zielona 20 g</p> <p>Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p>				
					<p>Kanapka z szynką i sałatką (bulka pszenna 32g, margaryna 5g, szynka 25g, sałata 5g) 1 szt (GLUPSZ, SOL)</p>				
OM- I Podstawowa zestaw I	OM- I Podstawowa zestaw II	OM- III b Do zwienia 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 żoład. Zestaw I	OM- VII Z ogr.sub.pobudz.wydz.soku żoła. Zestaw II	OM- VIII Z ograniczeniem tłuszczu Zestaw I

Jadłospisy w dniu 2024-02-20 KUCHNIA OSTRÓW MAZOWIECKA

2024-02-20 wtorek														
<p>OM- VIII Z ograniczeniem tłuszczu Zestaw II</p> <p>Makaron na mleku 400 ml (<u>GLUPSZ MLE</u>)                      Bułka pszenna długa krojona 90 g (<u>GLU PSZ</u>)                      Twarożek z koperkiem 50 g (<u>MLE</u>)                      Szyzka zielonogórską-wp. parzona 25 g (<u>SOJ</u>)                      Pomidor biskorki 80 g</p>	<p>OM- IX Łatwo strawna zestaw I</p> <p>Makaron na mleku (<u>MLE</u>)                      Chleb mieszany pszenno-żytni 96 g (<u>GLU PSZ GLU ZYT</u>)                      Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (<u>MLE</u>)                      Twarożek z koperkiem 50 g (<u>MLE</u>)                      Szyzka zielonogórską-wp. parzona 25 g (<u>SOJ</u>)                      Pomidor 80 g                      Sałata zielona 20 g                      Jabłko 1 szt. 1 szt</p>	<p>OM- IX Łatwo strawna zestaw II</p> <p>Makaron na mleku 400 ml (<u>GLUPSZ MLE</u>)                      Chleb mieszany pszenno-żytni 96 g (<u>GLU PSZ GLU ZYT</u>)                      Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (<u>MLE</u>)                      Twarożek z koperkiem 50 g (<u>MLE</u>)                      Szyzka zielonogórską-wp. parzona 25 g (<u>SOJ</u>)                      Pomidor 80 g                      Sałata zielona 20 g                      Jabłko 1 szt. 1 szt</p>	<p>OM- X Z ogr. łatwo przyswajalnych węgl. Zestaw I</p> <p>Makaron pełnoziarnisty na mleku 400 ml (<u>GLUPSZ MLE</u>)                      Chleb razowy pszenno-żytni 76 g (<u>GLU PSZ GLU ZYT</u>)                      Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (<u>MLE</u>)                      Twarożek z koperkiem 50 g (<u>MLE</u>)                      Szyzka zielonogórską-wp. parzona 25 g (<u>SOJ</u>)                      Pomidor 80 g                      Sałata zielona 20 g                      Jabłko 1 szt. 1 szt</p>	<p>OM- X Z ogr. łatwo przyswajalnych węgl. Zestaw II</p> <p>Makaron na mleku 400 ml (<u>GLUPSZ MLE</u>)                      Chleb mieszany pszenno-żytni 96 g (<u>GLU PSZ GLU ZYT</u>)                      Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (<u>MLE</u>)                      Twarożek z koperkiem 50 g (<u>MLE</u>)                      Szyzka zielonogórską-wp. parzona 25 g (<u>SOJ</u>)                      Pomidor 80 g                      Sałata zielona 20 g                      Jabłko 1 szt. 1 szt</p>	<p>OM- XI Ubogoenergetyczna</p> <p>Chleb mieszany pszenno-żytni 66 g (<u>GLUPSZ GLU ZYT</u>)                      Twarożek z koperkiem 30 g (<u>MLE</u>)                      Pomidor 80 g                      Sałata zielona 20 g                      Jabłko 1 szt. 1 szt                      Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p>	<p>OM- XII Bogatobiałkowa łatwostrawna Zestaw I</p> <p>Makaron na mleku 400 ml (<u>GLUPSZ MLE</u>)                      Bułka pszenna długa krojona 90 g (<u>GLU PSZ</u>)                      Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (<u>MLE</u>)                      Twarożek z koperkiem 50 g (<u>MLE</u>)                      Szyzka zielonogórską-wp. parzona 25 g (<u>SOJ</u>)                      Pomidor 80 g                      Sałata zielona 20 g                      Jabłko 1 szt. 1 szt</p>	<p>OM- XII Bogatobiałkowa łatwostrawna Zestaw II</p> <p>Makaron na mleku 400 ml (<u>GLUPSZ MLE</u>)                      Bułka pszenna długa krojona 90 g (<u>GLU PSZ</u>)                      Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (<u>MLE</u>)                      Twarożek z koperkiem 50 g (<u>MLE</u>)                      Szyzka zielonogórską-wp. parzona 25 g (<u>SOJ</u>)                      Pomidor 80 g                      Sałata zielona 20 g                      Jabłko 1 szt. 1 szt</p>	<p>OM- XIII Niskobiałkowa</p> <p>Makaron na wywarze jarzynowym 300 ml (<u>GLUPSZ SEL</u>)                      Chleb bezglutenowy 116 g                      Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g (<u>MLE</u>)                      Twarożek z koperkiem 30 g (<u>MLE</u>)                      Pomidor 100 g                      Dżem 50 g                      Sałata zielona 20 g                      Jabłko 1 szt. 1 szt                      Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p>	<p>OM- XV Beźmielczna Zestaw I</p> <p>Makaron na wywarze jarzynowym 400 ml (<u>GLUPSZ SEL</u>)                      Chleb mieszany pszenno-żytni 116 g (<u>GLU PSZ GLU ZYT</u>)                      Margaryna roślinna bez mielczna o zaw. 80% tł 15 g                      Szyzka zielonogórską-wp. parzona 60 g (<u>SOJ</u>)                      Pomidor 100 g                      Sałata zielona 20 g                      Jabłko 1 szt. 1 szt                      Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p>					
<p>II ŚN</p> <p>Ciasto drożdżowe 50 g (<u>GLUPSZ JAJ MLE SOZ</u>)</p>	<p>Sok pomidorowy 0,3l 1 szt</p>		<p>Kanapka z szynką i pomidorem (bułka pszenna 32g, margaryna 5g, szynka 25g, pomidor 15g) 1 szt (<u>GLU PSZ SOJ</u>)</p>	<p>Selerowa z ziemniakami ( 400 ml (<u>MLE SEL</u>)                      Szyzka wieprzowa duszona 90 g                      Sos własny ( ) 50 ml (<u>GLUPSZ SEL</u>)</p>	<p>Brokułowa z ziemniakami (bez mleka) ( 400 ml (<u>GLUPSZ SEL</u>)                      Szyzka wieprzowa duszona 90 g                      Sos własny ( ) 50 ml (<u>GLUPSZ SEL</u>)</p>	<p>Selerowa z ziemniakami ( 400 ml (<u>MLE SEL</u>)                      Szyzka wieprzowa duszona 90 g                      Sos własny ( ) 50 ml (<u>GLUPSZ SEL</u>)</p>	<p>Brokułowa z ziemniakami ( 400 ml (<u>MLE SEL</u>)                      Szyzka wieprzowa duszona 90 g                      Sos własny ( ) 50 ml (<u>GLUPSZ SEL</u>)</p>	<p>Selerowa z ziemniakami ( 400 ml (<u>MLE SEL</u>)                      Szyzka wieprzowa duszona 90 g                      Sos własny ( ) 50 ml (<u>GLUPSZ SEL</u>)</p>	<p>Brokułowa z ziemniakami (bez mleka) ( 400 ml (<u>GLUPSZ SEL</u>)                      Szyzka wieprzowa duszona 90 g                      Sos własny ( ) 50 ml (<u>GLUPSZ SEL</u>)</p>	<p>Selerowa z ziemniakami ( 400 ml (<u>MLE SEL</u>)                      Szyzka wieprzowa duszona 90 g                      Sos własny ( ) 50 ml (<u>GLUPSZ SEL</u>)</p>	<p>Brokułowa z ziemniakami ( 400 ml (<u>MLE SEL</u>)                      Szyzka wieprzowa duszona 90 g                      Sos własny ( ) 50 ml (<u>GLUPSZ SEL</u>)</p>	<p>Brokułowa z ziemniakami ( 400 ml (<u>MLE SEL</u>)                      Szyzka wieprzowa duszona 90 g                      Sos własny ( ) 50 ml (<u>GLUPSZ SEL</u>)</p>	<p>Brokułowa z ziemniakami ( 400 ml (<u>MLE SEL</u>)                      Szyzka wieprzowa duszona 90 g                      Sos własny ( ) 50 ml (<u>GLUPSZ SEL</u>)</p>	<p>Brokułowa z ziemniakami ( 400 ml (<u>MLE SEL</u>)                      Szyzka wieprzowa duszona 90 g                      Sos własny ( ) 50 ml (<u>GLUPSZ SEL</u>)</p>
<p>Obiad</p> <p>Selerowa z ziemniakami ( 400 ml (<u>MLE SEL</u>)                      Szyzka wieprzowa duszona 90 g                      Sos własny ( ) 50 ml (<u>GLUPSZ SEL</u>)                      Ryż na sypko 150 g                      Fasolka szparagowa z olejem * 100 g                      Sałata z buraczków i jabłka z olejem ( ) 100 g                      Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml</p>	<p>Brokułowa z ziemniakami ( 400 ml (<u>GLUPSZ MLE SEL</u>)                      Pieczeń wołowa 100 g                      Sos własny ( ) 50 ml (<u>GLUPSZ SEL</u>)                      Ryż na sypko 150 g                      Fasolka szparagowa z olejem * 100 g                      Sałata z buraczków i jabłka z olejem ( ) 100 g                      Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml</p>	<p>Selerowa z ziemniakami ( 400 ml (<u>MLE SEL</u>)                      Szyzka wieprzowa duszona 90 g                      Sos własny ( ) 50 ml (<u>GLUPSZ SEL</u>)                      Ryż na sypko 150 g                      Fasolka szparagowa z olejem * 100 g                      Sałata z buraczków i jabłka z olejem ( ) 100 g                      Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml</p>	<p>Brokułowa z ziemniakami ( 400 ml (<u>GLUPSZ MLE SEL</u>)                      Pieczeń wołowa 100 g                      Sos własny ( ) 50 ml (<u>GLUPSZ SEL</u>)                      Ryż na sypko (brązowy) 150 g                      Surówka Coleslaw b/c ( ) 100 g (<u>JAJ MLE GOR</u>)                      Sałata z buraczków i jabłka z olejem ( ) 100 g                      Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml</p>	<p>Selerowa z ziemniakami ( 400 ml (<u>MLE SEL</u>)                      Szyzka wieprzowa duszona 90 g                      Sos własny ( ) 50 ml (<u>GLUPSZ SEL</u>)                      Ryż na sypko (brązowy) 150 g                      Surówka Coleslaw b/c ( ) 100 g (<u>JAJ MLE GOR</u>)                      Sałata z buraczków i jabłka z olejem ( ) 100 g                      Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml</p>	<p>Brokułowa z ziemniakami (bez mleka) ( 400 ml (<u>GLUPSZ SEL</u>)                      Szyzka wieprzowa duszona 90 g                      Sos własny ( ) 50 ml (<u>GLUPSZ SEL</u>)                      Ryż na sypko 150 g                      Sałata z buraczków i jabłka z olejem ( ) 200 g                      Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml</p>	<p>Brokułowa z ziemniakami ( 400 ml (<u>GLUPSZ MLE SEL</u>)                      Pieczeń wołowa 100 g                      Sos własny ( ) 50 ml (<u>GLUPSZ SEL</u>)                      Ryż na sypko 150 g                      Fasolka szparagowa z olejem * 100 g                      Sałata z buraczków i jabłka z olejem ( ) 100 g                      Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml</p>	<p>Selerowa z ziemniakami ( 400 ml (<u>MLE SEL</u>)                      Szyzka wieprzowa duszona 90 g                      Sos własny ( ) 50 ml (<u>GLUPSZ SEL</u>)                      Ryż na sypko 150 g                      Fasolka szparagowa z olejem * 100 g                      Sałata z buraczków i jabłka z olejem ( ) 100 g                      Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml</p>	<p>Brokułowa z ziemniakami ( 400 ml (<u>MLE SEL</u>)                      Szyzka wieprzowa duszona 90 g                      Sos własny ( ) 50 ml (<u>GLUPSZ SEL</u>)                      Ryż na sypko 150 g                      Fasolka szparagowa z olejem * 100 g                      Sałata z buraczków i jabłka z olejem ( ) 100 g                      Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml</p>	<p>Brokułowa z ziemniakami (bez mleka) ( 400 ml (<u>GLUPSZ SEL</u>)                      Szyzka wieprzowa duszona 90 g                      Sos własny ( ) 50 ml (<u>GLUPSZ SEL</u>)                      Ryż na sypko 150 g                      Fasolka szparagowa z olejem * 100 g                      Sałata z buraczków i jabłka z olejem ( ) 100 g                      Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml</p>	<p>Brokułowa z ziemniakami ( 400 ml (<u>MLE SEL</u>)                      Szyzka wieprzowa duszona 90 g                      Sos własny ( ) 50 ml (<u>GLUPSZ SEL</u>)                      Ryż na sypko 150 g                      Fasolka szparagowa z olejem * 100 g                      Sałata z buraczków i jabłka z olejem ( ) 100 g                      Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml</p>	<p>Brokułowa z ziemniakami ( 400 ml (<u>MLE SEL</u>)                      Szyzka wieprzowa duszona 90 g                      Sos własny ( ) 50 ml (<u>GLUPSZ SEL</u>)                      Ryż na sypko 150 g                      Fasolka szparagowa z olejem * 100 g                      Sałata z buraczków i jabłka z olejem ( ) 100 g                      Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml</p>	<p>Brokułowa z ziemniakami ( 400 ml (<u>MLE SEL</u>)                      Szyzka wieprzowa duszona 90 g                      Sos własny ( ) 50 ml (<u>GLUPSZ SEL</u>)                      Ryż na sypko 150 g                      Fasolka szparagowa z olejem * 100 g                      Sałata z buraczków i jabłka z olejem ( ) 100 g                      Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml</p>	<p>Brokułowa z ziemniakami ( 400 ml (<u>MLE SEL</u>)                      Szyzka wieprzowa duszona 90 g                      Sos własny ( ) 50 ml (<u>GLUPSZ SEL</u>)                      Ryż na sypko 150 g                      Fasolka szparagowa z olejem * 100 g                      Sałata z buraczków i jabłka z olejem ( ) 100 g                      Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml</p>	

### Jadłospisy w dniu 2024-02-20 KUCHNIA OSTRÓW MAZOWIECKA

PD	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
Kolacja	Bułka pszenna długa krojona 90 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Szynekowa dębowa kiel. wp. gr. rozdz. wędz. f. arzo. z dodat. wody w osł. niejad 50 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 80 g ( <b>SEL</b> ) Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Chleb razowy pszenno-żytni 116 g ( <b>GLU PSZ, GLU, ZYT</b> ) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g ( <b>MLE</b> ) Szynekowa dębowa kiel. wp. gr. rozdz. wędz. f. arzo. z dodat. wody w osł. niejad 50 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 80 g ( <b>SEL</b> ) Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Chleb razowy pszenno-żytni 116 g ( <b>GLU PSZ, GLU, ZYT</b> ) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g ( <b>MLE</b> ) Szynekowa dębowa kiel. wp. gr. rozdz. wędz. f. arzo. z dodat. wody w osł. niejad 50 g Surówka z rzodkwi i czarnuszki 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 66 g ( <b>GLU, PSZ, GLU, ZYT</b> ) Szynekowa dębowa kiel. wp. gr. rozdz. wędz. f. arzo. z dodat. wody w osł. niejad 30 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 80 g ( <b>SEL</b> ) Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 76 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g ( <b>MLE</b> ) Szynekowa dębowa kiel. wp. gr. rozdz. wędz. f. arzo. z dodat. wody w osł. niejad 50 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 80 g ( <b>SEL</b> ) Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Chleb bezglutenowy 116 g Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g ( <b>MLE, GLU, PSZ, GLU, ZYT</b> ) Szynekowa dębowa kiel. wp. gr. rozdz. wędz. f. arzo. z dodat. wody w osł. niejad 30 g Miód (25g) 1 szt. Sałata zielona 20 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g ( <b>SEL</b> ) Kasza manna na wywarze jarzynowym* 300 ml ( <b>GLU, PSZ, SEL</b> ) Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 116 g ( <b>GLU, PSZ, GLU, ZYT</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw. 80% tł 15 g Szynekowa dębowa kiel. wp. gr. rozdz. wędz. f. arzo. z dodat. wody w osł. niejad 60 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g ( <b>SEL</b> ) Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Maślanka 150 ml ( <b>MLE</b> )		
	PN	Kanapka z szynką i sałatką (bułka pszenna 32g, margaryna 5g, szynka 25g, sałata 5g) 1 szt. ( <b>GLU, PSZ, SOJ</b> )	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt	Kanapka z serem żółtym i sałatką (chleb razowy 76g, margaryna 5g, ser żółty 25g, sałata 5g) 1 szt. ( <b>GLU, PSZ, MLE, GLU, ZYT</b> )	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt	Kanapka z szynką i sałatką (bułka pszenna 32g, margaryna 5g, szynka 25g, sałata 5g) 1 szt. ( <b>GLU, PSZ, SOJ</b> )	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt	Kanapka z szynką i sałatką (bułka pszenna 32g, margaryna 5g, szynka 25g, sałata 5g) 1 szt. ( <b>GLU, PSZ, SOJ</b> )	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt	Kanapka z szynką i sałatką (bułka pszenna 32g, margaryna 5g, szynka 25g, sałata 5g) 1 szt. ( <b>GLU, PSZ, SOJ</b> )
	Wartość energetyczna: 2460,46 kcal; Białko ogółem: 117,78 g; Tłuszcz: 63,09 g; Kw. tł. nasy.: 18,44 g; Węglowodany ogółem: 368,07 g; W tym cukry: 71,13 g; Błonnik pok.: 29,83 g; Sól: 7,30 g.	Wartość energetyczna: 2296,74 kcal; Białko ogółem: 105,76 g; Tłuszcz: 66,98 g; Kw. tł. nasy.: 20,39 g; Węglowodany ogółem: 331,15 g; W tym cukry: 68,86 g; Błonnik pok.: 28,96 g; Sól: 8,66 g.	Wartość energetyczna: 2282,77 kcal; Białko ogółem: 106,79 g; Tłuszcz: 64,66 g; Kw. tł. nasy.: 20,55 g; Węglowodany ogółem: 333,34 g; W tym cukry: 70,00 g; Błonnik pok.: 31,82 g; Sól: 8,37 g.	Wartość energetyczna: 2474,38 kcal; Białko ogółem: 112,86 g; Tłuszcz: 81,22 g; Kw. tł. nasy.: 26,69 g; Węglowodany ogółem: 336,24 g; W tym cukry: 71,53 g; Błonnik pok.: 32,96 g; Sól: 9,44 g.	Wartość energetyczna: 2460,41 kcal; Białko ogółem: 113,89 g; Tłuszcz: 78,90 g; Kw. tł. nasy.: 26,85 g; Węglowodany ogółem: 338,43 g; W tym cukry: 72,67 g; Błonnik pok.: 35,82 g; Sól: 9,15 g.	Wartość energetyczna: 1426,67 kcal; Białko ogółem: 63,57 g; Tłuszcz: 33,79 g; Kw. tł. nasy.: 6,21 g; Węglowodany ogółem: 229,69 g; W tym cukry: 40,10 g; Błonnik pok.: 25,83 g; Sól: 5,46 g.	Wartość energetyczna: 2548,17 kcal; Białko ogółem: 119,44 g; Tłuszcz: 82,76 g; Kw. tł. nasy.: 25,36 g; Węglowodany ogółem: 343,62 g; W tym cukry: 77,80 g; Błonnik pok.: 26,11 g; Sól: 8,04 g.	Wartość energetyczna: 2534,20 kcal; Białko ogółem: 120,47 g; Tłuszcz: 80,43 g; Kw. tł. nasy.: 25,52 g; Węglowodany ogółem: 345,81 g; W tym cukry: 78,94 g; Błonnik pok.: 28,97 g; Sól: 7,75 g.	Wartość energetyczna: 2184,39 kcal; Białko ogółem: 39,36 g; Tłuszcz: 53,13 g; Kw. tł. nasy.: 9,84 g; Węglowodany ogółem: 392,96 g; W tym cukry: 57,66 g; Błonnik pok.: 23,66 g; Sól: 5,39 g.	Wartość energetyczna: 2226,47 kcal; Białko ogółem: 87,13 g; Tłuszcz: 69,40 g; Kw. tł. nasy.: 15,77 g; Węglowodany ogółem: 327,97 g; W tym cukry: 37,46 g; Błonnik pok.: 32,17 g; Sól: 9,58 g.

2024-02-20 wtorek

Jadłospisy w dniu 2024-02-20 KUCHNIA OSTRÓW MAZOWIECKA

OM- XV Bezmleczna Zestaw II	OM- Dzieci 1-3 lat	OM- Papkawata/ Przecierana	OM- Płynna	OM- Wegetariańska	OM- Bezglutenowa	OM- Pokoźnicza Zestaw I	OM- Pokoźnicza Zestaw II	OM- Kobieta Kamiąca Zestaw I	OM- Kobieta Kamiąca Zestaw II								
Makaron na wywarze jarzynowym 400 ml ( <u>GLU PSZ SEL</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 116 g ( <u>GLU PSZ GLU ZYT</u> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Szyńska zielonogórska-wp. parzona 60 g ( <u>SOJ</u> ) Pomidor 100 g Sałata zielona 20 g Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Makaron na mleku 200 ml ( <u>GLU PSZ MLE</u> ) Bulka pszenna długa krojona 32 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Margaryna roślinna (80% tł.) 5 g ( <u>MLE</u> ) Twarożek z koperkiem 15 g ( <u>MLE</u> ) Szyńska zielonogórska-wp. parzona 25 g ( <u>SOJ</u> ) Pomidor b/skórki 40 g Sałata zielona 20 g Jabłko pieczone 1 szt. 1 szt Kakao na mleku b/c 250 ml ( <u>MLE</u> )	Makaron na wywarze jarzynowym 450 ml ( <u>GLU PSZ SEL</u> ) Bulka pszenna długa krojona 32 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g ( <u>MLE</u> ) Szyńska zielonogórska-wp. parzona 60 g ( <u>SOJ</u> ) Twarożek z koperkiem 80 g ( <u>MLE</u> ) Selet z pietruszka gotowany z olejem ( ) 100 g ( <u>GLU PSZ SEL</u> ) Mus z jabłek ( ) b/c 200 g Kawa zbożowa na mleku b/c 300 ml ( <u>MLE GLU ZYT, GLU JECZ</u> )	Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g ( <u>MLE</u> ) Twarożek z koperkiem 80 g ( <u>MLE</u> ) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Jabłko 1 szt 1 szt Kawa zbożowa na mleku b/c 300 ml ( <u>MLE GLU ZYT, GLU JECZ</u> )	Makaron na mleku 400 ml ( <u>GLU PSZ MLE</u> ) Chleb razowy pszenno-żytni 116 g ( <u>GLU PSZ GLU ZYT</u> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Szyńska zielonogórska-wp. parzona 60 g ( <u>SOJ</u> ) Pomidor b/skórki 80 g Sałata zielona 20 g Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Kaszka jaglana na wywarze jarzynowym 450 ml ( <u>SEL</u> ) Chleb bezglutenowy 100 g Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Szyńska zielonogórska-wp. parzona 60 g ( <u>SOJ</u> ) Pomidor b/skórki 80 g Sałata zielona 20 g Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Makaron na mleku 400 ml ( <u>GLU PSZ MLE</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 96 g ( <u>GLU PSZ GLU ZYT</u> ) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g ( <u>MLE</u> ) Twarożek z koperkiem 50 g ( <u>MLE</u> ) Szyńska zielonogórska-wp. parzona 25 g ( <u>SOJ</u> ) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Jabłko 1 szt 1 szt Kawa zbożowa na mleku b/c 300 ml ( <u>MLE GLU ZYT, GLU JECZ</u> )	Ciasno drożdżowe 50 g ( <u>GLU PSZ JAJ, MLE, SO2</u> )										
2024-02-20 wtorek																	
II ŚN																	
Śniadanie		Obiad															
Selerowa z ziemniakami (bez mleka) ( ) 400 ml ( <u>SEL</u> ) Szyńska wieprzowa duszona 90 g Sos własny ( ) 50 ml ( <u>GLU PSZ SEL</u> ) Ryz na sypko 150 g Fasolka szparagowa z olejem * 100 g Sałatka z buraczków i jabłka z olejem ( ) 100 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml		Brokułowa z ziemniakami ( ) 200 ml ( <u>GLU PSZ MLE, SEL</u> ) Pieczeń wołowa 50 g Sos własny ( ) 30 ml ( <u>GLU PSZ SEL</u> ) Ryz na sypko 90 g Fasolka szparagowa z olejem * 50 g Sałatka z buraczków i jabłka z olejem ( ) 50 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 250 ml		Brokułowa z ziemniakami ( ) 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ) Pulpet wołowy 100 g ( <u>GLU PSZ JAJ</u> ) Sos własny ( ) 50 ml ( <u>GLU PSZ SEL</u> ) Ryz na sypko 150 g Fasolka szparagowa z olejem * 100 g Buraczki gotowane ( ) 100 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml		Brokułowa z ziemniakami ( ) 400 ml ( <u>GLU PSZ MLE, SEL</u> ) Kotlet ryżowy z serem top i koperkiem 150 g ( <u>GLU PSZ JAJ, MLE</u> ) Sos meksykański 50 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem ( ) 100 g Surówka Coleslaw ( ) 100 g ( <u>JAJ, MLE, GOR</u> ) Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml		Brokułowa z ziemniakami (bez glutenu, bez mleka) ( ) 400 ml ( <u>SEL</u> ) Pieczeń wołowa 100 g Sos własny (bez glutenu) 50 ml ( <u>GLU PSZ SEL</u> ) Ryz na sypko 150 g Fasolka szparagowa z olejem * 100 g Sałatka z buraczków i jabłka z olejem ( ) 100 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml		Brokułowa z ziemniakami ( ) 400 ml ( <u>GLU PSZ MLE, SEL</u> ) Pieczeń wołowa 100 g Sos własny ( ) 50 ml ( <u>GLU PSZ SEL</u> ) Ryz na sypko 150 g Fasolka szparagowa z olejem * 100 g Sałatka z buraczków i jabłka z olejem ( ) 100 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml		Selerowa z ziemniakami ( ) 400 ml ( <u>MLE, SEL</u> ) Szyńska wieprzowa duszona 90 g Sos własny ( ) 50 ml ( <u>GLU PSZ SEL</u> ) Ryz na sypko 150 g Fasolka szparagowa z olejem * 100 g Sałatka z buraczków i jabłka z olejem ( ) 100 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml		Brokułowa z ziemniakami ( ) 400 ml ( <u>GLU PSZ MLE, SEL</u> ) Pieczeń wołowa 100 g Sos własny ( ) 50 ml ( <u>GLU PSZ SEL</u> ) Ryz na sypko 150 g Fasolka szparagowa z olejem * 100 g Sałatka z buraczków i jabłka z olejem ( ) 100 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml		Selerowa z ziemniakami ( ) 400 ml ( <u>MLE, SEL</u> ) Szyńska wieprzowa duszona 90 g Sos własny ( ) 50 ml ( <u>GLU PSZ SEL</u> ) Ryz na sypko 150 g Fasolka szparagowa z olejem * 100 g Sałatka z buraczków i jabłka z olejem ( ) 100 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml	

## Jadłospisy w dniu 2024-02-20 KUCHNIA OSTRÓW MAZOWIECKA

				2024-02-20 wtorek						
PD	Kolacja	PN								
OM- XV Bezmięczna Zestaw II	OM- Dzieci 1-3 lat	OM- Papkwatal	OM- Płynna	OM- Wegetariańska	OM- Bezglutenowa	OM- Położnicza Zestaw I	OM- Położnicza Zestaw II	OM- Kobieta Karmiąca Zestaw I	OM- Kobieta Karmiąca Zestaw II	
	Jogurt białoskrobiowy 150g 1 szt (MLE)	Przecierana	Masłanka 150 ml (MLE)							
<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 kieł. wp. gr. rozd. wędz.f. arzo. z dodat.wody w osł. niejad 50 g</p> <p>Sałata zielona 20 g</p> <p>Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (SEL)</p> <p>Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p>	<p>Bulka pszenna długa krojona 32 g (GLU PSZ)</p> <p>Margaryna roślinna (80% tł.) 5 g (MLE)</p> <p>Szynkowa dębowa kieł. wp. gr. rozd. wędz.f. arzo. z dodat.wody w osł. niejad 25 g</p> <p>Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 40 g (SEL)</p> <p>Sałata zielona 20 g</p> <p>Herbata czarna granulowana b/c 250 ml</p>	<p>Kanapka z szynką i sałatką (bulka pszenna 32g, margaryna 5g, szynka 25g, sałata 5g) 1 szt (GLU PSZ SOL)</p>	<p>Sok pomidorowy 0,3l 1 szt</p>	<p>Bulka pszenna długa krojona 32 g (GLU PSZ)</p> <p>Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g (MLE)</p> <p>Szynkowa dębowa kieł. wp. gr. rozd. wędz. parzo. z dodat.wody w osł. niejad 60 g</p> <p>Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (SEL)</p> <p>Kasza manna na wywarze jarzynowym* 450 ml (GLU PSZ SEL)</p> <p>Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p>	<p>Chleb mieszany pszenno-żytni 96 g (GLU PSZ, GLU ZYT)</p> <p>Margaryna roślinna bez mleczna o zaw. 80% tł. 10 g (MLE)</p> <p>Lajko gotowane ki M 2 szt (JAJ)</p> <p>Surówka z rzodkwi i czarnuszki 80 g</p> <p>Sałata 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>Szynkowa dębowa kieł. wp. gr. rozd. wędz.f. arzo. z dodat.wody w osł. niejad 60 g</p> <p>Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 80 g (SEL)</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>Szynkowa dębowa kieł. wp. gr. rozd. wędz. parzo. z dodat.wody w osł. niejad 50 g</p> <p>Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 80 g (SEL)</p> <p>Sałata zielona 20 g</p> <p>Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p>			
<p>Wartość energetyczna: 2201,90 kcal; Białko ogółem: 86,57 g; Tłuszcz: 66,78 g; Kw. tł. nasy.: 15,83 g; Węglowodany ogółem: 329,82 g; W tym cukry: 38,60 g; Błonnik pok.: 35,03 g; Sól: 9,35 g.</p>	<p>Wartość energetyczna: 1490,41 kcal; Białko ogółem: 65,45 g; Tłuszcz: 45,49 g; Kw. tł. nasy.: 14,33 g; Węglowodany ogółem: 210,65 g; W tym cukry: 56,16 g; Błonnik pok.: 16,28 g; Sól: 4,52 g.</p>	<p>Wartość energetyczna: 2143,53 kcal; Białko ogółem: 101,84 g; Tłuszcz: 64,26 g; Kw. tł. nasy.: 20,59 g; Węglowodany ogółem: 305,49 g; W tym cukry: 47,20 g; Błonnik pok.: 34,07 g; Sól: 7,15 g;</p>	<p>Wartość energetyczna: 2525,53 kcal; Białko ogółem: 92,89 g; Tłuszcz: 94,12 g; Kw. tł. nasy.: 26,51 g; Węglowodany ogółem: 339,67 g; W tym cukry: 75,20 g; Błonnik pok.: 30,54 g; Sól: 7,49 g.</p>	<p>Wartość energetyczna: 2106,30 kcal; Białko ogółem: 70,30 g; Tłuszcz: 76,84 g; Kw. tł. nasy.: 14,96 g; Węglowodany ogółem: 290,83 g; W tym cukry: 35,63 g; Błonnik pok.: 23,15 g; Sól: 5,50 g.</p>	<p>Wartość energetyczna: 2571,74 kcal; Białko ogółem: 116,21 g; Tłuszcz: 74,73 g; Kw. tł. nasy.: 22,25 g; Węglowodany ogółem: 371,20 g; W tym cukry: 75,91 g; Błonnik pok.: 30,11 g; Sól: 9,35 g.</p>	<p>Wartość energetyczna: 2557,77 kcal; Białko ogółem: 117,24 g; Tłuszcz: 72,41 g; Kw. tł. nasy.: 22,41 g; Węglowodany ogółem: 373,39 g; W tym cukry: 77,05 g; Błonnik pok.: 32,97 g; Sól: 9,06 g.</p>	<p>Wartość energetyczna: 2571,74 kcal; Białko ogółem: 116,21 g; Tłuszcz: 74,73 g; Kw. tł. nasy.: 22,25 g; Węglowodany ogółem: 371,20 g; W tym cukry: 75,91 g; Błonnik pok.: 30,11 g; Sól: 9,35 g.</p>	<p>Wartość energetyczna: 2557,77 kcal; Białko ogółem: 117,24 g; Tłuszcz: 72,41 g; Kw. tł. nasy.: 22,41 g; Węglowodany ogółem: 373,39 g; W tym cukry: 77,05 g; Błonnik pok.: 32,97 g; Sól: 9,06 g.</p>		

## Oznaczenia alergenów:

GLU PSZ - Zboża zawierające gluten pszenny,

SKO - Skorupiak 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, nerkowe, pistacje, migdały,

SEL - Seler i pochodne,

GOR - Gorczyca i produkty pochodne,

SEZ - Nasiona sezamu i pochodne,

S02 - Dwutlenek siarki / siarczyny,

ŻUB - Żub i produkty pochodne,

MCK - Mięczaki i pochodne,

MLE b/LAK - Mleko i pochodne bez laktozy,

GLU ŻYT - Zboża zawierające gluten żytni,

GLU OW - Zboża zawierające gluten owsiany,

GLU JECZ - Zboża zawierające gluten jęczmienny,

## Oznaczenia wskaźników odz.:

Wartość energetyczna - Wartość energetyczna wg rozp.

1169/2011[kcal],

Białko ogółem - Białko ogółem wg rozp. 1169/2011,

Tłuszcz - Tłuszcz,

Węglowodany ogółem - Węglowodany ogółem,

S01 - S01,

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,





NAPPZOD CANNING SP. Z O.O.  
 ul. Traktorowa 44b km. 901, 81-204 Łódź  
 NIP 6772397589 REGON 14289712430  
 KRŚ 0009501098

Kuchnia Ostrow Mazowiecka z Jedzospisow dla diety: OM-III b Do zywienia przez sondę

Lp	Asortyment	Składniki
		Porcja - Definiacja receptury (asortymenty wg ilości mierzonych)
		Składniki

1	Sonda / plynna śn. 1 400 g (GLU PSZ, MLE,)	1 Mięko 2% nv(MLE,)	
2	Serek Homog. o smaku naturalnym 2,5% il. nv(MLE,)		
3	Kasza manna nv(GLU PSZ,)		
4	Cukier		
5	Masło 82% il. nv(MLE,)		
6	Mleko w proszku pełne nv(MLE,)		
7	Jaja M nv(JAJ,)		
8	Suchary bez cukru 285g nv		
9	Sonda mleczna 2 400 g (GLU PSZ, JAJ, MLE,)		
1	Mięko 2% nv(MLE,)		
2	Kasza manna nv(GLU PSZ,)		
3	Cukier		
4	Masło 82% il. nv(MLE,)		
5	Mleko w proszku pełne nv(MLE,)		
6	Jaja M nv(JAJ,)		
7	Suchary bez cukru 285g nv		
8	Sonda / plynna ob. 3 400 g (GLU PSZ, JAJ, SEL,)		
1	Woda		
2	Wioszczyzna mroz. 3skl		
3	pasz/marchew, pietruszka, seler (SEL,)		
4	Udziec z kurczaka b/k b/s		
5	Makaron z pszenicy zwyczajnej z kurkuma nv(GLU PSZ,)		
6	olej rzepakowy nv		
7	Jaja M nv(JAJ,)		
8	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% il. nv(MLE,)		
7	Jaja M nv(JAJ,)		
8	Śmietanka pasteryzowana (MLE,)		
9	Sonda miesięczna 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,)		

