

Jadłospisy w dniu 2024-04-02 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 żółd. Zestaw I	OM- VII Z ogr. sub. pobudz. wydz. soku żółd. Zestaw II	OM- VIII Z ograniczeniem tłuszczu Zestaw I												
<p>Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (MLE) Chleb razowy pszemno-żytni 116 g (GLU PSZ, GLU ZYT)</p> <p>Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE) Szynka Królewiecka- kiebasa wieprzowo drobiowa, średnio rozdrobniona, parzona w osłonce niejadanej 25 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, GLU OW)</p> <p>Jajko gotowane ki M. 1 szt (JAJ) Ogorek kiszony 80 g Mix sałat 20 g Jabłko 1 szt 1 szt 300 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ)</p> <p>Kawa zbożowa na mleku b/c 300 ml (MLE)</p>		<p>Sonda / płynna śn. 1 400 g (GLU PSZ, MLE)</p> <p>Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (MLE) Bulka pszenna długa krojona 76 g (GLU PSZ)</p> <p>Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE) Szynka Królewiecka- kiebasa wieprzowo drobiowa, średnio rozdrobniona, parzona w osłonce niejadanej 50 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, GLU OW)</p> <p>Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 80 g (SEL) Mix sałat 20 g Jabłko pieczone 1 szt. 1 szt 300 ml Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p>		<p>Sonda / płynna ob. 3 400 g (GLU PSZ, JAJ, SEL)</p> <p>Brokułowa z ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, MLE)</p> <p>Pierogi leniwe z cukrem i cynamonem () 300 g (GLU PSZ, JAJ, MLE) Mus z jabłek () b/c 50 g Surówka z marchwi i jabłka z olejem () 200 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* z/c 300 ml</p>		<p>Brokułowa z ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, MLE)</p> <p>Pierogi leniwe z cukrem i cynamonem () 300 g (GLU PSZ, JAJ, MLE) Mus z jabłek () b/c 50 g Marchew gotowana z olejem () 200 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* z/c 300 ml</p>		<p>Wielowarzywna z ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, MLE)</p> <p>Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g Sos ziołowy* 50 ml (GLU PSZ, SEL)</p> <p>Kasza jęczmienna/sytko 150 g (GLU JECZ) Marchew gotowana z olejem () 200 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* z/c 300 ml</p>		<p>Brokułowa z ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, MLE)</p> <p>Pierogi leniwe z cukrem () 300 g (GLU PSZ, JAJ, MLE) Mus z jabłek () b/c 50 g Marchew gotowana z olejem () 200 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* z/c 300 ml</p>		<p>Wielowarzywna z ziemniakami (bez mleka) () 400 ml (GLU PSZ, SEL)</p> <p>Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g Sos ziołowy* 50 ml (GLU PSZ, SEL)</p> <p>Kasza jęczmienna/sytko 150 g (GLU JECZ) Marchew gotowana z olejem () 200 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* z/c 300 ml</p>		<p>Brokułowa z ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, MLE)</p> <p>Pierogi leniwe z cukrem () 300 g (GLU PSZ, JAJ, MLE) Mus z jabłek () b/c 50 g Marchew gotowana z olejem () 200 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* z/c 300 ml</p>		<p>Wielowarzywna z ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, MLE)</p> <p>Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g Sos ziołowy* 50 ml (GLU PSZ, SEL)</p> <p>Kasza jęczmienna/sytko 150 g (GLU JECZ) Marchew gotowana z olejem () 200 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* z/c 300 ml</p>		<p>Brokułowa z ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, MLE)</p> <p>Pierogi leniwe z cukrem () 300 g (GLU PSZ, JAJ, MLE) Mus z jabłek () b/c 50 g Marchew gotowana z olejem () 200 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* z/c 300 ml</p>		<p>Brokułowa z ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, MLE)</p> <p>Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 90 g Sos ziołowy* 50 ml (GLU PSZ, SEL)</p> <p>Kasza jęczmienna/sytko 150 g (GLU JECZ) Marchew gotowana z olejem () 200 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* z/c 300 ml</p>	
Śniadanie																					
II ŚN																					
2024-04-02 wtorek																					

Jadłospisy w dniu 2024-04-02 KUCHNIA OSTRÓW MAZOWIECKA

2024-04-02 wtorek		Kolacja		Kolacja		Kolacja		Kolacja		Kolacja		Kolacja		Kolacja	
PN	PN	PN	PN	PN	PN	PN	PN	PN	PN	PN	PN	PN	PN	PN	PN
<p>OM- I Podstawowa zestaw I</p> <p>Chleb mieszany pszenno-żytni (GLU PSZ, GLU ZYL) 96 g Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE) Pasta z makreli wędzonej z warzywami (*) 50 g (RYB, SEL) Szynekowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 25 g Surowka z rzodkwi i czarnuszki 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p>	<p>OM- I Podstawowa zestaw II</p> <p>Chleb mieszany pszenno-żytni (GLU PSZ, GLU ZYL) 96 g Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE) Pasta z makreli wędzonej z warzywami (*) 50 g (RYB, SEL) Szynekowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 25 g Surowka z rzodkwi i czarnuszki 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p>	<p>OM- III b Do żywienia przez sondę</p> <p>Sonda ziemniaczana 4 400 g (JAJ, MLE, SEL)</p>	<p>OM- IV Łatwo strawna dziecięca Zestaw I</p> <p>Bułka pszenna długa krojona 76 g (GLU, PSZ) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE) Pasta z ryby gotowanej (miturana) z warzywami (*) 50 g (RYB, SEL) Szynekowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 25 g Pomidor biskorki 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p>	<p>OM- IV Łatwo strawna dziecięca Zestaw II</p> <p>Bułka pszenna długa krojona 76 g (GLU, PSZ) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE) Pasta z ryby gotowanej (miturana) z warzywami (*) 50 g (RYB, SEL) Szynekowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 25 g Pomidor biskorki 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p>	<p>OM- VI Pooperacyjna Zestaw I</p> <p>Bułka pszenna długa krojona 76 g (GLU, PSZ) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE) Pasta z ryby gotowanej (miturana) z warzywami (*) 50 g (RYB, SEL) Szynekowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 25 g Pomidor biskorki 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p>	<p>OM- VII Z ogr.sub.pobudz.wydz. soku żóład. Zestaw I</p> <p>Bułka pszenna długa krojona 76 g (GLU, PSZ) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE) Pasta z ryby gotowanej (miturana) z warzywami (*) 50 g (RYB, SEL) Szynekowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 25 g Pomidor biskorki 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p>	<p>OM- VII Z ogr.sub.pobudz.wydz. soku żóład. Zestaw II</p> <p>Bułka pszenna długa krojona 76 g (GLU, PSZ) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE) Pasta z ryby gotowanej (miturana) z warzywami (*) 50 g (RYB, SEL) Szynekowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 25 g Pomidor biskorki 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p>	<p>OM- VIII Z ograniczeniem tłuszczu Zestaw I</p> <p>Bułka pszenna długa krojona 90 g (GLU, PSZ) Pasta z ryby gotowanej (miturana) z warzywami (*) 50 g (RYB, SEL) Szynekowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 25 g Pomidor biskorki 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p>	<p>Frytki warzywne pieczone (marchew, burak, pietruszka) 100 g</p> <p>Sonda ziemniaczana 4 300 g (JAJ, MLE, SEL)</p> <p>Frytki warzywne pieczone (marchew, burak, pietruszka) 100 g</p> <p>Frytki warzywne pieczone (marchew, burak, pietruszka) 100 g</p> <p>Kanapka z szynką i pomidorem (bułka pszenna 32g, margaryna 5g, szynka 25g, pomidor 15g) 1 szt (GLU, PSZ, SOJ)</p>	<p>Wartość energetyczna: 2831,72 kcal; Białko ogółem: 108,01 g; Tłuszcz: 88,39 g; Kw. tł. nasy.: 26,51 g; Węglowodany ogółem: 418,25 g; W tym cukry: 121,12 g; Błonnik pok.: 37,66 g; Sól: 9,58 g.</p> <p>Wartość energetyczna: 2583,27 kcal; Białko ogółem: 95,48 g; Tłuszcz: 77,60 g; Kw. tł. nasy.: 24,08 g; Węglowodany ogółem: 393,67 g; W tym cukry: 106,99 g; Błonnik pok.: 38,52 g; Sól: 9,56 g.</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: 2298,06 kcal; Białko ogółem: 86,85 g; Tłuszcz: 63,04 g; Kw. tł. nasy.: 19,47 g; Węglowodany ogółem: 364,92 g; W tym cukry: 107,25 g; Błonnik pok.: 39,50 g; Sól: 6,11 g.</p> <p>Wartość energetyczna: 2117,60 kcal; Białko ogółem: 92,85 g; Tłuszcz: 62,85 g; Kw. tł. nasy.: 18,35 g; Węglowodany ogółem: 314,02 g; W tym cukry: 89,19 g; Błonnik pok.: 38,23 g; Sól: 6,76 g.</p> <p>Wartość energetyczna: 2455,34 kcal; Białko ogółem: 98,98 g; Tłuszcz: 69,84 g; Kw. tł. nasy.: 21,73 g; Węglowodany ogółem: 376,46 g; W tym cukry: 112,95 g; Błonnik pok.: 39,05 g; Sól: 6,50 g.</p> <p>Wartość energetyczna: 2257,88 kcal; Białko ogółem: 104,34 g; Tłuszcz: 68,45 g; Kw. tł. nasy.: 20,49 g; Węglowodany ogółem: 324,65 g; W tym cukry: 94,40 g; Błonnik pok.: 37,78 g; Sól: 7,12 g.</p> <p>Wartość energetyczna: 2455,34 kcal; Białko ogółem: 98,98 g; Tłuszcz: 69,84 g; Kw. tł. nasy.: 21,73 g; Węglowodany ogółem: 376,46 g; W tym cukry: 112,95 g; Błonnik pok.: 39,05 g; Sól: 6,50 g.</p> <p>Wartość energetyczna: 2274,88 kcal; Białko ogółem: 104,98 g; Tłuszcz: 69,65 g; Kw. tł. nasy.: 20,61 g; Węglowodany ogółem: 325,56 g; W tym cukry: 94,89 g; Błonnik pok.: 37,78 g; Sól: 7,14 g.</p> <p>Wartość energetyczna: 2246,46 kcal; Białko ogółem: 103,43 g; Tłuszcz: 58,00 g; Kw. tł. nasy.: 17,24 g; Węglowodany ogółem: 344,70 g; W tym cukry: 89,49 g; Błonnik pok.: 35,60 g; Sól: 7,90 g.</p>					

Jadłospisy w dniu 2024-04-02 KUCHNIA OSTRÓW MAZOWIECKA

OM- VIII Z ograniczeniem Huszczu Zestaw II	OM- IX Łatwo strawna zestaw I	OM- IX Łatwo strawna zestaw II	OM- X Z ogr. łatwo przyswajalnych węgl. Zestaw I	OM- X Z ogr. łatwo przyswajalnych węgl. Zestaw II	OM- XI Ubogoenergetyczna	OM- XII Bogatobiałkowa łatwostrawna Zestaw I	OM- XII Bogatobiałkowa łatwostrawna Zestaw II	OM- XIII Niskobiałkowa	OM- XV Bezmleczna Zestaw I	<p style="text-align: center;">Śniadanie</p> <p>Kasza kukurydziana na mleku 100 ml (<u>MLE</u>) Buka pszenna długa krojona 90 g (<u>GLU PSZ</u>) Szyńska Królewiecka-kiełbasa wieprzowo drobiowa, średnio rozdrobniona, parzona w osłonce niejadanej 50 g (<u>GLU PSZ SOL</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 80 g Mix sałat 20 g Jabłko pieczone 1 szt. 1 szt. Kawa zbożowa na mleku b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ZYT, GIU JECZ</u>)</p>			
<p style="text-align: center;">Obiad</p> <p>Wielowarzywna z ziemniakami () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Bitka z fileta kurczaka 10 g (<u>GLU PSZ</u>) Sos ziółowy* 50 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Kasza jęczmienna/sypko 150 g (<u>GLU JECZ</u>) Marchew oproszana z olejem () 200 g (<u>GLU PSZ</u>) Kompot z aronii i czarnej porzeczki* z/c 300 ml</p>													
<p style="text-align: center;">II</p>										<p style="text-align: center;">Śniadanie</p> <p>Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (<u>MLE</u>) Chleb mieszany pszemno-żytni 96 g (<u>GLU PSZ, GIU ZYT</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (<u>MLE</u>) Szyńska Królewiecka-kiełbasa wieprzowo drobiowa, średnio rozdrobniona, parzona w osłonce niejadanej 50 g (<u>GLU PSZ SOL, MLE, GIU OW</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 80 g Mix sałat 20 g (<u>SEL</u>) Jabłko pieczone 1 szt. 1 szt. Kawa zbożowa na mleku b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ZYT, GIU JECZ</u>)</p>			
<p style="text-align: center;">Obiad</p> <p>Brokułowa z ziemniakami () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Pierogi leniwe z cukrem i cynamonem () 300 g (<u>GLU PSZ, JAU, MLE</u>) Mus z jabłek () b/c 50 g Marchew gotowana z olejem () 200 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* z/c 300 ml</p>													
<p style="text-align: center;">Obiad</p> <p>Wielowarzywna z ziemniakami () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g Sos ziółowy* 50 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Kasza jęczmienna/sypko 150 g (<u>GLU JECZ</u>) Marchew gotowana z olejem () 200 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* z/c 300 ml</p>										<p style="text-align: center;">Śniadanie</p> <p>Plaki jęczmienne na wwarze jarzynowym 400 ml (<u>SEL, GIU JECZ</u>) Chleb razowy pszemno-żytni 76 g (<u>GLU PSZ, GIU ZYT</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (<u>MLE</u>) Szyńska Królewiecka-kiełbasa wieprzowo drobiowa, średnio rozdrobniona, parzona w osłonce niejadanej 50 g (<u>GLU PSZ SOL, MLE, GIU OW</u>) Ogórek kiszony 80 g Mix sałat 20 g Jabłko 1 szt. 1 szt. Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p>			
<p style="text-align: center;">Obiad</p> <p>Brokułowa z ziemniakami () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g Sos ziółowy* 50 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Kasza jęczmienna/sypko 150 g (<u>GLU JECZ</u>) Surówka z marchwi i jabłka z olejem () 200 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml</p>													
<p style="text-align: center;">Obiad</p> <p>Brokułowa z ziemniakami () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Bitka z fileta kurczaka 90 g (<u>GLU PSZ</u>) Sos ziółowy* 50 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Kasza jęczmienna/sypko 150 g (<u>GLU JECZ</u>) Surówka z marchwi i jabłka z olejem () 200 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml</p>										<p style="text-align: center;">Śniadanie</p> <p>Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Ogórek kiszony 80 g Mix sałat 20 g Jabłko 1 szt. 1 szt. Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p>			
<p style="text-align: center;">Obiad</p> <p>Brokułowa z ziemniakami () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g Sos ziółowy* 50 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Kasza jęczmienna/sypko 150 g (<u>GLU JECZ</u>) Marchew gotowana z olejem () 200 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml</p>													
<p style="text-align: center;">Obiad</p> <p>Brokułowa z ziemniakami () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Pierogi leniwe z cukrem i cynamonem () 300 g (<u>GLU PSZ, JAU, MLE</u>) Mus z jabłek () b/c 50 g Sos jogurtowy naturalny 50 g (<u>MLE</u>) Marchew gotowana z olejem () 200 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* z/c 300 ml</p>										<p style="text-align: center;">Śniadanie</p> <p>Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (<u>MLE</u>) Chleb mieszany pszemno-żytni 96 g (<u>GLU PSZ, GIU ZYT</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (<u>MLE</u>) Szyńska Królewiecka-kiełbasa wieprzowo drobiowa, średnio rozdrobniona, parzona w osłonce niejadanej 50 g (<u>GLU PSZ SOL, MLE, GIU OW</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 80 g Mix sałat 20 g (<u>SEL</u>) Jabłko pieczone 1 szt. 1 szt. Kawa zbożowa na mleku b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ZYT, GIU JECZ</u>)</p>			
<p style="text-align: center;">Obiad</p> <p>Brokułowa z ziemniakami () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g Sos ziółowy* 50 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Kasza jęczmienna/sypko 150 g (<u>GLU JECZ</u>) Marchew gotowana z olejem () 200 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* z/c 300 ml</p>													
<p style="text-align: center;">Obiad</p> <p>Brokułowa z ziemniakami () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Kasotto jęczmienne z warzywami i warzywniakie* 400 g (<u>SEL, GIU JECZ</u>) Marchew gotowana z olejem () 200 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* z/c 300 ml</p>										<p style="text-align: center;">Śniadanie</p> <p>Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (<u>MLE</u>) Chleb bezglutenowy 450 ml (<u>SEL</u>) Chleb bezglutenowy 450 ml (<u>SEL</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g (<u>MLE, ZYT</u>) Szyńska Królewiecka-kiełbasa wieprzowo drobiowa, średnio rozdrobniona, parzona w osłonce niejadanej 30 g (<u>GLU PSZ SOL, MLE, GIU OW</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 100 g (<u>SEL</u>) Mix sałat 20 g Jabłko pieczone 1 szt. 1 szt. Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p>			
<p style="text-align: center;">Obiad</p> <p>Brokułowa z ziemniakami () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g Sos ziółowy* 50 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Kasza jęczmienna/sypko 150 g (<u>GLU JECZ</u>) Marchew gotowana z olejem () 200 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* z/c 300 ml</p>													
<p style="text-align: center;">Obiad</p> <p>Brokułowa z ziemniakami () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g Sos ziółowy* 50 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Kasza jęczmienna/sypko 150 g (<u>GLU JECZ</u>) Marchew gotowana z olejem () 200 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* z/c 300 ml</p>										<p style="text-align: center;">Śniadanie</p> <p>Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (<u>MLE</u>) Chleb mieszany pszemno-żytni 96 g (<u>GLU PSZ, GIU ZYT</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g (<u>MLE, ZYT</u>) Szyńska Królewiecka-kiełbasa wieprzowo drobiowa, średnio rozdrobniona, parzona w osłonce niejadanej 30 g (<u>GLU PSZ SOL, MLE, GIU OW</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 80 g (<u>SEL</u>) Mix sałat 20 g Jabłko pieczone 1 szt. 1 szt. Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p>			
<p style="text-align: center;">Obiad</p> <p>Brokułowa z ziemniakami () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g Sos ziółowy* 50 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Kasza jęczmienna/sypko 150 g (<u>GLU JECZ</u>) Marchew gotowana z olejem () 200 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* z/c 300 ml</p>													

2024-04-02 wtorek

Jadłospisy w dniu 2024-04-02 KUCHNIA OSTRÓW MAZOWIECKA

PN	Kolacja		PD						
<p>Wartość energetyczna: 1910,71 kcal; Biało ogółem: 73,04 g; Tłuszcz: 47,54 g; Kw. tł. nasy.: 12,51 g; Węglowodany ogółem: 313,70 g; W tym cukry: 74,27 g; Błonnik pok.: 32,92 g; Sól: 7,20 g.</p>	<p>Wartość energetyczna: 2452,34 kcal; Biało ogółem: 92,06 g; Tłuszcz: 67,06 g; Kw. tł. nasy.: 21,89 g; Węglowodany ogółem: 389,81 g; W tym cukry: 111,13 g; Błonnik pok.: 42,65 g; Sól: 7,98 g.</p>	<p>Wartość energetyczna: 2271,88 kcal; Biało ogółem: 98,06 g; Tłuszcz: 66,87 g; Kw. tł. nasy.: 20,78 g; Węglowodany ogółem: 338,90 g; W tym cukry: 93,07 g; Błonnik pok.: 41,38 g; Sól: 8,62 g.</p>	<p>Wartość energetyczna: 2075,43 kcal; Biało ogółem: 85,54 g; Tłuszcz: 63,68 g; Kw. tł. nasy.: 16,02 g; Węglowodany ogółem: 311,37 g; W tym cukry: 49,52 g; Błonnik pok.: 42,00 g; Sól: 10,50 g.</p>	<p>Wartość energetyczna: 2119,61 kcal; Biało ogółem: 88,16 g; Tłuszcz: 65,79 g; Kw. tł. nasy.: 14,90 g; Węglowodany ogółem: 314,84 g; W tym cukry: 49,41 g; Błonnik pok.: 41,94 g; Sól: 10,58 g.</p>	<p>Wartość energetyczna: 1315,26 kcal; Biało ogółem: 60,74 g; Tłuszcz: 26,60 g; Kw. tł. nasy.: 5,70 g; Węglowodany ogółem: 224,64 g; W tym cukry: 43,38 g; Błonnik pok.: 33,34 g; Sól: 7,31 g.</p>	<p>Wartość energetyczna: 2577,09 kcal; Biało ogółem: 105,14 g; Tłuszcz: 71,71 g; Kw. tł. nasy.: 22,92 g; Węglowodany ogółem: 396,84 g; W tym cukry: 121,21 g; Błonnik pok.: 40,85 g; Sól: 7,62 g.</p>	<p>Wartość energetyczna: 2340,90 kcal; Biało ogółem: 104,34 g; Tłuszcz: 69,89 g; Kw. tł. nasy.: 21,02 g; Węglowodany ogółem: 342,44 g; W tym cukry: 100,82 g; Błonnik pok.: 39,58 g; Sól: 7,56 g.</p>	<p>Wartość energetyczna: 2186,33 kcal; Biało ogółem: 42,24 g; Tłuszcz: 66,92 g; Kw. tł. nasy.: 12,76 g; Węglowodany ogółem: 372,70 g; W tym cukry: 69,50 g; Błonnik pok.: 44,24 g; Sól: 4,31 g.</p>	<p>Wartość energetyczna: 2195,35 kcal; Biało ogółem: 87,48 g; Tłuszcz: 71,98 g; Kw. tł. nasy.: 18,02 g; Węglowodany ogółem: 318,25 g; W tym cukry: 56,86 g; Błonnik pok.: 39,85 g; Sól: 8,43 g.</p>
<p>Kanapka z szynką i pomidorem (bukka pszenna 32g, margaryna 5g, szynka 25g, pomidor 15g) 1 szt (GLUPSZ, SOL)</p>	<p>Frytki warzywne pieczone (marchew, burak, pietruszka) 100 g</p>	<p>Kanapka z szynką i pomidorem (chleb razowy 76g, margaryna 5g, szynka 25g, pomidor 15g) 1 szt (GLUPSZ, SOL, GLU, ZYT)</p>	<p>Frytki warzywne pieczone (marchew, burak, pietruszka) 100 g</p>	<p>Chleb mieszany pszenno-żytni 66 g (GLUPSZ, GLU, ZYT)</p>	<p>Bukka pszenna długa krojona 76 g (GLU, PSZ)</p>	<p>Bukka pszenna długa krojona 76 g (GLU, PSZ)</p>	<p>Chleb bezglutenowy 116 g</p>	<p>Chleb mieszany pszenno-żytni 96 g (GLU, PSZ, GLU, ZYT)</p>	
<p>Herbata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p>	<p>Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p>	<p>Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p>	<p>Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p>	<p>Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p>	<p>Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p>	<p>Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p>	<p>Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p>	<p>Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p>	
<p>Pomidor biskorki 80 g</p>	<p>Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p>	<p>Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p>	<p>Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p>	<p>Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p>	<p>Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE)</p>	<p>Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE)</p>	<p>Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 400 ml (SEL)</p>	<p>Pomidor biskorki 80 g</p>	
<p>Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 25 g</p>	<p>Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 25 g</p>	<p>Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 25 g</p>	<p>Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 25 g</p>	<p>Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 25 g</p>	<p>Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE)</p>	<p>Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE)</p>	<p>Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 25 g</p>	<p>Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 25 g</p>	
<p>Pasta z ryby gotowanej (młuna) z warzywami () 50 g (RYB, SEL)</p>	<p>Pasta z ryby gotowanej (młuna) z warzywami () 50 g (RYB, SEL)</p>	<p>Pasta z ryby gotowanej (młuna) z warzywami () 50 g (RYB, SEL)</p>	<p>Pasta z ryby gotowanej (młuna) z warzywami () 50 g (RYB, SEL)</p>	<p>Pasta z ryby gotowanej (młuna) z warzywami () 50 g (RYB, SEL)</p>	<p>Pasta z ryby gotowanej (młuna) z warzywami () 50 g (MLE)</p>	<p>Pasta z ryby gotowanej (młuna) z warzywami () 50 g (MLE)</p>	<p>Pasta z ryby gotowanej (młuna) z warzywami () 50 g (MLE)</p>	<p>Pasta z ryby gotowanej (młuna) z warzywami () 50 g (MLE)</p>	
<p>Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE)</p>	<p>Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE)</p>	<p>Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE)</p>	<p>Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE)</p>	<p>Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE)</p>	<p>Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE)</p>	<p>Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE)</p>	<p>Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g (MLE)</p>	<p>Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE)</p>	
<p>Chleb mieszany pszenno-żytni 96 g (GLU, PSZ, ZYT)</p>	<p>Chleb mieszany pszenno-żytni 96 g (GLU, PSZ, ZYT)</p>	<p>Chleb mieszany pszenno-żytni 76 g (GLU, PSZ, GLU, ZYT)</p>	<p>Chleb mieszany pszenno-żytni 76 g (GLU, PSZ, GLU, ZYT)</p>	<p>Chleb mieszany pszenno-żytni 66 g (GLU, PSZ, GLU, ZYT)</p>	<p>Bukka pszenna długa krojona 76 g (GLU, PSZ)</p>	<p>Bukka pszenna długa krojona 76 g (GLU, PSZ)</p>	<p>Chleb bezglutenowy 116 g</p>	<p>Chleb mieszany pszenno-żytni 96 g (GLU, PSZ, GLU, ZYT)</p>	
<p>OM- VIII Z ograniczeniem tłuszczu Zestaw II</p>	<p>OM- IX Łatwo strawna zestaw I</p>	<p>OM- IX Łatwo strawna zestaw II</p>	<p>OM- X ogr. łatwo przyswajalnych węgl. Zestaw I</p>	<p>OM- X Z ogr. łatwo przyswajalnych węgl. Zestaw II</p>	<p>OM- XI Ubogoenergetyczna</p>	<p>OM- XII Bogatobiałkowa łatwostrawna Zestaw I</p>	<p>OM- XII Bogatobiałkowa łatwostrawna Zestaw II</p>	<p>OM- XIII Niskobiałkowa</p>	<p>OM- XV Beźmięczna Zestaw I</p>
Masłanka 150 ml (MLE)									

Jadospisy w dniu 2024-04-02 KUCHNIA OSTRÓW MAZOWIECKA

2024-04-02 wtorek									
<p>OM- XV Bezmieczna Zestaw II</p> <p>Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 450 ml (SEL.) Chleb mieszany pszenno-żytni 96 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw. 80% tł 15 g Szyńska Królewiecka-kiebasa wieprzowo drobiowa, średnio rozdrobniona, parzona w osłonce niejadanej 60 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, GLU OW.) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 40 g (SEL.) Mix sałat 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p>	<p>OM- Dzieci 1-3 lat</p> <p>Plakki kukurydziane na mleku 200 ml (MLE.) Buka pszenna duża krojona 32 g (GLU PSZ.) Margaryna roślinna (80% tł.) 5 g (MLE.) Szyńska Królewiecka-kiebasa wieprzowo drobiowa, średnio rozdrobniona, parzona w osłonce niejadanej 30 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, GLU OW.) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 40 g (SEL.) Mix sałat 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Jabłko 1 szt. 1 szt.</p>	<p>OM- Papkowlat/Przeclerana</p> <p>Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 450 ml (SEL.) Buka pszenna duża krojona 32 g (GLU PSZ.) Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g (MLE.) Szyńska Królewiecka-kiebasa wieprzowo drobiowa, średnio rozdrobniona, parzona w osłonce niejadanej 50 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, GLU OW.) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 100 g (SEL.) Mus z jabłek () b/c 150 g Kawa zbożowa na mleku b/c 300 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.)</p>	<p>OM- Płynna</p> <p>Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (MLE.) Chleb razowy pszenno-żytni 116 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE.) Ser topiony 25 g (MLE.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Mix sałat 20 g Ogórek kiszony 80 g Jabłko 1 szt 1 szt Kawa zbożowa na mleku b/c 300 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.)</p>	<p>OM- Wegetariańska</p> <p>Kasza jaglana na wywarze jarzynowym 400 ml (SEL.) Chleb bezglutenowy 100 g Margaryna roślinna bez mleczna o zaw. 80% tł 15 g Szyńska Królewiecka-kiebasa wieprzowo drobiowa, średnio rozdrobniona, parzona w osłonce niejadanej 50 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, GLU OW.) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 80 g (SEL.) Mix sałat 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p>	<p>OM- Bezglutenowa</p> <p>Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (MLE.) Chleb bezglutenowy pszenno-żytni 116 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE.) Ser topiony 25 g (MLE.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Mix sałat 20 g Ogórek kiszony 80 g Jabłko 1 szt 1 szt Kawa zbożowa na mleku b/c 300 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.)</p>	<p>OM- Położnicza Zestaw I</p> <p>Chleb mieszany pszenno-żytni 96 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Chleb bezglutenowy 100 g Szyńska Królewiecka-kiebasa wieprzowo drobiowa, średnio rozdrobniona, parzona w osłonce niejadanej 50 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, GLU OW.) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 80 g (SEL.) Mix sałat 20 g Jabłko pieczone 1 szt. 1 szt Kawa zbożowa na mleku b/c 300 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.)</p>	<p>OM- Położnicza Zestaw II</p> <p>Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 96 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE.) Szyńska Królewiecka-kiebasa wieprzowo drobiowa, średnio rozdrobniona, parzona w osłonce niejadanej 50 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, GLU OW.) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 80 g (SEL.) Mix sałat 20 g Jabłko pieczone 1 szt. 1 szt Kawa zbożowa na mleku b/c 300 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.)</p>	<p>OM- Kobieta Kamiąca Zestaw I</p>	<p>OM- Kobieta Kamiąca Zestaw II</p>
<p>II ŚN</p> <p>Wielowarzywna z ziemniakami (bez mleka) () 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Bika z fileta kurczaka 90 g (GLU PSZ.) Sos ziołowy* 50 ml (GLU PSZ, SEL.) Kasza jęczmienna/spyko 150 g (GLU JECZ.) Marchew gotowana z olejem () 200 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* z/c 300 ml</p>	<p>Logurt brzośkwiniowy 150g 1 szt. (MLE.)</p>	<p>Brokułowa z ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g Sos ziołowy* 50 ml (GLU PSZ, SEL.) Kasza jęczmienna/spyko 150 g (GLU JECZ.) Marchew gotowana z olejem () 200 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* z/c 300 ml</p>	<p>Brokułowa z ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Naleśniki z serem 300 g (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Mus z jabłek () b/c 50 g Sos jogurtowy naturalny 50 g (MLE.) Surówka z marchwi i jabłka z olejem () 200 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* z/c 300 ml</p>	<p>Wafle ryżowe 30 g</p>	<p>Brokułowa z ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g Sos ziołowy* (bez glutenu) 50 ml (SEL.) Ryz na sypko 170 g (GLU PSZ, SEL.) Marchew gotowana z olejem () 200 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* z/c 300 ml</p>	<p>Brokułowa z ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Pierogi leniwe z cukrem i cynamonem () 300 g (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Mus z jabłek () b/c 50 g Marchew gotowana z olejem () 200 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* z/c 300 ml</p>	<p>Wielowarzywna z ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g Sos ziołowy* 50 ml (GLU PSZ, SEL.) Kasza jęczmienna/spyko 150 g (GLU JECZ.) Marchew gotowana z olejem () 200 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* z/c 300 ml</p>	<p>Brokułowa z ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Pierogi leniwe z cukrem i cynamonem () 300 g (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Mus z jabłek () b/c 50 g Marchew gotowana z olejem () 200 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* z/c 300 ml</p>	<p>Wielowarzywna z ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g Sos ziołowy* 50 ml (GLU PSZ, SEL.) Kasza jęczmienna/spyko 150 g (GLU JECZ.) Marchew gotowana z olejem () 200 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* z/c 300 ml</p>

Kefir 2.0% tł 150g 1 szt. (MLE.)

Jadłospisy w dniu 2024-04-02 KUCHNIA OSTRÓW MAZOWIECKA

PD	OM- XV Bezmleczna Zestaw II	OM- Dzieci 1-3 lat truskawkowym z/c	OM- Papkowata/ Przecierana	OM- Płynna	OM- Wegetariańska	OM- Bezglutenowa	OM- Położnicza Zestaw I	OM- Położnicza Zestaw II	OM- Kobieta Kamiąca Zestaw I	OM- Kobieta Kamiąca Zestaw II
	Chleb mieszany pszenno-żytni 96 g (GLU PSZ, GLU ZYT) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Pastą z ryby gotowanej (miruna) z warzywami () 50 g (RYB, SEL.) Schab gotowany 30 g (RYB, SEL.)	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bukka pszenna długa krojona 32 g (GLU PSZ) Margaryna roślinna (80% tł.) 5 g (MLE) Pastą z ryby gotowanej (miruna) z warzywami () 30 g (RYB, SEL.)	Bukka pszenna długa krojona 32 g (GLU PSZ) Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g (MLE) Pastą z ryby gotowanej (miruna) z warzywami () 50 g (RYB, SEL.) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Kalefior gotowany z olejem * 100 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 450 ml (SEL.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 96 g (GLU PSZ, GLU ZYT) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE) Pastą z groszku zielonego b/ml 80 g Surówka z rzodkwi i czarnuszki 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Chleb bezglutenowy 100 g Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Pastą z ryby gotowanej (miruna) z warzywami () 50 g (RYB, SEL.) Schab gotowany 25 g (RYB, SEL.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 96 g (GLU PSZ, GLU ZYT) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE) Pastą z ryby gotowanej (miruna) z warzywami () 50 g (RYB, SEL.) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 25 g Pomidor biskorki 80 g Salata zielona 20 g	Chleb bezglutenowy 100 g Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Pastą z ryby gotowanej (miruna) z warzywami () 50 g (RYB, SEL.) Schab gotowany 25 g (RYB, SEL.)	Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Chleb razowy pszenno-żytni 116 g (GLU PSZ, GLU ZYT) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE) Pastą z ryby gotowanej (miruna) z warzywami () 50 g (RYB, SEL.) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 25 g Pomidor biskorki 80 g Salata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana b/c 300 ml
	Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml	Kisiel o smaku truskawkowym b/c 300 ml								
	Canapka z szynką i porniorem (bukka pszenna 32g, margaryna 5g, szynka 25g, pomidor 15g) 1 szt (GLU PSZ, SOL.)	Fykki warzywne pieczone (marchew, burak, pietruszka) 100 g	Pasta warzywna () 100 g (SEL.)	Fykki warzywne pieczone (marchew, burak, pietruszka) 100 g	Fykki warzywne pieczone (marchew, burak, pietruszka) 100 g	Fykki warzywne pieczone (marchew, burak, pietruszka) 100 g	Fykki warzywne pieczone (marchew, burak, pietruszka) 100 g	Fykki warzywne pieczone (marchew, burak, pietruszka) 100 g	Fykki warzywne pieczone (marchew, burak, pietruszka) 100 g	Fykki warzywne pieczone (marchew, burak, pietruszka) 100 g
	Wartość energetyczna: 2239,53 kcal; Białko ogółem: 90,10 g; Tłuszcz: 74,09 g; Kw. tł. nasy.: 16,90 g; Węglowodany ogółem: 321,72 g; W tym cukry: 56,75 g; Błonnik pok.: 39,79 g; Soli: 8,51 g.	Wartość energetyczna: 1412,09 kcal; Białko ogółem: 47,68 g; Tłuszcz: 32,05 g; Kw. tł. nasy.: 10,84 g; Węglowodany ogółem: 242,08 g; W tym cukry: 107,20 g; Błonnik pok.: 20,34 g; Soli: 3,45 g.	Wartość energetyczna: 2177,94 kcal; Białko ogółem: 92,83 g; Tłuszcz: 76,90 g; Kw. tł. nasy.: 20,86 g; Węglowodany ogółem: 300,61 g; W tym cukry: 67,30 g; Błonnik pok.: 45,41 g; Soli: 7,00 g.	Wartość energetyczna: 2800,46 kcal; Białko ogółem: 101,56 g; Tłuszcz: 84,51 g; Kw. tł. nasy.: 26,99 g; Węglowodany ogółem: 427,38 g; W tym cukry: 122,53 g; Błonnik pok.: 40,94 g; Soli: 8,37 g.	Wartość energetyczna: 2131,51 kcal; Białko ogółem: 73,03 g; Tłuszcz: 71,32 g; Kw. tł. nasy.: 14,55 g; Węglowodany ogółem: 313,31 g; W tym cukry: 50,76 g; Błonnik pok.: 35,40 g; Soli: 4,17 g.	Wartość energetyczna: 2575,74 kcal; Białko ogółem: 97,24 g; Tłuszcz: 70,06 g; Kw. tł. nasy.: 21,89 g; Węglowodany ogółem: 433,94 g; W tym cukry: 136,61 g; Błonnik pok.: 42,69 g; Soli: 8,21 g.	Wartość energetyczna: 2495,28 kcal; Białko ogółem: 103,24 g; Tłuszcz: 69,87 g; Kw. tł. nasy.: 20,78 g; Węglowodany ogółem: 383,03 g; W tym cukry: 118,55 g; Błonnik pok.: 41,42 g; Soli: 8,85 g.	Wartość energetyczna: 2728,10 kcal; Białko ogółem: 100,44 g; Tłuszcz: 70,32 g; Kw. tł. nasy.: 21,95 g; Węglowodany ogółem: 443,92 g; W tym cukry: 137,77 g; Błonnik pok.: 43,35 g; Soli: 8,53 g.	Wartość energetyczna: 2547,64 kcal; Białko ogółem: 106,43 g; Tłuszcz: 70,13 g; Kw. tł. nasy.: 20,84 g; Węglowodany ogółem: 393,01 g; W tym cukry: 119,71 g; Błonnik pok.: 42,08 g; Soli: 9,17 g.	Wartość energetyczna: 2547,64 kcal; Białko ogółem: 106,43 g; Tłuszcz: 70,13 g; Kw. tł. nasy.: 20,84 g; Węglowodany ogółem: 393,01 g; W tym cukry: 119,71 g; Błonnik pok.: 42,08 g; Soli: 9,17 g.

2024-04-02 wtorek

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, nerkowce, pistacje, migdały,

SEL - Seler i pochodne,

GOR - Gorczyca i produkty pochodne,

SEZ - Nasiona sezamu i pochodne,

SO2 - Dwutlenek 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 OM - Zboża zawierające gluten owsiany,

GLU JEZ - 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,

Sól - Sól,

K - Potas,

Kw. tł. nasy. - Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem,

Błonnik pok. - Błonnik pokarmowy,

- % energii z białka,

Ener. z T - % energii z tłuszczu,

- % energii z węglowodanów,

Ener. z Bł. - % energii z błonnika,

W tym cukry - w tym cukry,

MM - MM,

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

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% tl. nv(MLE,)	Twaróg chudy (MLE,), Śmietanka (MLE,), E202, Chlorek wapnia
3	Kasza manna nv(GLU PSZ,)	
4	Cukier	
5	Masło 82% tl. 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% tl. 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. 3skł 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% tl. 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,)	

