

Jadłospisy w dniu 2024-03-20 KUCHNIA OSTRÓW MAZOWIECKA

PD	Obiad	II SN	Śniadanie		Śniadanie		Śniadanie		Śniadanie		Śniadanie	
	<p>Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (<u>MLE</u>) Chleb razowy pszenno-żytni 116 g (<u>GLU</u>, <u>PSZ</u>, <u>GLU</u>, <u>ZYT</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (<u>MLE</u>) Schab bednarza- wędzonka wp wędzona, parzona z wodą dodaną 25 g (<u>SOJ</u>) Jajko gotowane kiM 1 szt (<u>JAJ</u>) Siatka z broktu, oliwy i koperku 80 g Siatka zielona 20 g Mandarynka 1 szt Kawa zbożowa na mleku b/c 300 ml (<u>MLE</u>, <u>GLU</u>, <u>ZYT</u>, <u>GLU</u>, <u>JECZ</u>)</p>	<p>Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (<u>MLE</u>) Chleb razowy pszenno-żytni 116 g (<u>GLU</u>, <u>PSZ</u>, <u>GLU</u>, <u>ZYT</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (<u>MLE</u>) Schab bednarza- wędzonka wp wędzona, parzona z wodą dodaną 25 g (<u>SOJ</u>) Jajko gotowane kiM 1 szt (<u>JAJ</u>) Siatka z broktu, oliwy i koperku 80 g Siatka zielona 20 g Mandarynka 1 szt Kawa zbożowa na mleku b/c 300 ml (<u>MLE</u>, <u>GLU</u>, <u>ZYT</u>, <u>GLU</u>, <u>JECZ</u>)</p>	<p>Sonda / płynna śn. 400 g (<u>GLU</u>, <u>PSZ</u>, <u>MLE</u>)</p>	<p>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 bednarza- wędzonka wp wędzona, parzona z wodą dodaną 50 g (<u>SOJ</u>) Brokuł gotowany z olejem* 80 g Siatka zielona 20 g Jabłko 1 szt 1 szt Kawa zbożowa na mleku b/c 300 ml (<u>MLE</u>, <u>GLU</u>, <u>ZYT</u>, <u>GLU</u>, <u>JECZ</u>)</p>	<p>Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (<u>MLE</u>) Bulka pszenna długa krojona (80% tł.) 10 g (<u>MLE</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g Brokuł gotowany z olejem* 80 g Siatka zielona 20 g Jabłko pieczone 1 szt. 1 szt Kawa zbożowa na mleku b/c 300 ml (<u>MLE</u>, <u>GLU</u>, <u>ZYT</u>, <u>GLU</u>, <u>JECZ</u>)</p>	<p>Pooperacyjna Zestaw I</p>	<p>Pooperacyjna Zestaw II</p>	<p>Pooperacyjna Zestaw I</p>	<p>Pooperacyjna Zestaw II</p>	<p>ogr. sub. pobudz. wydl z soku żoład. Zestaw I</p>	<p>ogr. sub. pobudz. wydl z soku żoła. Zestaw II</p>	<p>ograniczeniem tłuszczu Zestaw I</p>
	<p>Ogórkowa z ryżem 400 ml (<u>MLE</u>, <u>SEL</u>) Mięso drobiowe pieczone z udźca kurczaka 100 g (<u>GLU</u>, <u>PSZ</u>) Sos pietruszkowy 50 ml (<u>GLU</u>, <u>PSZ</u>) Ziemniaki z koperkiem 180 g Sziplinak gotowany z olejem b/c 100 g (<u>JAJ</u>, <u>GOR</u>) Sziplinak gotowany z olejem* 100 g (<u>GLU</u>, <u>PSZ</u>) Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml</p>	<p>Kalafiotorowa z ryżem 400 ml (<u>MLE</u>, <u>SEL</u>) Mięso drobiowe pieczone z udźca kurczaka 100 g (<u>GLU</u>, <u>PSZ</u>) Sos pietruszkowy 50 ml (<u>GLU</u>, <u>PSZ</u>) Ziemniaki z koperkiem 180 g Sziplinak gotowany z olejem b/c 100 g (<u>JAJ</u>, <u>GOR</u>) Sziplinak gotowany z olejem* 100 g (<u>GLU</u>, <u>PSZ</u>) Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml</p>	<p>Sonda / płynna ob. 400 g (<u>GLU</u>, <u>PSZ</u>, <u>JAJ</u>, <u>MLE</u>)</p>	<p>Ryżowa 400 ml (<u>MLE</u>, <u>SEL</u>) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g (<u>GLU</u>, <u>PSZ</u>) Sos pietruszkowy 50 ml (<u>GLU</u>, <u>PSZ</u>) Ziemniaki z koperkiem 180 g Sziplinak gotowany z olejem* 100 g (<u>GLU</u>, <u>PSZ</u>) Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml</p>	<p>Kalafiotorowa z ryżem 400 ml (<u>MLE</u>, <u>SEL</u>) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g (<u>GLU</u>, <u>PSZ</u>) Sos pietruszkowy 50 ml (<u>GLU</u>, <u>PSZ</u>) Ziemniaki z koperkiem 180 g Sziplinak gotowany z olejem* 100 g (<u>GLU</u>, <u>PSZ</u>) Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml</p>	<p>Ryżowa 400 ml (<u>MLE</u>, <u>SEL</u>) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g (<u>GLU</u>, <u>PSZ</u>) Sos pietruszkowy 50 ml (<u>GLU</u>, <u>PSZ</u>) Ziemniaki z koperkiem 180 g Sziplinak gotowany z olejem* 100 g (<u>GLU</u>, <u>PSZ</u>) Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml</p>	<p>Kalafiotorowa z ryżem 400 ml (<u>MLE</u>, <u>SEL</u>) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g (<u>GLU</u>, <u>PSZ</u>) Sos pietruszkowy 50 ml (<u>GLU</u>, <u>PSZ</u>) Ziemniaki z koperkiem 180 g Sziplinak gotowany z olejem* 100 g (<u>GLU</u>, <u>PSZ</u>) Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml</p>	<p>Ryżowa 400 ml (<u>MLE</u>, <u>SEL</u>) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g (<u>GLU</u>, <u>PSZ</u>) Sos pietruszkowy 50 ml (<u>GLU</u>, <u>PSZ</u>) Ziemniaki z koperkiem 180 g Sziplinak gotowany z olejem* 100 g (<u>GLU</u>, <u>PSZ</u>) Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml</p>	<p>Kalafiotorowa z ryżem 400 ml (<u>MLE</u>, <u>SEL</u>) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g (<u>GLU</u>, <u>PSZ</u>) Sos pietruszkowy 50 ml (<u>GLU</u>, <u>PSZ</u>) Ziemniaki z koperkiem 180 g Sziplinak gotowany z olejem* 100 g (<u>GLU</u>, <u>PSZ</u>) Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml</p>	<p>Ryżowa 400 ml (<u>MLE</u>, <u>SEL</u>) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g (<u>GLU</u>, <u>PSZ</u>) Sos pietruszkowy 50 ml (<u>GLU</u>, <u>PSZ</u>) Ziemniaki z koperkiem 180 g Sziplinak gotowany z olejem* 100 g (<u>GLU</u>, <u>PSZ</u>) Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml</p>	<p>Kalafiotorowa z ryżem 400 ml (<u>MLE</u>, <u>SEL</u>) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g (<u>GLU</u>, <u>PSZ</u>) Sos pietruszkowy 50 ml (<u>GLU</u>, <u>PSZ</u>) Ziemniaki z koperkiem 180 g Sziplinak gotowany z olejem* 100 g (<u>GLU</u>, <u>PSZ</u>) Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml</p>	<p>Ryżowa 400 ml (<u>MLE</u>, <u>SEL</u>) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g (<u>GLU</u>, <u>PSZ</u>) Sos pietruszkowy 50 ml (<u>GLU</u>, <u>PSZ</u>) Ziemniaki z koperkiem 180 g Sziplinak gotowany z olejem* 100 g (<u>GLU</u>, <u>PSZ</u>) Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml</p>

2024-03-20 środa

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.
ul. Traktorowa 12A lok. 301, 91-204 Konec
Bielska 7, 91-204 Konec
KRS 0090601008

Jadospisy w dniu 2024-03-20 KUCHNIA OSTRÓW MAZOWIECKA

2024-03-20 środa	
PN	Kolacja
<p>OM- I Podstawowa zestaw I</p> <p>Chleb mieszany pszenno-żytni (GLUPSZ, GLUZYT) 96 g Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE) Szynka na kartki- 25 g wiepizowa, wędzona, parzona 25 g Serek Fromage 50 g (GLUPSZ, MLE) Pomidor 90 g Rukola 10 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p>	<p>OM- I Podstawowa zestaw II</p> <p>Sonda mięsna I 5 400 g (JAU SEL)</p>
<p>OM- III b Do żywienia przez sondę</p>	<p>OM- IV Łatwo strawna dziecięca Zestaw I</p> <p>Chleb mieszany pszenno-żytni (GLUPSZ, GLUZYT) 96 g Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE) Szynka na kartki- 25 g wiepizowa, wędzona, parzona 25 g Twaróg półtusty 50 g (MLE) Pomidor 90 g Rukola 10 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p>
<p>OM- IV Łatwo strawna dziecięca Zestaw II</p>	<p>OM- VI Pooperacyjna Zestaw I</p> <p>Bułka pszenna długa krojona 76 g (GLUPSZ) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE) Szynka na kartki- 25 g wiepizowa, wędzona parzona 25 g Twaróg półtusty 50 g (MLE) Pomidor biskorki 90 g Salata zielona 10 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p>
<p>OM- VI Pooperacyjna Zestaw II</p>	<p>OM- VII Z ogr. sub. pobudz. wyd z soku żóład. Zestaw I</p> <p>Bułka pszenna długa krojona 76 g (GLUPSZ) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE) Szynka na kartki- 25 g wiepizowa, wędzona parzona 25 g Twaróg półtusty 50 g (MLE) Pomidor biskorki 90 g Salata zielona 10 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p>
<p>OM- VII Z ogr. sub. pobudz. wyd z soku żóład. Zestaw II</p>	<p>OM- VIII Z ograniczeniem tłuszczu Zestaw I</p> <p>Bułka pszenna długa krojona 90 g (GLUPSZ) Szynka na kartki- 25 g wiepizowa, wędzona parzona 25 g Twaróg półtusty 50 g (MLE) Pomidor 90 g Salata zielona 10 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p>
<p>Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt</p> <p>Wartość energetyczna: 2378,84 kcal; Białko ogółem: 103,07 g; Tłuszcz: 85,77 g; Kw. tł. nasy.: 32,94 g; Węglowodany ogółem: 308,23 g; W tym cukry: 57,98 g; Błonnik pok.: 27,55 g; Sól: 7,16 g</p>	<p>Wartość energetyczna: 2378,66 kcal; Białko ogółem: 97,50 g; Tłuszcz: 85,80 g; Kw. tł. nasy.: 32,70 g; Węglowodany ogółem: 314,08 g; W tym cukry: 58,75 g; Błonnik pok.: 28,21 g; Sól: 6,70 g</p>
<p>Sonda ziemniaczana 4 300 g (JAU MLE SEL)</p>	<p>Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt</p> <p>Wartość energetyczna: 2196,79 kcal; Białko ogółem: 118,24 g; Tłuszcz: 97,32 g; Kw. tł. nasy.: 36,43 g; Węglowodany ogółem: 222,76 g; W tym cukry: 89,12 g; Błonnik pok.: 21,35 g; Sól: 2,66 g</p>
<p>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: 54,40 g; Błonnik pok.: 29,20 g; Sól: 6,27 g</p>	<p>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</p>
<p>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</p>	<p>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</p>
<p>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.: 25,61 g; Sól: 4,68 g</p>	<p>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.: 25,61 g; Sól: 4,68 g</p>
<p>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</p>	<p>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</p>
<p>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.: 25,61 g; Sól: 4,68 g</p>	<p>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.: 25,61 g; Sól: 4,68 g</p>
<p>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</p>	<p>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</p>
<p>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.: 25,61 g; Sól: 4,68 g</p>	<p>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.: 25,61 g; Sól: 4,68 g</p>
<p>Kanapka z szynką i sałatką (bułka pszenna 32g, margaryna 5g, szynka 25g, salata 5g) 1 szt (GLU PSZ SOL)</p>	<p>Wartość energetyczna: 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>

Jadłospisy w dniu 2024-03-20 KUCHNIA OSTRÓW MAZOWIECKA

II ŚN	Śniadanie	Obiad	PD						
	<p>Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (MLE)</p> <p>Bułka pszenna długa krojona 90 g (GLUPSZ)</p> <p>Schab bednarza-wędzonka</p> <p>wp.wędzona,parzon a z wodą dodaną 50 g (SOJ)</p> <p>Brokult gotowany z olejem* 80 g</p> <p>Sałata zielona 20 g</p> <p>Jabłko 1 szt. 1 szt.</p> <p>Sałata 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>Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (MLE)</p> <p>Chleb mieszany pszenno-żytni (GLUPSZ, GLU, ZYT) 96 g</p> <p>Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE)</p> <p>Schab bednarza-wędzonka</p> <p>wp.wędzona, parzona z wodą dodaną 50 g (SOJ)</p> <p>Brokult gotowany z olejem* 80 g</p> <p>Sałata 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>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</p> <p>wp.wędzona, parzona z wodą dodaną 25 g (SOJ)</p> <p>Jajko gotowane K1 M 1 szt. (JAJ)</p> <p>Sałata z brokułu, oliwy i koperku 80 g</p> <p>Sałata zielona 20 g</p> <p>Mandarynka 1 szt.</p> <p>Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p>	<p>Kasza kukurydziana na mleku 400 g (MLE)</p> <p>Chleb mieszany pszenno-żytni 66 g (GLUPSZ, GLU, ZYT)</p> <p>Schab bednarza-wędzonka</p> <p>wp.wędzona, parzon a z wodą dodaną 30 g (SOJ)</p> <p>Brokult gotowany z olejem* 100 g</p> <p>Sałata zielona 20 g</p> <p>Mandarynka 1 szt.</p> <p>Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p>	<p>Bogatobiątkowa łatwostrawna zestaw I</p> <p>Bogatobiątkowa łatwostrawna zestaw II</p>	<p>Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (MLE)</p> <p>Chleb mieszany pszenno-żytni 96 g (GLUPSZ, GLU, ZYT)</p> <p>Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE)</p> <p>Schab bednarza-wędzonka</p> <p>wp.wędzona, parzona z wodą dodaną 50 g (SOJ)</p> <p>Brokult gotowany z olejem* 80 g</p> <p>Sałata 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>Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (MLE)</p> <p>Chleb mieszany pszenno-żytni 450 ml (SEL)</p> <p>Chleb beżglutenowy 116 g</p> <p>Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g (MLE)</p> <p>Schab bednarza-wędzonka</p> <p>wp.wędzona, parzon a z wodą dodaną 30 g (SOJ)</p> <p>Brokult gotowany z olejem* 100 g</p> <p>Sałata zielona 20 g</p> <p>Mandarynka 1 szt.</p> <p>Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p>	<p>Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 400 ml (SEL)</p> <p>Chleb mieszany pszenno-żytni 116 g (GLUPSZ, GLU, ZYT)</p> <p>Margaryna roślinna bez mleczna o zaw. 80% tł 15 g</p> <p>Schab bednarza-wędzonka</p> <p>wp.wędzona, parzon a z wodą dodaną 60 g (SOJ)</p> <p>Brokult gotowany z olejem* 80 g</p> <p>Sałata zielona 20 g</p> <p>Jabłko 1 szt. 1 szt.</p> <p>Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p>	
	<p>Ryżowa () 400 ml (MLE, SEL)</p> <p>Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g (GLUPSZ)</p> <p>Sos pietruszkowy () 50 ml (GLUPSZ)</p> <p>Sos pietruszkowy () 50 ml (GLUPSZ)</p> <p>Ziemniaki z koperkiem</p> <p>Ziemniaki z koperkiem</p> <p>gotowane () 180 g</p> <p>Szpinak gotowany z olejem* 100 g (GLUPSZ)</p> <p>Marchew oprószana z olejem () 100 g (GLUPSZ)</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 (GLUPSZ)</p> <p>Sos pietruszkowy () 50 ml (GLUPSZ)</p> <p>Sos pietruszkowy () 50 ml (GLUPSZ)</p> <p>Ziemniaki z koperkiem</p> <p>Ziemniaki z koperkiem</p> <p>gotowane () 180 g</p> <p>Szpinak gotowany z olejem* 100 g (GLUPSZ)</p> <p>Marchew oprószana z olejem () 100 g (GLUPSZ)</p> <p>Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml</p>	<p>Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (MLE)</p> <p>Chleb mieszany pszenno-żytni 96 g (GLUPSZ, GLU, ZYT)</p> <p>Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE)</p> <p>Schab bednarza-wędzonka</p> <p>wp.wędzona, parzona z wodą dodaną 50 g (SOJ)</p> <p>Brokult gotowany z olejem* 80 g</p> <p>Sałata 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>Ryżowa () 400 ml (MLE)</p> <p>Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 80 g (GLUPSZ)</p> <p>Sos pietruszkowy () 50 ml (GLUPSZ)</p> <p>Sos pietruszkowy () 50 ml (GLUPSZ)</p> <p>Ziemniaki z koperkiem</p> <p>Ziemniaki z koperkiem</p> <p>gotowane () 180 g</p> <p>Szpinak gotowany z olejem* 100 g (GLUPSZ)</p> <p>Marchew oprószana z olejem () 100 g (GLUPSZ)</p> <p>Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml</p>	<p>Kefir 2.0% tł 150g 1 szt. (MLE)</p>	<p>Kefir 2.0% tł 150g 1 szt. (MLE)</p>	<p>Kefir 2.0% tł 150g 1 szt. (MLE)</p>	<p>Ryżowa (bez mleka) () 400 ml (SEL)</p> <p>Kotlety ziemniaczane () 300 g (GLUPSZ)</p> <p>JAJ</p> <p>Sos pietruszkowy () 50 ml (GLUPSZ)</p> <p>Sos pietruszkowy () 50 ml (GLUPSZ)</p> <p>Ziemniaki z koperkiem</p> <p>Szpinak gotowany z olejem* 100 g (GLUPSZ)</p> <p>Marchew oprószana z olejem () 100 g (GLUPSZ)</p> <p>Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml</p>	<p>Ryżowa () 400 ml (SEL)</p> <p>Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g (GLUPSZ)</p> <p>Sos pietruszkowy () 50 ml (GLUPSZ)</p> <p>Sos pietruszkowy () 50 ml (GLUPSZ)</p> <p>Ziemniaki z koperkiem</p> <p>gotowane () 180 g</p> <p>Szpinak gotowany z olejem* 100 g (GLUPSZ)</p> <p>Marchew oprószana z olejem () 100 g (GLUPSZ)</p> <p>Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml</p>

2024-03-20 środa

Jadłospisy w dniu 2024-03-20 KUCHNIA OSTRÓW MAZOWIECKA

2024-03-20 środa									
OM- VIII Z ograniczeniem tłuszczu Zestaw II	OM- IX Łatwo strawna zestaw I	OM- IX Łatwo strawna zestaw II	OM- X Z ogr. tławo przyswajalnych węgl. Zestaw I	OM- X Z ogr. tławo przyswajalnych węgl. Zestaw II	OM- XI Ubogoenergetyczna	OM- XII Bogatobiałkowa tławostrawna Zestaw I	OM- XII Bogatobiałkowa tławostrawna Zestaw II	OM- XIII Niskobiałkowa	OM- XV Bezmleczna Zestaw I
Bułka pszenna długa krojona 90 g (GLUPSZ) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE) Szyzka na kartki-wieprzowa,wędzona .parzona 25 g (MLE) Twaróg półtłusty 50 g (MLE) Pomidor 90 g Rukola 10 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni (GLUPSZ, GLUZYT) 10 g Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE) Szyzka na kartki-wieprzowa,wędzona, parzona 25 g (MLE) Twaróg półtłusty 50 g (MLE) Pomidor 90 g Rukola 10 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni (GLUPSZ, GLUZYT) 10 g Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE) Serek Fromage 50 g (GLUPSZ, MLE) Szyzka na kartki-wieprzowa,wędzona, parzona 25 g (MLE) Pomidor 90 g Rukola 10 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Chleb trazowy pszenno-żytni (PSZ, GLUZYT) 10 g Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE) Szyzka na kartki-wieprzowa,wędzona, parzona 25 g (MLE) Pomidor 90 g Rukola 10 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni (GLUPSZ, GLUZYT) 66 g Szyzka na kartki-wieprzowa,wędzona .parzona 30 g (MLE) Pomidor 100 g Rukola 10 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni (GLUPSZ, GLUZYT) 10 g Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE) Szyzka na kartki-wieprzowa,wędzona, parzona 25 g (MLE) Twaróg półtłusty 50 g (MLE) Pomidor 90 g Rukola 10 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Chleb bezglutenowy 116 g Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g (MLE) Szyzka na kartki-wieprzowa,wędzona .parzona 30 g (MLE) Pomidor 10 g Rukola 10 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Jarzytnowa z ziemiakami (bez mleka) 450 ml (GLUPSZ, SEL)	Chleb mieszany pszenno-żytni (GLUPSZ, GLUZYT) 116 g Margaryna roślinna bez mleczna o zaw 80% tł 15 g Szyzka na kartki-wieprzowa,wędzona .parzona 60 g (MLE) Pomidor 90 g Rukola 10 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 116 g (GLUPSZ, SEL)	Chleb mieszany pszenno-żytni 116 g (GLUPSZ, SEL)
Kanapka z szynką i sałatką (bułka pszenna 32g, margaryna 5g, szynka 25g, sałata 5g) 1 szt (GLUPSZ, SOL)	Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt	Kanapka z szynką i sałatką (chleb trazowy 76g, margaryna 5g, szynka 25g, sałata 5g) 1 szt (GLUPSZ, SOL)	Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt	Kanapka z szynką i sałatką (bułka pszenna 32g, margaryna 5g, szynka 25g, sałata 5g) 1 szt (GLUPSZ, SOL)	Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt	Kanapka z szynką i sałatką (bułka pszenna 32g, margaryna 5g, szynka 25g, sałata 5g) 1 szt (GLUPSZ, SOL)	Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt	Kanapka z szynką i sałatką (bułka pszenna 32g, margaryna 5g, szynka 25g, sałata 5g) 1 szt (GLUPSZ, SOL)	Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt
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	Wartość energetyczna: 2119,96 kcal; Białko ogółem: 100,78 g; Tłuszcz: 57,88 g; Kw. tł. nasy.: 19,25 g; Węglowodany ogółem: 310,00 g; W tym cukry: 64,40 g; Błonnik pok.: 29,20 g; Sól: 6,12 g	Wartość energetyczna: 2301,04 kcal; Białko ogółem: 104,80 g; Tłuszcz: 89,66 g; Kw. tł. nasy.: 31,98 g; Węglowodany ogółem: 283,23 g; W tym cukry: 45,29 g; Błonnik pok.: 30,51 g; Sól: 7,99 g	Wartość energetyczna: 2342,12 kcal; Białko ogółem: 100,13 g; Tłuszcz: 92,07 g; Kw. tł. nasy.: 31,92 g; Węglowodany ogółem: 293,20 g; W tym cukry: 46,07 g; Błonnik pok.: 31,31 g; Sól: 7,11 g	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.: 29,14 g; Sól: 7,45 g	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.: 28,38 g; Sól: 7,50 g	Wartość energetyczna: 2228,85 kcal; Białko ogółem: 46,97 g; Tłuszcz: 63,86 g; Kw. tł. nasy.: 11,10 g; Węglowodany ogółem: 375,01 g; W tym cukry: 29,00 g; Błonnik pok.: 31,13 g; Sól: 2,49 g	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: 2228,85 kcal; Białko ogółem: 46,97 g; Tłuszcz: 63,86 g; Kw. tł. nasy.: 11,10 g; Węglowodany ogółem: 375,01 g; W tym cukry: 29,00 g; Błonnik pok.: 31,13 g; Sól: 2,49 g	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

Jadłospisy w dniu 2024-03-20 KUCHNIA OSTRÓW MAZOWIECKA

2024-03-20 środa									
OM- XV Bezmleczna Zestaw II	OM- Dzieci 1-3 lat	OM- Papkowata/Przeclerana	OM- Płynna	OM- Wegetariańska	OM- Bezglutenowa	OM- Położnicza Zestaw I	OM- Położnicza Zestaw II	OM- Kobieta Karmiąca Zestaw I	OM- Kobieta Karmiąca Zestaw II
Chleb mieszany pszenno-żytni 116 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw. 80% tł 15 g Szynka na kartki-wieprzowa, 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) Szynka na kartki-wieprzowa, wędzona parzona 60 g Pomidor 90 g Rukola 10 g	Bulka pszenna długa krojona 32 g (GLU PSZ) Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g (MLE) Szynka na kartki-wieprzowa wędzona parzona 60 g Twaróg półtłusty 80 g (MLE) Katafor gotowany z olejem* 100 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Jarczynowa z ziemiakami (bez mleka) 450 ml (GLU PSZ, SEL)	Chleb mieszany pszenno-żytni 96 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE) 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 Szynka na kartki-wieprzowa, wędzona parzona 60 g 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) Szynka na kartki-wieprzowa, wędzona parzona 60 g Twaróg półtłusty 50 g (MLE) Pomidor 90 g Rukola 10 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 117,40 g Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE) Szynka na kartki-wieprzowa, wędzona parzona 25 g			
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		Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt	
PN	Kanapka z szynką i sałata (bulka pszenna 32g, margaryna 5g, szynka 25g, sałata 5g) 1 szt (GLU PSZ, SOL)				Kanapka z szynką i sałata (chleb bezglutenowy 45g, margaryna 5g, szynka 25g, sałata 5g) 1 szt (SOL)				
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: 1319,67 kcal; Białko ogółem: 53,89 g; Tłuszcz: 31,81 g; Kw. tł. nasy.: 10,95 g; Węglowodany ogółem: 208,61 g; W tym cukry: 72,60 g; Błonnik pok.: 15,33 g; Sól: 2,33 g;	Wartość energetyczna: 100,61 g; Tłuszcz: 66,55 g; Kw. tł. nasy.: 19,93 g; Węglowodany ogółem: 298,00 g; W tym cukry: 40,66 g; Błonnik pok.: 33,91 g; Sól: 4,26 g;	Wartość energetyczna: 2649,81 kcal; Białko ogółem: 85,94 g; Tłuszcz: 101,79 g; Kw. tł. nasy.: 40,00 g; Węglowodany ogółem: 356,11 g; W tym cukry: 58,26 g; Błonnik pok.: 30,39 g; Sól: 6,96 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: 2530,86 kcal; Białko ogółem: 117,40 g; Tłuszcz: 66,03 g; Kw. tł. nasy.: 24,17 g; Węglowodany ogółem: 377,17 g; W tym cukry: 94,82 g; Błonnik pok.: 29,27 g; Sól: 6,95 g;	Wartość energetyczna: 2547,94 kcal; Białko ogółem: 112,48 g; Tłuszcz: 68,41 g; Kw. tł. nasy.: 24,11 g; Węglowodany ogółem: 381,40 g; W tym cukry: 95,58 g; Błonnik pok.: 30,03 g; Sól: 7,00 g;	Wartość energetyczna: 2530,86 kcal; Białko ogółem: 117,40 g; Tłuszcz: 66,03 g; Kw. tł. nasy.: 24,17 g; Węglowodany ogółem: 377,17 g; W tym cukry: 94,82 g; Błonnik pok.: 29,27 g; Sól: 6,95 g;	Wartość energetyczna: 2547,94 kcal; Białko ogółem: 112,48 g; Tłuszcz: 68,41 g; Kw. tł. nasy.: 24,11 g; Węglowodany ogółem: 381,40 g; W tym cukry: 95,58 g; Błonnik pok.: 30,03 g; Sól: 7,00 g;	Wartość energetyczna: 2547,94 kcal; Białko ogółem: 112,48 g; Tłuszcz: 68,41 g; Kw. tł. nasy.: 24,11 g; Węglowodany ogółem: 381,40 g; W tym cukry: 95,58 g; Błonnik pok.: 30,03 g; Sól: 7,00 g;

Oznaczenia alergenów:

GLU PSZ - Zboża zawierające gluten pszenny,
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, nerkowe, 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 odz.:

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

NAPRZÓD CATERING Sp. z o.o.
ul. Traktorowa 126 lok./301, 91-204 Łódź
NIP 677239858 REGON 363712430
KRS 0000601008

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)
		Składniki
1	Sonda / płynna śn. 1 400 g (GLU PSZ, MLE,)	
1	Mleko 2% nv(MLE,)	
2	Serek Homog. o smaku naturalnym 2,5% tł. nv(MLE,)	Twaróg chudy (MLE,), Śmietanka (MLE,), E202 , Chlorek wapnia
3	Kasza manna nv(GLU PSZ,)	
4	Cukier	
5	Masło 82% tł. 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% tł. 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,)	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 b/s	
5	Seler(SEL,)	
6	Masło 82% tł. 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,)	

