

Jadłospisy w dniu 2024-03-31 KUCHNIA OSTRÓW MAZOWIECKA

OM-I Podstawowa zestaw I	OM-I Podstawowa zestaw II	OM-III b Do żywienia przez sondę	OM-IV Łatwo strawna diecieca Zestaw I	OM-IV Łatwo strawna diecieca Zestaw II	OM-VI Pooperacyjna Zestaw I	OM-VI Pooperacyjna Zestaw II	OM-VII Z ogr:sub.pobudz.wyrdz.so ku zola Zestaw I	OM-VIII Z ogr:sub.pobudz.wyrdz.so ku zola Zestaw II	OM-VIII Z ograniczeniem tłuszczu Zestaw I	
<p>Kasza manna na mleku <u>(MLE)</u> 400 ml <u>(GLU PSZ)</u></p> <p>Chleb razowy pszenno-żytni <u>(GLU ZYT)</u> 116 g <u>(GLU PSZ)</u></p> <p>Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g <u>(MLE)</u></p> <p>Jajko gotowane ki M 1 szt <u>(JAJ)</u></p> <p>Baton szynkowy z kurcząt 25 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.</u>)</p> <p>Ogórek kiszony 80 g</p> <p>Roszonka 10 g</p> <p>Gusnska 1szt. 150 g</p> <p>Kawa zbożowa na mleku b/c 300 ml <u>(MLE, GLU ZYT, GLU JECZ)</u></p> <p>Majonez 10 g <u>(JAJ, GOR)</u></p> <p>Szczyptorek 5 g</p> <p>Babka piaskowa 50 g <u>(GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE)</u></p>	<p>Selerowa z ziemniakami <u>(MLE, SEL)</u> 400 ml</p> <p>Zrazik wieprzowy gotowany mielony 100 g <u>(GLU PSZ, JAJ)</u></p> <p>Sos własny <u>()</u> 50 ml</p> <p>Sos własny <u>()</u> 50 ml <u>(GLU PSZ, SEL)</u></p> <p>Ziemniaki z koperkiem gotowane <u>()</u> 180 g</p> <p>Bukiet warzyw gotowanych królewski z olejem* 100 g</p> <p>Kapusta zasmażana <u>()</u> 100 g <u>(GLU PSZ)</u></p> <p>Kompot z aronii i czarnej porzeczki* zlc 300 ml</p>	<p>Sonda / płynna śr. 400 g <u>(GLU PSZ, MLE)</u></p> <p>Babka piaskowa 50 g <u>(GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE)</u></p>	<p>Kasza manna na mleku 400 ml <u>(GLU PSZ, MLE)</u></p> <p>Bulka pszenna długa krojona 76 g <u>(GLU PSZ)</u></p> <p>Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g <u>(MLE)</u></p> <p>Baton szynkowy z kurcząt 25 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.</u>)</p> <p>Pasta z białek z natką pietruszki 50 g <u>(JAJ, MLE, GOR)</u></p> <p>Marchew oproszana z olejem <u>()</u> 90 g <u>(GLU PSZ)</u></p> <p>Roszonka 10 g</p> <p>Jabko 1 szt 1 szt</p> <p>Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p> <p>Babka piaskowa 50 g <u>(GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE)</u></p>	<p>Kasza manna na mleku 400 ml <u>(GLU PSZ, MLE)</u></p> <p>Bulka pszenna długa krojona 76 g <u>(GLU PSZ)</u></p> <p>Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g <u>(MLE)</u></p> <p>Pasta z białek z natką pietruszki 50 g <u>(JAJ, MLE)</u></p> <p>Baton szynkowy z kurcząt 25 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.</u>)</p> <p>Marchew oproszana z olejem <u>()</u> 90 g <u>(GLU PSZ)</u></p> <p>Roszonka 10 g</p> <p>Jabko 1 szt 1 szt</p> <p>Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p> <p>Babka piaskowa 50 g <u>(GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE)</u></p>	<p>Kasza manna na mleku 400 ml <u>(GLU PSZ, MLE)</u></p> <p>Bulka pszenna długa krojona 76 g <u>(GLU PSZ)</u></p> <p>Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g <u>(MLE)</u></p> <p>Pasta z białek z natką pietruszki 50 g <u>(JAJ, MLE)</u></p> <p>Baton szynkowy z kurcząt 25 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.</u>)</p> <p>Marchew oproszana z olejem <u>()</u> 90 g <u>(GLU PSZ)</u></p> <p>Roszonka 10 g</p> <p>Jabko 1 szt 1 szt</p> <p>Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p> <p>Babka piaskowa 50 g <u>(GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE)</u></p>	<p>Kasza manna na mleku 400 ml <u>(GLU PSZ, MLE)</u></p> <p>Bulka pszenna długa krojona 76 g <u>(GLU PSZ)</u></p> <p>Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g <u>(MLE)</u></p> <p>Pasta z białek z natką pietruszki 50 g <u>(JAJ, MLE)</u></p> <p>Baton szynkowy z kurcząt 25 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.</u>)</p> <p>Marchew oproszana z olejem <u>()</u> 90 g <u>(GLU PSZ)</u></p> <p>Roszonka 10 g</p> <p>Jabko 1 szt 1 szt</p> <p>Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p> <p>Babka piaskowa 50 g <u>(GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE)</u></p>	<p>Szpiniakowa z ziemniakami <u>()</u> 400 ml <u>(GLU PSZ, MLE, SEL)</u></p> <p>Zrazik wieprzowy gotowany mielony 100 g <u>(GLU PSZ, JAJ)</u></p> <p>Sos własny <u>()</u> 50 ml <u>(GLU PSZ, SEL)</u></p> <p>Ziemniaki z koperkiem gotowane <u>()</u> 180 g</p> <p>Cukinia pieczona z olejem <u>()</u> 100 g</p> <p>Bukiet warzyw gotowanych królewski z olejem* 100 g</p> <p>Kompot z aronii i czarnej porzeczki* zlc 300 ml</p>	<p>Szpiniakowa z ziemniakami <u>()</u> 400 ml <u>(GLU PSZ, MLE, SEL)</u></p> <p>Zrazik wieprzowy gotowany mielony 100 g <u>(GLU PSZ, JAJ)</u></p> <p>Sos własny <u>()</u> 50 ml <u>(GLU PSZ, SEL)</u></p> <p>Ziemniaki z koperkiem gotowane <u>()</u> 180 g</p> <p>Cukinia pieczona z olejem <u>()</u> 100 g</p> <p>Bukiet warzyw gotowanych królewski z olejem* 100 g</p> <p>Kompot z aronii i czarnej porzeczki* zlc 300 ml</p>	<p>Szpiniakowa z ziemniakami <u>()</u> 400 ml <u>(GLU PSZ, MLE, SEL)</u></p> <p>Zrazik wieprzowy gotowany mielony 100 g <u>(GLU PSZ, JAJ)</u></p> <p>Sos własny <u>()</u> 50 ml <u>(GLU PSZ, SEL)</u></p> <p>Ziemniaki z koperkiem gotowane <u>()</u> 180 g</p> <p>Cukinia pieczona z olejem <u>()</u> 100 g</p> <p>Bukiet warzyw gotowanych królewski z olejem* 100 g</p> <p>Kompot z aronii i czarnej porzeczki* zlc 300 ml</p>	<p>Szpiniakowa z ziemniakami <u>()</u> 400 ml <u>(GLU PSZ, MLE, SEL)</u></p> <p>Zrazik wieprzowy gotowany mielony 100 g <u>(GLU PSZ, JAJ)</u></p> <p>Sos własny <u>()</u> 50 ml <u>(GLU PSZ, SEL)</u></p> <p>Ziemniaki z koperkiem gotowane <u>()</u> 180 g</p> <p>Cukinia pieczona z olejem <u>()</u> 100 g</p> <p>Bukiet warzyw gotowanych królewski z olejem* 100 g</p> <p>Kompot z aronii i czarnej porzeczki* zlc 300 ml</p>
<p>Śniadanie</p>	<p>II ŚN</p>	<p>Sonda mleczna! 400 g <u>(GLU PSZ, JAJ, MLE)</u></p>	<p>Jogurt truskawkowy 150g 1 szt <u>(MLE)</u></p>	<p>Jogurt naturalny 150g 1 szt <u>(MLE)</u></p>	<p>Jogurt naturalny 150g 1 szt <u>(MLE)</u></p>	<p>Jogurt naturalny 150g 1 szt <u>(MLE)</u></p>	<p>Jogurt naturalny 150g 1 szt <u>(MLE)</u></p>	<p>Jogurt naturalny 150g 1 szt <u>(MLE)</u></p>	<p>Jogurt naturalny 150g 1 szt <u>(MLE)</u></p>	
<p>Obiad</p>	<p>PD</p>	<p>Sonda ziemniaczana 400 g <u>(JAJ, MLE, SEL)</u></p>	<p>Szpiniakowa z ziemniakami <u>()</u> 400 ml <u>(GLU PSZ, MLE, SEL)</u></p> <p>Zrazik wieprzowy gotowany mielony 100 g <u>(GLU PSZ, JAJ)</u></p> <p>Sos własny <u>()</u> 50 ml <u>(GLU PSZ, SEL)</u></p> <p>Ziemniaki z koperkiem gotowane <u>()</u> 180 g</p> <p>Cukinia pieczona z olejem <u>()</u> 100 g</p> <p>Bukiet warzyw gotowanych królewski z olejem* 100 g</p> <p>Kompot z aronii i czarnej porzeczki* zlc 300 ml</p>	<p>Szpiniakowa z ziemniakami <u>()</u> 400 ml <u>(GLU PSZ, MLE, SEL)</u></p> <p>Zrazik wieprzowy gotowany mielony 100 g <u>(GLU PSZ, JAJ)</u></p> <p>Sos własny <u>()</u> 50 ml <u>(GLU PSZ, SEL)</u></p> <p>Ziemniaki z koperkiem gotowane <u>()</u> 180 g</p> <p>Cukinia pieczona z olejem <u>()</u> 100 g</p> <p>Bukiet warzyw gotowanych królewski z olejem* 100 g</p> <p>Kompot z aronii i czarnej porzeczki* zlc 300 ml</p>	<p>Szpiniakowa z ziemniakami <u>()</u> 400 ml <u>(GLU PSZ, MLE, SEL)</u></p> <p>Zrazik wieprzowy gotowany mielony 100 g <u>(GLU PSZ, JAJ)</u></p> <p>Sos własny <u>()</u> 50 ml <u>(GLU PSZ, SEL)</u></p> <p>Ziemniaki z koperkiem gotowane <u>()</u> 180 g</p> <p>Cukinia pieczona z olejem <u>()</u> 100 g</p> <p>Bukiet warzyw gotowanych królewski z olejem* 100 g</p> <p>Kompot z aronii i czarnej porzeczki* zlc 300 ml</p>	<p>Szpiniakowa z ziemniakami <u>()</u> 400 ml <u>(GLU PSZ, MLE, SEL)</u></p> <p>Zrazik wieprzowy gotowany mielony 100 g <u>(GLU PSZ, JAJ)</u></p> <p>Sos własny <u>()</u> 50 ml <u>(GLU PSZ, SEL)</u></p> <p>Ziemniaki z koperkiem gotowane <u>()</u> 180 g</p> <p>Cukinia pieczona z olejem <u>()</u> 100 g</p> <p>Bukiet warzyw gotowanych królewski z olejem* 100 g</p> <p>Kompot z aronii i czarnej porzeczki* zlc 300 ml</p>	<p>Szpiniakowa z ziemniakami <u>()</u> 400 ml <u>(GLU PSZ, MLE, SEL)</u></p> <p>Zrazik wieprzowy gotowany mielony 100 g <u>(GLU PSZ, JAJ)</u></p> <p>Sos własny <u>()</u> 50 ml <u>(GLU PSZ, SEL)</u></p> <p>Ziemniaki z koperkiem gotowane <u>()</u> 180 g</p> <p>Cukinia pieczona z olejem <u>()</u> 100 g</p> <p>Bukiet warzyw gotowanych królewski z olejem* 100 g</p> <p>Kompot z aronii i czarnej porzeczki* zlc 300 ml</p>	<p>Szpiniakowa z ziemniakami <u>()</u> 400 ml <u>(GLU PSZ, MLE, SEL)</u></p> <p>Zrazik wieprzowy gotowany mielony 100 g <u>(GLU PSZ, JAJ)</u></p> <p>Sos własny <u>()</u> 50 ml <u>(GLU PSZ, SEL)</u></p> <p>Ziemniaki z koperkiem gotowane <u>()</u> 180 g</p> <p>Cukinia pieczona z olejem <u>()</u> 100 g</p> <p>Bukiet warzyw gotowanych królewski z olejem* 100 g</p> <p>Kompot z aronii i czarnej porzeczki* zlc 300 ml</p>		

2024-03-31 niedziela

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.

Wydrukował: MuFral, Data i godzina wydruku: 2024-03-26 08:53:54

NAPRZÓD CATERING SP. Z O.O.
 ul. Traktorowa 126 lok. 301, 91-204 Łódź
 N 6772398982 REGON 363712430
 KRS 0006611008 strona 1 z 7

Jadłospisy w dniu 2024-03-31 KUCHNIA OSTRÓW MAZOWIECKA

2024-03-31 niedziela									
Kolacja		Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt							
PN	PN	PN	PN	PN	PN	PN	PN	PN	PN
<p>OM-I Podstawowa zestaw I</p> <p>Chleb mieszany pszenno-żytni 96 g (GLU,PSZ,GLU,ZYT)</p> <p>Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE)</p> <p>Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad. 25 g</p> <p>Ser żółty 25 g (MLE)</p> <p>Pomidor 80 g</p> <p>Salata zielona 20 g</p> <p>Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p>	<p>OM-I Podstawowa zestaw II</p> <p>Chleb mieszany pszenno-żytni 96 g (GLU,PSZ,GLU,ZYT)</p> <p>Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE)</p> <p>Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad. 25 g</p> <p>Ser żółty 25 g (MLE)</p> <p>Pomidor 80 g</p> <p>Salata zielona 20 g</p> <p>Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p>	<p>OM-III b Do żywienia przez sondę</p> <p>Sonda miesna! 400 g (JAJ,SEL)</p>	<p>OM-IV Łatwo strawna dziecięca Zestaw I</p> <p>Bułka pszenna długa krojona (80% tł.) 10 g (MLE)</p> <p>Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE)</p> <p>Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad. 25 g</p> <p>Serek homo.naturalny 50 g (MLE)</p> <p>Pomidor 80 g</p> <p>Salata zielona 20 g</p> <p>Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p>	<p>OM-IV Łatwo strawna dziecięca Zestaw II</p> <p>Bułka pszenna długa krojona (80% tł.) 10 g (MLE)</p> <p>Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE)</p> <p>Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad. 25 g</p> <p>Serek homo.naturalny 50 g (MLE)</p> <p>Pomidor 80 g</p> <p>Salata zielona 20 g</p> <p>Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p>	<p>OM-VI Pooperacyjna Zestaw I</p> <p>Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad. 25 g</p>	<p>OM-VI Pooperacyjna Zestaw II</p> <p>Bułka pszenna długa krojona (80% tł.) 10 g (MLE)</p> <p>Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE)</p> <p>Serek homo.naturalny 50 g (MLE)</p> <p>Pomidor biskorki 80 g</p> <p>Salata zielona 20 g</p> <p>Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p>	<p>OM-VII Z ogr.sub.pobudz.wydz.so ku żołąd. Zestaw I</p> <p>Bułka pszenna długa krojona (80% tł.) 10 g (MLE)</p> <p>Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE)</p> <p>Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad. 25 g</p> <p>Serek homo.naturalny 50 g (MLE)</p> <p>Pomidor biskorki 80 g</p> <p>Salata zielona 20 g</p> <p>Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p>	<p>OM-VII Z ogr.sub.pobudz.wydz.so ku żołąd. Zestaw II</p> <p>Bułka pszenna długa krojona (80% tł.) 10 g (MLE)</p> <p>Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE)</p> <p>Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad. 25 g</p> <p>Serek homo.naturalny 50 g (MLE)</p> <p>Pomidor biskorki 80 g</p> <p>Salata zielona 20 g</p> <p>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)</p> <p>Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad. 25 g</p> <p>Serek homo.naturalny 50 g (MLE)</p> <p>Pomidor Biskorki 80 g</p> <p>Salata zielona 20 g</p> <p>Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p>
<p>Wartość energetyczna: 2663,36 kcal; Białko ogółem: 116,57 g; Tłuszcz: 87,04 g; Kw. tł. nasy.: 31,15 g; Węglowodany ogółem: 362,77 g; W tym cukry: 83,09 g; Błonnik pok.: 28,81 g; Sól: 10,65 g.</p>	<p>Wartość energetyczna: 2692,79 kcal; Białko ogółem: 106,42 g; Tłuszcz: 88,80 g; Kw. tł. nasy.: 30,22 g; Węglowodany ogółem: 379,16 g; W tym cukry: 92,70 g; Błonnik pok.: 32,48 g; Sól: 9,42 g.</p>	<p>Wartość energetyczna: 2398,79 kcal; Białko ogółem: 121,54 g; Tłuszcz: 108,32 g; Kw. tł. nasy.: 40,03 g; Węglowodany ogółem: 244,76 g; W tym cukry: 107,82 g; Błonnik pok.: 22,25 g; Sól: 2,71 g.</p>	<p>Wartość energetyczna: 2371,74 kcal; Białko ogółem: 113,53 g; Tłuszcz: 71,13 g; Kw. tł. nasy.: 22,11 g; Węglowodany ogółem: 328,79 g; W tym cukry: 87,86 g; Błonnik pok.: 26,43 g; Sól: 6,01 g.</p>	<p>Wartość energetyczna: 2449,83 kcal; Białko ogółem: 104,28 g; Tłuszcz: 78,75 g; Kw. tł. nasy.: 23,60 g; Węglowodany ogółem: 342,04 g; W tym cukry: 89,67 g; Błonnik pok.: 29,90 g; Sól: 5,83 g.</p>	<p>Wartość energetyczna: 2541,37 kcal; Białko ogółem: 124,54 g; Tłuszcz: 77,88 g; Kw. tł. nasy.: 26,15 g; Węglowodany ogółem: 344,13 g; W tym cukry: 100,50 g; Błonnik pok.: 25,95 g; Sól: 6,39 g.</p>	<p>Wartość energetyczna: 2619,46 kcal; Białko ogółem: 115,28 g; Tłuszcz: 85,50 g; Kw. tł. nasy.: 27,64 g; Węglowodany ogółem: 357,38 g; W tym cukry: 102,31 g; Błonnik pok.: 29,41 g; Sól: 6,21 g.</p>	<p>Wartość energetyczna: 2541,37 kcal; Białko ogółem: 124,54 g; Tłuszcz: 77,88 g; Kw. tł. nasy.: 26,15 g; Węglowodany ogółem: 344,13 g; W tym cukry: 100,50 g; Błonnik pok.: 25,95 g; Sól: 6,39 g.</p>	<p>Wartość energetyczna: 2619,46 kcal; Białko ogółem: 115,28 g; Tłuszcz: 85,50 g; Kw. tł. nasy.: 27,64 g; Węglowodany ogółem: 357,38 g; W tym cukry: 102,31 g; Błonnik pok.: 29,41 g; Sól: 6,21 g.</p>	<p>Wartość energetyczna: 2492,58 kcal; Białko ogółem: 127,04 g; Tłuszcz: 64,03 g; Kw. tł. nasy.: 21,17 g; Węglowodany ogółem: 360,03 g; W tym cukry: 91,86 g; Błonnik pok.: 24,24 g; Sól: 7,20 g.</p>

Jadłospisy w dniu 2024-03-31 KUCHNIA OSTRÓW MAZOWIECKA

PD	Śniadanie		Obiad							
	<p>OM- VIII Z ograniczeniem tłuszczu Zestaw II</p> <p>Kasza manna na mleku 400 ml (<u>GLU</u>, <u>PSZ</u>, <u>MLE</u>) Bułka pszenna długa krojona 90 g (<u>GLU</u>, <u>PSZ</u>) Pasta z białek z natką pietruszki 50 g (<u>JAJ</u>, <u>MLE</u>) Baton szynkowy z kurcząt 25 g (<u>może zawierać</u>: <u>GLU</u>, <u>PSZ</u>, <u>MLE</u>, <u>GOR</u>) Marchew oproszana z olejem () 90 g (<u>GLU</u>, <u>PSZ</u>) Roszponka 10 g Labko pieczone 1 szt. 1 szt. Kawa zbożowa na mleku b/c 300 ml (<u>MLE</u>, <u>GLU</u>, <u>ZYT</u>, <u>JAJ</u>, <u>OZI</u>, <u>JECZ</u>) Babka piaskowa 50 g (<u>GLU</u>, <u>PSZ</u>, <u>JAJ</u>, <u>OZI</u>, <u>MLE</u>)</p>	<p>OM- IX Łatwo strawna zestaw I</p> <p>Kasza manna na mleku 400 ml (<u>GLU</u>, <u>PSZ</u>, <u>MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni (<u>GLU</u>, <u>PSZ</u>, <u>GLU</u>, <u>ZYT</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (<u>MLE</u>) Pasta z białek z natką pietruszki 50 g (<u>JAJ</u>, <u>MLE</u>) Baton szynkowy z kurcząt 25 g (<u>może zawierać</u>: <u>GLU</u>, <u>PSZ</u>, <u>MLE</u>, <u>GOR</u>) Marchew oproszana z olejem () 90 g (<u>GLU</u>, <u>PSZ</u>) Roszponka 10 g Jablko 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>) Babka piaskowa 50 g (<u>GLU</u>, <u>PSZ</u>, <u>JAJ</u>, <u>OZI</u>, <u>MLE</u>)</p>	<p>OM- IX Łatwo strawna zestaw II</p> <p>400 ml (<u>GLU</u>, <u>PSZ</u>, <u>MLE</u>) 96 g (<u>GLU</u>, <u>PSZ</u>, <u>GLU</u>, <u>ZYT</u>) 10 g (<u>MLE</u>) 50 g (<u>JAJ</u>, <u>MLE</u>) 25 g (<u>może zawierać</u>: <u>GLU</u>, <u>PSZ</u>, <u>MLE</u>, <u>GOR</u>) 90 g (<u>GLU</u>, <u>PSZ</u>) 10 g 1 szt. 300 ml (<u>MLE</u>, <u>GLU</u>, <u>ZYT</u>, <u>GLU</u>, <u>JECZ</u>) 50 g (<u>GLU</u>, <u>PSZ</u>, <u>JAJ</u>, <u>OZI</u>, <u>MLE</u>)</p>	<p>OM- X Z ogr. tławo przyzwajalnych węgl. Zestaw I</p> <p>400 ml (<u>MLE</u>, <u>GLU</u>, <u>ZYT</u>) 76 g (<u>GLU</u>, <u>PSZ</u>, <u>GLU</u>, <u>ZYT</u>) 10 g (<u>MLE</u>) 25 g (<u>może zawierać</u>: <u>GLU</u>, <u>PSZ</u>, <u>MLE</u>, <u>GOR</u>) 80 g 150 g 300 ml 5 g 50 g (<u>GLU</u>, <u>PSZ</u>, <u>JAJ</u>)</p>	<p>OM- X Z ogr. tławo przyzwajalnych węgl. Zestaw II</p> <p>400 ml (<u>MLE</u>, <u>GLU</u>, <u>ZYT</u>) 76 g (<u>GLU</u>, <u>PSZ</u>, <u>GLU</u>, <u>ZYT</u>) 10 g (<u>MLE</u>) 25 g (<u>może zawierać</u>: <u>GLU</u>, <u>PSZ</u>, <u>MLE</u>, <u>GOR</u>) 80 g 150 g 300 ml 5 g 50 g (<u>GLU</u>, <u>PSZ</u>, <u>JAJ</u>)</p>	<p>OM- XI Ubogoenergetyczna</p> <p>Chleb mieszany pszenno-żytni 66 g (<u>GLU</u>, <u>PSZ</u>, <u>GLU</u>, <u>ZYT</u>) Pasta z białek z natką pietruszki 50 g (<u>JAJ</u>, <u>MLE</u>) Baton szynkowy z kurcząt 30 g (<u>może zawierać</u>: <u>GLU</u>, <u>PSZ</u>, <u>MLE</u>, <u>GOR</u>) Marchew oproszana z olejem () 90 g (<u>GLU</u>, <u>PSZ</u>) Roszponka 10 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Ciasto drożdżowe b/c 50 g (<u>GLU</u>, <u>PSZ</u>, <u>JAJ</u>)</p>	<p>OM- XII Bogatobiałkowa łatwostrawna Zestaw I</p> <p>Kasza manna na mleku 400 ml (<u>GLU</u>, <u>PSZ</u>, <u>MLE</u>) Bułka pszenna długa krojona 90 g (<u>GLU</u>, <u>PSZ</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (<u>MLE</u>) Pasta z białek z natką pietruszki 50 g (<u>JAJ</u>, <u>MLE</u>) Baton szynkowy z kurcząt 25 g (<u>może zawierać</u>: <u>GLU</u>, <u>PSZ</u>, <u>MLE</u>, <u>GOR</u>) Marchew oproszana z olejem () 90 g (<u>GLU</u>, <u>PSZ</u>) Roszponka 10 g Jablko 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>) Babka piaskowa 50 g (<u>GLU</u>, <u>PSZ</u>, <u>JAJ</u>, <u>OZI</u>, <u>MLE</u>)</p>	<p>OM- XII Bogatobiałkowa łatwostrawna Zestaw II</p> <p>400 ml (<u>GLU</u>, <u>PSZ</u>, <u>MLE</u>) 76 g (<u>GLU</u>, <u>PSZ</u>, <u>GLU</u>, <u>ZYT</u>) 10 g (<u>MLE</u>) 50 g (<u>JAJ</u>, <u>MLE</u>) 25 g (<u>może zawierać</u>: <u>GLU</u>, <u>PSZ</u>, <u>MLE</u>, <u>GOR</u>) 90 g (<u>GLU</u>, <u>PSZ</u>) 10 g 1 szt. 300 ml (<u>MLE</u>, <u>GLU</u>, <u>ZYT</u>, <u>GLU</u>, <u>JECZ</u>) 50 g (<u>GLU</u>, <u>PSZ</u>, <u>JAJ</u>, <u>OZI</u>, <u>MLE</u>)</p>	<p>OM- XIII Niskobiałkowa</p> <p>Kasza manna na wywarze jarzynowym () 400 ml (<u>GLU</u>, <u>PSZ</u>, <u>SEL</u>) Chleb bezglutenowy 116 g Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g (<u>MLE</u>) Pasta z białek z natką pietruszki 30 g (<u>JAJ</u>, <u>MLE</u>) Dżem 50 g Marchew oproszana z olejem () 100 g (<u>GLU</u>, <u>PSZ</u>) Roszponka 10 g Gruszka 1 szt. 150 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Babka piaskowa 50 g (<u>GLU</u>, <u>PSZ</u>, <u>JAJ</u>, <u>OZI</u>, <u>MLE</u>)</p>	<p>OM- XV Beźmielczna Zestaw I</p> <p>Kasza manna na wywarze jarzynowym () 400 ml (<u>GLU</u>, <u>PSZ</u>, <u>SEL</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 116 g (<u>GLU</u>, <u>PSZ</u>, <u>GLU</u>, <u>ZYT</u>) Margaryna roślinna bez mielczna o zaw. 80% tł 15 g Schab gotowany 60 g Marchew oproszana z olejem () 90 g (<u>GLU</u>, <u>PSZ</u>) Roszponka 10 g Jablko 1 szt. 1 szt. Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Wafle ryżowe 30 g</p>
	Jogurt naturalny 150g 1 szt. (<u>MLE</u>)		Jogurt naturalny 150g 1 szt. (<u>MLE</u>)							
	<p>Selerowa z ziemniakami () 400 ml (<u>MLE</u>, <u>SEL</u>) Zrazik wieprzowy gotowany mielony 100 g (<u>GLU</u>, <u>PSZ</u>, <u>JAJ</u>) Sos własny () 50 ml (<u>GLU</u>, <u>PSZ</u>, <u>SEL</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Cukinia pieczona z olejem () 100 g Bukiet warzyw gotowanych królewski z olejem* 100 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* z/c 300 ml</p>	<p>Szpinakowa z ziemniakami () 400 ml (<u>GLU</u>, <u>PSZ</u>, <u>MLE</u>, <u>SEL</u>) Zrazik wieprzowy gotowany mielony 100 g (<u>GLU</u>, <u>PSZ</u>, <u>JAJ</u>) Sos własny () 50 ml (<u>GLU</u>, <u>PSZ</u>, <u>SEL</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Cukinia pieczona z olejem () 100 g Bukiet warzyw gotowanych królewski z olejem* 100 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* z/c 300 ml</p>	<p>Selerowa z ziemniakami () 400 ml (<u>MLE</u>, <u>SEL</u>) Zrazik wieprzowy gotowany mielony 100 g (<u>GLU</u>, <u>PSZ</u>, <u>JAJ</u>) Sos własny () 50 ml (<u>GLU</u>, <u>PSZ</u>, <u>SEL</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Cukinia pieczona z olejem () 100 g Bukiet warzyw gotowanych królewski z olejem* 100 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* z/c 300 ml</p>	<p>Zurek z ziemniakami i kebabasa () 400 ml (<u>GLU</u>, <u>PSZ</u>, <u>MLE</u>, <u>SEL</u>, <u>GLU</u>, <u>ZYT</u>) Schab pieczony 100 g (<u>GLU</u>, <u>PSZ</u>, <u>JAJ</u>) Sos własny () 50 ml (<u>GLU</u>, <u>PSZ</u>, <u>SEL</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g Bukiet warzyw gotowanych królewski z olejem* 100 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml</p>	<p>Selerowa z ziemniakami () 400 ml (<u>MLE</u>, <u>SEL</u>) Zrazik wieprzowy gotowany mielony 100 g (<u>GLU</u>, <u>PSZ</u>, <u>JAJ</u>) Sos własny () 50 ml (<u>GLU</u>, <u>PSZ</u>, <u>SEL</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Cukinia pieczona z olejem () 100 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g Bukiet warzyw gotowanych królewski z olejem* 100 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml</p>	<p>Szpinakowa z ziemniakami () 400 ml (<u>GLU</u>, <u>PSZ</u>, <u>MLE</u>, <u>SEL</u>) Schab pieczony 100 g (<u>GLU</u>, <u>PSZ</u>, <u>JAJ</u>) Sos własny () 50 ml (<u>GLU</u>, <u>PSZ</u>, <u>SEL</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Cukinia pieczona z olejem () 100 g Bukiet warzyw gotowanych królewski z olejem* 100 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml</p>	<p>Masłanka 150 ml (<u>MLE</u>)</p>	<p>Szpinakowa z ziemniakami () 400 ml (<u>GLU</u>, <u>PSZ</u>, <u>MLE</u>, <u>SEL</u>) Zrazik wieprzowy gotowany mielony 100 g (<u>GLU</u>, <u>PSZ</u>, <u>JAJ</u>) Sos własny () 50 ml (<u>GLU</u>, <u>PSZ</u>, <u>SEL</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Cukinia pieczona z olejem () 100 g Bukiet warzyw gotowanych królewski z olejem* 100 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* z/c 300 ml</p>	<p>Szpinakowa z ziemniakami (bez mleka) () 400 ml (<u>GLU</u>, <u>PSZ</u>, <u>MLE</u>, <u>SEL</u>) Kotlety ziemniaczane () 300 g (<u>GLU</u>, <u>PSZ</u>, <u>JAJ</u>) Cukinia pieczona z olejem () 100 g Bukiet warzyw gotowanych królewski z olejem* 100 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* z/c 300 ml</p>	<p>Szpinakowa z ziemniakami (bez mleka) () 400 ml (<u>GLU</u>, <u>PSZ</u>, <u>SEL</u>) Schab pieczony 100 g Sos własny () 50 ml (<u>GLU</u>, <u>PSZ</u>, <u>SEL</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Cukinia pieczona z olejem () 100 g Bukiet warzyw gotowanych królewski z olejem* 100 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* z/c 300 ml</p>

2024-03-31 niedziela

Wydruk z MAP1 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.

Wydrukował: MUFral. Data i godzina wydruku: 2024-03-26 08:53:54

NAPRZÓD CATERING Sp. z o.o.
 ul. Traktorowa 126 lok. 302-31-204 k5d2
 N 6772396589 REGON N 363712430
 KRS 000061008

Strona 3 z 7

Jadłospisy w dniu 2024-03-31 KUCHNIA OSTRÓW MAZOWIECKA

2024-03-31 niedziela											
OM- VIII Z ograniczeniem tłuszczu Zestaw II	OM- IX Łatwo strawna zestaw I	OM- IX Łatwo strawna zestaw II	OM- X Z ogr. łatwo przyswajalnych węgl. Zestaw I	OM- X Z ogr. łatwo przyswajalnych węgl. Zestaw II	OM- XI Ubogoenerygetyczna	OM- XII Bogatobiałkowa łatwostrawna Zestaw I	OM- XII Bogatobiałkowa łatwostrawna Zestaw II	OM- XIII Niskobiałkowa	OM- XV Bezmięczna Zestaw I		
Bulka pszenna długa krojona 90 g (GLU PSZ) Szynekowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodatki w ost.nieład 25 g Serrek homo. naturalny 25 g Serrek homo. naturalny 50 g (MLE) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 96 g (GLU PSZ, GLU ZYT) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE) Szynekowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodatki w ost.nieład 25 g Serrek homo. naturalny 50 g (MLE) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Chleb razowy pszenno-żytni 76 g (GLU PSZ, GLU ZYT) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE) Szynekowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodatki w ost.nieład 25 g Ser żółty 25 g (MLE) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 66 g (GLU PSZ, GLU ZYT) Szynekowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodatki w ost.nieład 30 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Bulka pszenna długa krojona 76 g (GLU PSZ) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE) Szynekowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodatki w ost.nieład 25 g Serrek homo. naturalny 50 g (MLE) Pomidor biskorki 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Bulka pszenna długa krojona 76 g (GLU PSZ) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE) Szynekowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodatki w ost.nieład 25 g Serrek homo. naturalny 50 g (MLE) Pomidor biskorki 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Chleb bezglutenowy 116 g Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g (MLE) Szynekowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodatki w ost.nieład 30 g Pomidor 100 g Sałata zielona 20 g Jajrzynowa z ryżem (bez mleka) () 400 ml (SEL) Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 116 g (GLU PSZ, GLU ZYT) Margaryna roślinna bezmięczna o zaw.80% tł 15 g Szynekowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodatki w ost.nieład 30 g Pomidor biskorki 80 g Sałata zielona 20 g Jajrzynowa z ryżem (bez mleka) () 400 ml (SEL) Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 116 g (GLU PSZ, GLU ZYT) Margaryna roślinna bezmięczna o zaw.80% tł 15 g Szynekowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodatki w ost.nieład 30 g Pomidor biskorki 80 g Sałata zielona 20 g Jajrzynowa z ryżem (bez mleka) () 400 ml (SEL) Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 116 g (GLU PSZ, GLU ZYT) Margaryna roślinna bezmięczna o zaw.80% tł 15 g Szynekowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodatki w ost.nieład 30 g Pomidor biskorki 80 g Sałata zielona 20 g Jajrzynowa z ryżem (bez mleka) () 400 ml (SEL) Herbata czarna granulowana b/c 300 ml		
Kolacja		Mus owocowo-warzwywny 100g- produkt pasteryzowany 1 szt		Mus owocowo-warzwywny 100g- produkt pasteryzowany 1 szt		Mus owocowo-warzwywny 100g- produkt pasteryzowany 1 szt		Mus owocowo-warzwywny 100g- produkt pasteryzowany 1 szt			
PN	Kanapka z szynką i sałatką (bulka pszenna 32g, margaryna 5g, szynka 25g, sałata 5g) 1 szt (GLU,PSZ, SOL)	Wartość energetyczna: 2584,66 kcal; Białko ogółem: 116,18 g; Tłuszcz: 74,91 g; Kw. tł. nasy.: 22,72 g; Węglowodany ogółem: 373,03 g; W tym cukry: 96,58 g; Błonnik pok.: 28,87 g; Sól: 7,10 g.	Wartość energetyczna: 2524,02 kcal; Białko ogółem: 116,44 g; Tłuszcz: 75,10 g; Kw. tł. nasy.: 24,53 g; Węglowodany ogółem: 355,37 g; W tym cukry: 92,48 g; Błonnik pok.: 29,58 g; Sól: 7,79 g.	Wartość energetyczna: 2602,11 kcal; Białko ogółem: 107,19 g; Tłuszcz: 82,72 g; Kw. tł. nasy.: 26,02 g; Węglowodany ogółem: 368,62 g; W tym cukry: 94,29 g; Błonnik pok.: 33,05 g; Sól: 7,61 g.	Wartość energetyczna: 2582,72 kcal; Białko ogółem: 119,22 g; Tłuszcz: 76,23 g; Kw. tł. nasy.: 28,56 g; Węglowodany ogółem: 357,81 g; W tym cukry: 52,37 g; Błonnik pok.: 28,52 g; Sól: 11,58 g.	Wartość energetyczna: 2612,16 kcal; Białko ogółem: 109,06 g; Tłuszcz: 77,99 g; Kw. tł. nasy.: 27,53 g; Węglowodany ogółem: 354,20 g; W tym cukry: 51,98 g; Błonnik pok.: 32,20 g; Sól: 10,34 g.	Wartość energetyczna: 1764,10 kcal; Białko ogółem: 84,89 g; Tłuszcz: 35,37 g; Kw. tł. nasy.: 8,35 g; Węglowodany ogółem: 256,33 g; W tym cukry: 30,93 g; Błonnik pok.: 26,08 g; Sól: 6,67 g.	Wartość energetyczna: 2718,99 kcal; Białko ogółem: 134,41 g; Tłuszcz: 86,62 g; Kw. tł. nasy.: 29,05 g; Węglowodany ogółem: 360,19 g; W tym cukry: 107,98 g; Błonnik pok.: 24,90 g; Sól: 7,52 g.	Wartość energetyczna: 2797,08 kcal; Białko ogółem: 125,15 g; Tłuszcz: 94,24 g; Kw. tł. nasy.: 30,54 g; Węglowodany ogółem: 373,44 g; W tym cukry: 109,79 g; Błonnik pok.: 28,36 g; Sól: 7,34 g.	Wartość energetyczna: 2603,69 kcal; Białko ogółem: 51,01 g; Tłuszcz: 80,99 g; Kw. tł. nasy.: 16,53 g; Węglowodany ogółem: 426,44 g; W tym cukry: 87,51 g; Błonnik pok.: 32,52 g; Sól: 3,75 g.	Wartość energetyczna: 2435,35 kcal; Białko ogółem: 109,13 g; Tłuszcz: 60,41 g; Kw. tł. nasy.: 16,61 g; Węglowodany ogółem: 378,30 g; W tym cukry: 47,93 g; Błonnik pok.: 35,08 g; Sól: 9,72 g.

Jadłospisy w dniu 2024-03-31 KUCHNIA OSTRÓW MAZOWIECKA

PD	II ŚN	Śniadanie	Obiad								
		<p>OM- XV Bezmieczna Zestaw II</p> <p>Kasza manna na wywarze jarzynowym () 400 ml (<u>GLU PSZ SEL</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 116 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw. 80% tł 15 g Schab gotowany 60 g Marchew oproszana z olejem () 90 g (<u>GLU PSZ</u>) Roszponka 10 g Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Wałki ryżowe 30 g</p>	<p>OM- Dzieci 1-3 lat</p> <p>Kasza manna na mleku 200 ml (<u>GLU PSZ MLE</u>) Bułka pszenna długa krojona 32 g (<u>GLU PSZ</u>) Margaryna roślinna (80% tł) 5 g (<u>MLE</u>) Pasta z białek z natką pietruszki 30 g (<u>JAJ MLE</u>) Marchew oproszana z olejem () 40 g (<u>GLU PSZ</u>) Kakao na mleku b/c 250 ml (<u>MLE</u>) Roszponka 10 g Gruszka 1 szt. 150 g Babka piaskowa 50 g (<u>GLU PSZ JAJ OZI MLE</u>)</p>	<p>OM- Papkowiata/ Przeclerana</p> <p>Kasza manna na wywarze jarzynowym () 400 ml (<u>GLU PSZ SEL</u>) Bułka pszenna długa krojona (80% tł) 15 g (<u>MLE</u>) Margaryna roślinna (80% tł) 5 g (<u>MLE</u>) Pasta z białek z natką pietruszki 50 g (<u>JAJ MLE</u>) Baton szynkowy z kurcząt 25 g (<u>może zawierać: GLU PSZ MLE GOR</u>) Marchew oproszana z olejem () 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Mus z jabłek () b/c 150 g Kawa zbożowa na mleku b/c 300 ml (<u>MLE GLU ZYT GLU JECZ</u>) Babka piaskowa 50 g (<u>GLU PSZ JAJ OZI MLE</u>)</p>	<p>OM- Płynna</p> <p>Kasza manna na mleku 400 ml (<u>GLU PSZ MLE</u>) Chleb razowy pszenno-żytni 116 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT</u>) Margaryna roślinna (80% tł) 10 g (<u>MLE</u>) Jajko gotowane KIM 1 szt (<u>JAJ</u>) Ogórek kiszony 80 g Marchew gotowana z olejem () 90 g Roszponka 10 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p>	<p>OM- Wegetariańska</p> <p>Kasza manna na mleku 400 ml (<u>GLU PSZ MLE</u>) Chleb razowy pszenno-żytni 116 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT</u>) Margaryna roślinna (80% tł) 10 g (<u>MLE</u>) Jajko gotowane KIM 1 szt (<u>JAJ</u>) Ogórek kiszony 80 g Marchew gotowana z olejem () 90 g Roszponka 10 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p>	<p>OM- Bezglutenowa</p> <p>Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 400 ml (<u>SEL</u>) Chleb bezglutenowy 120 g Margaryna roślinna bez mleczna o zaw. 80% tł 15 g Schab gotowany 50 g Marchew gotowana z olejem () 90 g Roszponka 10 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p>	<p>OM- Poloznicza Zestaw I</p> <p>Kasza manna na mleku 400 ml (<u>GLU PSZ MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 96 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT</u>) Margaryna roślinna (80% tł) 10 g (<u>MLE</u>) Jajko gotowane KIM 1 szt (<u>JAJ</u>) Baton szynkowy z kurcząt 25 g (<u>może zawierać: GLU PSZ MLE GOR</u>) Marchew oproszana z olejem () 90 g (<u>GLU PSZ</u>) Roszponka 10 g Jabłko 1 szt 1 szt Kawa zbożowa na mleku b/c 300 ml (<u>MLE GLU ZYT GLU JECZ</u>) Babka piaskowa 50 g (<u>GLU PSZ JAJ OZI MLE</u>)</p>	<p>OM- Poloznicza Zestaw II</p> <p>Kasza manna na mleku 400 ml (<u>GLU PSZ MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 96 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT</u>) Margaryna roślinna (80% tł) 10 g (<u>MLE</u>) Jajko gotowane KIM 1 szt (<u>JAJ</u>) Baton szynkowy z kurcząt 25 g (<u>może zawierać: GLU PSZ MLE GOR</u>) Marchew oproszana z olejem () 90 g (<u>GLU PSZ</u>) Roszponka 10 g Jabłko 1 szt 1 szt Kawa zbożowa na mleku b/c 300 ml (<u>MLE GLU ZYT GLU JECZ</u>) Babka piaskowa 50 g (<u>GLU PSZ JAJ OZI MLE</u>)</p>	<p>OM- Kobieta Karmiąca Zestaw I</p> <p>Selerowa z ziemniakami () 400 ml (<u>MLE SEL</u>) Zrazik wieprzowy gotowany mielony 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Sos własny () 50 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Cukinia pieczona z olejem () 100 g Bukiet warzyw gotowanych królewski z olejem* 100 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* z/c 300 ml</p>	<p>OM- Kobieta Karmiąca Zestaw II</p> <p>Selerowa z ziemniakami () 400 ml (<u>MLE SEL</u>) Zrazik wieprzowy gotowany mielony 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Sos własny () 50 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Cukinia pieczona z olejem () 100 g Bukiet warzyw gotowanych królewski z olejem* 100 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* z/c 300 ml</p>
		<p>Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (<u>MLE</u>)</p>	<p>Szpinakowa z ziemniakami () 400 ml (<u>GLU PSZ MLE SEL</u>) Zrazik wieprzowy gotowany mielony 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Sos własny () 50 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Cukinia pieczona z olejem () 100 g Bukiet warzyw gotowanych królewski z olejem* 100 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* z/c 300 ml</p>	<p>Szpinakowa z ziemniakami () 400 ml (<u>MLE SEL</u>) Zrazik wieprzowy gotowany mielony 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Sos własny () 50 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Cukinia pieczona z olejem () 100 g Bukiet warzyw gotowanych królewski z olejem* 100 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* z/c 300 ml</p>	<p>Masianka 150 ml (<u>MLE</u>)</p>						

2024-03-31 niedziela

Jadłospisy w dniu 2024-03-31 KUCHNIA OSTRÓW MAZOWIECKA

2024-03-31 niedziela											
PN											
OM- XV Bezmleczna Zestaw II	OM- Dzieci 1-3 lat	OM- Papkowata/ Przepieczana	OM- Płynna	OM- Wegetariańska	OM- Bezglutenowa	OM- Pokojnicza Zestaw I	OM- Pokojnicza Zestaw II	OM- Kobieta Kamiąca Zestaw I	OM- Kobieta Kamiąca Zestaw II		
Chleb mieszany pszenno-żytni 116 g (GLU,PSZ, GLU,ZYT)	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona (80% tł.) 15 g (MLE)	Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g (MLE)	Chleb mieszany pszenno-żytni 96 g (GLU,PSZ, GLU,ZYT)	Chleb bezglutenowy 120 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 96 g (GLU,PSZ, GLU,ZYT)	Chleb bezglutenowy 120 g	Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE)	Margaryna roślinna bez dodatku wody w osł. niejad 25 g	Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rodz.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g (MLE)	Pomidor biskorki 80 g
Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g	Bułka pszenna długa krojona 32 g (GLU,PSZ)	Serek homo. naturalny 50 g (MLE)	Seler z pietruszką gotowany z olejem () 100 g (GLU,PSZ,SEL)	Pasta z ciemnożyty i pieczarek 50 g	Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rodz.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g	Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rodz.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g	Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rodz.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g	Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rodz.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g	Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rodz.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g	Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rodz.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g	Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rodz.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g
Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rodz.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 60 g	Margaryna roślinna (80% tł.) 5 g (MLE)	Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Ser żółty 25 g (MLE)	Pomidor 80 g	Ser żółty 25 g (MLE)	Pomidor 80 g	Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Herbata czarna granulowana b/c 300 ml
Pomidor biskorki 80 g	Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rodz.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 30 g			Salatka zielona 20 g	Salatka zielona 20 g	Salatka zielona 20 g	Salatka zielona 20 g	Salatka zielona 20 g	Salatka zielona 20 g	Salatka zielona 20 g	Salatka zielona 20 g
Jarzynowa z ryżem (bez mleka) () 400 ml (SEL)	Pomidor biskorki 40 g			Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Herbata czarna granulowana b/c 300 ml						
Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Salatka zielona 20 g										
Kanapka z szynką i sałatką (bułka pszenna 32g, margaryna 5g, szynka 25g, sałata 5g) 1 szt (GLU,PSZ,SOJ)	Mus owocowo-warzwywny 100g produkt pasteryzowany 1 szt	Pasta warzwywna () 100 g (SEL)	Mus owocowo-warzwywny 100g produkt pasteryzowany 1 szt								
Wartość energetyczna: 2453,01 kcal; Białko ogółem: 99,51 g; Tłuszcz: 68,23 g; Kw. tł. nasy.: 18,16 g; Węglowodany ogółem: 49,34 g; W tym cukry: 38,39 g; Sól: 9,90 g.	Wartość energetyczna: 1715,49 kcal; Białko ogółem: 66,48 g; Tłuszcz: 53,60 g; Kw. tł. nasy.: 18,47 g; Węglowodany ogółem: 246,24 g; W tym cukry: 99,96 g; Błonnik pok.: 17,34 g; Sól: 3,86 g.	Wartość energetyczna: 2446,43 kcal; Białko ogółem: 97,54 g; Tłuszcz: 91,32 g; Kw. tł. nasy.: 25,88 g; Węglowodany ogółem: 326,50 g; W tym cukry: 78,14 g; Błonnik pok.: 40,64 g; Sól: 6,48 g.	Wartość energetyczna: 2821,94 kcal; Białko ogółem: 103,15 g; Tłuszcz: 92,24 g; Kw. tł. nasy.: 27,68 g; Węglowodany ogółem: 399,86 g; W tym cukry: 94,48 g; Błonnik pok.: 41,18 g; Sól: 8,78 g.	Wartość energetyczna: 2174,39 kcal; Białko ogółem: 83,75 g; Tłuszcz: 59,97 g; Kw. tł. nasy.: 13,16 g; Węglowodany ogółem: 329,44 g; W tym cukry: 44,79 g; Błonnik pok.: 24,87 g; Sól: 4,14 g.	Wartość energetyczna: 2616,80 kcal; Białko ogółem: 123,12 g; Tłuszcz: 75,45 g; Kw. tł. nasy.: 25,73 g; Węglowodany ogółem: 370,78 g; W tym cukry: 105,37 g; Błonnik pok.: 29,51 g; Sól: 8,04 g.	Wartość energetyczna: 2694,88 kcal; Białko ogółem: 113,87 g; Tłuszcz: 83,07 g; Kw. tł. nasy.: 27,22 g; Węglowodany ogółem: 384,03 g; W tym cukry: 107,18 g; Błonnik pok.: 32,98 g; Sól: 7,86 g.	Wartość energetyczna: 2616,80 kcal; Białko ogółem: 123,12 g; Tłuszcz: 75,45 g; Kw. tł. nasy.: 25,73 g; Węglowodany ogółem: 370,78 g; W tym cukry: 105,37 g; Błonnik pok.: 29,51 g; Sól: 8,04 g.	Wartość energetyczna: 2694,88 kcal; Białko ogółem: 113,87 g; Tłuszcz: 83,07 g; Kw. tł. nasy.: 27,22 g; Węglowodany ogółem: 384,03 g; W tym cukry: 107,18 g; Błonnik pok.: 32,98 g; Sól: 7,86 g.	Wartość energetyczna: 2694,88 kcal; Białko ogółem: 113,87 g; Tłuszcz: 83,07 g; Kw. tł. nasy.: 27,22 g; Węglowodany ogółem: 384,03 g; W tym cukry: 107,18 g; Błonnik pok.: 32,98 g; Sól: 7,86 g.	Wartość energetyczna: 2694,88 kcal; Białko ogółem: 113,87 g; Tłuszcz: 83,07 g; Kw. tł. nasy.: 27,22 g; Węglowodany ogółem: 384,03 g; W tym cukry: 107,18 g; Błonnik pok.: 32,98 g; Sól: 7,86 g.	Wartość energetyczna: 2694,88 kcal; Białko ogółem: 113,87 g; Tłuszcz: 83,07 g; Kw. tł. nasy.: 27,22 g; Węglowodany ogółem: 384,03 g; W tym cukry: 107,18 g; Błonnik pok.: 32,98 g; Sól: 7,86 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 laktazą,
ORZ - Orzechy: włoskie, laskowe, pekan, nerkowe, pistacje, migdały,
SEL - Seler i pochodne,
GOR - Gorczyca i produkty pochodne,
SEZ - Nasiona sezamu i pochodne,
S02 - Dwutlenek siarki / siarczyny,
FUB - Fubin i produkty pochodne,
MCK - Męczak i pochodne,
MLE b/LAK - Mleko i pochodne bez laktozy,
GLU ŻYT - Zboża zawierające gluten żytni,
GLU OM - Zboża zawierające gluten owsiany,
GLU JECZ - Zboża zawierające gluten jęczmienny,

Oznaczenia wskaźników odz.:

Wartość energetyczna - Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal],
Białko ogółem - Białko 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	Skladniki
Lp	Asortyment	Porcja - Definicja receptury (asortymenty wg ilości malejącej)
		Skladniki
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,)	

