

Jadlospisy w dniu 2024-04-11 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 żołąd. Zestaw I	OM- VII Z ogr. sub. pobudz. wydz. soku żołąd. Zestaw II	OM- VIII Z ograniczeniem tłuszczu Zestaw I
Platki owsiane na mleku 400 ml (MLE, GLU OW), Chleb razowy pszemno-żytni 116 g (GLU PSZ, GLU ZYT), Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE), Szyńska z pierśnią indyjską- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadanej 25 g (SOJ, SEL), Serrek homo. o smaku naturalnym z ziołami 50 g (MLE), Słupki z marchewki 90 g Sałata zielona 10 g Jabłko 1 szt. 1 szt. Kawa zbożowa na mleku b/c 300 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.)	Sonda / płynna śn. 1 400 g (GLU PSZ, MLE), Platki owsiane na mleku 400 ml (MLE, GLU OW), Bukka pszenna długa krojona 76 g (GLU PSZ), Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE), Szyńska z pierśnią indyjską- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadanej 25 g (SOJ, SEL), Serrek homo. o smaku naturalnym z ziołami 50 g (MLE), Słupki z marchewki 90 g Sałata zielona 10 g Jabłko pieczone 1 szt. 1 szt. Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Sonda / płynna ob. 3 400 g (GLU PSZ, JAJ, SEL), Herbatniki 50 g (GLU PSZ, SOJ, MLE), Platki owsiane na mleku 400 ml (MLE, GLU OW), Bukka pszenna długa krojona 76 g (GLU PSZ), Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE), Szyńska z pierśnią indyjską- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadanej 25 g (SOJ, SEL), Serrek homo. o smaku naturalnym z ziołami 50 g (MLE), Słupki z marchewki 90 g Sałata zielona 10 g Jabłko pieczone 1 szt. 1 szt. Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Platki owsiane na mleku 400 ml (MLE, GLU OW), Bukka pszenna długa krojona 76 g (GLU PSZ), Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE), Szyńska z pierśnią indyjską- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadanej 25 g (SOJ, SEL), Serrek homo. o smaku naturalnym z ziołami 50 g (MLE), Słupki z marchewki 90 g Sałata zielona 10 g Jabłko pieczone 1 szt. 1 szt. Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Platki owsiane na mleku 400 ml (MLE, GLU OW), Bukka pszenna długa krojona 76 g (GLU PSZ), Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE), Szyńska z pierśnią indyjską- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadanej 25 g (SOJ, SEL), Serrek homo. o smaku naturalnym z ziołami 50 g (MLE), Słupki z marchewki 90 g Sałata zielona 10 g Jabłko pieczone 1 szt. 1 szt. Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Platki owsiane na mleku 400 ml (MLE, GLU OW), Bukka pszenna długa krojona 76 g (GLU PSZ), Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE), Szyńska z pierśnią indyjską- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadanej 25 g (SOJ, SEL), Serrek homo. o smaku naturalnym z ziołami 50 g (MLE), Słupki z marchewki 90 g Sałata zielona 10 g Jabłko pieczone 1 szt. 1 szt. Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Platki owsiane na mleku 400 ml (MLE, GLU OW), Bukka pszenna długa krojona 76 g (GLU PSZ), Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE), Szyńska z pierśnią indyjską- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadanej 25 g (SOJ, SEL), Serrek homo. o smaku naturalnym z ziołami 50 g (MLE), Słupki z marchewki 90 g Sałata zielona 10 g Jabłko pieczone 1 szt. 1 szt. Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Platki owsiane na mleku 400 ml (MLE, GLU OW), Bukka pszenna długa krojona 76 g (GLU PSZ), Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE), Szyńska z pierśnią indyjską- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadanej 25 g (SOJ, SEL), Serrek homo. o smaku naturalnym z ziołami 50 g (MLE), Słupki z marchewki 90 g Sałata zielona 10 g Jabłko pieczone 1 szt. 1 szt. Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Platki owsiane na mleku 400 ml (MLE, GLU OW), Bukka pszenna długa krojona 90 g (GLU PSZ), Serrek homo. o smaku naturalnym z ziołami 50 g (MLE), Szyńska z pierśnią indyjską- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadanej 25 g (SOJ, SEL), Słupki z marchewki 90 g Sałata zielona 10 g Jabłko pieczone 1 szt. 1 szt. Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	
<p>Obiad</p> <p>Pieczarkowa z ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL), Bitka wieprzowa z szynki duszona 90 g (GLU PSZ), Sos pomidorowy 50 ml (GLU PSZ), Kasza jęczmienna/sytko 150 g (GLU JECZ.), Bukiet warzyw gotowanych 100 g Surowka z rzodkwi, jabłka i marchewki () 100 g (MLE), Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml</p> <p>Barszcz czerwony z ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL), Pulpet wieprzowy 100 g (GLU PSZ, JAJ), Sos pomidorowy 50 ml (GLU PSZ), Kasza jęczmienna/sytko 150 g (GLU JECZ.), Bukiet warzyw gotowanych 100 g Surowka z rzodkwi, jabłka i marchewki () 100 g (MLE), Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml</p> <p>Sonda / płynna ob. 3 400 g (GLU PSZ, JAJ, SEL), Herbatniki 50 g (GLU PSZ, SOJ, MLE), Selerowa z ziemniakami () 400 ml (MLE, SEL), Bitka wieprzowa z szynki duszona 90 g (GLU PSZ), Sos pomidorowy 50 ml (GLU PSZ), Kasza jęczmienna/sytko 150 g (GLU JECZ.), Szpiniak gotowany z olejem* 100 g (GLU PSZ), Bukiet warzyw gotowanych 100 g Surowka z rzodkwi, jabłka i marchewki () 100 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml</p> <p>Barszcz czerwony z ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL), Pulpet wieprzowy 100 g (GLU PSZ, JAJ), Sos pomidorowy 50 ml (GLU PSZ), Kasza jęczmienna/sytko 150 g (GLU JECZ.), Szpiniak gotowany z olejem* 100 g (GLU PSZ), Bukiet warzyw gotowanych 100 g Surowka z rzodkwi, jabłka i marchewki () 100 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml</p> <p>Selerowa z ziemniakami () 400 ml (MLE, SEL), Bitka wieprzowa z szynki duszona 90 g (GLU PSZ), Sos pomidorowy 50 ml (GLU PSZ), Kasza jęczmienna/sytko 150 g (GLU JECZ.), Szpiniak gotowany z olejem* 100 g (GLU PSZ), Bukiet warzyw gotowanych 100 g Surowka z rzodkwi, jabłka i marchewki () 100 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml</p> <p>Herbatniki 30 g (GLU PSZ, SOJ, MLE), Selerowa z ziemniakami () 400 ml (MLE, SEL), Bitka wieprzowa z szynki duszona 90 g (GLU PSZ), Sos pomidorowy 50 ml (GLU PSZ), Kasza jęczmienna/sytko 150 g (GLU JECZ.), Sałata zielona z jogurtem 80 g (MLE), Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml</p> <p>Barszcz czerwony z ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL), Pulpet wieprzowy 100 g (GLU PSZ, JAJ), Sos pomidorowy 50 ml (GLU PSZ), Kasza jęczmienna/sytko 150 g (GLU JECZ.), Sałata zielona z jogurtem 80 g (MLE), Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml</p> <p>Herbatniki 30 g (GLU PSZ, SOJ, MLE), Selerowa z ziemniakami () 400 ml (MLE, SEL), Bitka wieprzowa z szynki duszona 90 g (GLU PSZ), Sos pomidorowy 50 ml (GLU PSZ), Kasza jęczmienna/sytko 150 g (GLU JECZ.), Szpiniak gotowany z olejem* 100 g (GLU PSZ), Bukiet warzyw gotowanych 100 g Surowka z rzodkwi, jabłka i marchewki () 100 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml</p>									

Jadłospisy w dniu 2024-04-11 KUCHNIA OSTRÓW MAZOWIECKA

2024-04-11 czwartek

PN	Kolacja	PD							
<p>Wartość energetyczna: 2384,17 kcal; Białko ogółem: 108,80 g; Tłuszcz: 72,82 g; Kw. tł. nasy.: 20,83 g; Węglowodany ogółem: 339,03 g; W tym cukry: 65,53 g; Błonnik pok.: 35,45 g; Sól: 8,46 g.</p>	<p>Wartość energetyczna: 2425,09 kcal; Białko ogółem: 105,15 g; Tłuszcz: 71,73 g; Kw. tł. nasy.: 21,71 g; Węglowodany ogółem: 355,83 g; W tym cukry: 71,28 g; Błonnik pok.: 36,46 g; Sól: 8,67 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: 2162,85 kcal; Białko ogółem: 98,56 g; Tłuszcz: 64,83 g; Kw. tł. nasy.: 16,56 g; Węglowodany ogółem: 309,10 g; W tym cukry: 64,71 g; Błonnik pok.: 28,22 g; Sól: 6,97 g.</p>	<p>Wartość energetyczna: 2202,50 kcal; Białko ogółem: 95,86 g; Tłuszcz: 63,74 g; Kw. tł. nasy.: 17,46 g; Węglowodany ogółem: 323,23 g; W tym cukry: 68,62 g; Błonnik pok.: 26,45 g; Sól: 7,43 g.</p>	<p>Wartość energetyczna: 2242,83 kcal; Białko ogółem: 106,87 g; Tłuszcz: 68,54 g; Kw. tł. nasy.: 19,80 g; Węglowodany ogółem: 311,84 g; W tym cukry: 72,36 g; Błonnik pok.: 27,92 g; Sól: 7,15 g.</p>	<p>Wartość energetyczna: 2282,48 kcal; Białko ogółem: 104,17 g; Tłuszcz: 67,45 g; Kw. tł. nasy.: 20,70 g; Węglowodany ogółem: 325,97 g; W tym cukry: 76,28 g; Błonnik pok.: 26,15 g; Sól: 7,60 g.</p>	<p>Wartość energetyczna: 2132,28 kcal; Białko ogółem: 103,60 g; Tłuszcz: 60,98 g; Kw. tł. nasy.: 19,43 g; Węglowodany ogółem: 305,78 g; W tym cukry: 73,56 g; Błonnik pok.: 27,29 g; Sól: 7,08 g.</p>	<p>Wartość energetyczna: 2282,48 kcal; Białko ogółem: 104,17 g; Tłuszcz: 67,45 g; Kw. tł. nasy.: 20,70 g; Węglowodany ogółem: 325,97 g; W tym cukry: 76,28 g; Błonnik pok.: 26,15 g; Sól: 7,60 g.</p>	<p>Wartość energetyczna: 2195,23 kcal; Białko ogółem: 111,31 g; Tłuszcz: 57,15 g; Kw. tł. nasy.: 16,15 g; Węglowodany ogółem: 321,05 g; W tym cukry: 62,88 g; Błonnik pok.: 28,69 g; Sól: 7,36 g.</p>
<p>Sok pomidorowy 0,3l 1 szt</p>	<p>Sonda ziemniaczana 4 300 g (JAJ, MLE, SEL)</p>	<p>Bulka pszenna długa krojona 76 g (GLU PSZ) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE) Szynekowa dębowa kiel. wp. gr. rozdz. wędz. parzo. z dodat. wody w osł. niejad 50 g Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p>	<p>Bulka pszenna długa krojona 76 g (GLU PSZ) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE) Szynekowa dębowa kiel. wp. gr. rozdz. wędz. parzo. z dodat. wody w osł. niejad 50 g Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p>	<p>Bulka pszenna długa krojona 76 g (GLU PSZ) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE) Szynekowa dębowa kiel. wp. gr. rozdz. wędz. parzo. z dodat. wody w osł. niejad 50 g Pomidor b/skórki 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p>	<p>Bulka pszenna długa krojona 76 g (GLU PSZ) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE) Szynekowa dębowa kiel. wp. gr. rozdz. wędz. parzo. z dodat. wody w osł. niejad 50 g Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p>	<p>Bulka pszenna długa krojona 76 g (GLU PSZ) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE) Szynekowa dębowa kiel. wp. gr. rozdz. wędz. parzo. z dodat. wody w osł. niejad 50 g Pomidor b/skórki 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p>	<p>Bulka pszenna długa krojona 76 g (GLU PSZ) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE) Szynekowa dębowa kiel. wp. gr. rozdz. wędz. parzo. z dodat. wody w osł. niejad 50 g Pomidor b/skórki 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p>	<p>Bulka pszenna długa krojona 76 g (GLU PSZ) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE) Szynekowa dębowa kiel. wp. gr. rozdz. wędz. parzo. z dodat. wody w osł. niejad 50 g Pomidor b/skórki 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p>	<p>Kanapka z szynką i sałatą (bulka pszenna 32g, margaryna 5g, szynka 25g, sałata 5g) 1 szt (GLU PSZ, SOL)</p>

Jadłospisy w dniu 2024-04-11 KUCHNIA OSTRÓW MAZOWIECKA

Opis	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>Śniadanie</p> <p>Płatki owsiane na mleku 400 ml (<u>MLE, GLU, OW</u>) Bułka pszenna duża krojona 50 g (<u>GLU, PSZ</u>) Szyzka z pierśnią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona w osłonce 25 g (<u>SOJ, SEL</u>) Serek homio. o smaku naturalnym z ziółami 50 g (<u>MLE</u>) Parzona w osłonce niejadlanej 25 g (<u>SOJ, SEL</u>) Serek homio. o smaku naturalnym z ziółami 50 g (<u>MLE</u>) Słupki z marchewki gotowanej 90 g Sałata zielona 10 g Jabłko pieczone 1 szt. 1 szt. Kawa zbożowa na mleku b/c 300 ml (<u>MLE, GLU, ZYT, GLU, JECZ</u>)</p>	<p>Płatki owsiane na mleku (<u>MLE, GLU, OW</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni (<u>PSZ, GLU, ZYT</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (<u>MLE</u>) Szyzka z pierśnią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona w osłonce niejadlanej 25 g (<u>SOJ, SEL</u>) Serek homio. o smaku naturalnym z ziółami 50 g (<u>MLE</u>) Słupki z marchewki gotowanej 90 g Sałata zielona 10 g Jabłko pieczone 1 szt. 1 szt. Kawa zbożowa na mleku b/c 300 ml (<u>MLE, GLU, ZYT, GLU, JECZ</u>)</p>	<p>Płatki owsiane na mleku 400 ml (<u>MLE, GLU, OW</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni (<u>PSZ, GLU, ZYT</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (<u>MLE</u>) Szyzka z pierśnią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona w osłonce niejadlanej 25 g (<u>SOJ, SEL</u>) Serek homio. o smaku naturalnym z ziółami 50 g (<u>MLE</u>) Słupki z marchewki gotowanej 90 g Sałata zielona 10 g Jabłko pieczone 1 szt. 1 szt. Kawa zbożowa na mleku b/c 300 ml (<u>MLE, GLU, ZYT, GLU, JECZ</u>)</p>	<p>Płatki owsiane na mleku 400 ml (<u>MLE, GLU, OW</u>) Chleb razowy pszenno-żytni (<u>PSZ, GLU, ZYT</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (<u>MLE</u>) Szyzka z pierśnią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona w osłonce niejadlanej 25 g (<u>SOJ, SEL</u>) Serek homio. o smaku naturalnym z ziółami 50 g (<u>MLE</u>) Słupki z marchewki gotowanej 90 g Sałata zielona 10 g Jabłko 1 szt 1 szt. Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p>	<p>Płatki owsiane na mleku 400 ml (<u>MLE, GLU, OW</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni (<u>PSZ, GLU, ZYT</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (<u>MLE</u>) Szyzka z pierśnią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona w osłonce niejadlanej 25 g (<u>SOJ, SEL</u>) Serek homio. o smaku naturalnym z ziółami 50 g (<u>MLE</u>) Słupki z marchewki gotowanej 90 g Sałata zielona 10 g Jabłko 1 szt 1 szt. Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p>	<p>Chleb mieszany pszenno-żytni 66 g (<u>GLU, PSZ, GLU</u>) Szyzka z pierśnią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona w osłonce niejadlanej 25 g (<u>SOJ, SEL</u>) Serek homio. o smaku naturalnym z ziółami 50 g (<u>MLE</u>) Słupki z marchewki gotowanej 90 g Sałata zielona 10 g Jabłko 1 szt 1 szt. Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p>	<p>Płatki owsiane na mleku 400 ml (<u>MLE, GLU, OW</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 96 g (<u>GLU, PSZ, GLU</u>) Szyzka z pierśnią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona w osłonce niejadlanej 25 g (<u>SOJ, SEL</u>) Serek homio. o smaku naturalnym z ziółami 50 g (<u>MLE</u>) Słupki z marchewki gotowanej 90 g Sałata zielona 10 g Jabłko pieczone 1 szt. 1 szt. Kawa zbożowa na mleku b/c 300 ml (<u>MLE, GLU, ZYT, GLU, JECZ</u>)</p>	<p>Chleb mieszany pszenno-żytni 96 g (<u>GLU, PSZ, GLU</u>) Szyzka z pierśnią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona w osłonce niejadlanej 25 g (<u>SOJ, SEL</u>) Serek homio. o smaku naturalnym z ziółami 50 g (<u>MLE</u>) Słupki z marchewki gotowanej 90 g Sałata zielona 10 g Jabłko pieczone 1 szt. 1 szt. Kawa zbożowa na mleku b/c 300 ml (<u>MLE, GLU, ZYT, GLU, JECZ</u>)</p>	<p>Chleb bezglutenowy 116 g Dżem 50 g Słupki z marchewki gotowanej 90 g Płatki owsiane na wymarze jazykowym 400 ml (<u>SEL, GLU, OW</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 98 g (<u>GLU, PSZ, GLU, ZYT</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw. 80% tł 15 g Szyzka z pierśnią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona w osłonce niejadlanej 60 g (<u>SOJ, SEL</u>) Słupki z marchewki gotowanej 100 g Sałata zielona 10 g Jabłko pieczone 1 szt. 1 szt. Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p>	<p>Płatki owsiane na wymarze jazykowym 400 ml (<u>SEL, GLU, OW</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 98 g (<u>GLU, PSZ, GLU, ZYT</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw. 80% tł 15 g Szyzka z pierśnią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona w osłonce niejadlanej 60 g (<u>SOJ, SEL</u>) Słupki z marchewki gotowanej 100 g Sałata zielona 10 g Jabłko pieczone 1 szt. 1 szt. Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p>	
<p>II ŚN</p> <p>Barszcz czerwony z ziemniakami () 400 ml (<u>GLU, PSZ, MLE, SEL</u>) Pulpet wieprzowy 100 g (<u>GLU, PSZ, JAJ</u>) Sos pomidorowy 50 ml (<u>GLU, PSZ</u>) Kasza jęczmienna/sypko 150 g (<u>GLU, JECZ</u>) Szpinak gotowany z olejem* 100 g (<u>GLU, PSZ</u>) Bukiet warzyw gotowanych 100 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml</p>	<p>Selerowa z ziemniakami () 400 ml (<u>MLE, SEL</u>) Bitka wieprzowa z szynki duszona 90 g (<u>GLU, PSZ</u>) Sos pomidorowy 50 ml (<u>GLU, PSZ</u>) Kasza jęczmienna/sypko 150 g (<u>GLU, JECZ</u>) Szpinak gotowany z olejem* 100 g (<u>GLU, PSZ</u>) Bukiet warzyw gotowanych 100 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml</p>	<p>Barszcz czerwony z ziemniakami () 400 ml (<u>GLU, PSZ, MLE, SEL</u>) Pulpet wieprzowy 100 g (<u>GLU, PSZ, JAJ</u>) Sos pomidorowy 50 ml (<u>GLU, PSZ</u>) Kasza jęczmienna/sypko 150 g (<u>GLU, JECZ</u>) Szpinak gotowany z olejem* 100 g (<u>GLU, PSZ</u>) Bukiet warzyw gotowanych 100 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml</p>	<p>Pieczarkowa z ziemniakami () 400 ml (<u>GLU, PSZ, MLE, SEL</u>) Bitka wieprzowa z szynki duszona 90 g (<u>GLU, PSZ</u>) Sos pomidorowy 50 ml (<u>GLU, PSZ</u>) Kasza bulgur 150 g (<u>GLU, PSZ</u>) Bukiet warzyw gotowanych 100 g Sałotka z rzodkwi, jabłka i marchewki (b/c 100 g (<u>MLE</u>)) Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml</p>	<p>Barszcz czerwony z ziemniakami () 400 ml (<u>GLU, PSZ, MLE, SEL</u>) Pulpet wieprzowy 100 g (<u>GLU, PSZ, JAJ</u>) Sos pomidorowy 50 ml (<u>GLU, PSZ</u>) Kasza bulgur 150 g (<u>GLU, PSZ</u>) Bukiet warzyw gotowanych 100 g Sałotka z rzodkwi, jabłka i marchewki (b/c 100 g (<u>MLE</u>)) Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml</p>	<p>Barszcz czerwony z ziemniakami () 400 ml (<u>GLU, PSZ, MLE, SEL</u>) Pulpet wieprzowy 100 g (<u>GLU, PSZ, JAJ</u>) Sos pomidorowy 50 ml (<u>GLU, PSZ</u>) Kasza jęczmienna/sypko 150 g (<u>GLU, JECZ</u>) Szpinak gotowany z olejem* 100 g (<u>GLU, PSZ</u>) Bukiet warzyw gotowanych 100 g Sałotka z rzodkwi, jabłka i marchewki (b/c 100 g (<u>MLE</u>)) Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml</p>	<p>Selerowa z ziemniakami () 400 ml (<u>MLE, SEL</u>) Bitka wieprzowa z szynki duszona 90 g (<u>GLU, PSZ</u>) Sos pomidorowy 50 ml (<u>GLU, PSZ</u>) Kasza jęczmienna/sypko 150 g (<u>GLU, JECZ</u>) Szpinak gotowany z olejem* 100 g (<u>GLU, PSZ</u>) Bukiet warzyw gotowanych 100 g Sałotka z rzodkwi, jabłka i marchewki (b/c 100 g (<u>MLE</u>)) Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml</p>	<p>Barszcz czerwony z ziemniakami () 400 ml (<u>GLU, PSZ, MLE, SEL</u>) Pulpet wieprzowy 100 g (<u>GLU, PSZ, JAJ</u>) Sos pomidorowy 50 ml (<u>GLU, PSZ</u>) Kasza jęczmienna/sypko 150 g (<u>GLU, JECZ</u>) Szpinak gotowany z olejem* 100 g (<u>GLU, PSZ</u>) Bukiet warzyw gotowanych 100 g Sałotka z rzodkwi, jabłka i marchewki (b/c 100 g (<u>MLE</u>)) Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml</p>	<p>Kanapka z szynką i sałatką (bukka pszenna 32g, margarna 5g, szynka 25g, sałata 5g) 1 szt (<u>GLU, PSZ, SOJ</u>)</p>	<p>Zapiekanka ziemniaczana- dieta () 300 g (<u>SEL</u>) Szpinak gotowany z olejem* 100 g (<u>GLU, PSZ</u>) Selerowa z ziemniakami (bez mleka) () 400 ml (<u>SEL</u>) Bukiet warzyw gotowanych 100 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml</p>	<p>Selerowa z ziemniakami (bez mleka) () 400 ml (<u>SEL</u>) Bitka wieprzowa z szynki duszona 90 g (<u>GLU, PSZ</u>) Sos pomidorowy 50 ml (<u>GLU, PSZ</u>) Kasza jęczmienna/sypko 150 g (<u>GLU, JECZ</u>) Szpinak gotowany z olejem* 100 g (<u>GLU, PSZ</u>) Bukiet warzyw gotowanych 100 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml</p>
<p>Obiad</p> <p>Barszcz czerwony z ziemniakami () 400 ml (<u>GLU, PSZ, MLE, SEL</u>) Pulpet wieprzowy 100 g (<u>GLU, PSZ, JAJ</u>) Sos pomidorowy 50 ml (<u>GLU, PSZ</u>) Kasza jęczmienna/sypko 150 g (<u>GLU, JECZ</u>) Szpinak gotowany z olejem* 100 g (<u>GLU, PSZ</u>) Bukiet warzyw gotowanych 100 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml</p>	<p>Selerowa z ziemniakami () 400 ml (<u>MLE, SEL</u>) Bitka wieprzowa z szynki duszona 90 g (<u>GLU, PSZ</u>) Sos pomidorowy 50 ml (<u>GLU, PSZ</u>) Kasza jęczmienna/sypko 150 g (<u>GLU, JECZ</u>) Szpinak gotowany z olejem* 100 g (<u>GLU, PSZ</u>) Bukiet warzyw gotowanych 100 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml</p>	<p>Barszcz czerwony z ziemniakami () 400 ml (<u>GLU, PSZ, MLE, SEL</u>) Pulpet wieprzowy 100 g (<u>GLU, PSZ, JAJ</u>) Sos pomidorowy 50 ml (<u>GLU, PSZ</u>) Kasza jęczmienna/sypko 150 g (<u>GLU, JECZ</u>) Szpinak gotowany z olejem* 100 g (<u>GLU, PSZ</u>) Bukiet warzyw gotowanych 100 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml</p>	<p>Pieczarkowa z ziemniakami () 400 ml (<u>GLU, PSZ, MLE, SEL</u>) Bitka wieprzowa z szynki duszona 90 g (<u>GLU, PSZ</u>) Sos pomidorowy 50 ml (<u>GLU, PSZ</u>) Kasza bulgur 150 g (<u>GLU, PSZ</u>) Bukiet warzyw gotowanych 100 g Sałotka z rzodkwi, jabłka i marchewki (b/c 100 g (<u>MLE</u>)) Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml</p>	<p>Barszcz czerwony z ziemniakami () 400 ml (<u>GLU, PSZ, MLE, SEL</u>) Pulpet wieprzowy 100 g (<u>GLU, PSZ, JAJ</u>) Sos pomidorowy 50 ml (<u>GLU, PSZ</u>) Kasza bulgur 150 g (<u>GLU, PSZ</u>) Bukiet warzyw gotowanych 100 g Sałotka z rzodkwi, jabłka i marchewki (b/c 100 g (<u>MLE</u>)) Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml</p>	<p>Barszcz czerwony z ziemniakami () 400 ml (<u>GLU, PSZ, MLE, SEL</u>) Pulpet wieprzowy 100 g (<u>GLU, PSZ, JAJ</u>) Sos pomidorowy 50 ml (<u>GLU, PSZ</u>) Kasza jęczmienna/sypko 150 g (<u>GLU, JECZ</u>) Szpinak gotowany z olejem* 100 g (<u>GLU, PSZ</u>) Bukiet warzyw gotowanych 100 g Sałotka z rzodkwi, jabłka i marchewki (b/c 100 g (<u>MLE</u>)) Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml</p>	<p>Selerowa z ziemniakami () 400 ml (<u>MLE, SEL</u>) Bitka wieprzowa z szynki duszona 90 g (<u>GLU, PSZ</u>) Sos pomidorowy 50 ml (<u>GLU, PSZ</u>) Kasza jęczmienna/sypko 150 g (<u>GLU, JECZ</u>) Szpinak gotowany z olejem* 100 g (<u>GLU, PSZ</u>) Bukiet warzyw gotowanych 100 g Sałotka z rzodkwi, jabłka i marchewki (b/c 100 g (<u>MLE</u>)) Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml</p>	<p>Barszcz czerwony z ziemniakami () 400 ml (<u>GLU, PSZ, MLE, SEL</u>) Pulpet wieprzowy 100 g (<u>GLU, PSZ, JAJ</u>) Sos pomidorowy 50 ml (<u>GLU, PSZ</u>) Kasza jęczmienna/sypko 150 g (<u>GLU, JECZ</u>) Szpinak gotowany z olejem* 100 g (<u>GLU, PSZ</u>) Bukiet warzyw gotowanych 100 g Sałotka z rzodkwi, jabłka i marchewki (b/c 100 g (<u>MLE</u>)) Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml</p>	<p>Kanapka z szynką i sałatką (bukka pszenna 32g, margarna 5g, szynka 25g, sałata 5g) 1 szt (<u>GLU, PSZ, SOJ</u>)</p>	<p>Zapiekanka ziemniaczana- dieta () 300 g (<u>SEL</u>) Szpinak gotowany z olejem* 100 g (<u>GLU, PSZ</u>) Selerowa z ziemniakami (bez mleka) () 400 ml (<u>SEL</u>) Bukiet warzyw gotowanych 100 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml</p>	<p>Selerowa z ziemniakami (bez mleka) () 400 ml (<u>SEL</u>) Bitka wieprzowa z szynki duszona 90 g (<u>GLU, PSZ</u>) Sos pomidorowy 50 ml (<u>GLU, PSZ</u>) Kasza jęczmienna/sypko 150 g (<u>GLU, JECZ</u>) Szpinak gotowany z olejem* 100 g (<u>GLU, PSZ</u>) Bukiet warzyw gotowanych 100 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml</p>

Wydruk z MAPI Jadłospisy 2.24.1.17

Jadłospisy_Tygodniowy_posilki_w_wierszach.pl

Jadłospisy w dniu 2024-04-11 KUCHNIA OSTRÓW MAZOWIECKA

PD	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- XIII Bogatobiałkowa łatwostrawna Zestaw II	OM- XIII Niskobiałkowa	OM- XV Beźmielczna Zestaw I
	<p>Bułka pszenna długa krojona 90 g (GLU PSZ) Szytkowa dębowa kiel: wp: gr: rozdz: wędz: parzo: z dodat: wody w ost: niejad 50 g Pomidor b/skiółki 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p>	<p>Chleb mieszany pszenno-żytni PSZ, GLU, ZYT 10 g (MLE) Margaryna roślinna (80% tł.) Szytkowa dębowa kiel: wp: gr: rozdz: wędz: parzo: z dodat: wody w ost: niejad 50 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p>	<p>Chleb mieszany pszenno-żytni PSZ, GLU, ZYT 10 g (MLE) Margaryna roślinna (80% tł.) Szytkowa dębowa kiel: wp: gr: rozdz: wędz: parzo: z dodat: wody w ost: niejad 50 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p>	<p>Chleb mieszany pszenno-żytni PSZ, GLU, ZYT 10 g (MLE) Paszlet z fasoli () 50 g (GLU, PSZ, JAJ) Szytkowa dębowa kiel: wp: gr: rozdz: wędz: parzo: z dodat: wody w ost: niejad 25 g Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p>	<p>Chleb mieszany pszenno-żytni PSZ, GLU, ZYT 10 g (MLE) Margaryna roślinna (80% tł.) Szytkowa dębowa kiel: wp: gr: rozdz: wędz: parzo: z dodat: wody w ost: niejad 25 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p>	<p>Chleb mieszany pszenno-żytni PSZ, GLU, ZYT 66 g Szytkowa dębowa kiel: wp: gr: rozdz: wędz: parzo: z dodat: wody w ost: niejad 50 g Pomidor 80 g Sałata zielona 30 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p>	<p>Chleb mieszany pszenno-żytni PSZ, GLU, ZYT 96 g Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE) Szytkowa dębowa kiel: wp: gr: rozdz: wędz: parzo: z dodat: wody w ost: niejad 100 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p>	<p>Chleb mieszany pszenno-żytni PSZ, GLU, ZYT 96 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE) Szytkowa dębowa kiel: wp: gr: rozdz: wędz: parzo: z dodat: wody w ost: niejad 100 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p>	<p>Chleb bezglutenowy 116 g Szytkowa dębowa kiel: wp: gr: rozdz: wędz: parzo: z dodat: wody w ost: niejad 25 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Jęczmiona z ziemiakami (bez mleka) () 300 ml (GLU, PSZ, SEL) Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g (MLE) Miód (25g) 1 szt Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p>	<p>Chleb mieszany pszenno-żytni 98 g (GLU, PSZ, GLU, ZYT) Margaryna roślinna bez mielczna o zaw. 80% tł 15 g Szytkowa dębowa kiel: wp: gr: rozdz: wędz: parzo: z dodat: wody w ost: niejad 60 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p>
	<p>Kanapka z szynką i sałata (bułka pszenna 32g, margaryna 5g, szynka 25g, sałata 5g) 1 szt (GLU, PSZ, SOL)</p>	<p>Sok pomidorowy 0,3l 1 szt</p>	<p>Kanapka z serem żółtym i pomidorem (chleb razowy 76g, margaryna 5g, ser żółty 25g, pomidor 15g) 1 szt (GLU, PSZ, MLE, GLU, ZYT)</p>	<p>Sok pomidorowy 0,3l 1 szt</p>	<p>Kanapka z szynką i sałata (bułka pszenna 32g, margaryna 5g, szynka 25g, sałata 5g) 1 szt (GLU, PSZ, SOL)</p>	<p>Sok pomidorowy 0,3l 1 szt</p>	<p>Kanapka z szynką i sałata (bułka pszenna 32g, margaryna 5g, szynka 25g, sałata 5g) 1 szt (GLU, PSZ, SOL)</p>	<p>Sok pomidorowy 0,3l 1 szt</p>	<p>Sok pomidorowy 0,3l 1 szt</p>	<p>Kanapka z szynką i sałata (bułka pszenna 32g, margaryna 5g, szynka 25g, sałata 5g) 1 szt (GLU, PSZ, SOL)</p>
	<p>Wartość energetyczna: 2234,88 kcal; Białko ogółem: 108,60 g; Tłuszcz: 56,06 g; Kw tł. nasy.: 17,04 g; Węglowodany ogółem: 335,18 g; W tym cukry: 66,80 g; Błonnik pok.: 26,92 g; Soli: 7,81 g.</p>	<p>Wartość energetyczna: 2184,68 kcal; Białko ogółem: 102,62 g; Tłuszcz: 65,45 g; Kw tł. nasy.: 19,55 g; Węglowodany ogółem: 309,35 g; W tym cukry: 60,59 g; Błonnik pok.: 31,17 g; Soli: 8,57 g.</p>	<p>Wartość energetyczna: 2224,33 kcal; Białko ogółem: 99,91 g; Tłuszcz: 64,36 g; Kw tł. nasy.: 20,44 g; Węglowodany ogółem: 323,48 g; W tym cukry: 64,51 g; Błonnik pok.: 29,40 g; Soli: 9,02 g.</p>	<p>Wartość energetyczna: 2431,11 kcal; Białko ogółem: 110,89 g; Tłuszcz: 79,07 g; Kw tł. nasy.: 23,08 g; Węglowodany ogółem: 331,53 g; W tym cukry: 52,32 g; Błonnik pok.: 32,68 g; Soli: 8,90 g.</p>	<p>Wartość energetyczna: 2472,03 kcal; Białko ogółem: 107,23 g; Tłuszcz: 77,97 g; Kw tł. nasy.: 23,97 g; Węglowodany ogółem: 348,33 g; W tym cukry: 58,07 g; Błonnik pok.: 33,68 g; Soli: 9,11 g.</p>	<p>Wartość energetyczna: 1481,46 kcal; Białko ogółem: 75,08 g; Tłuszcz: 33,86 g; Kw tł. nasy.: 5,90 g; Węglowodany ogółem: 229,60 g; W tym cukry: 33,24 g; Błonnik pok.: 25,36 g; Soli: 7,43 g.</p>	<p>Wartość energetyczna: 2611,42 kcal; Białko ogółem: 125,56 g; Tłuszcz: 83,16 g; Kw tł. nasy.: 25,27 g; Węglowodany ogółem: 353,42 g; W tym cukry: 68,50 g; Błonnik pok.: 32,47 g; Soli: 11,54 g.</p>	<p>Wartość energetyczna: 2651,07 kcal; Białko ogółem: 122,85 g; Tłuszcz: 82,07 g; Kw tł. nasy.: 26,16 g; Węglowodany ogółem: 367,55 g; W tym cukry: 72,42 g; Błonnik pok.: 30,70 g; Soli: 11,59 g.</p>	<p>Wartość energetyczna: 2046,97 kcal; Białko ogółem: 40,36 g; Tłuszcz: 55,47 g; Kw tł. nasy.: 10,61 g; Węglowodany ogółem: 361,08 g; W tym cukry: 59,29 g; Błonnik pok.: 36,80 g; Soli: 3,74 g.</p>	<p>Wartość energetyczna: 2071,86 kcal; Białko ogółem: 84,80 g; Tłuszcz: 67,37 g; Kw tł. nasy.: 16,03 g; Węglowodany ogółem: 295,83 g; W tym cukry: 31,11 g; Błonnik pok.: 33,24 g; Soli: 9,70 g.</p>

2024-04-11 czwartek

Jadłospisy w dniu 2024-04-11 KUCHNIA OSTROW MAZOWIECKA

OM- XV Bezmieczna Zestaw II	OM- Dzieci 1-3 lat	OM- Papkowata/Przeciwna	OM- Płynna	OM- Wegałariańska	OM- Bezglutenowa	OM- Położnicza Zestaw I	OM- Położnicza Zestaw II	OM- Kobieta Karmiąca Zestaw I	OM- Kobieta Karmiąca Zestaw II
<p>Platki owsiane na wywarze jarzynowym 400 ml (<u>SEL, GLU</u>)</p> <p>Chleb mieszany pszenno-żytni 115 g (<u>GLU, PSZ, GLU, ZYT</u>)</p> <p>Margaryna roślinna bez mleczna o zaw. 80% tł 15 g</p> <p>Szynka z pierśnią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona w osłonce</p> <p>parzona w osłonce niejadanej 60 g (<u>SOJ, SEL</u>)</p> <p>Słupki z marchewki gotowanej 90 g</p> <p>Jabłko pieczone 1 szt.</p> <p>Sałata zielona 10 g</p> <p>Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p>	<p>Platki kukurydziane na mleku 200 ml (<u>MLE</u>)</p> <p>Bułka pszenna długa krojona 32 g (<u>GLU, PSZ</u>)</p> <p>Margaryna roślinna (80% tł.) 5 g (<u>MLE</u>)</p> <p>Serek homio. o smaku naturalnym z zieleni 30 g (<u>MLE</u>)</p> <p>Pomidor b/skórki 40 g</p> <p>Sałata zielona 10 g</p> <p>Herbata czarna granulowana b/c 250 ml</p> <p>Jabłko 1 szt 1 szt</p>	<p>Platki owsiane na wywarze jarzynowym 450 ml (<u>SEL, GLU, OW</u>)</p> <p>Bułka pszenna długa krojona 32 g (<u>GLU, PSZ</u>)</p> <p>Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g (<u>MLE</u>)</p> <p>Szynka z pierśnią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona w osłonce niejadanej 50 g (<u>SOJ, SEL</u>)</p> <p>Serek homio. o smaku naturalnym z zieleni 80 g (<u>MLE</u>)</p> <p>Słupki z marchewki gotowanej 100 g</p> <p>Mus z jabłek () b/c 150 g</p> <p>Kawa zbożowa na mleku b/c 300 ml (<u>MLE, GLU, ZYT, GLU, JECZ</u>)</p>	<p>Platki owsiane na mleku 400 ml (<u>MLE, SEL, GLU, OW</u>)</p> <p>Chleb razowy pszenno-żytni 116 g (<u>GLU, PSZ, GLU, ZYT</u>)</p> <p>Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (<u>MLE</u>)</p> <p>Serek homio. o smaku naturalnym z zieleni 80 g (<u>MLE</u>)</p> <p>Słupki z marchewki 90 g</p> <p>Sałata zielona 10 g</p> <p>Jabłko 1 szt 1 szt</p> <p>Kawa zbożowa na mleku b/c 300 ml (<u>MLE, GLU, ZYT, GLU, JECZ</u>)</p>	<p>Ryz na wywarze jarzynowym 400 ml (<u>SEL</u>)</p> <p>Chleb bezglutenowy 100 g</p> <p>Margaryna roślinna bez mleczna o zaw. 80% tł 15 g</p> <p>Szynka z pierśnią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona w osłonce niejadanej 60 g (<u>SOJ, SEL</u>)</p> <p>Pomidor 90 g</p> <p>Sałata zielona 10 g</p> <p>Jabłko 1 szt 1 szt</p> <p>Jabłko pieczone 1 szt. 1 szt</p> <p>Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p>	<p>Selerowa z ziemniakami () 400 ml (<u>MLE, SEL</u>)</p> <p>Bitka więprzowa z szynki duszona (bez glutenu) 90 g (<u>GLU, PSZ</u>)</p> <p>Sos pomidorowy 50 ml (<u>GLU, PSZ</u>)</p> <p>Kasza jęczmienna/sypko 150 g (<u>GLU, JECZ</u>)</p> <p>Szpinnak gotowany z olejem* 100 g (<u>GLU, PSZ</u>)</p> <p>Bukiet warzyw gotowanych 100 g</p> <p>Surowka z rzodkwi, jabłka i marchewki () 100 g (<u>MLE</u>)</p> <p>Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml</p>	<p>Platki owsiane na mleku 400 ml (<u>MLE, GLU, OW</u>)</p> <p>Chleb mieszany pszenno-żytni 96 g (<u>GLU, PSZ, GLU, ZYT</u>)</p> <p>Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (<u>MLE</u>)</p> <p>Szynka z pierśnią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona w osłonce niejadanej 25 g (<u>SOJ, SEL</u>)</p> <p>Serek homio. o smaku naturalnym z zieleni 90 g</p> <p>Słupki z marchewki gotowanej 10 g</p> <p>Sałata zielona 10 g</p> <p>Jabłko 1 szt 1 szt</p> <p>Kawa zbożowa na mleku b/c 300 ml (<u>MLE, GLU, ZYT, GLU, JECZ</u>)</p>	<p>Herbatniki 30 g (<u>GLU, PSZ, SOJ, MLE</u>)</p>	<p>Selerowa z ziemniakami () 400 ml (<u>MLE, SEL</u>)</p> <p>Bitka więprzowa z szynki duszona 90 g (<u>GLU, PSZ</u>)</p> <p>Sos pomidorowy 50 ml (<u>GLU, PSZ</u>)</p> <p>Kasza jęczmienna/sypko 150 g (<u>GLU, JECZ</u>)</p> <p>Szpinnak gotowany z olejem* 100 g (<u>GLU, PSZ</u>)</p> <p>Bukiet warzyw gotowanych 100 g</p> <p>Surowka z rzodkwi, jabłka i marchewki () 100 g (<u>MLE</u>)</p> <p>Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml</p>	<p>Selerowa z ziemniakami () 400 ml (<u>MLE, SEL</u>)</p> <p>Bitka więprzowa z szynki duszona 90 g (<u>GLU, PSZ</u>)</p> <p>Sos pomidorowy 50 ml (<u>GLU, PSZ</u>)</p> <p>Kasza jęczmienna/sypko 150 g (<u>GLU, JECZ</u>)</p> <p>Szpinnak gotowany z olejem* 100 g (<u>GLU, PSZ</u>)</p> <p>Bukiet warzyw gotowanych 100 g</p> <p>Surowka z rzodkwi, jabłka i marchewki () 100 g (<u>MLE</u>)</p> <p>Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml</p>
<p>Barzcz czerwonny z ziemniakami (bez mleka) () 400 ml (<u>GLU, PSZ, SEL</u>)</p> <p>Pulpet więprzowy 100 g (<u>GLU, PSZ, JAJ</u>)</p> <p>Sos pomidorowy 50 ml (<u>GLU, PSZ, JAJ</u>)</p> <p>Sos pomidorowy 50 ml (<u>GLU, PSZ</u>)</p> <p>Kasza jęczmienna/sypko 150 g (<u>GLU, JECZ</u>)</p> <p>Szpinnak gotowany z olejem* 100 g (<u>GLU, PSZ</u>)</p> <p>Bukiet warzyw gotowanych 100 g</p> <p>Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml</p>	<p>Barzcz czerwonny z ziemniakami () 200 ml (<u>GLU, PSZ, MLE, SEL</u>)</p> <p>Pulpet więprzowy 50 g (<u>GLU, PSZ, JAJ</u>)</p> <p>Sos pomidorowy 50 ml (<u>GLU, PSZ</u>)</p> <p>Sos pomidorowy 30 ml (<u>GLU, PSZ</u>)</p> <p>Kasza jęczmienna/sypko 90 g (<u>GLU, JECZ</u>)</p> <p>Szpinnak gotowany z olejem* 50 g (<u>GLU, PSZ</u>)</p> <p>Bukiet warzyw gotowanych 50 g</p> <p>Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 250 ml</p>	<p>Barzcz czerwonny z ziemniakami () 400 ml (<u>GLU, PSZ, MLE, SEL</u>)</p> <p>Pulpet więprzowy 100 g (<u>GLU, PSZ, JAJ</u>)</p> <p>Sos pomidorowy 50 ml (<u>GLU, PSZ</u>)</p> <p>Kasza jęczmienna/sypko 150 g (<u>GLU, JECZ</u>)</p> <p>Szpinnak gotowany z olejem* 100 g (<u>GLU, PSZ</u>)</p> <p>Bukiet warzyw gotowanych 100 g</p> <p>Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml</p>	<p>Pieczarkowa z ziemniakami () 400 ml (<u>GLU, PSZ, MLE, SEL</u>)</p> <p>Pierogi ukraińskie* 300 g (<u>GLU, PSZ, MLE</u>)</p> <p>Bukiet warzyw gotowanych 100 g</p> <p>Surowka z rzodkwi, jabłka i marchewki () 100 g (<u>MLE</u>)</p> <p>Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml</p>	<p>Barzcz czerwonny z ziemniakami (bez glutenu, bez mleka) () 400 ml (<u>SEL</u>)</p> <p>Bitka więprzowa z szynki duszona (bez glutenu) 90 g (<u>GLU, PSZ</u>)</p> <p>Sos pomidorowy 50 ml (<u>GLU, PSZ</u>)</p> <p>Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g</p> <p>Bukiet warzyw gotowanych 100 g</p> <p>Surowka z rzodkwi, jabłka i marchewki () 100 g (<u>MLE</u>)</p> <p>Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml</p>	<p>Selerowa z ziemniakami () 400 ml (<u>MLE, SEL</u>)</p> <p>Bitka więprzowa z szynki duszona 90 g (<u>GLU, PSZ</u>)</p> <p>Sos pomidorowy 50 ml (<u>GLU, PSZ</u>)</p> <p>Kasza jęczmienna/sypko 150 g (<u>GLU, JECZ</u>)</p> <p>Szpinnak gotowany z olejem* 100 g (<u>GLU, PSZ</u>)</p> <p>Bukiet warzyw gotowanych 100 g</p> <p>Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml</p>	<p>Barzcz czerwonny z ziemniakami () 400 ml (<u>GLU, PSZ, MLE, SEL</u>)</p> <p>Pulpet więprzowy 100 g (<u>GLU, PSZ, JAJ</u>)</p> <p>Sos pomidorowy 50 ml (<u>GLU, PSZ</u>)</p> <p>Kasza jęczmienna/sypko 150 g (<u>GLU, JECZ</u>)</p> <p>Szpinnak gotowany z olejem* 100 g (<u>GLU, PSZ</u>)</p> <p>Bukiet warzyw gotowanych 100 g</p> <p>Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml</p>	<p>Selerowa z ziemniakami () 400 ml (<u>MLE, SEL</u>)</p> <p>Bitka więprzowa z szynki duszona 90 g (<u>GLU, PSZ</u>)</p> <p>Sos pomidorowy 50 ml (<u>GLU, PSZ</u>)</p> <p>Kasza jęczmienna/sypko 150 g (<u>GLU, JECZ</u>)</p> <p>Szpinnak gotowany z olejem* 100 g (<u>GLU, PSZ</u>)</p> <p>Bukiet warzyw gotowanych 100 g</p> <p>Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml</p>	<p>Barzcz czerwonny z ziemniakami () 400 ml (<u>GLU, PSZ, MLE, SEL</u>)</p> <p>Pulpet więprzowy 100 g (<u>GLU, PSZ, JAJ</u>)</p> <p>Sos pomidorowy 50 ml (<u>GLU, PSZ</u>)</p> <p>Kasza jęczmienna/sypko 150 g (<u>GLU, JECZ</u>)</p> <p>Szpinnak gotowany z olejem* 100 g (<u>GLU, PSZ</u>)</p> <p>Bukiet warzyw gotowanych 100 g</p> <p>Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml</p>	<p>Barzcz czerwonny z ziemniakami () 400 ml (<u>GLU, PSZ, MLE, SEL</u>)</p> <p>Pulpet więprzowy 100 g (<u>GLU, PSZ, JAJ</u>)</p> <p>Sos pomidorowy 50 ml (<u>GLU, PSZ</u>)</p> <p>Kasza jęczmienna/sypko 150 g (<u>GLU, JECZ</u>)</p> <p>Szpinnak gotowany z olejem* 100 g (<u>GLU, PSZ</u>)</p> <p>Bukiet warzyw gotowanych 100 g</p> <p>Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml</p>

Wydruk z MAPI Jadłospis 2.24.1.17

Jadłospis_Tygodniowy_posilki_w_wierszach.Tr3

Wydrukował: MUIHEI Data: 2024-04-09 11:43:31

NAPRZĘD CATERING Sp. z o.o. ul. Żwirki i Wigury 13, 05-110 Żyrardów, tel. 226464400, 226464401, 226464402, 226464403, 226464404, 226464405, 226464406, 226464407, 226464408, 226464409, 226464410, 226464411, 226464412, 226464413, 226464414, 226464415, 226464416, 226464417, 226464418, 226464419, 226464420, 226464421, 226464422, 226464423, 226464424, 226464425, 226464426, 226464427, 226464428, 226464429, 226464430, 226464431, 226464432, 226464433, 226464434, 226464435, 226464436, 226464437, 226464438, 226464439, 226464440, 226464441, 226464442, 226464443, 226464444, 226464445, 226464446, 226464447, 226464448, 226464449, 226464450, 226464451, 226464452, 226464453, 226464454, 226464455, 226464456, 226464457, 226464458, 226464459, 226464460, 226464461, 226464462, 226464463, 226464464, 226464465, 226464466, 226464467, 226464468, 226464469, 226464470, 226464471, 226464472, 226464473, 226464474, 226464475, 226464476, 226464477, 226464478, 226464479, 226464480, 226464481, 226464482, 226464483, 226464484, 226464485, 226464486, 226464487, 226464488, 226464489, 226464490, 226464491, 226464492, 226464493, 226464494, 226464495, 226464496, 226464497, 226464498, 226464499, 226464500

KRS 0000601008

Jadłospisy w dniu 2024-04-11 KUCHNIA OSTRÓW MAZOWIECKA

PD	OM- Dzieci 1-3 lat	OM- Papkowata/ Przeclerana	OM- Płynna	OM- Vegetariańska	OM- Bezglutenowa	OM- Położnicza Zestaw I	OM- Położnicza Zestaw II	OM- Kobieta Karmiąca Zestaw I	OM- Kobieta Karmiąca Zestaw II	
<p>Chleb mieszany pszenno-żytni 116 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u>, <u>GLU</u> <u>ZYT</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw. 80% tł. 15 g Szynkowa dębowa kiel. wp. gr. rozd. wędz. parzo. z dodat. wody w osł. niejad 60 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p>	<p>Banan 1/2 szt. 1 Por</p>	<p>Bułka pszenna długa Margaryna roślinna 80% tł.) 5 g (<u>MLE</u>) Szynkowa dębowa kiel. wp. gr. rozd. wędz. parzo. z dodat. wody w osł. niejad 25 g Pomidor b/skokarki 40 g Sałata zielona 10 g</p>	<p>Bułka pszenna długa krojona 32 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u>) Margaryna roślinna 80% tł.) 15 g (<u>MLE</u>) Szynkowa dębowa kiel. wp. gr. rozd. wędz. parzo. z dodat. wody w osł. niejad 50 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem 100 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Jarzynowa z ziemniakami (bez mleka) 450 ml (<u>GLU</u> <u>PSZ</u>, <u>SEL</u>)</p>	<p>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>) Paszlet z fasoli 50 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u>, <u>JAJ</u>) Szynkowa dębowa kiel. wp. gr. rozd. wędz. parzo. z dodat. wody w osł. niejad 25 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p>	<p>Chleb bezglutenowy 100 g Margaryna roślinna bez mleczna o zaw. 80% tł. 15 g Paszlet z fasoli 50 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u>, <u>JAJ</u>) Szynkowa dębowa kiel. wp. gr. rozd. wędz. parzo. z dodat. wody w osł. niejad 25 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p>	<p>Chleb mieszany pszenno-żytni 116 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u>, <u>GLU</u> <u>ZYT</u>) Margaryna roślinna 80% tł.) 10 g (<u>MLE</u>) Szynkowa dębowa kiel. wp. gr. rozd. wędz. parzo. z dodat. wody w osł. niejad 50 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p>	<p>Banan 150 g</p>	<p>Kanapka z szynką i sałata (chleb bezglutenowy 45g, margaryna 5g, szynka 25g, sałata 5g) 1 szt (<u>SOJ</u>)</p>	<p>Sok pomidorowy 0,3l 1 szt</p>	
<p>PN</p>	<p>Kanapka z szynką i sałata (bułka pszenna 32g, margarna 5g, szynka 25g, sałata 5g) 1 szt (<u>GLU</u> <u>PSZ</u>, <u>SOJ</u>)</p>	<p>Wartość energetyczna: 2190,32 kcal; Białko ogółem: 83,88 g; Tuszcz: 66,70 g; Kw tł. nasy.: 17,02 g; Węglowodany ogółem: 327,26 g; W tym cukry: 34,52 g; Błonnik pok.: 32,32 g; Soli: 10,07 g.</p>	<p>Wartość energetyczna: 1249,56 kcal; Białko ogółem: 48,04 g; Tuszcz: 32,21 g; Kw tł. nasy.: 8,77 g; Węglowodany ogółem: 198,37 g; W tym cukry: 62,73 g; Błonnik pok.: 16,08 g; Soli: 3,91 g.</p>	<p>Wartość energetyczna: 2199,67 kcal; Białko ogółem: 97,76 g; Tuszcz: 71,89 g; Kw. tł. nasy.: 20,36 g; Węglowodany ogółem: 307,30 g; W tym cukry: 43,22 g; Błonnik pok.: 36,87 g; Soli: 8,02 g.</p>	<p>Wartość energetyczna: 2604,45 kcal; Białko ogółem: 96,96 g; Tuszcz: 85,87 g; Kw tł. nasy.: 28,69 g; Węglowodany ogółem: 377,96 g; W tym cukry: 68,36 g; Błonnik pok.: 37,64 g; Soli: 6,24 g.</p>	<p>Wartość energetyczna: 2280,25 kcal; Białko ogółem: 70,38 g; Tuszcz: 81,37 g; Kw tł. nasy.: 16,61 g; Węglowodany ogółem: 325,18 g; W tym cukry: 36,20 g; Błonnik pok.: 26,56 g; Soli: 4,78 g.</p>	<p>Wartość energetyczna: 2512,18 kcal; Białko ogółem: 107,80 g; Tuszcz: 69,46 g; Kw tł. nasy.: 20,20 g; Węglowodany ogółem: 378,90 g; W tym cukry: 99,44 g; Błonnik pok.: 34,77 g; Soli: 9,11 g.</p>	<p>Wartość energetyczna: 2551,83 kcal; Białko ogółem: 105,09 g; Tuszcz: 68,37 g; Kw tł. nasy.: 21,10 g; Węglowodany ogółem: 393,03 g; W tym cukry: 103,36 g; Błonnik pok.: 33,00 g; Soli: 9,56 g.</p>	<p>Wartość energetyczna: 2512,18 kcal; Białko ogółem: 107,80 g; Tuszcz: 69,46 g; Kw tł. nasy.: 20,20 g; Węglowodany ogółem: 378,90 g; W tym cukry: 99,44 g; Błonnik pok.: 34,77 g; Soli: 9,11 g.</p>	<p>Wartość energetyczna: 2551,83 kcal; Białko ogółem: 105,09 g; Tuszcz: 68,37 g; Kw tł. nasy.: 21,10 g; Węglowodany ogółem: 393,03 g; W tym cukry: 103,36 g; Błonnik pok.: 33,00 g; Soli: 9,56 g.</p>

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,

ŻUB - Żubin i produkty pochodne,

MCK - Mięczaki i pochodne,

MLE b/LAK - Mleko i pochodne bez laktozy,

GLU ŻYT - Zboża zawierające gluten żytni,

GLU OW - Zboża zawierające gluten owsiany,

GLU JEÇZ - Zboża zawierające gluten jęczmienny,

Oznaczenia wskaźników odż:

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% 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,)	

