



Jadłospisy w dniu 2024-03-01 KUCHNIA OSTRÓW MAZOWIECKA

2024-03-01 piątek												
Kolacja		Mus owocowo-warzwywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt										
PN	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.so ku zółd. Zestaw I	OM- VII Z ogr.sub.pobudz.wydz.so ku zółd. Zestaw II	OM- VIII Z ograniczeniem tłuszczu Zestaw I	OM- VIII Z ograniczeniem tłuszczu Zestaw II	
	Chleb mieszany pszenno-żytni (GLU,ZYT) 96 g (GLU,PSZ) 10 g (MLE) 25 g (SOL) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE) Pasta z jaj 50 g (JAJ,MLE) Szyńska zielonogórska-wp. parzona 80 g (SOL) Papryka świeża 20 g Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Sonda mięsna! 400 g (JAJ,SEL)	Bulka pszenna długa krojona 76 g (GLU,PSZ) 10 g (MLE) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE) Szyńska zielonogórska-wp. parzona 25 g (SOL) Serek homio z natką pietruszki 50 g (MLE) Buraczki oprószone () 80 g (GLU,PSZ) Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Bulka pszenna długa krojona 76 g (GLU,PSZ) 10 g (MLE) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE) Szyńska zielonogórska-wp. parzona 25 g (SOL) Serek homio z natką pietruszki 50 g (MLE) Buraczki oprószone () 80 g (GLU,PSZ) Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Bulka pszenna długa krojona 76 g (GLU,PSZ) 10 g (MLE) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE) Szyńska zielonogórska-wp. parzona 25 g (SOL) Serek homio z natką pietruszki 50 g (MLE) Buraczki oprószone () 80 g (GLU,PSZ) Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Bulka pszenna długa krojona 76 g (GLU,PSZ) 10 g (MLE) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE) Szyńska zielonogórska-wp. parzona 25 g (SOL) Serek homio z natką pietruszki 50 g (MLE) Buraczki oprószone () 80 g (GLU,PSZ) Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Bulka pszenna długa krojona 76 g (GLU,PSZ) 10 g (MLE) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE) Szyńska zielonogórska-wp. parzona 25 g (SOL) Serek homio z natką pietruszki 50 g (MLE) Buraczki oprószone () 80 g (GLU,PSZ) Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Bulka pszenna długa krojona 76 g (GLU,PSZ) 10 g (MLE) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE) Szyńska zielonogórska-wp. parzona 25 g (SOL) Serek homio z natką pietruszki 50 g (MLE) Buraczki oprószone () 80 g (GLU,PSZ) Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Bulka pszenna długa krojona 76 g (GLU,PSZ) 10 g (MLE) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE) Szyńska zielonogórska-wp. parzona 25 g (SOL) Serek homio z natką pietruszki 50 g (MLE) Buraczki oprószone () 80 g (GLU,PSZ) Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Bulka pszenna długa krojona 76 g (GLU,PSZ) 10 g (MLE) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE) Szyńska zielonogórska-wp. parzona 25 g (SOL) Serek homio z natką pietruszki 50 g (MLE) Buraczki oprószone () 80 g (GLU,PSZ) Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Bulka pszenna długa krojona 76 g (GLU,PSZ) 10 g (MLE) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE) Szyńska zielonogórska-wp. parzona 25 g (SOL) Serek homio z natką pietruszki 50 g (MLE) Buraczki oprószone () 80 g (GLU,PSZ) Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Kanapka z twarogiem i pomidorem (bulka pszenna 32g, margaryna 5g, twaróg 25g, salata 5g) 1 szt (GLU,PSZ,MLE)
	Wartość energetyczna: 2253,14 kcal; Białko ogółem: 109,11 g; Tłuszcz: 58,35 g; Kw. tł. nasy.: 20,37 g; Węglowodany ogółem: 335,58 g; W tym cukry: 89,40 g; Błonnik pok.: 31,65 g; Sól: 7,64 g.	Wartość energetyczna: 2344,04 kcal; Białko ogółem: 103,28 g; Tłuszcz: 62,95 g; Kw. tł. nasy.: 20,95 g; Węglowodany ogółem: 353,93 g; W tym cukry: 89,02 g; Błonnik pok.: 31,59 g; Sól: 7,74 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: 2086,06 kcal; Białko ogółem: 104,82 g; Tłuszcz: 55,17 g; Kw. tł. nasy.: 15,04 g; Węglowodany ogółem: 303,84 g; W tym cukry: 77,83 g; Błonnik pok.: 30,79 g; Sól: 5,19 g.	Wartość energetyczna: 2172,46 kcal; Białko ogółem: 95,75 g; Tłuszcz: 58,42 g; Kw. tł. nasy.: 15,84 g; Węglowodany ogółem: 334,90 g; W tym cukry: 84,90 g; Błonnik pok.: 27,71 g; Sól: 5,15 g.	Wartość energetyczna: 2210,21 kcal; Białko ogółem: 114,72 g; Tłuszcz: 53,37 g; Kw. tł. nasy.: 18,11 g; Węglowodany ogółem: 331,42 g; W tym cukry: 97,21 g; Błonnik pok.: 32,50 g; Sól: 5,57 g.	Wartość energetyczna: 2285,80 kcal; Białko ogółem: 108,35 g; Tłuszcz: 57,79 g; Kw. tł. nasy.: 18,67 g; Węglowodany ogółem: 345,34 g; W tym cukry: 95,58 g; Błonnik pok.: 29,42 g; Sól: 5,53 g.	Wartość energetyczna: 2256,34 kcal; Białko ogółem: 114,95 g; Tłuszcz: 61,17 g; Kw. tł. nasy.: 18,61 g; Węglowodany ogółem: 324,33 g; W tym cukry: 92,53 g; Błonnik pok.: 30,79 g; Sól: 5,53 g.	Wartość energetyczna: 2331,94 kcal; Białko ogółem: 108,58 g; Tłuszcz: 65,59 g; Kw. tł. nasy.: 19,18 g; Węglowodany ogółem: 338,25 g; W tym cukry: 90,90 g; Błonnik pok.: 27,71 g; Sól: 5,49 g.	Wartość energetyczna: 2228,09 kcal; Białko ogółem: 119,19 g; Tłuszcz: 48,23 g; Kw. tł. nasy.: 15,04 g; Węglowodany ogółem: 343,22 g; W tym cukry: 94,26 g; Błonnik pok.: 30,35 g; Sól: 5,93 g.		

Jadłospisy w dniu 2024-03-01 KUCHNIA OSTRÓW MAZOWIECKA

2024-03-01 piątek	
<p>Śniadanie</p> <p>Patki owsiane na mleku 400 ml (<u>MLE, GLU, OW</u>)                      Bułka pszenna długa krojona 90 g (<u>GLU, PSZ</u>)                      Twaróg półtłusty 80 g (<u>MLE</u>)                      Dżem 20 g                      Jabłko pieczone 1 szt. 1                      Kawa zbożowa na mleku b/c 300 ml (<u>MLE, GLU, ZYT, GLU, JECZ</u>)                      Salata zielona 20 g</p>	<p>OM- VIII Z ograniczeniem tłuszczu Zestaw II</p>
<p>Śniadanie</p> <p>Patki owsiane na mleku 400 ml (<u>MLE, GLU, OW</u>)                      Chleb mieszany pszenno-żytni (<u>GLU, ZYT</u>)                      Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (<u>MLE</u>)                      Twaróg półtłusty 80 g (<u>MLE</u>)                      Dżem 20 g                      Jabłko pieczone 1 szt. 1 szt.                      Kawa zbożowa na mleku b/c 300 ml (<u>MLE, GLU, ZYT, GLU, JECZ</u>)                      Salata zielona 20 g</p>	<p>OM- IX Łatwo strawna zestaw I</p>
<p>Śniadanie</p> <p>Patki owsiane na mleku 400 ml (<u>MLE, GLU, OW</u>)                      Chleb razowy pszenno-żytni (<u>GLU, ZYT</u>)                      Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (<u>MLE</u>)                      Twaróg półtłusty 80 g (<u>MLE</u>)                      Surówka z marchwi i pora z olejem b/c 80 g                      Herbata czarna granulowana b/c 300 ml                      Salata zielona 20 g</p>	<p>OM- X Z ogr. łatwo przyswajalnych węgl. Zestaw I</p>
<p>Śniadanie</p> <p>Patki owsiane na mleku 400 ml (<u>MLE, GLU, OW</u>)                      Chleb mieszany pszenno-żytni 66 g (<u>GLU, PSZ, GLU, ZYT</u>)                      Twaróg półtłusty 30 g (<u>MLE</u>)                      Dżem 20 g                      Jabłko pieczone 1 szt. 1 szt.                      Kawa zbożowa na mleku b/c 300 ml (<u>MLE, GLU, ZYT, GLU, JECZ</u>)                      Salata zielona 20 g</p>	<p>OM- XI Ubogoenergetyczna</p>
<p>Śniadanie</p> <p>Patki owsiane na mleku 400 ml (<u>MLE, GLU, OW</u>)                      Bułka pszenna długa krojona 76 g (<u>GLU, PSZ</u>)                      Twaróg półtłusty 80 g (<u>MLE</u>)                      Dżem 20 g                      Jabłko pieczone 1 szt. 1 szt.                      Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (<u>MLE</u>)                      Kawa zbożowa na mleku b/c 300 ml (<u>MLE, GLU, ZYT, GLU, JECZ</u>)                      Salata zielona 20 g</p>	<p>OM- XII Bogatobiałkowa łatwostrawna Zestaw I</p>
<p>Śniadanie</p> <p>Patki owsiane na mleku 400 ml (<u>MLE, GLU, OW</u>)                      Bułka pszenna długa krojona 76 g (<u>GLU, PSZ</u>)                      Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (<u>MLE</u>)                      Twaróg półtłusty 80 g (<u>MLE</u>)                      Dżem 20 g                      Jabłko pieczone 1 szt. 1 szt.                      Kawa zbożowa na mleku b/c 300 ml (<u>MLE, GLU, ZYT, GLU, JECZ</u>)                      Salata zielona 20 g</p>	<p>OM- XII Bogatobiałkowa łatwostrawna Zestaw II</p>
<p>Śniadanie</p> <p>Patki owsiane na wywarze jarzynowym 400 ml (<u>SEL, GLU, OW</u>)                      Chleb bezglutenowy 116 g                      Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g (<u>MLE</u>)                      Twaróg półtłusty 30 g (<u>MLE</u>)                      Dżem 20 g                      Jabłko pieczone 1 szt. 1 szt.                      Herbata czarna granulowana b/c 300 ml                      Salata zielona 20 g</p>	<p>OM- XIII Niskobiałkowa</p>
<p>Śniadanie</p> <p>Patki owsiane na wywarze jarzynowym 400 ml (<u>SEL, GLU, OW</u>)                      Chleb mieszany pszenno-żytni 116 g (<u>GLU, PSZ, GLU, ZYT</u>)                      Margaryna roślinna bez mleczna o zaw. 80% tł 15 g                      Polewica wiśniowa wędziona wlepszona z dodatkami wody (80% zaw.) 60 g (<u>GLU, PSZ, SOL</u>)                      Jabłko pieczone 1 szt. 1 szt.                      Herbata czarna granulowana b/c 300 ml                      Salata zielona 20 g</p>	<p>OM- XV Bezmleczna Zestaw I</p>
<p>Obiad</p> <p>Ryżowa () 400 ml (<u>MLE, SEL</u>)                      Pulpet rybny (Mitruna) 100 g (<u>GLU, PSZ, JAU, RYB</u>)                      Ziemniaki z koperkiem () 180 g                      Warzywa po grecku () 100 g (<u>GLU, PSZ, SEL</u>)                      Fasolka szparagowa z olejem* 100 g                      Kompot z aronii i czarniej porzeczki* z/c 300 ml</p>	<p>Obiad</p> <p>Selerowa z makaronem () 400 g (<u>GLU, PSZ, MLE, SEL</u>)                      Ryba gotowana (Mitruna) 100 g (<u>RYB</u>)                      Ziemniaki z koperkiem () 180 g                      Warzywa po grecku () 100 g (<u>GLU, PSZ, SEL</u>)                      Fasolka szparagowa z olejem* 100 g                      Kompot z aronii i czarniej porzeczki* z/c 300 ml</p>
<p>Obiad</p> <p>Ryżowa () 400 ml (<u>MLE, SEL</u>)                      Pulpet rybny (Mitruna) 100 g (<u>GLU, PSZ, JAU, RYB</u>)                      Ziemniaki z koperkiem () 180 g                      Warzywa po grecku () 100 g (<u>GLU, PSZ, SEL</u>)                      Fasolka szparagowa z olejem* 100 g                      Kompot z aronii i czarniej porzeczki* z/c 300 ml</p>	<p>Obiad</p> <p>Kalafiorowa z makaronem () 400 ml (<u>GLU, PSZ, MLE, SEL</u>)                      Ryba gotowana (Mitruna) 100 g (<u>RYB</u>)                      Ziemniaki z koperkiem () 180 g                      Warzywa po grecku () 100 g (<u>GLU, PSZ, SEL</u>)                      Surówka z kapuszy kiszonej z olejem () 100 g                      Kompot z aronii i czarniej porzeczki* b/c 300 ml</p>
<p>Obiad</p> <p>Ryżowa (z ryżem białym) () 400 ml (<u>MLE, SEL</u>)                      Pulpet rybny (Mitruna) 100 g (<u>GLU, PSZ, JAU, RYB</u>)                      Ziemniaki z koperkiem () 180 g                      Warzywa po grecku () 100 g                      Fasolka szparagowa z olejem* 100 g                      Kompot z aronii i czarniej porzeczki* z/c 300 ml</p>	<p>Obiad</p> <p>Ryżowa (z ryżem białym) () 400 ml (<u>MLE, SEL</u>)                      Pulpet rybny (Mitruna) 100 g (<u>GLU, PSZ, JAU, RYB</u>)                      Ziemniaki z koperkiem () 180 g                      Warzywa po grecku () 100 g                      Surówka z kapuszy kiszonej z olejem () 100 g                      Kompot z aronii i czarniej porzeczki* b/c 300 ml</p>
<p>Obiad</p> <p>Ryżowa () 400 ml (<u>MLE, SEL</u>)                      Ryba gotowana (Mitruna) 100 g (<u>RYB</u>)                      Ziemniaki z koperkiem () 180 g                      Warzywa po grecku () 100 g (<u>GLU, PSZ, SEL</u>)                      Fasolka szparagowa z olejem* 100 g                      Kompot z aronii i czarniej porzeczki* z/c 300 ml</p>	<p>Obiad</p> <p>Selerowa z makaronem () 400 g (<u>GLU, PSZ, MLE, SEL</u>)                      Ryba gotowana (Mitruna) 100 g (<u>RYB</u>)                      Ziemniaki z koperkiem () 180 g                      Warzywa po grecku () 100 g                      Fasolka szparagowa z olejem* 100 g                      Kompot z aronii i czarniej porzeczki* z/c 300 ml</p>
<p>Obiad</p> <p>Ryżowa () 400 ml (<u>MLE, SEL</u>)                      Pulpet rybny (Mitruna) 100 g (<u>GLU, PSZ, JAU, RYB</u>)                      Ziemniaki z koperkiem () 180 g                      Warzywa po grecku () 100 g (<u>GLU, PSZ, SEL</u>)                      Fasolka szparagowa z olejem* 100 g                      Kompot z aronii i czarniej porzeczki* z/c 300 ml</p>	<p>Obiad</p> <p>Ryżowa () 400 ml (<u>MLE, SEL</u>)                      Pulpet rybny (Mitruna) 100 g (<u>GLU, PSZ, JAU, RYB</u>)                      Ziemniaki z koperkiem () 180 g                      Warzywa po grecku () 100 g                      Fasolka szparagowa z olejem* 100 g                      Kompot z aronii i czarniej porzeczki* z/c 300 ml</p>
<p>Obiad</p> <p>Ryżowa (bez mleka) () 400 ml (<u>SEL</u>)                      Zapiekanka ziemniaczana- dieta () 300 g (<u>SEL</u>)                      Fasolka szparagowa z olejem* 100 g                      Warzywa po grecku () 100 g (<u>GLU, PSZ, SEL</u>)                      Kompot z aronii i czarniej porzeczki* z/c 300 ml</p>	<p>Obiad</p> <p>Kalafiorowa z makaronem (bez mleka) () 400 ml (<u>GLU, PSZ, SEL</u>)                      Ryba gotowana (Mitruna) 100 g (<u>RYB</u>)                      Ziemniaki z koperkiem () 180 g                      Warzywa po grecku () 100 g                      Fasolka szparagowa z olejem* 100 g                      Kompot z aronii i czarniej porzeczki* z/c 300 ml</p>
<p>PD</p>	<p>PD</p>

**NAPRZÓD CATERING Sp. z o.o.**  
 ul. Tradycyjna 126 lok. 301, 91-204 Łódź  
 NIP: 8772390589 REGON: 363712430  
 KRS: 0000601008

Jadłospisy w dniu 2024-03-01 KUCHNIA OSTRÓW MAZOWIECKA

2024-03-01 piątek									
<p>OM- VIII Z ograniczeniem tłuszczu Zestaw II</p> <p>Bulka pszenna długa krojona 90 g (<u>GLU PSZ</u>) Serrek homo z natką pietruszki 50 g (<u>MLE</u>) Szyńska zielonogorska-wp. parzona 25 g (<u>SOL</u>) Buraczki oproszane () 80 g (<u>GLU PSZ</u>) Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p>	<p>OM- IX Łatwo strawna Zestaw I</p> <p>Chleb mieszany pszenno-żytni 96 g (<u>GLU PSZ</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (<u>MLE</u>) Szyńska zielonogorska-wp. parzona 25 g (<u>SOL</u>) Serrek homo z natką pietruszki 50 g (<u>MLE</u>) Buraczki oproszane () 80 g (<u>GLU PSZ</u>) Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p>	<p>OM- IX Łatwo strawna Zestaw II</p> <p>Chleb mieszany pszenno-żytni 96 g (<u>GLU PSZ</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (<u>MLE</u>) Szyńska zielonogorska-wp. parzona 25 g (<u>SOL</u>) Serrek homo z natką pietruszki 50 g (<u>MLE</u>) Buraczki oproszane () 80 g (<u>GLU PSZ</u>) Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p>	<p>OM- X Z ogr. łatwo przyswajalnych węgl. Zestaw I</p> <p>Chleb razowy pszenno-żytni 76 g (<u>GLU PSZ</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (<u>MLE</u>) Szyńska zielonogorska-wp. parzona 25 g (<u>SOL</u>) Serrek homo z natką pietruszki 50 g (<u>MLE</u>) Papryka świeża 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p>	<p>OM- X Z ogr. łatwo przyswajalnych węgl. Zestaw II</p> <p>Chleb mieszany pszenno-żytni 66 g (<u>GLU PSZ</u>, <u>GLU ZYT</u>) Szyńska zielonogorska-wp. parzona 30 g (<u>SOL</u>) Buraczki oproszane () 80 g (<u>GLU PSZ</u>) Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p>	<p>OM- XI Ubogoenergetyczna</p> <p>Chleb mieszany pszenno-żytni 66 g (<u>GLU PSZ</u>, <u>GLU ZYT</u>) Szyńska zielonogorska-wp. parzona 30 g (<u>SOL</u>) Buraczki oproszane () 80 g (<u>GLU PSZ</u>) Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p>	<p>OM- XII Bogatobiałkowa łatwostrawna Zestaw I</p> <p>Bulka pszenna długa krojona 90 g (<u>GLU PSZ</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (<u>MLE</u>) Szyńska zielonogorska-wp. parzona 25 g (<u>SOL</u>) Serrek homo z natką pietruszki 50 g (<u>MLE</u>) Buraczki oproszane () 80 g (<u>GLU PSZ</u>) Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p>	<p>OM- XII Bogatobiałkowa łatwostrawna Zestaw II</p> <p>Chleb bezglutenowy 115 g Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g (<u>MLE</u>) Serrek homo z natką pietruszki 30 g (<u>MLE</u>) Młód (25g) 1 szt. Buraczki oproszane () 80 g (<u>GLU PSZ</u>) Salata zielona 20 g Kasza jaglana na wywarze jarzynowym 400 ml (<u>SEL</u>) Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p>	<p>OM- XIII Niskobiałkowa</p> <p>Chleb mieszany pszenno-żytni 116 g (<u>GLU PSZ</u>, <u>GLU ZYT</u>) Margaryna roślinna bez mączniaka o zaw. 80% tł 15 g Szyńska zielonogorska-wp. parzona 60 g (<u>SOL</u>) Buraczki oproszane () 80 g (<u>GLU PSZ</u>) Salata zielona 20 g Kasza jaglana na wywarze jarzynowym 400 ml (<u>SEL</u>) Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p>	<p>OM- XV Beźmielczna Zestaw I</p> <p>Chleb mieszany pszenno-żytni 116 g (<u>GLU PSZ</u>, <u>GLU ZYT</u>) Margaryna roślinna bez mączniaka o zaw. 80% tł 15 g Szyńska zielonogorska-wp. parzona 60 g (<u>SOL</u>) Buraczki oproszane () 80 g (<u>GLU PSZ</u>) Salata zielona 20 g Kasza jaglana na wywarze jarzynowym 400 ml (<u>SEL</u>) Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p>
<p>PN</p> <p>Kanapka z twarogiem i pomidorem (bulka pszenna 32g, margaryna 5g, twaróg 25g, salata 5g) 1 szt (<u>GLU PSZ</u>, <u>MLE</u>)</p>	<p>Mus owocowo-warzwywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt</p>	<p>Kanapka z twarogiem i pomidorem (chleb razowy 76g, margaryna 5g, twaróg 25g, pomidor 15g) 1 szt (<u>GLU PSZ</u>, <u>MLE</u>, <u>GLU ZYT</u>)</p>	<p>Mus owocowo-warzwywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt</p>	<p>Kanapka z twarogiem i pomidorem (bulka pszenna 32g, margaryna 5g, twaróg 25g, salata 5g) 1 szt (<u>GLU PSZ</u>, <u>MLE</u>)</p>	<p>Mus owocowo-warzwywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt</p>	<p>Kanapka z twarogiem i pomidorem (bulka pszenna 32g, margaryna 5g, twaróg 25g, salata 5g) 1 szt (<u>GLU PSZ</u>, <u>MLE</u>)</p>	<p>Mus owocowo-warzwywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt</p>	<p>Kanapka z szynką i sałatką (bulka pszenna 32g, margaryna 5g, szynka 25g, salata 5g) 1 szt (<u>GLU PSZ</u>, <u>SOL</u>)</p>	
<p>Wartość energetyczna: 2303,69 kcal; Białko ogółem: 112,82 g; Tłuszcz: 52,65 g; Kw. tł. nasy.: 15,60 g; Węglowodany ogółem: 337,14 g; W tym cukry: 92,63 g; Błonnik pok.: 27,27 g; Sól: 5,90 g.</p>	<p>Wartość energetyczna: 2253,34 kcal; Białko ogółem: 108,03 g; Tłuszcz: 58,38 g; Kw. tł. nasy.: 18,78 g; Węglowodany ogółem: 337,67 g; W tym cukry: 90,70 g; Błonnik pok.: 34,39 g; Sól: 7,01 g.</p>	<p>Wartość energetyczna: 2238,94 kcal; Białko ogółem: 101,66 g; Tłuszcz: 62,81 g; Kw. tł. nasy.: 19,34 g; Węglowodany ogółem: 351,59 g; W tym cukry: 89,07 g; Błonnik pok.: 31,31 g; Sól: 6,97 g.</p>	<p>Wartość energetyczna: 2107,78 kcal; Białko ogółem: 111,67 g; Tłuszcz: 59,83 g; Kw. tł. nasy.: 17,13 g; Węglowodany ogółem: 296,36 g; W tym cukry: 48,17 g; Błonnik pok.: 31,69 g; Sól: 7,75 g.</p>	<p>Wartość energetyczna: 2195,68 kcal; Białko ogółem: 105,99 g; Tłuszcz: 64,78 g; Kw. tł. nasy.: 17,81 g; Węglowodany ogółem: 314,08 g; W tym cukry: 47,97 g; Błonnik pok.: 33,52 g; Sól: 7,86 g.</p>	<p>Wartość energetyczna: 1556,30 kcal; Białko ogółem: 71,78 g; Tłuszcz: 28,98 g; Kw. tł. nasy.: 7,26 g; Węglowodany ogółem: 262,11 g; W tym cukry: 70,34 g; Błonnik pok.: 26,69 g; Sól: 5,54 g.</p>	<p>Wartość energetyczna: 2538,13 kcal; Białko ogółem: 127,44 g; Tłuszcz: 74,80 g; Kw. tł. nasy.: 22,95 g; Węglowodany ogółem: 353,35 g; W tym cukry: 94,56 g; Błonnik pok.: 30,50 g; Sól: 6,76 g.</p>	<p>Wartość energetyczna: 2613,73 kcal; Białko ogółem: 121,07 g; Tłuszcz: 79,22 g; Kw. tł. nasy.: 23,52 g; Węglowodany ogółem: 367,27 g; W tym cukry: 92,93 g; Błonnik pok.: 27,42 g; Sól: 6,72 g.</p>	<p>Wartość energetyczna: 2066,50 kcal; Białko ogółem: 38,58 g; Tłuszcz: 60,09 g; Kw. tł. nasy.: 11,37 g; Węglowodany ogółem: 355,11 g; W tym cukry: 66,32 g; Błonnik pok.: 33,77 g; Sól: 1,84 g.</p>	<p>Wartość energetyczna: 2204,09 kcal; Białko ogółem: 90,35 g; Tłuszcz: 59,84 g; Kw. tł. nasy.: 14,36 g; Węglowodany ogółem: 341,90 g; W tym cukry: 50,50 g; Błonnik pok.: 34,28 g; Sól: 10,04 g.</p>



Jadłospisy w dniu 2024-03-01 KUCHNIA OSTRÓW MAZOWIECKA

2024-03-01 piątek											
PD	Obiad	II ŚN	Śniadanie	Śniadanie	Śniadanie	Śniadanie	Śniadanie	Śniadanie	Śniadanie	Śniadanie	Śniadanie
	Ryżowa (bez mleka) ( ) 400 ml (SEL) Pulpet rybny (Miruna) 100 g (GLUPSZ JAJ, RYB) Ziemniaki z koperkiem ( ) 180 g Warzywa po grecku ( ) 100 g (GLUPSZ SEL) Fasolka szparagowa z olejem* 100 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* z/c 300 ml	Ryżowa ( ) 200 ml (MLE SEL) Pulpet rybny (Miruna) 50 g (GLUPSZ JAJ, RYB) Ziemniaki z koperkiem ( ) 90 g Warzywa po grecku ( ) 50 g (GLUPSZ SEL) Fasolka szparagowa z olejem* 50 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Ryżowa ( ) 400 ml (MLE SEL) Pulpet rybny (Miruna) 100 g (GLUPSZ JAJ, RYB) Ziemniaki z koperkiem ( ) 180 g Warzywa po grecku ( ) 100 g (GLUPSZ SEL) Fasolka szparagowa z olejem* 100 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* z/c 300 ml	Kalafiorowa z makaronem ( ) 400 ml (GLUPSZ MLE SEL) Ryba gotowana (Miruna) 100 g (RYB) Ziemniaki z koperkiem ( ) 180 g Surowka z kapusty kiszzonej z olejem ( ) 100 g Warzywa po grecku ( ) 100 g (GLUPSZ SEL) Fasolka szparagowa z olejem* 100 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* z/c 300 ml	Ryżowa (bez mleka) ( ) 400 ml (SEL) Ryba gotowana (Miruna) 100 g (RYB) Ziemniaki z koperkiem ( ) 180 g Warzywa po grecku (bez glutenu) ( ) 100 g (SEL) Fasolka szparagowa z olejem* 100 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* z/c 300 ml	Salerowa z makaronem ( ) 400 g (GLUPSZ MLE SEL) Pulpet rybny (Miruna) 100 g (GLUPSZ JAJ, RYB) Ziemniaki z koperkiem ( ) 180 g Warzywa po grecku ( ) 100 g (GLUPSZ SEL) Fasolka szparagowa z olejem* 100 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* z/c 300 ml	Ryżowa ( ) 400 ml (MLE SEL) Pulpet rybny (Miruna) 100 g (GLUPSZ JAJ, RYB) Ziemniaki z koperkiem ( ) 180 g Warzywa po grecku ( ) 100 g (GLUPSZ SEL) Fasolka szparagowa z olejem* 100 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* z/c 300 ml	Salerowa z makaronem ( ) 400 g (GLUPSZ MLE SEL) Pulpet rybny (Miruna) 100 g (GLUPSZ JAJ, RYB) Ziemniaki z koperkiem ( ) 180 g Warzywa po grecku ( ) 100 g (GLUPSZ SEL) Fasolka szparagowa z olejem* 100 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* z/c 300 ml	Ryżowa ( ) 400 ml (MLE SEL) Pulpet rybny (Miruna) 100 g (GLUPSZ JAJ, RYB) Ziemniaki z koperkiem ( ) 180 g Warzywa po grecku ( ) 100 g (GLUPSZ SEL) Fasolka szparagowa z olejem* 100 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* z/c 300 ml	Ryżowa ( ) 400 ml (MLE SEL) Pulpet rybny (Miruna) 100 g (GLUPSZ JAJ, RYB) Ziemniaki z koperkiem ( ) 180 g Warzywa po grecku ( ) 100 g (GLUPSZ SEL) Fasolka szparagowa z olejem* 100 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* z/c 300 ml	Banana 150 g
	Platki owsiane na wywarze jarzynowym 400 ml (SEL, GLU, OW, PSZ) Chleb mieszany 116 g (GLUPSZ, GLU, ZYT) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw. 80% tł 10 g (MLE) Twarog półtłusty 20 g (MLE) Dżem 20 g Jabłko 1 szt. 1 szt. Kakao na mleku b/c 250 ml (MLE) Salata zielona 20 g	Bułka pszenna długa krojona 32 g (GLU, PSZ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw. 80% tł 10 g (MLE) Twarog półtłusty 20 g (MLE) Dżem 20 g Jabłko 1 szt. 1 szt. Kakao na mleku b/c 250 ml (MLE) Salata zielona 20 g	Platki owsiane na mleku (OW) Bułka pszenna długa krojona 32 g (GLU, PSZ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw. 80% tł 10 g (MLE) Twarog półtłusty 80 g (MLE) Dżem 20 g Kawa zbożowa na mleku b/c 300 ml (MLE, GLU, ZYT, JECZ)	Platki owsiane na mleku 400 ml (MLE, GLU, OW) Chleb razowy 116 g (GLUPSZ, GLU, ZYT) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw. 80% tł 10 g (MLE) Twarog półtłusty 80 g (MLE) Dżem 20 g Jabłko 1 szt. 1 szt. Kawa zbożowa na mleku b/c 300 ml (MLE, GLU, ZYT, JECZ) Salata zielona 20 g	Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 400 ml (SEL) Chleb bezglutenowy 100 g Margaryna roślinna bez mleczna o zaw. 80% tł 15 g Schiab gotowany 60 g Dżem 20 g Jabłko pieczone 1 szt. 1 szt. Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Salata zielona 20 g	Platki owsiane na mleku 400 ml (MLE, GLU, OW) Chleb mieszany pszenno-żytni 96 g (GLUPSZ, GLU, ZYT) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw. 80% tł 10 g (MLE) Twarog półtłusty 80 g (MLE) Dżem 20 g Jabłko pieczone 1 szt. 1 szt. Kawa zbożowa na mleku b/c 300 ml (MLE, GLU, ZYT, JECZ) Salata zielona 20 g	Platki owsiane na mleku 400 ml (MLE, GLU, OW) Chleb mieszany pszenno-żytni 96 g (GLUPSZ, GLU, ZYT) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw. 80% tł 10 g (MLE) Twarog półtłusty 80 g (MLE) Dżem 20 g Jabłko pieczone 1 szt. 1 szt. Kawa zbożowa na mleku b/c 300 ml (MLE, GLU, ZYT, JECZ) Salata zielona 20 g	Platki owsiane na mleku 400 ml (MLE, GLU, OW) Chleb mieszany pszenno-żytni 96 g (GLUPSZ, GLU, ZYT) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw. 80% tł 10 g (MLE) Twarog półtłusty 80 g (MLE) Dżem 20 g Jabłko pieczone 1 szt. 1 szt. Kawa zbożowa na mleku b/c 300 ml (MLE, GLU, ZYT, JECZ) Salata zielona 20 g	Platki owsiane na mleku (OW) Chleb mieszany pszenno-żytni 96 g (GLU, PSZ, MLE) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE) Twarog półtłusty 80 g (MLE) Dżem 20 g Jabłko pieczone 1 szt. 1 szt. Kawa zbożowa na mleku b/c 300 ml (MLE, GLU, ZYT, JECZ) Salata zielona 20 g	Platki owsiane na mleku (OW) Chleb mieszany pszenno-żytni 96 g (GLU, PSZ, MLE) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE) Twarog półtłusty 80 g (MLE) Dżem 20 g Jabłko pieczone 1 szt. 1 szt. Kawa zbożowa na mleku b/c 300 ml (MLE, GLU, ZYT, JECZ) Salata zielona 20 g	Banana 150 g

**NAPRZÓD CATERING Sp. z o.o.**  
ul. Traktorowa 126 lok. 301, 91-202 Ożarów Mazowski  
NIP 6772398580, REGON 142227, KRS 0000601008  
Data wydruku: 2024-03-01 10:56:01  
strona 5 z 7

Jadłospisy w dniu 2024-03-01 KUCHNIA OSTRÓW MAZOWIECKA

2024-03-01 piątek		Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt									
PN	Kolacja	PN	Kolacja								
<p>OM- XV Bezmieczna Zestaw II</p> <p>Wartość energetyczna: 2207,79 kcal; Białko ogółem: 84,21 g; Tłuszcz: 64,06 g; Kw. tł. nasy.: 14,82 g; Węglowodany ogółem: 338,80 g; W tym cukry: 51,03 g; Błonnik pok.: 31,76 g; Soli: 9,01 g.</p>	<p>Bulka pszenna długa krojona 75 g (GLU PSZ)</p> <p>Margaryna roślinna bez miedziana o zaw. 80% tł 15 g</p> <p>Szynka zielonogórska-wp. parzona 60 g (SOL)</p> <p>Buraczki oproszane () 80 g (GLU PSZ)</p> <p>Salata zielona 20 g</p> <p>Kasza jaglana na wywarze jarzynowym 400 ml (SEL)</p> <p>Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p>	<p>OM- Dzieci 1-3 lat</p> <p>Wartość energetyczna: 1439 10 kcal; Białko ogółem: 48,61 g; Tłuszcz: 37,09 g; Kw. tł. nasy.: 10,63 g; Węglowodany ogółem: 241,76 g; W tym cukry: 103,30 g; Błonnik pok.: 18,78 g; Soli: 2,72 g.</p>	<p>Bulka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ)</p> <p>Margaryna roślinna (80% tł.) 5 g (MLE)</p> <p>Pasta z jaj z koperkciem -dleta 30 g (JAJ, MLE)</p> <p>Buraczki oproszane () 40 g (GLU PSZ)</p> <p>Salata zielona 20 g</p> <p>Herbata czarna granulowana z/c 250 ml</p>	<p>OM- Pawkwiat/Przeciana</p> <p>Wartość energetyczna: 2152,64 kcal; Białko ogółem: 99,07 g; Tłuszcz: 62,31 g; Kw. tł. nasy.: 19,88 g; Węglowodany ogółem: 310,67 g; W tym cukry: 77,72 g; Błonnik pok.: 29,01 g; Soli: 4,60 g.</p>	<p>OM- Pymna</p> <p>Wartość energetyczna: 2314,89 kcal; Białko ogółem: 113,01 g; Tłuszcz: 63,39 g; Kw. tł. nasy.: 21,89 g; Węglowodany ogółem: 89,68 g; W tym cukry: 31,65 g; Soli: 7,37 g.</p>	<p>OM- Vegetariańska</p> <p>Wartość energetyczna: 2082,08 kcal; Białko ogółem: 80,35 g; Tłuszcz: 60,18 g; Kw. tł. nasy.: 11,49 g; Węglowodany ogółem: 312,18 g; W tym cukry: 57,51 g; Błonnik pok.: 26,25 g; Soli: 4,08 g.</p>	<p>OM- Bezglutenowa</p> <p>Wartość energetyczna: 2484,64 kcal; Białko ogółem: 111,93 g; Tłuszcz: 60,66 g; Kw. tł. nasy.: 19,19 g; Węglowodany ogółem: 128,20 g; Błonnik pok.: 36,94 g; Soli: 7,16 g.</p>	<p>OM- Poloznicza Zestaw I</p> <p>Wartość energetyczna: 2560,24 kcal; Białko ogółem: 105,56 g; Tłuszcz: 65,09 g; Kw. tł. nasy.: 19,75 g; Węglowodany ogółem: 409,04 g; W tym cukry: 126,57 g; Błonnik pok.: 33,86 g; Soli: 7,12 g.</p>	<p>OM- Poloznicza Zestaw II</p> <p>Wartość energetyczna: 2484,64 kcal; Białko ogółem: 111,93 g; Tłuszcz: 60,66 g; Kw. tł. nasy.: 19,19 g; Węglowodany ogółem: 128,20 g; Błonnik pok.: 36,94 g; Soli: 7,16 g.</p>	<p>OM- Kobieta Kamiąca Zestaw I</p> <p>Wartość energetyczna: 2509,04 kcal; Białko ogółem: 104,34 g; Tłuszcz: 64,83 g; Kw. tł. nasy.: 19,69 g; Węglowodany ogółem: 397,78 g; W tym cukry: 126,57 g; Błonnik pok.: 33,20 g; Soli: 6,80 g.</p>	<p>OM- Kobieta Kamiąca Zestaw II</p> <p>Wartość energetyczna: 2509,04 kcal; Białko ogółem: 104,34 g; Tłuszcz: 64,83 g; Kw. tł. nasy.: 19,69 g; Węglowodany ogółem: 397,78 g; W tym cukry: 126,57 g; Błonnik pok.: 33,20 g; Soli: 6,80 g.</p>

## Oznaczenia alergenów:

GLU PSZ - Zboża zawierające gluten pszeniczny,  
SKO - Skorupiaki i pochodne,  
JAJ - Jaja i pochodne,  
RYB - Ryby i pochodne,  
OZI - Orzeszki ziemne i pochodne,  
SOJ - Soja i pochodne,  
MLE - Mleko i pochodne wraz z laktozą,  
ORZ - Orzechy: włoskie, laskowe, pekan, nerkowce, pistacje, migdały,  
SEL - Seler i pochodne,  
GOR - Gorczyca i produkty pochodne,  
SEZ - Nasiona sezamu i pochodne,  
SO2 - Dwutlenek siarki / siarczyny,  
ŁUB - Łubin 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 JĘCZ - Zboża zawierające gluten jęczmienny,

## Oznaczenia wskaźników odż.:

Wartość energetyczna - Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal],  
Białko ogółem - Białko ogółem wg 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,  
WW - WW,





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 malejącej)
1	Sonda / płynna śn. 1 400 g (GLU PSZ, MLE,)	Składniki
1	Mleko 2% nv(MLE,)	
2	Serek Homog. o smaku naturalnym 2,5% ll. nv(MLE,)	Twaróg chudy (MLE,), Śmietanka (MLE,), E202, Chlorek wapnia
3	Kasza manna nv(GLU PSZ,)	
4	Cukier	
5	Masło 82% ll. nv(MLE,)	Śmietanka pasteryzowana (MLE,)
2	Sonda mleczna 2 400 g (GLU PSZ, JAJ, MLE,)	
1	Mleko 2% nv(MLE,)	
2	Kasza manna nv(GLU PSZ,)	
3	Cukier	
4	Masło 82% ll. nv(MLE,)	Śmietanka pasteryzowana (MLE,)
5	Mleko w proszku pełne nv(MLE,)	
6	Jaja M nv(JAJ,)	
7	Suchary bez cukru 205g nv	
3	Sonda / płynna ob 3 400 g (GLU PSZ, JAJ, SEL,)	
1	Woda	
2	Wioszczyzna mroż. Cskł 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,)	Mąka 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 l/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 obrane	
5	Pietruszka obrana	
6	Cukier	
7	Seler obrany(SEL,)	
8	Olej rzepakowy nv	
9	Jaja M nv(JAJ,)	

