

Jadłospisy w dniu 2024-04-01 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. wyd. soku żołąd. Zestaw I	OM- VII Z ogr. sub. pobudz. wyd. soku żołąd. Zestaw II	OM- VIII Z ograniczeniem tłuszczu Zestaw I		
2024-04-01 poniedziałek											
Śniadanie											
<p>Platki owsiane na mleku 400 ml (<u>MLE, GLU, OW</u>) Chleb razowy pszemno-żytni 116 g (<u>GLU, PSZ, GLU, ŻYT</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (<u>MLE</u>) Poledwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkowym wody wędzona parzona 25 g Serek wiejski ziamisty 50 g (<u>MLE</u>) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Pomarańcza 1 szt. Kawa zbożowa na mleku b/c 300 ml (<u>MLE, GLU, ŻYT, GLU, JECZ</u>) Ciasto drożdżowe 50 g (<u>GLU, PSZ, JAJ, MLE, SO2</u>)</p>		<p>Sonda / płynna śn. 1 400 g (<u>GLU, PSZ, MLE</u>)</p>		<p>Platki owsiane na mleku 400 ml (<u>MLE, GLU, OW</u>) Bułka pszenna długa krojona 76 g (<u>GLU, PSZ</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (<u>MLE</u>) Poledwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkowym wody wędzona parzona 25 g Serek wiejski ziamisty 50 g (<u>MLE</u>) Cukinia pieczona z olejem () 80 g Salata zielona 20 g Banan 1szt. 1 szt. Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Ciasto drożdżowe 50 g (<u>GLU, PSZ, JAJ, MLE, SO2</u>)</p>		<p>Platki owsiane na mleku 400 ml (<u>MLE, GLU, OW</u>) Bułka pszenna długa krojona 76 g (<u>GLU, PSZ</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (<u>MLE</u>) Poledwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkowym wody wędzona parzona 25 g Serek wiejski ziamisty 50 g (<u>MLE</u>) Cukinia pieczona z olejem () 80 g Salata zielona 20 g Banan 1szt. 1 szt. Kawa zbożowa na mleku b/c 300 ml (<u>MLE, GLU, ŻYT, GLU, JECZ</u>) Ciasto drożdżowe 50 g (<u>GLU, PSZ, JAJ, MLE, SO2</u>)</p>		<p>Platki owsiane na mleku 400 ml (<u>MLE, GLU, OW</u>) Bułka pszenna długa krojona 76 g (<u>GLU, PSZ</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (<u>MLE</u>) Poledwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkowym wody wędzona parzona 25 g Serek wiejski ziamisty 50 g (<u>MLE</u>) Cukinia pieczona z olejem () 80 g Salata zielona 20 g Banan 1szt. 1 szt.</p>		<p>Platki owsiane na mleku 400 ml (<u>MLE, GLU, OW</u>) Bułka pszenna długa krojona 90 g (<u>GLU, PSZ</u>) Poledwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkowym wody wędzona parzona 25 g (<u>GLU, PSZ, SO2</u>) Serek wiejski ziamisty 50 g (<u>MLE</u>) Cukinia pieczona z olejem () 80 g Salata zielona 20 g Banan 1szt. 1 szt. Kawa zbożowa na mleku b/c 300 ml (<u>MLE, GLU, ŻYT, GLU, JECZ</u>) Ciasto drożdżowe 50 g (<u>GLU, PSZ, JAJ, MLE, SO2</u>)</p>	
II ŚN	Sonda mleczna! 2 400 g (<u>GLU, PSZ, JAJ, MLE</u>)										
Budyn o smaku waniliowym z/c 300 ml (<u>MLE</u>)											



Jadłospisy w dniu 2024-04-01 KUCHNIA OSTRÓW MAZOWIECKA

2024-04-01 poniedziałek									
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 żołąd. Zestaw I	OM- VII Z ogr. sub. pobudz. wydz. soku żołą. Zestaw II	OM- VIII Z ograniczeniem tłuszczu Zestaw I
Rosół z makaronem () 400 ml (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> <u>SEL</u>) Filet z indyka pieczony 100 g Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Cwikła z chrzanem () 100 g (<u>MLE</u> <u>SO2</u>) Szpiniak gotowany z olejem* 100 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u>) Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml	Pomidorowa z makaronem () 400 ml (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> <u>MLE</u> <u>SEL</u>) Bitka z fileta kurczaka duszona 100 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u>) Sos własny () 50 ml (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> <u>SEL</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Szpiniak gotowany z olejem* 100 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u>) Cwikła z chrzanem () 100 g (<u>MLE</u> <u>SO2</u>) Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml	Sonda / płynna ob. 3 400 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> <u>JAJ</u> <u>SEL</u>)	Rosół z makaronem () 400 ml (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> <u>SEL</u>) Filet z indyka gotowany 100 g Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Seler z pietruszką gotowany z olejem () 100 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u>) Szpiniak gotowany z olejem* 100 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u>) Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml	Pomidorowa z makaronem () 400 ml (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> <u>MLE</u> <u>SEL</u>) Bitka z fileta kurczaka duszona 100 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u>) Sos własny () 50 ml (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> <u>SEL</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Seler z pietruszką gotowany z olejem () 100 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u>) Szpiniak gotowany z olejem* 100 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u>) Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml	Rosół z makaronem () 400 ml (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> <u>SEL</u>) Filet z indyka gotowany 100 g Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Seler z pietruszką gotowany z olejem () 100 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u>) Szpiniak gotowany z olejem* 100 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u>) Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml	Pomidorowa z makaronem () 400 ml (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> <u>MLE</u> <u>SEL</u>) Bitka z fileta kurczaka duszona 100 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u>) Sos własny () 50 ml (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> <u>SEL</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Seler z pietruszką gotowany z olejem () 100 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u>) Szpiniak gotowany z olejem* 100 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u>) Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml	Rosół z makaronem () 400 ml (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> <u>SEL</u>) Filet z indyka gotowany 100 g Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Seler z pietruszką gotowany z olejem () 100 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u>) Szpiniak gotowany z olejem* 100 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u>) Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml	Pomidorowa z makaronem () 400 ml (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> <u>MLE</u> <u>SEL</u>) Bitka z fileta kurczaka duszona 100 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u>) Sos własny () 50 ml (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> <u>SEL</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Seler z pietruszką gotowany z olejem () 100 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u>) Szpiniak gotowany z olejem* 100 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u>) Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml	Rosół z makaronem () 400 ml (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> <u>SEL</u>) Filet z indyka gotowany 100 g Sos własny () 50 ml (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> <u>SEL</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Seler z pietruszką gotowany z olejem () 100 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u>) Szpiniak gotowany z olejem* 100 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u>) Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml
Kolacja	PD								
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>) Siatka jarzynowa () 100 g (<u>JAJ</u> <u>MLE</u> <u>SEL</u> <u>GOR</u>) Baton szynkowy z kurczak 25 g (<u>może zawierać: GLU</u> <u>PSZ</u> <u>MLE</u> <u>GOR</u>) Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Sonda mięsna 5 400 g (<u>JAJ</u> <u>SEL</u>) Sonda ziemniaczana 4 400 g (<u>JAJ</u> <u>MLE</u> <u>SEL</u>)	Bułka pszenna długa krojona 76 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (<u>MLE</u>) Siatka jarzynowa - dieta () 100 g (<u>MLE</u> <u>SEL</u>) Baton szynkowy z kurczak 25 g (<u>może zawierać: GLU</u> <u>PSZ</u> <u>MLE</u> <u>GOR</u>) Pomidor b/skórki 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 76 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (<u>MLE</u>) Siatka jarzynowa - dieta () 100 g (<u>MLE</u> <u>SEL</u>) Baton szynkowy z kurczak 25 g (<u>może zawierać: GLU</u> <u>PSZ</u> <u>MLE</u> <u>GOR</u>) Pomidor b/skórki 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 76 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (<u>MLE</u>) Siatka jarzynowa - dieta () 100 g (<u>MLE</u> <u>SEL</u>) Baton szynkowy z kurczak 25 g (<u>może zawierać: GLU</u> <u>PSZ</u> <u>MLE</u> <u>GOR</u>) Pomidor b/skórki 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 76 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (<u>MLE</u>) Siatka jarzynowa - dieta () 100 g (<u>MLE</u> <u>SEL</u>) Baton szynkowy z kurczak 25 g (<u>może zawierać: GLU</u> <u>PSZ</u> <u>MLE</u> <u>GOR</u>) Pomidor b/skórki 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 76 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (<u>MLE</u>) Siatka jarzynowa - dieta () 100 g (<u>MLE</u> <u>SEL</u>) Baton szynkowy z kurczak 25 g (<u>może zawierać: GLU</u> <u>PSZ</u> <u>MLE</u> <u>GOR</u>) Pomidor b/skórki 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 76 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (<u>MLE</u>) Siatka jarzynowa - dieta () 100 g (<u>MLE</u> <u>SEL</u>) Baton szynkowy z kurczak 25 g (<u>może zawierać: GLU</u> <u>PSZ</u> <u>MLE</u> <u>GOR</u>) Pomidor b/skórki 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 90 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u>) Siatka jarzynowa - dieta () 100 g (<u>MLE</u> <u>SEL</u>) Baton szynkowy z kurczak 25 g (<u>może zawierać: GLU</u> <u>PSZ</u> <u>MLE</u> <u>GOR</u>) Pomidor b/skórki 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	

Jadłospisy w dniu 2024-04-01 KUCHNIA OSTRÓW MAZOWIECKA

2024-04-01 poniedziałek										
PN										
OM- I Podstawowa zestaw I	OM- I Podstawowa zestaw II	OM- III b Do żywienia przez sondę	OM- IV Łatwo strawna dziecięca Zestaw I	OM- IV Łatwo strawna dziecięca Zestaw II	OM- VI Pooperacyjna Zestaw I	OM- VI Pooperacyjna Zestaw II	OM- VII Z ogr.sub.pobudz.wydz. soku żoład. Zestaw I	OM- VII Z ogr.sub.pobudz.wydz. soku żoła. Zestaw II	OM- VIII Z ograniczeniem tłuszczu Zestaw I	
Sok wielowarzynny pasteryzowany 1 szt		Sonda ziemniaczana 4 300 g (JAL, MLE, SEL)	Sok wielowarzynny pasteryzowany 1 szt							Kanapka z szynką i pomidorem (bulka pszenna 32g, margaryna 5g, szynka 25g, pomidor 15g) 1 szt (GLU, PSZ, SOL)
Wartość energetyczna: 2543,47 kcal; Białko ogółem: 117,72 g; Tłuszcz: 68,10 g; Kw. tł. nasy.: 21,15 g; Węglowodany ogółem: 380,20 g; W tym cukry: 82,59 g; Błonnik pok.: 38,20 g; Soli: 8,64 g.	Wartość energetyczna: 2683,41 kcal; Białko ogółem: 118,10 g; Tłuszcz: 76,96 g; Kw. tł. nasy.: 21,05 g; Węglowodany ogółem: 395,05 g; W tym cukry: 86,31 g; Błonnik pok.: 38,77 g; Soli: 8,97 g.	Wartość energetyczna: 2196,79 kcal; Białko ogółem: 118,24 g; Tłuszcz: 97,32 g; Kw. tł. nasy.: 36,43 g; Węglowodany ogółem: 222,76 g; W tym cukry: 89,12 g; Błonnik pok.: 21,35 g; Soli: 2,66 g.	Wartość energetyczna: 2593,29 kcal; Białko ogółem: 116,57 g; Tłuszcz: 65,31 g; Kw. tł. nasy.: 20,58 g; Węglowodany ogółem: 399,12 g; W tym cukry: 114,84 g; Błonnik pok.: 34,40 g; Soli: 6,56 g.	Wartość energetyczna: 2733,23 kcal; Białko ogółem: 116,95 g; Tłuszcz: 74,17 g; Kw. tł. nasy.: 20,47 g; Węglowodany ogółem: 413,96 g; W tym cukry: 118,55 g; Błonnik pok.: 34,96 g; Soli: 6,89 g.	Wartość energetyczna: 2763,57 kcal; Białko ogółem: 126,70 g; Tłuszcz: 71,31 g; Kw. tł. nasy.: 24,16 g; Węglowodany ogółem: 417,61 g; W tym cukry: 129,54 g; Błonnik pok.: 34,40 g; Soli: 6,90 g.	Wartość energetyczna: 2903,51 kcal; Białko ogółem: 127,08 g; Tłuszcz: 80,17 g; Kw. tł. nasy.: 24,05 g; Węglowodany ogółem: 432,45 g; W tym cukry: 133,25 g; Błonnik pok.: 34,96 g; Soli: 7,23 g.	Wartość energetyczna: 2763,57 kcal; Białko ogółem: 126,70 g; Tłuszcz: 71,31 g; Kw. tł. nasy.: 24,16 g; Węglowodany ogółem: 417,61 g; W tym cukry: 129,54 g; Błonnik pok.: 34,40 g; Soli: 6,90 g.	Wartość energetyczna: 2903,51 kcal; Białko ogółem: 127,08 g; Tłuszcz: 80,17 g; Kw. tł. nasy.: 24,05 g; Węglowodany ogółem: 432,45 g; W tym cukry: 133,25 g; Błonnik pok.: 34,96 g; Soli: 7,23 g.	Wartość energetyczna: 2515,96 kcal; Białko ogółem: 122,11 g; Tłuszcz: 57,73 g; Kw. tł. nasy.: 17,46 g; Węglowodany ogółem: 392,63 g; W tym cukry: 93,02 g; Błonnik pok.: 32,73 g; Soli: 7,69 g.	

Jadłospisy w dniu 2024-04-01 KUCHNIA OSTRÓW MAZOWIECKA

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 Ubogoenergetyczna	OM- XII Bogatobiałkowa łatwostrawna Zestaw I	OM- XII Bogatobiałkowa łatwostrawna Zestaw II	OM- XIII Niskobiałkowa	OM- XV Beźmielczna Zestaw I
Platki owsiane na mleku 100 ml (MLE, GLU OW, PSZ) Bulka pszenna długa krojona 90 g (GLU PSZ) Poledwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkim wody wędzona parzona 25 g (GLU PSZ, SOL) Serek wiejski ziarnisty 50 g (MLE) Cukinia pieczona z olejem () 80 g Sałata zielona 20 g Banana 1szt. 1 szt Kawa zbożowa na mleku b/c 300 ml (MLE, GLU, ZYT, JAJ) Ciasło drożdżowe 50 g (MLE, SOL)	Platki owsiane na mleku 400 ml (MLE, GLU OW, PSZ, GLU ZYT) Chleb mieszany pszenno-żytni 96 g (GLU PSZ, GLU ZYT) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE) Poledwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkim wody wędzona parzona 25 g (GLU PSZ, SOL) Serek wiejski ziarnisty 50 g (MLE) Cukinia pieczona z olejem () 80 g Sałata zielona 20 g Banana 1szt. 1 szt Kawa zbożowa na mleku b/c 300 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ) Ciasło drożdżowe 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, SOL)	Platki owsiane na mleku 400 ml (MLE, GLU OW, PSZ, GLU ZYT) Chleb razowy pszenno-żytni 76 g (GLU PSZ, GLU ZYT) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE) Poledwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkim wody wędzona parzona 25 g (GLU PSZ, SOL) Serek wiejski ziarnisty 50 g (MLE) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Pomarańcza 1 szt Herbata czarna granulowana b/c 300 ml (GLU PSZ, JAJ) Ciasło drożdżowe 50 g (GLU PSZ, JAJ)	Chleb mieszany pszenno-żytni 66 g (GLU PSZ, GLU ZYT) Poledwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkim wody wędzona parzona 30 g (GLU PSZ, SOL) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Pomarańcza 1 szt Herbata czarna granulowana b/c 300 ml (GLU PSZ, JAJ) Ciasło drożdżowe b/c 50 g (GLU PSZ, JAJ)	Platki owsiane na mleku 400 ml (MLE, GLU OW, PSZ, GLU ZYT) Chleb mieszany pszenno-żytni 96 g (GLU PSZ, GLU ZYT) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE) Poledwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkim wody wędzona parzona 25 g (GLU PSZ, SOL) Serek wiejski ziarnisty 50 g (MLE) Cukinia pieczona z olejem () 80 g Sałata zielona 20 g Banana 1szt. 1 szt Kawa zbożowa na mleku b/c 300 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ) Ciasło drożdżowe 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, SOL)	Platki owsiane na wywarze jarzynowym 400 ml (SEL, GLU OW, PSZ, GLU ZYT) Chleb bezglutenowy 116 g Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g (MLE, GLU PSZ, GLU ZYT) Poledwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkim wody wędzona parzona 30 g (GLU PSZ, SOL) Cukinia pieczona z olejem () 100 g Sałata zielona 20 g Banana 1szt. 1 szt Herbata czarna granulowana b/c 300 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SOL) Ciasło drożdżowe 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, SOL)	Platki owsiane na wywarze jarzynowym 400 ml (SEL, GLU OW, PSZ, GLU ZYT) Chleb mieszany pszenno-żytni 96 g (GLU PSZ, GLU ZYT) Margaryna roślinna bez mielczna o zaw.80% tł 15 g Poledwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkim wody wędzona parzona 60 g (GLU PSZ, SOL) Cukinia pieczona z olejem () 80 g Sałata zielona 20 g Banana 1szt. 1 szt Herbata czarna granulowana b/c 300 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SOL) Chrupki kukurydziane 20 g	Budyń o smaku waniliowym z/c 300 ml (MLE)		
II ŚN	Sok wielowarstwowy pasteryzowany 1 szt								

2024-04-01 poniedziałek

Śniadanie

Platki owsiane na mleku 100 ml (**MLE, GLU OW, PSZ**)
Bulka pszenna długa krojona 90 g (**GLU PSZ**)
Poledwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkim wody wędzona parzona 25 g (**GLU PSZ, SOL**)
Serek wiejski ziarnisty 50 g (**MLE**)
Cukinia pieczona z olejem () 80 g
Sałata zielona 20 g
Banana 1szt. 1 szt
Kawa zbożowa na mleku b/c 300 ml (**MLE, GLU, ZYT, JAJ**)
Ciasło drożdżowe 50 g (**MLE, SOL**)

Chleb mieszany pszenno-żytni 96 g (**GLU PSZ, GLU ZYT**)
Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (**MLE**)
Poledwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkim wody wędzona parzona 25 g (**GLU PSZ, SOL**)
Serek wiejski ziarnisty 50 g (**MLE**)
Cukinia pieczona z olejem () 80 g
Sałata zielona 20 g
Banana 1szt. 1 szt
Kawa zbożowa na mleku b/c 300 ml (**MLE, GLU ZYT, GLU JECZ**)
Ciasło drożdżowe 50 g (**GLU PSZ, JAJ, MLE, SOL**)

Chleb razowy pszenno-żytni 76 g (**GLU PSZ, GLU ZYT**)
Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (**MLE**)
Poledwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkim wody wędzona parzona 25 g (**GLU PSZ, SOL**)
Serek wiejski ziarnisty 50 g (**MLE**)
Pomidor 80 g
Sałata zielona 20 g
Pomarańcza 1 szt
Herbata czarna granulowana b/c 300 ml (**GLU PSZ, JAJ**)
Ciasło drożdżowe 50 g (**GLU PSZ, JAJ**)

Chleb mieszany pszenno-żytni 66 g (**GLU PSZ, GLU ZYT**)
Poledwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkim wody wędzona parzona 30 g (**GLU PSZ, SOL**)
Pomidor 80 g
Sałata zielona 20 g
Pomarańcza 1 szt
Herbata czarna granulowana b/c 300 ml (**GLU PSZ, JAJ**)
Ciasło drożdżowe b/c 50 g (**GLU PSZ, JAJ**)

Chleb mieszany pszenno-żytni 96 g (**GLU PSZ, GLU ZYT**)
Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (**MLE**)
Poledwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkim wody wędzona parzona 25 g (**GLU PSZ, SOL**)
Serek wiejski ziarnisty 50 g (**MLE**)
Cukinia pieczona z olejem () 80 g
Sałata zielona 20 g
Banana 1szt. 1 szt
Kawa zbożowa na mleku b/c 300 ml (**MLE, GLU ZYT, GLU JECZ**)
Ciasło drożdżowe 50 g (**GLU PSZ, JAJ, MLE, SOL**)

Platki owsiane na wywarze jarzynowym 400 ml (**SEL, GLU OW, PSZ, GLU ZYT**)
Chleb bezglutenowy 116 g
Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g (**MLE, GLU PSZ, GLU ZYT**)
Poledwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkim wody wędzona parzona 30 g (**GLU PSZ, SOL**)
Cukinia pieczona z olejem () 100 g
Sałata zielona 20 g
Banana 1szt. 1 szt
Herbata czarna granulowana b/c 300 ml (**GLU PSZ, JAJ, MLE, SOL**)
Ciasło drożdżowe 50 g (**GLU PSZ, JAJ, MLE, SOL**)

Chleb mieszany pszenno-żytni 96 g (**GLU PSZ, GLU ZYT**)
Margaryna roślinna bez mielczna o zaw.80% tł 15 g
Poledwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkim wody wędzona parzona 60 g (**GLU PSZ, SOL**)
Cukinia pieczona z olejem () 80 g
Sałata zielona 20 g
Banana 1szt. 1 szt
Herbata czarna granulowana b/c 300 ml (**GLU PSZ, JAJ, MLE, SOL**)
Chrupki kukurydziane 20 g

Jadłospisy w dniu 2024-04-01 KUCHNIA OSTRÓW MAZOWIECKA

2024-04-01 poniedziałek									
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 Ubogoenergetyczna	OM- XII Bogatobiałkowa łatwostrawna Zestaw I	OM- XII Bogatobiałkowa łatwostrawna Zestaw II	OM- XIII Niskobiałkowa	OM- XV Bezmleczna Zestaw I
Pomidorowa z makaronem () 400 ml (GLU PSZ MLE SEL) Bitka z fileta kurczaka duszona 100 g (GLU PSZ) Sos własny () 50 ml (GLU PSZ SEL) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Seler z pietruszką gotowany z olejem () 100 g (GLU PSZ SEL) Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml	Rosół z makaronem () 400 ml (GLU PSZ SEL) Filet z indyka gotowany 100 g Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Seler z pietruszką gotowany z olejem () 100 g (GLU PSZ SEL) Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml	Pomidorowa z makaronem () 400 ml (GLU PSZ MLE SEL) Bitka z fileta kurczaka duszona 100 g (GLU PSZ) Sos własny () 50 ml (GLU PSZ SEL) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Seler z pietruszką gotowany z olejem () 100 g (GLU PSZ SEL) Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml	Rosół z makaronem pełnoziarnistym () 400 ml (GLU PSZ SEL) Filet z indyka gotowany 100 g Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Cwikła z chrzanem () 100 g (MLE SO2) Szejnnek gotowany z olejem* 100 g (GLU PSZ) Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml	Pomidorowa z makaronem pełnoziarnistym () 400 ml (GLU PSZ MLE SEL) Bitka z fileta kurczaka duszona 100 g (GLU PSZ) Sos własny () 50 ml (GLU PSZ SEL) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Cwikła z chrzanem () 100 g (MLE SO2) Szejnnek gotowany z olejem* 100 g (GLU PSZ) Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml	Rosół z makaronem () 400 ml (GLU PSZ SEL) Filet z indyka gotowany 60 g Sos własny () 50 ml (GLU PSZ SEL) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Seler z pietruszką gotowany z olejem () 100 g (GLU PSZ SEL) Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml	Rosół z makaronem () 400 ml (GLU PSZ SEL) Filet z indyka gotowany 100 g Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Seler z pietruszką gotowany z olejem () 100 g (GLU PSZ SEL) Szejnnek gotowany z olejem* 100 g (GLU PSZ) Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml	Pomidorowa z makaronem () 400 ml (GLU PSZ MLE SEL) Bitka z fileta kurczaka duszona 100 g (GLU PSZ) Sos własny () 50 ml (GLU PSZ SEL) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Seler z pietruszką gotowany z olejem () 100 g (GLU PSZ SEL) Szejnnek gotowany z olejem* 100 g (GLU PSZ) Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml	Pomidorowa z makaronem (bez mleka) () 400 ml (GLU PSZ SEL) Knedle ziemniaczane z jabłkiem () 200 g (MLE) Seler z pietruszką gotowany z olejem () 200 g (GLU PSZ SEL) Szejnnek gotowany z olejem* 100 g (GLU PSZ) Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml	Rosół z makaronem () 400 ml (GLU PSZ SEL) Filet z indyka gotowany 100 g Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Seler z pietruszką gotowany z olejem () 100 g (GLU PSZ SEL) Szejnnek gotowany z olejem* 100 g (GLU PSZ) Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml
PD	Chleb mieszany pszenno-żytni 96 g (GLU PSZ GLU ZYT) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE) Satełka jarzynowa - dieta () 100 g (MLE SEL) Baton szynkowy z kurcząt 25 g (może zawierać: GLU PSZ MLE GOR) Pomidor biskorki 80 g Sateła 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) Satełka jarzynowa - dieta () 100 g (MLE SEL) Baton szynkowy z kurcząt 25 g (może zawierać: GLU PSZ MLE GOR) Pomidor biskorki 80 g Sateła 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) Satełka jarzynowa - dieta () 100 g (MLE SEL) Baton szynkowy z kurcząt 25 g (może zawierać: GLU PSZ MLE GOR) Papryka świeża 80 g Sateła zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 66 g (GLU PSZ GLU ZYT) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE) Satełka jarzynowa - dieta () 100 g (MLE SEL) Baton szynkowy z kurcząt 30 g (może zawierać: GLU PSZ MLE GOR) Pomidor 80 g Sateła zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Budyni o smaku waniliowym b/c 300 ml (MLE)	Budyni o smaku waniliowym b/c 300 ml (MLE)	Chleb bezglutenowy 116 g Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g (MLE) Baton szynkowy z kurcząt 30 g (może zawierać: GLU PSZ MLE GOR) Pomidor 80 g Sateła zielona 20 g Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 400 ml (SEL) Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 96 g (GLU PSZ GLU ZYT) Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g (MLE) Baton szynkowy z kurcząt 30 g (może zawierać: GLU PSZ MLE GOR) Pomidor 80 g Sateła zielona 20 g Schab gotowany 30 g Sateła zielona 20 g Pomidor biskorki 80 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	
Kolacja									
Bułka pszenna długa krojona 90 g (GLU PSZ) Satełka jarzynowa - dieta () 100 g (MLE SEL) Baton szynkowy z kurcząt 25 g (może zawierać: GLU PSZ MLE GOR) Pomidor biskorki 80 g Sateła 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) Satełka jarzynowa - dieta () 100 g (MLE SEL) Baton szynkowy z kurcząt 25 g (może zawierać: GLU PSZ MLE GOR) Pomidor biskorki 80 g Sateła zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 76 g (GLU PSZ GLU ZYT) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE) Satełka jarzynowa - dieta () 100 g (MLE SEL) Baton szynkowy z kurcząt 25 g (może zawierać: GLU PSZ MLE GOR) Papryka świeża 80 g Sateła zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 66 g (GLU PSZ GLU ZYT) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE) Satełka jarzynowa - dieta () 100 g (MLE SEL) Baton szynkowy z kurcząt 30 g (może zawierać: GLU PSZ MLE GOR) Pomidor 80 g Sateła zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Budyni o smaku waniliowym b/c 300 ml (MLE)	Budyni o smaku waniliowym b/c 300 ml (MLE)	Chleb bezglutenowy 116 g Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g (MLE) Baton szynkowy z kurcząt 30 g (może zawierać: GLU PSZ MLE GOR) Pomidor 80 g Sateła zielona 20 g Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 400 ml (SEL) Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 96 g (GLU PSZ GLU ZYT) Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g (MLE) Baton szynkowy z kurcząt 30 g (może zawierać: GLU PSZ MLE GOR) Pomidor 80 g Sateła zielona 20 g Schab gotowany 30 g Sateła zielona 20 g Pomidor biskorki 80 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml		

Jadłospisy w dniu 2024-04-01 KUCHNIA OSTRÓW MAZOWIECKA

2024-04-01 poniedziałek									
PN									
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 Ubogenergetyczna	OM- XII Bogatobiałkowa łatwostrawna Zestaw I	OM- XII Bogatobiałkowa łatwostrawna Zestaw II	OM- XIII Niskobiałkowa	OM- XV Beźnleczna Zestaw I
Kanapka z szynką i pomidorem (bułka pszenna 32g, margaryna 5g, szynka 25g, pomidor 15g) 1 szt (GLUPSZ.SOU)	Sok wielowarzywny pasteryzowany 1 szt		Kanapka z szynką i pomidorem (chleb razowy 76g, margaryna 5g, szynka 25g, pomidor 15g) 1 szt (GLUPSZ.SOU, GLU ZYT)		Sok wielowarzywny pasteryzowany 1 szt			Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt	Kanapka z szynką i pomidorem (bułka pszenna 32g, margaryna 5g, szynka 25g, pomidor 15g) 1 szt (GLUPSZ.SOU)
Wartość energetyczna: 2430,59 kcal; Białko ogółem: 111,01 g; Tłuszcz: 59,90 g; Kw. tł. nasy.: 14,08 g; Węglowodany ogółem: 376,95 g; W tym cukry: 84,23 g; Błonnik pok.: 31,60 g; Sól: 7,73 g.	Wartość energetyczna: 2533,47 kcal; Białko ogółem: 114,88 g; Tłuszcz: 65,49 g; Kw. tł. nasy.: 20,74 g; Węglowodany ogółem: 386,16 g; W tym cukry: 90,21 g; Błonnik pok.: 37,94 g; Sól: 8,19 g.	Wartość energetyczna: 2673,41 kcal; Białko ogółem: 115,26 g; Tłuszcz: 74,35 g; Kw. tł. nasy.: 20,64 g; Węglowodany ogółem: 401,01 g; W tym cukry: 93,93 g; Błonnik pok.: 38,50 g; Sól: 8,52 g.	Wartość energetyczna: 2469,77 kcal; Białko ogółem: 112,88 g; Tłuszcz: 57,34 g; Kw. tł. nasy.: 18,54 g; Węglowodany ogółem: 361,46 g; W tym cukry: 70,29 g; Błonnik pok.: 38,90 g; Sól: 8,87 g.	Wartość energetyczna: 2609,71 kcal; Białko ogółem: 113,26 g; Tłuszcz: 66,20 g; Kw. tł. nasy.: 18,43 g; Węglowodany ogółem: 376,31 g; W tym cukry: 74,01 g; Błonnik pok.: 39,47 g; Sól: 9,20 g.	Wartość energetyczna: 1551,24 kcal; Białko ogółem: 67,53 g; Tłuszcz: 21,85 g; Kw. tł. nasy.: 4,49 g; Węglowodany ogółem: 253,91 g; W tym cukry: 37,14 g; Błonnik pok.: 30,91 g; Sól: 5,70 g.	Wartość energetyczna: 3061,77 kcal; Białko ogółem: 135,79 g; Tłuszcz: 77,46 g; Kw. tł. nasy.: 27,82 g; Węglowodany ogółem: 459,66 g; W tym cukry: 156,14 g; Błonnik pok.: 36,26 g; Sól: 8,05 g.	Wartość energetyczna: 3158,29 kcal; Białko ogółem: 132,53 g; Tłuszcz: 83,46 g; Kw. tł. nasy.: 27,71 g; Węglowodany ogółem: 483,73 g; W tym cukry: 159,86 g; Błonnik pok.: 36,82 g; Sól: 7,84 g.	Wartość energetyczna: 2338,71 kcal; Białko ogółem: 48,31 g; Tłuszcz: 64,78 g; Kw. tł. nasy.: 13,27 g; Węglowodany ogółem: 402,43 g; W tym cukry: 69,90 g; Błonnik pok.: 36,05 g; Sól: 3,84 g.	Wartość energetyczna: 2230,91 kcal; Białko ogółem: 99,72 g; Tłuszcz: 59,13 g; Kw. tł. nasy.: 15,74 g; Węglowodany ogółem: 343,38 g; W tym cukry: 59,19 g; Błonnik pok.: 37,03 g; Sól: 8,02 g.

Jadłospisy w dniu 2024-04-01 KUCHNIA OSTRÓW MAZOWIECKA

2024-04-01 poniedziałek									
Śniadanie									
OM- XV Bezmleczna Zestaw II	OM- Dzieci 1-3 lat	OM- Pakowata/ Przedelana	OM- Płynna	OM- Wegetariańska	OM- Bezglutenowa	OM- Położnicza Zestaw I	OM- Położnicza Zestaw II	OM- Kobieta Karmiąca Zestaw I	OM- Kobieta Karmiąca Zestaw II
Platki owsiane na wywarze jarzynowym 400 ml (<u>SEL, GLU, OW, MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 96 g (<u>GLU, PSZ, GLU, ZYT</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw. 80% tł 15 g Polędwica wisińkowa wędzonka wieprzowa z dodatkim wody wędzona parzona z dodatkim wody 60 g (<u>GLU, PSZ, SOL</u>) Cukinia pieczona z olejem () 80 g Salata zielona 20 g Banan 1szt. 1 szt Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Chrupki kukurydziane 20 g	Platki kukurydziane na mleku 200 ml (<u>MLE</u>) Bulka pszenna długa krojona 32 g (<u>GLU, PSZ</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 5 g (<u>MLE</u>) Polędwica wisińkowa wędzonka wieprzowa z dodatkim wody wędzona parzona 30 g (<u>GLU, PSZ, SOL</u>) Cukinia pieczona z olejem () 40 g Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Pomarańcza 1 szt Ciasto drożdżowe 50 g (<u>GLU, PSZ, JAJ, MLE, SOL</u>)	Platki owsiane na wywarze jarzynowym 450 ml (<u>SEL, GLU, OW, MLE</u>) Bulka pszenna długa krojona 32 g (<u>GLU, PSZ</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g (<u>MLE</u>) Polędwica wisińkowa wędzonka wieprzowa z dodatkim wody wędzona parzona 25 g (<u>GLU, PSZ, SOL</u>) Serek wiejski ziamnisty 50 g (<u>MLE</u>) Cukinia pieczona z olejem () 100 g Młs z jabłek () b/c 150 g Kawa zbożowa na mleku b/c 300 ml (<u>MLE, GLU, ZYT, GLU, JECZ, MLE, SOL</u>) Ciasto drożdżowe 50 g (<u>GLU, PSZ, JAJ, MLE, SOL</u>)	Platki owsiane na mleku 400 ml (<u>MLE, GLU, OW</u>) Chleb razowy pszenno-żytni 116 g (<u>GLU, PSZ, GLU, ZYT</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (<u>MLE</u>) Serek wiejski ziamnisty 50 g (<u>MLE</u>) Jajko gotowane K1 M 1 szt (<u>JAJ</u>) Salata zielona 20 g Pomidor 80 g Pomarańcza 1 szt Kawa zbożowa na mleku b/c 300 ml (<u>MLE, GLU, ZYT, GLU, JECZ</u>) Ciasto drożdżowe 50 g (<u>GLU, PSZ, JAJ, MLE, SOL</u>)	Kasza jaglana na wywarze jarzynowym 400 ml (<u>SEL</u>) Chleb bezglutenowy 100 g Margaryna roślinna bez mleczna o zaw. 80% tł 15 g Polędwica Sopotka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g (<u>SOL</u>) Cukinia pieczona z olejem () 80 g Salata zielona 20 g Banan 1szt. 1 szt Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Chrupki kukurydziane 20 g	Platki owsiane na mleku 400 ml (<u>MLE, GLU, OW</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 96 g (<u>GLU, PSZ, GLU, ZYT</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (<u>MLE</u>) Serek wiejski ziamnisty 50 g (<u>MLE</u>) Cukinia pieczona z olejem () 80 g Salata zielona 20 g Banan 1szt. 1 szt Ciasto drożdżowe 50 g (<u>GLU, PSZ, JAJ, MLE, SOL</u>)	Platki owsiane na mleku 400 ml (<u>MLE, GLU, OW</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 96 g (<u>GLU, PSZ, GLU, ZYT</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (<u>MLE</u>) Serek wiejski ziamnisty 50 g (<u>MLE</u>) Cukinia pieczona z olejem () 80 g Salata zielona 20 g Banan 1szt. 1 szt Ciasto drożdżowe 50 g (<u>GLU, PSZ, JAJ, MLE, SOL</u>)	Budyń o smaku waniliowym z/c 150 ml (<u>MLE</u>)	Wafle ryżowe 30 g	Budyń o smaku waniliowym z/c 300 ml (<u>MLE</u>)

Jadłospisy w dniu 2024-04-01 KUCHNIA OSTRÓW MAZOWIECKA

2024-04-01 poniedziałek	
Obiad	PD
<p>Pomidorowa z makaronem (bez mleka) () 400 ml (GLU PSZ SEL) Bitka z fileta kurczaka duszona 100 g (GLU PSZ SEL) Sos własny () 50 ml (GLU PSZ SEL) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 90 g Cwikla z jabłkiem () 50 g Seler z pietruszką gotowany z olejem () 50 g (GLU PSZ SEL) Szpinak gotowany z olejem* 100 g (GLU PSZ SEL) Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml</p>	<p>Budyń o smaku waniliowym b/c 150 ml (MLE)</p>
<p>Rosół z makaronem () 200 ml (GLU PSZ SEL) Filet z indyka gotowany 50 g Sos własny () 50 ml (GLU PSZ SEL) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 90 g Cwikla z jabłkiem () 50 g Seler z pietruszką gotowany z olejem () 50 g (GLU PSZ SEL) Szpinak gotowany z olejem* 100 g (GLU PSZ SEL) Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 250 ml</p>	<p>Bulka pszenna długa krojona 32 g (GLU PSZ) Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g (MLE) Sałatka jarzynowa - dieta () 100 g (MLE SEL) Baton szynkowy z kurczak 50 g (może zawierać: GLU PSZ MLE GOR) Brokuł gotowany* 100 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 450 ml (SEL)</p>
<p>Pomidorowa z makaronem () 400 ml (GLU PSZ MLE SEL) Kotlety sojowe panierowane 100 g Seler z pietruszką gotowany z olejem () 100 g (GLU PSZ SEL) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Seler z pietruszką gotowany z olejem () 100 g (GLU PSZ SEL) Cwikla z chrzanem () 100 g (MLE SOL) Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml</p>	<p>Chleb mieszany pszenno-żytni 96 g (GLU PSZ SEL) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw. 80% tł 15 g Sałatka jarzynowa - dieta () 100 g (MLE SEL) Pasta z groszku zielonego b/mi 80 g Papryka świeża 80 g Herbata zielona 20 g Sałatka czarna granulowana b/c 300 ml</p>
<p>Pomidorowa z makaronem (bez mleka) () 400 ml (GLU PSZ SEL) Filet z indyka gotowany 100 g Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Seler z pietruszką gotowany z olejem () 100 g (GLU PSZ SEL) Szpinak gotowany z olejem (bez glutenu)* 100 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml</p>	<p>Chleb bezglutenowy 100 g Margaryna roślinna bez mleczna o zaw. 80% tł 15 g Sałatka jarzynowa - dieta () 100 g (MLE SEL) Schab gotowany 25 g Pomidor biskorki 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p>
<p>Rosół z makaronem () 400 ml (GLU PSZ SEL) Filet z indyka gotowany 100 g Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Seler z pietruszką gotowany z olejem () 100 g (GLU PSZ SEL) Szpinak gotowany z olejem* 100 g (GLU PSZ SEL) Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml</p>	<p>Chleb mieszany pszenno-żytni 96 g (GLU PSZ SEL) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE) Sałatka jarzynowa - dieta () 100 g (MLE SEL) Baton szynkowy z kurczak 25 g (może zawierać: GLU PSZ MLE GOR) Pomidor biskorki 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p>
<p>Pomidorowa z makaronem () 400 ml (GLU PSZ MLE SEL) Bitka z fileta kurczaka duszona 100 g (GLU PSZ SEL) Sos własny () 50 ml (GLU PSZ SEL) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Seler z pietruszką gotowany z olejem () 100 g (GLU PSZ SEL) Szpinak gotowany z olejem* 100 g (GLU PSZ SEL) Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml</p>	<p>Chleb razowy pszenno-żytni 116 g (GLU PSZ SEL) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE) Sałatka jarzynowa - dieta () 100 g (MLE SEL) Baton szynkowy z kurczak 25 g (może zawierać: GLU PSZ MLE GOR) Pomidor biskorki 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p>

Jadłospisy w dniu 2024-04-01 KUCHNIA OSTRÓW MAZOWIECKA

2024-04-01 poniedziałek									
PN	Sok wielowarstwowy pasteryzowany 1 szt								
OM- XV Bezmieczna Zestaw II	OM- Dzieci 1-3 lat	OM- Pappkwań Przeocierana	OM- Płynna	OM- Wegetariańska	OM- Bezglutenowa	OM- Położnicza Zestaw I	OM- Położnicza Zestaw II	OM- Kobieta Karniaca Zestaw I	OM- Kobieta Karniaca Zestaw II
Kanapka z szynką i pomidorem (bulka pszenna 32g, margaryna 5g, szynka 25g, pomidor 15g) 1 szt (GLUPSZ.SOU)									
Wartość energetyczna: 2353,95 kcal; Białko ogółem: 99,47 g; Tłuszcz: 66,79 g; Kw. tł. nasy.: 15,52 g; Węglowodany ogółem: 357,34 g; W tym cukry: 62,43 g; Błonnik pok.: 37,60 g; Sól: 8,33 g.	Wartość energetyczna: 1661,93 kcal; Białko ogółem: 69,29 g; Tłuszcz: 37,54 g; Kw. tł. nasy.: 12,20 g; Węglowodany ogółem: 268,67 g; W tym cukry: 96,73 g; Błonnik pok.: 23,72 g; Sól: 4,37 g.	Wartość energetyczna: 2416,83 kcal; Białko ogółem: 111,99 g; Tłuszcz: 81,66 g; Kw. tł. nasy.: 20,90 g; Węglowodany ogółem: 323,46 g; W tym cukry: 39,11 g; Błonnik pok.: 38,35 g; Sól: 6,78 g.	Wartość energetyczna: 2682,04 kcal; Białko ogółem: 106,21 g; Tłuszcz: 78,68 g; Kw. tł. nasy.: 21,52 g; Węglowodany ogółem: 399,67 g; W tym cukry: 85,87 g; Błonnik pok.: 45,83 g; Sól: 7,49 g.	Wartość energetyczna: 2175,65 kcal; Białko ogółem: 77,88 g; Tłuszcz: 53,07 g; Kw. tł. nasy.: 10,84 g; Węglowodany ogółem: 356,94 g; W tym cukry: 61,89 g; Błonnik pok.: 32,97 g; Sól: 3,72 g.	Wartość energetyczna: 3097,77 kcal; Białko ogółem: 134,88 g; Tłuszcz: 77,57 g; Kw. tł. nasy.: 27,90 g; Węglowodany ogółem: 479,86 g; W tym cukry: 155,23 g; Błonnik pok.: 38,06 g; Sól: 8,87 g.	Wartość energetyczna: 3237,71 kcal; Białko ogółem: 135,26 g; Tłuszcz: 86,43 g; Kw. tł. nasy.: 27,80 g; Węglowodany ogółem: 494,71 g; W tym cukry: 158,95 g; Błonnik pok.: 38,62 g; Sól: 9,20 g.	Wartość energetyczna: 3150,13 kcal; Białko ogółem: 138,07 g; Tłuszcz: 77,83 g; Kw. tł. nasy.: 27,96 g; Węglowodany ogółem: 489,84 g; W tym cukry: 156,39 g; Błonnik pok.: 38,72 g; Sól: 9,19 g.	Wartość energetyczna: 3290,07 kcal; Białko ogółem: 138,45 g; Tłuszcz: 86,69 g; Kw. tł. nasy.: 27,86 g; Węglowodany ogółem: 504,69 g; W tym cukry: 160,11 g; Błonnik pok.: 39,28 g; Sól: 9,52 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, nerkowce, 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 - Mięczaki i pochodne,

MLE b/LAK - Mleko i pochodne bez laktozy,

GLU ZYT - Zboża zawierające gluten żytni,

GLU OW - 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,

S01 - S01,

K - Potas,

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

Błonnik pok. - Błonnik pokarmowy,

- % energii z białka,

Ener. z T - % energii z tłuszczu,

- % energii z węglowodanów,

Ener. z Bł. - % energii z błonnika,

W tym cukry - w tym cukry,

MM - MM,

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

Lp	Nazwa dania/asortymentu	Asortyment	Składniki
			Porcja - Definicja receptury (asortymenty wg ilości mierzonych) Składniki

1	Sonda / plynna śn. 1 400 g (GLU PSZ, MLE)	1 Mleko 2% nv(MLÉ)	
2	Serek Homog. o smaku naturalnym 2.5% il. nv(MLÉ)		Twardog chudy (MLÉ), Śmietanka (MLÉ), E202, Chlorek wapnia
3	Kasza manna nv(GLU PSZ)		
4	Cukier		
5	Masło 82% il. nv(MLÉ)		Śmietanka pasteryzowana (MLÉ)
6	Mleko w proszku pełne nv(MLÉ)		
7	Jaja M nv(JAJ)		
7	Suchary bez cukru 285g nv		
3	Sonda / plynna ob. 3 400 g (GLU PSZ, JAJ, SEL)	1 Woda	
1	Włoszczyzna mroz. 3skl		
2	paški/marchew, pietruszka, sełter (SEL, Marchew, Pietruszka korzeń, Sełter (SEL))		
3	Udziec z kurczaka b/k b/s		
4	Makaron z pszenicy zwyczajnej z kurkuma nv(GLU PSZ)		Mąka pszenna (GLU PSZ), Woda, Kurkuma
5	Oil 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	Sełter (SEL)		
6	Masło 82% il. nv(MLÉ)		Śmietanka pasteryzowana (MLÉ)
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	Sełter obrany (SEL)		
8	Oil rzepakowy nv		
9	Jaja M nv(JAJ)		

NAPRZÓD CATERING Sp. z o.o.
ul. Traktorowa 126 lok. 301, 91-204 Łódź
N. 6772398589 REGON 3637712430
KRS 0000601008

