

Jadłospisy w dniu 2024-02-21 KUCHNIA OSTRÓW MAZOWIECKA

2024-02-21 środa									
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- V Kleikowa	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
Kolacja		Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt	Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt	Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt	Kleik z kaszy manny na wodzie 250 ml (GLU,PSZ)	Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt	Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt	Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt	Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt
Chleb mieszany pszenno-żytni PSZ, GLU, ZYT, Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE) Szyunka na kartki- wiegprzowa,wędzona,parzona 25 g Serrek Fromage 50 g (GLU,PSZ,MLE) Pomidor 90 g Rukola 10 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) Szyunka na kartki- wiegprzowa,wędzona,parzona 25 g Serrek Fromage 50 g (GLU,PSZ,MLE) Pomidor 90 g Rukola 10 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Sonda mięsna! 5 400 g (JAJ,SEL)	Chleb mieszany pszenno-żytni 96 g (GLU,PSZ, GLU, ZYT) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE) Szyunka na kartki- wiegprzowa,wędzona,parzona 25 g Twaróg półtłusty 50 g (MLE) Pomidor 90 g Rukola 10 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) Szyunka na kartki- wiegprzowa,wędzona,parzona 25 g Twaróg półtłusty 50 g (MLE) Pomidor 90 g Rukola 10 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Kleik z kaszy manny na wodzie 250 ml (GLU,PSZ)	Bułka pszenna długa krojona 76 g (GLU,PSZ) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE) Szyunka na kartki- wiegprzowa,wędzona,parzona 25 g Twaróg półtłusty 50 g (MLE) Szyunka na kartki- wiegprzowa,wędzona,parzona 25 g Twaróg półtłusty 50 g (MLE) Pomidor biskótki 90 g (MLE) Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 76 g (GLU,PSZ) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE) Szyunka na kartki- wiegprzowa,wędzona,parzona 25 g Twaróg półtłusty 50 g (MLE) Szyunka na kartki- wiegprzowa,wędzona,parzona 25 g Twaróg półtłusty 50 g (MLE) Pomidor biskótki 90 g (MLE) Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 76 g (GLU,PSZ) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE) Szyunka na kartki- wiegprzowa,wędzona,parzona 25 g Twaróg półtłusty 50 g (MLE) Pomidor biskótki 90 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 76 g (GLU,PSZ) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE) Szyunka na kartki- wiegprzowa,wędzona,parzona 25 g Twaróg półtłusty 50 g (MLE) Pomidor biskótki 90 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml
Wartość energetyczna: 2407,42 kcal; Białko ogółem: 103,64 g; Tłuszcz: 82,60 g; Kw. tł. nasy.: 32,72 g; Węglowodany ogółem: 324,72 g; W tym cukry: 69,30 g; Błonnik pok.: 32,98 g; Sól: 7,31 g.	Wartość energetyczna: 2407,24 kcal; Białko ogółem: 98,07 g; Tłuszcz: 82,63 g; Kw. tł. nasy.: 32,48 g; Węglowodany ogółem: 330,57 g; W tym cukry: 70,07 g; Błonnik pok.: 33,64 g; Sól: 6,85 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: 2,66 g.	Wartość energetyczna: 2194,96 kcal; Białko ogółem: 105,88 g; Tłuszcz: 60,88 g; Kw. tł. nasy.: 19,25 g; Węglowodany ogółem: 317,05 g; W tym cukry: 64,40 g; Błonnik pok.: 29,20 g; Sól: 6,27 g.	Wartość energetyczna: 2212,04 kcal; Białko ogółem: 100,96 g; Tłuszcz: 63,26 g; Kw. tł. nasy.: 19,19 g; Węglowodany ogółem: 321,28 g; W tym cukry: 65,16 g; Błonnik pok.: 29,96 g; Sól: 6,32 g.	Wartość energetyczna: 704,00 kcal; Białko ogółem: 19,00 g; Tłuszcz: 2,60 g; Kw. tł. nasy.: 0,36 g; Węglowodany ogółem: 153,40 g; W tym cukry: 0,20 g; Błonnik pok.: 5,00 g; Sól: 0,40 g.	Wartość energetyczna: 2122,79 kcal; Białko ogółem: 107,72 g; Tłuszcz: 60,67 g; Kw. tł. nasy.: 19,09 g; Węglowodany ogółem: 296,60 g; W tym cukry: 66,14 g; Błonnik pok.: 25,61 g; Sól: 4,63 g.	Wartość energetyczna: 2139,87 kcal; Białko ogółem: 102,80 g; Tłuszcz: 63,05 g; Kw. tł. nasy.: 19,03 g; Węglowodany ogółem: 300,82 g; W tym cukry: 66,90 g; Błonnik pok.: 26,37 g; Sól: 4,68 g.	Wartość energetyczna: 2122,79 kcal; Białko ogółem: 107,72 g; Tłuszcz: 60,67 g; Kw. tł. nasy.: 19,09 g; Węglowodany ogółem: 296,60 g; W tym cukry: 66,14 g; Błonnik pok.: 25,61 g; Sól: 4,63 g.	Wartość energetyczna: 2139,87 kcal; Białko ogółem: 102,80 g; Tłuszcz: 63,05 g; Kw. tł. nasy.: 19,03 g; Węglowodany ogółem: 300,82 g; W tym cukry: 66,90 g; Błonnik pok.: 26,37 g; Sól: 4,68 g.

Jadłospisy w dniu 2024-02-21 KUCHNIA OSTRÓW MAZOWIECKA

PD	Śniadanie		Obiad							
	<p>OM- VIII Z ograniczeniem tłuszczu Zestaw I</p> <p>Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (MLE)</p> <p>Bułka pszenna długa krojona 90 g (GLU PSZ)</p> <p>Schab bednarza- wędzonka wp.wędzona,parzona z wodą dodaną 50 g (SOL)</p> <p>Brokuł gotowany z olejem* 80 g</p> <p>Salata zielona 20 g</p> <p>Jabłko pieczone 1 szt. 1 szt</p> <p>Kawa zbożowa na mleku b/c 300 ml (MLE GLU ZYT, GLU JECZ)</p>	<p>OM- VIII Z ograniczeniem tłuszczu Zestaw II</p> <p>Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (MLE)</p> <p>Chleb mieszany pszenno-żytni 96 g (GLU PSZ, GLU ZYT)</p> <p>Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE)</p> <p>Schab bednarza- wędzonka wp.wędzona,parzona z wodą dodaną 50 g (SOL)</p> <p>Brokuł gotowany z olejem* 80 g</p> <p>Salata zielona 20 g</p> <p>Jabłko 1 szt. 1 szt</p> <p>Kawa zbożowa na mleku b/c 300 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ)</p>	<p>OM- IX Łatwo strawna Zestaw I</p> <p>Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (MLE)</p> <p>Chleb mieszany pszenno-żytni 96 g (GLU PSZ, GLU ZYT)</p> <p>Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE)</p> <p>Schab bednarza- wędzonka wp.wędzona,parzona z wodą dodaną 50 g (SOL)</p> <p>Brokuł gotowany z olejem* 80 g</p> <p>Salata zielona 20 g</p> <p>Jabłko 1 szt. 1 szt</p> <p>Kawa zbożowa na mleku b/c 300 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ)</p>	<p>OM- IX Łatwo strawna Zestaw II</p> <p>Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (MLE)</p> <p>Chleb mieszany pszenno-żytni 96 g (GLU PSZ, GLU ZYT)</p> <p>Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE)</p> <p>Schab bednarza- wędzonka wp.wędzona,parzona z wodą dodaną 50 g (SOL)</p> <p>Brokuł gotowany z olejem* 80 g</p> <p>Salata zielona 20 g</p> <p>Jabłko 1 szt. 1 szt</p> <p>Kawa zbożowa na mleku b/c 300 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ)</p>	<p>OM- X Z ogr. łatwo przyswajalnych węgl. Zestaw I</p> <p>Kasza gryczana na mleku 400 g (MLE)</p> <p>Chleb razowy pszenno-żytni 76 g (GLU PSZ, GLU ZYT)</p> <p>Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE)</p> <p>Schab bednarza- wędzonka wp.wędzona,parzona z wodą dodaną 25 g (SOL)</p> <p>Jajko gotowane kl.M 1 szt (JAJ)</p> <p>Salatka z brokułu, oliwy i koperku 80 g</p> <p>Salata zielona 20 g</p> <p>Mandarynka 2 szt</p> <p>Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p>	<p>OM- X Z ogr. łatwo przyswajalnych węgl. Zestaw II</p> <p>Kasza kukurydziana na mleku 400 g (MLE)</p> <p>Chleb razowy pszenno-żytni 76 g (GLU PSZ, GLU ZYT)</p> <p>Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE)</p> <p>Schab bednarza- wędzonka wp.wędzona,parzona z wodą dodaną 25 g (SOL)</p> <p>Jajko gotowane kl.M 1 szt (JAJ)</p> <p>Salatka z brokułu, oliwy i koperku 80 g</p> <p>Salata zielona 20 g</p> <p>Mandarynka 2 szt</p> <p>Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p>	<p>OM- XI Uboogoenergetyczna</p> <p>Chleb mieszany pszenno-żytni 66 g (GLU PSZ, GLU ZYT)</p> <p>Schab bednarza- wędzonka wp.wędzona,parzona z wodą dodaną 30 g (SOL)</p> <p>Brokuł gotowany z olejem* 100 g</p> <p>Salata zielona 20 g</p> <p>Mandarynka 2 szt</p> <p>Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p>	<p>OM- XII Bogatobiałkowa łatwostrawna Zestaw I</p> <p>Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (MLE)</p> <p>Chleb mieszany pszenno-żytni 96 g (GLU PSZ, GLU ZYT)</p> <p>Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE)</p> <p>Schab bednarza- wędzonka wp.wędzona,parzona z wodą dodaną 50 g (SOL)</p> <p>Brokuł gotowany z olejem* 80 g</p> <p>Salata zielona 20 g</p> <p>Jabłko 1 szt 1 szt</p> <p>Kawa zbożowa na mleku b/c 300 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ)</p>	<p>OM- XII Bogatobiałkowa łatwostrawna Zestaw II</p> <p>Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (MLE)</p> <p>Chleb mieszany pszenno-żytni 96 g (GLU PSZ, GLU ZYT)</p> <p>Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE)</p> <p>Schab bednarza- wędzonka wp.wędzona,parzona z wodą dodaną 50 g (SOL)</p> <p>Brokuł gotowany z olejem* 80 g</p> <p>Salata zielona 20 g</p> <p>Jabłko 1 szt 1 szt</p> <p>Kawa zbożowa na mleku b/c 300 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ)</p>	<p>OM- XIII Niskobiałkowa</p> <p>Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 450 ml (SEL)</p> <p>Chleb bezglutenowy 116 g</p> <p>Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g (MLE)</p> <p>Schab bednarza- wędzonka wp.wędzona,parzona z wodą dodaną 30 g (SOL)</p> <p>Brokuł gotowany z olejem* 100 g</p> <p>Salata zielona 20 g</p> <p>Mandarynka 2 szt</p> <p>Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p>
	Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (MLE)		Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (MLE)							
	<p>II ŚN</p> <p>Ryżowa () 400 ml (MLE, SEL)</p> <p>Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g</p> <p>Sos pietruszkowy () 50 ml (GLU PSZ, MLE, SEL)</p> <p>Ziemniaki z koperkiem () 180 g</p> <p>Szpinak gotowany z olejem* 100 g (GLU PSZ)</p> <p>Marchew oprószana z olejem () 100 g (GLU PSZ)</p> <p>Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml</p>	<p>Kalafiorowa z ryżem () 400 ml (MLE, SEL)</p> <p>Pulpet drobiowy 100 g (GLU PSZ, JAJ)</p> <p>Sos pietruszkowy () 50 ml (GLU PSZ, MLE, SEL)</p> <p>Ziemniaki z koperkiem () 180 g</p> <p>Szpinak gotowany z olejem* 100 g (GLU PSZ)</p> <p>Marchew oprószana z olejem () 100 g (GLU PSZ)</p> <p>Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml</p>	<p>Ryżowa () 400 ml (MLE, SEL)</p> <p>Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g</p> <p>Sos pietruszkowy () 50 ml (GLU PSZ, MLE, SEL)</p> <p>Ziemniaki z koperkiem () 180 g</p> <p>Szpinak gotowany z olejem* 100 g (GLU PSZ)</p> <p>Marchew oprószana z olejem () 100 g (GLU PSZ)</p> <p>Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml</p>	<p>Ogórkowa z ryżem brązowym () 400 ml (MLE, SEL)</p> <p>Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g</p> <p>Sos pietruszkowy () 50 ml (GLU PSZ, MLE, SEL)</p> <p>Ziemniaki z koperkiem () 180 g</p> <p>Szpinak gotowany z olejem* 100 g (GLU PSZ)</p> <p>Surówka z selera i marchwi z olejem () 100 g (SEL)</p> <p>Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml</p>	<p>Kalafiorowa z ryżem brązowym () 400 ml (MLE, SEL)</p> <p>Pulpet drobiowy 100 g (GLU PSZ, JAJ)</p> <p>Sos pietruszkowy () 50 ml (GLU PSZ, MLE, SEL)</p> <p>Ziemniaki z koperkiem () 180 g</p> <p>Szpinak gotowany z olejem* 100 g (GLU PSZ)</p> <p>Surówka z selera i marchwi z olejem () 100 g (SEL)</p> <p>Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml</p>	<p>Ryżowa () 400 ml (MLE, SEL)</p> <p>Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 80 g</p> <p>Sos pietruszkowy () 50 ml (GLU PSZ, MLE, SEL)</p> <p>Ziemniaki z koperkiem () 180 g</p> <p>Szpinak gotowany z olejem* 100 g (GLU PSZ)</p> <p>Marchew oprószana z olejem () 100 g (GLU PSZ)</p> <p>Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml</p>	<p>Ryżowa () 400 ml (MLE, SEL)</p> <p>Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g</p> <p>Sos pietruszkowy () 50 ml (GLU PSZ, MLE, SEL)</p> <p>Ziemniaki z koperkiem () 180 g</p> <p>Szpinak gotowany z olejem* 100 g (GLU PSZ)</p> <p>Marchew oprószana z olejem () 100 g (GLU PSZ)</p> <p>Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml</p>	<p>Ryżowa (bez mleka) () 400 ml (SEL)</p> <p>Kolify ziemniaczane () 300 g (GLU PSZ, JAJ)</p> <p>Sos pietruszkowy () 50 ml (GLU PSZ, MLE, SEL)</p> <p>Ziemniaki z koperkiem () 180 g</p> <p>Szpinak gotowany z olejem* 100 g (GLU PSZ)</p> <p>Marchew oprószana z olejem () 100 g (GLU PSZ)</p> <p>Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml</p>		

Jadłospisy w dniu 2024-02-21 KUCHNIA OSTRÓW MAZOWIECKA

2024-02-21 środa																									
	OM- VIII Z ograniczeniem tłuszczu Zestaw I	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 Ubogoproteinowa	OM- XII Bogatobiałkowa łatwostrawna Zestaw I	OM- XII Bogatobiałkowa łatwostrawna Zestaw II	OM- XIII Niskobiałkowa															
PN	<p>Bułka pszenna długa krojona 90 g (GLU PSZ) Szyńska na kartki-wieprzowa,wędzona,p arzona 25 g Twaróg półtusty 50 g (MLE) Pomidor 90 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p>	<p>Bułka pszenna długa krojona 90 g (GLU PSZ) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE) Szyńska na kartki-wieprzowa,wędzona,p arzona 25 g Twaróg półtusty 50 g Pomidor 90 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p>	<p>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 Twaróg półtusty 50 g (MLE) Pomidor 90 g Rukola 10 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p>	<p>Chleb razowy pszenno-żytni 76 g (GLU PSZ, GLU ZYT) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE) Serek Fromage 50 g (GLU PSZ, MLE) Szyńska na kartki-wieprzowa,wędzona,parzona 25 g Pomidor 90 g Rukola 10 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p>	<p>Chleb mieszany pszenno-żytni 66 g (GLU PSZ, GLU ZYT) Szyńska na kartki-wieprzowa,wędzona,p arzona 30 g Pomidor 100 g Rukola 10 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p>	<p>Chleb mieszany pszenno-żytni 96 g (GLU PSZ, GLU ZYT) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE) Szyńska na kartki-wieprzowa,wędzona,parzona 25 g Twaróg półtusty 50 g (MLE) Pomidor 90 g Rukola 10 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p>	<p>Chleb bezglutenowy 116 g Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g (MLE) Szyńska na kartki-wieprzowa,wędzona,p arzona 30 g Pomidor 10 g Rukola 10 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p>	<p>Kanapka z szynką i sałatką (bułka pszenna krojona 32g, margaryna 5g, szynka 25g, sałata 5g) 1 szt. (GLU PSZ, SOL)</p>	<p>Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt.</p>	<p>Kanapka z szynką i sałatką (chleb razowy 76g, margaryna 5g, szynka 25g, sałata 5g) 1 szt. (GLU PSZ, SOL)</p>	<p>Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt.</p>	<p>Kanapka z szynką i sałatką (chleb mieszany 66g, margaryna 5g, szynka 25g, sałata 5g) 1 szt. (GLU PSZ, SOL)</p>	<p>Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt.</p>	<p>Kanapka z szynką i sałatką (bułka pszenna krojona 32g, margaryna 5g, szynka 25g, sałata 5g) 1 szt. (GLU PSZ, SOL)</p>	<p>Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt.</p>	<p>Wartość energetyczna: 2139,60 kcal; Białko ogółem: 111,00 g; Tłuszcz: 50,28 g; Kw. tł. nasy.: 15,99 g; Węglowodany ogółem: 322,17 g; W tym cukry: 66,99 g; Błonnik pok.: 25,33 g; Sól: 5,75 g.</p>	<p>Wartość energetyczna: 2228,78 kcal; Białko ogółem: 106,18 g; Tłuszcz: 60,66 g; Kw. tł. nasy.: 18,72 g; Węglowodany ogółem: 326,51 g; W tym cukry: 67,85 g; Błonnik pok.: 26,09 g; Sól: 5,82 g.</p>	<p>Wartość energetyczna: 2193,93 kcal; Białko ogółem: 102,51 g; Tłuszcz: 60,25 g; Kw. tł. nasy.: 19,45 g; Węglowodany ogółem: 322,75 g; W tym cukry: 65,64 g; Błonnik pok.: 32,04 g; Sól: 6,47 g.</p>	<p>Wartość energetyczna: 2211,01 kcal; Białko ogółem: 97,59 g; Tłuszcz: 62,63 g; Kw. tł. nasy.: 19,39 g; Węglowodany ogółem: 326,98 g; W tym cukry: 66,40 g; Błonnik pok.: 32,80 g; Sól: 6,52 g.</p>	<p>Wartość energetyczna: 2329,62 kcal; Białko ogółem: 105,37 g; Tłuszcz: 86,49 g; Kw. tł. nasy.: 31,76 g; Węglowodany ogółem: 299,72 g; W tym cukry: 56,61 g; Błonnik pok.: 35,94 g; Sól: 7,74 g.</p>	<p>Wartość energetyczna: 2370,70 kcal; Białko ogółem: 100,70 g; Tłuszcz: 88,90 g; Kw. tł. nasy.: 31,70 g; Węglowodany ogółem: 309,69 g; W tym cukry: 57,39 g; Błonnik pok.: 36,74 g; Sól: 7,26 g.</p>	<p>Wartość energetyczna: 1287,49 kcal; Białko ogółem: 57,52 g; Tłuszcz: 24,06 g; Kw. tł. nasy.: 4,19 g; Węglowodany ogółem: 221,83 g; W tym cukry: 35,80 g; Błonnik pok.: 27,87 g; Sól: 4,33 g.</p>	<p>Wartość energetyczna: 2427,96 kcal; Białko ogółem: 117,06 g; Tłuszcz: 72,07 g; Kw. tł. nasy.: 21,67 g; Węglowodany ogółem: 340,62 g; W tym cukry: 64,99 g; Błonnik pok.: 28,38 g; Sól: 7,45 g.</p>	<p>Wartość energetyczna: 2445,04 kcal; Białko ogółem: 112,14 g; Tłuszcz: 74,45 g; Kw. tł. nasy.: 21,61 g; Węglowodany ogółem: 344,85 g; W tym cukry: 65,75 g; Błonnik pok.: 29,14 g; Sól: 7,50 g.</p>	<p>Wartość energetyczna: 2273,85 kcal; Białko ogółem: 47,57 g; Tłuszcz: 64,06 g; Kw. tł. nasy.: 11,12 g; Węglowodany ogółem: 386,21 g; W tym cukry: 38,20 g; Błonnik pok.: 33,03 g; Sól: 2,49 g.</p>

Jadłospisy w dniu 2024-02-21 KUCHNIA OSTRÓW MAZOWIECKA

2024-02-21 środa									
OM- XV Bezmleczna Zestaw I	OM- XV Bezmleczna Zestaw II	OM- Dzieci 1-3 lat	OM- Papkowata/ Przeciera	OM- Płynna	OM- Wegetariańska	OM- Bezglutenowa	OM- Położnicza Zestaw I	OM- Położnicza Zestaw II	OM- Kobieta Karmiąca Zestaw I
Chleb mieszany pszenno-żytni PSZ, GLU, ŻYT. Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Szynte na kartki- wlepszona,wędzona,parzona 60 g Pomidor 90 g Rukola 10 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bulka pszenna długa krojona 32 g (GLU PSZ) Margaryna roślinna (80% tł.) 5 g (MLE) Szynte na kartki- wlepszona,wędzona,p arzona 30 g Pomidor biskorki 40 g Rukola 10 g	Bulka pszenna długa krojona 32 g (GLU PSZ) Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g (MLE) Szynte na kartki- wlepszona,wędzona,parzona 60 g Twaróg półtusty 80 g (MLE) Kafelator gotowany z olejem* 100 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Jarzynowa z ziemniakami (bez mleka) () 450 ml (GLU,PSZ, SEL)	Chleb mieszany pszenno-żytni 96 g (GLU,PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE) Szynte na kartki- wlepszona,wędzona,parzona 60 g Serrek Fromage 80 g (GLU,PSZ, MLE) Pomidor 90 g Rukola 10 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Chleb bezglutenowy 100 g Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Szynte na kartki- wlepszona,wędzona,p arzona 60 g Pomidor 90 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 116 g (GLU,PSZ, GLU, ŻYT.) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE) Szynte na kartki- wlepszona,wędzona,parzona 25 g Twaróg półtusty 50 g (MLE) Pomidor 90 g Rukola 10 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 116 g (GLU,PSZ, GLU, ŻYT.) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE) Szynte na kartki- wlepszona,wędzona,parzona 25 g Twaróg półtusty 50 g (MLE) Pomidor 90 g Rukola 10 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 116 g (GLU,PSZ, GLU, ŻYT.) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE) Szynte na kartki- wlepszona,wędzona,parzona 25 g Twaróg półtusty 50 g (MLE) Pomidor 90 g Rukola 10 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 116 g (GLU,PSZ, GLU, ŻYT.) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE) Szynte na kartki- wlepszona,wędzona,parzona 25 g Twaróg półtusty 50 g (MLE) Pomidor 90 g Rukola 10 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 116 g (GLU,PSZ, GLU, ŻYT.) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE) Szynte na kartki- wlepszona,wędzona,parzona 25 g Twaróg półtusty 50 g (MLE) Pomidor 90 g Rukola 10 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml
PN		Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt		Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt		Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt		Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt	
Kanapka z szynką i sałata (bulka pszenna 32g, margaryna 5g, szynka 25g, sałata 5g) 1 szt (GLU,PSZ, SOL)	Wartość energetyczna: 2078,80 kcal; Białko ogółem: 86,16 g; Tłuszcz: 59,32 g; Kw. tł. nasy.: 14,51 g; Węglowodany ogółem: 313,44 g; W tym cukry: 33,62 g; Błonnik pok.: 30,63 g; Sól: 7,14 g.	Wartość energetyczna: 2095,88 kcal; Białko ogółem: 81,23 g; Tłuszcz: 61,70 g; Kw. tł. nasy.: 14,45 g; Węglowodany ogółem: 317,67 g; W tym cukry: 34,38 g; Błonnik pok.: 31,39 g; Sól: 7,19 g.	Wartość energetyczna: 1361,05 kcal; Białko ogółem: 54,47 g; Tłuszcz: 31,67 g; Kw. tł. nasy.: 10,99 g; Węglowodany ogółem: 219,93 g; W tym cukry: 82,51 g; Błonnik pok.: 17,71 g; Sól: 2,55 g.	Wartość energetyczna: 2173,73 kcal; Białko ogółem: 100,89 g; Tłuszcz: 66,83 g; Kw. tł. nasy.: 20,21 g; Węglowodany ogółem: 306,47 g; W tym cukry: 40,66 g; Błonnik pok.: 35,31 g; Sól: 4,27 g.	Wartość energetyczna: 2678,39 kcal; Białko ogółem: 86,51 g; Tłuszcz: 98,62 g; Kw. tł. nasy.: 39,78 g; Węglowodany ogółem: 372,60 g; W tym cukry: 69,58 g; Błonnik pok.: 35,82 g; Sól: 7,11 g.	Wartość energetyczna: 1970,73 kcal; Białko ogółem: 67,54 g; Tłuszcz: 71,82 g; Kw. tł. nasy.: 14,23 g; Węglowodany ogółem: 270,62 g; W tym cukry: 33,44 g; Błonnik pok.: 22,52 g; Sól: 3,02 g.	Wartość energetyczna: 2598,63 kcal; Białko ogółem: 118,51 g; Tłuszcz: 68,34 g; Kw. tł. nasy.: 24,33 g; Węglowodany ogółem: 389,86 g; W tym cukry: 105,26 g; Błonnik pok.: 33,35 g; Sól: 6,98 g.	Wartość energetyczna: 2615,71 kcal; Białko ogółem: 113,59 g; Tłuszcz: 70,72 g; Kw. tł. nasy.: 24,27 g; Węglowodany ogółem: 394,09 g; W tym cukry: 106,02 g; Błonnik pok.: 34,11 g; Sól: 7,03 g.	Wartość energetyczna: 2598,63 kcal; Białko ogółem: 118,51 g; Tłuszcz: 68,34 g; Kw. tł. nasy.: 24,33 g; Węglowodany ogółem: 389,86 g; W tym cukry: 105,26 g; Błonnik pok.: 33,35 g; Sól: 6,98 g.

Jadłospisy w dniu 2024-02-21 KUCHNIA OSTRÓW MAZOWIECKA

OM- Kobieta
Karmiąca Zestaw II

2024-02-21 środa

	Śniadanie	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (<u>MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 96 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> <u>GLU</u> <u>ZYT</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (<u>MLE</u>) Schab beczarka-wędzronka w.p.wędzona, parzona z wodą dodaną 50 g (<u>SOJ</u>) Brokuł gotowany z olejem* 80 g Sałata zielona 20 g Mandarynka 2 szt Kawa zbożowa na mleku b/c 300 ml (<u>MLE</u> <u>GLU</u> <u>ZYT</u> <u>GLU</u> <u>JECZ</u>)
	II ŚN	Jogurt owoce leśne 150g 1 szt (<u>MLE</u>)
	Obiad	Katątorowa z ryżem () 400 ml (<u>MLE</u> <u>SEL</u>) Pulpet drobiowy 100 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> <u>JAJ</u>) Sos pietruszkowy () 50 ml (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> <u>MLE</u> <u>SEL</u>) Ziemniaki z koperkiem () 180 g Szpinak gotowany z olejem* 100 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u>) Surowka z selera i marchwi z olejem () 100 g (<u>SEL</u>) Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml
PD	Budyni o smaku śmietankowym b/c 300 ml (<u>MLE</u>)	

Wydruk z MAPI Jadłospis 2.24.1.17

Jadłospis_Tygodniowy_posilki_w_wierszach.fr3

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

NAPRZÓD CATERING Sp. z o.o. strona 7 z 9
ul. Traktorowa 126 lok. 30 91-2041 005

Wydrukował: MUFAR Data i godzina wydruku: 2024-02-19 11:09:45

KRS 0000401008

Jadłospisy w dniu 2024-02-21 KUCHNIA OSTRÓW MAZOWIECKA

OM- Kobieta
Karmiąca Zestaw II

2024-02-21 środa	
PN	Kolacja
<p>Chleb mieszany pszenno-żytni 116 g (GLUPSZ, GLU ZYT) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE) Szyntka na kartki- Wleprzowa wędzona, p arzona 25 g Twaróg półtłusty 50 g (MLE) Pomidor 90 g Rukola 10 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p> <p>Mus owocowo-warzywny 100g- produkt pasteryzowany 1 szt</p>	<p>Wartość energetyczna: 2615,71 kcal; Białko ogółem: 113,59 g; Tuszcz: 70,72 g; Kw. tł. nasy.: 24,27 g; Węglowodany ogółem: 394,09 g; W lym cukry: 106,02 g; Błonnik pok.: 34,11 g; Sól: 7,03 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 laktazą,

ORZ - Orzechy: włoskie, laskowe, pekan, nerkowe, pistacje, migdały,

SEL - Seler i pochodne,

GOR - Gorczyca i produkty pochodne,

SEZ - Nasiona sezamu i pochodne,

S02 - Dwiulenek siarki / siarczyny,

ŻUB - Żubin 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 JEZC - Zboża zawierające gluten jęczmienny,

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,

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,

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

Nazwa dania/asortymentu		Składniki
Lp	Asortyment	Porcja - Definicja receptury (asortymenty wg ilości mającej)
		Składniki
1	Sonda / płynna śn. 1 400 g (GLU PSZ, MLE,)	
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	Cukler	
5	Masło 82% ll. nv(MLE,)	Śmietanka pasteryzowana (MLE,)
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% 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	Sonda / płynna ob. 3 400 g (GLU PSZ, JAJ, SEL,)	
1	Woda	
2	Włoszczyzna mroż. 3skl paski/marchew.pietruszka.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,)	Maka pszenna (GLU PSZ,), 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% ll. nv(MLE,)	Śmietanka pasteryzowana (MLE,)
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,)	

