

Jadłospisy w dniu 2024-04-17 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. z. soku żóład. Zestaw I	OM- VII Z ogr. sub. pobudz. wyd. z. soku żóład. Zestaw II	OM- VIII Z ograniczeniem tłuszczu Zestaw I
<p>Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (<u>MLE</u>) Chleb razowy pszenno-żytni 116 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (<u>MLE</u>) Schab bednarza- wędzonka wp. wędzona, parzona z wodą dodaną 25 g (<u>SOJ</u>) Jajko gotowane ki M. 1 szt. (<u>JAJ</u>) Sałatka z brokulu, oliwy i koperku 80 g Sałata zielona 20 g Gruszka 1 szt. 150 g Kawa zbożowa na mleku b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ZYT, GLU JECZ</u>)</p>	<p>Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (<u>MLE</u>) Chleb razowy pszenno-żytni 116 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (<u>MLE</u>) Schab bednarza- wędzonka wp. wędzona, parzona z wodą dodaną 25 g (<u>SOJ</u>) Jajko gotowane ki M. 1 szt. (<u>JAJ</u>) Sałatka z brokulu, oliwy i koperku 80 g Sałata zielona 20 g Gruszka 1 szt. 150 g Kawa zbożowa na mleku b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ZYT, GLU JECZ</u>)</p>	<p>Sonda / płynna śn. 1 400 g (<u>GLU PSZ, MLE</u>)</p>	<p>Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (<u>MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 96 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (<u>MLE</u>) Schab bednarza- wędzonka wp. wędzona, parzona z wodą dodaną 50 g (<u>SOJ</u>) Brokur gotowany z olejem* 80 g Sałata zielona 20 g Jabłko 1 szt. 1 szt. Kawa zbożowa na mleku b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ZYT, GLU JECZ</u>)</p>	<p>Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (<u>MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 96 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (<u>MLE</u>) Schab bednarza- wędzonka wp. wędzona, parzona z wodą dodaną 50 g (<u>SOJ</u>) Brokur gotowany z olejem* 80 g Sałata zielona 20 g Jabłko 1 szt. 1 szt. Kawa zbożowa na mleku b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ZYT, GLU JECZ</u>)</p>	<p>Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (<u>MLE</u>) Buka pszenna długa krojona (80% tł.) 10 g (<u>MLE</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g Buraczki gotowane 80 g Sałata zielona 20 g Jabłko pieczone 1 szt. 1 szt. Kawa zbożowa na mleku b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ZYT, GLU JECZ</u>)</p>	<p>Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (<u>MLE</u>) Buka pszenna długa krojona (80% tł.) 10 g (<u>MLE</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g Buraczki gotowane 80 g Sałata zielona 20 g Jabłko pieczone 1 szt. 1 szt. Kawa zbożowa na mleku b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ZYT, GLU JECZ</u>)</p>	<p>Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (<u>MLE</u>) Buka pszenna długa krojona (80% tł.) 10 g (<u>MLE</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g Buraczki gotowane 80 g Sałata zielona 20 g Jabłko pieczone 1 szt. 1 szt. Kawa zbożowa na mleku b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ZYT, GLU JECZ</u>)</p>	<p>Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (<u>MLE</u>) Buka pszenna długa krojona (80% tł.) 10 g (<u>MLE</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g Buraczki gotowane 80 g Sałata zielona 20 g Jabłko pieczone 1 szt. 1 szt. Kawa zbożowa na mleku b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ZYT, GLU JECZ</u>)</p>	
<p>ii ŚN</p> <p>Sonda mleczna! 2 400 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>)</p> <p>Kefir 2,0% tł 150g 1 szt (<u>MLE</u>)</p>									
<p>Obiad</p> <p>Ogórkowa z ryżem 400 ml (<u>MLE, SEL</u>) Mięso drobiowe pieczone z udźca kurczaka 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Sos pietruszkowy 50 ml (<u>GLU PSZ</u>) Sos pietruszkowy 50 ml (<u>GLU PSZ</u>) Ziemniaki z koperkiem 180 g Surówka wykwinna z olejem b/c 100 g Szpinak gotowany z olejem* 100 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml</p> <p>Kalafiorowa z ryżem 400 ml (<u>MLE, SEL</u>) Pulpet drobiowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Sos pietruszkowy 50 ml (<u>GLU PSZ</u>) Ziemniaki z koperkiem 180 g Surówka wykwinna z olejem b/c 100 g Szpinak gotowany z olejem* 100 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml</p> <p>Ryżowa 400 ml (<u>MLE, SEL</u>) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g Sos pietruszkowy 50 ml (<u>GLU PSZ</u>) Ziemniaki z koperkiem 180 g Szpinak gotowany z olejem* 100 g Marchew oprószana z olejem 100 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml</p> <p>Kalafiorowa z ryżem 400 ml (<u>MLE, SEL</u>) Pulpet drobiowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Sos pietruszkowy 50 ml (<u>GLU PSZ</u>) Ziemniaki z koperkiem 180 g Szpinak gotowany z olejem* 100 g Marchew oprószana z olejem 100 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml</p> <p>Ryżowa 400 ml (<u>MLE, SEL</u>) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g Sos pietruszkowy 50 ml (<u>GLU PSZ</u>) Ziemniaki z koperkiem 180 g Szpinak gotowany z olejem* 100 g Marchew oprószana z olejem 100 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml</p> <p>Kalafiorowa z ryżem 400 ml (<u>MLE, SEL</u>) Pulpet drobiowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Sos pietruszkowy 50 ml (<u>GLU PSZ</u>) Ziemniaki z koperkiem 180 g Szpinak gotowany z olejem* 100 g Marchew oprószana z olejem 100 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml</p> <p>Ryżowa 400 ml (<u>MLE, SEL</u>) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g Sos pietruszkowy 50 ml (<u>GLU PSZ</u>) Ziemniaki z koperkiem 180 g Szpinak gotowany z olejem* 100 g Marchew oprószana z olejem 100 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml</p> <p>Kalafiorowa z ryżem 400 ml (<u>MLE, SEL</u>) Pulpet drobiowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Sos pietruszkowy 50 ml (<u>GLU PSZ</u>) Ziemniaki z koperkiem 180 g Szpinak gotowany z olejem* 100 g Marchew oprószana z olejem 100 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml</p> <p>Ryżowa 400 ml (<u>MLE, SEL</u>) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g Sos pietruszkowy 50 ml (<u>GLU PSZ</u>) Ziemniaki z koperkiem 180 g Szpinak gotowany z olejem* 100 g Marchew oprószana z olejem 100 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml</p>									
<p>PD</p> <p>Sonda ziemniaczana 4 400 g (<u>JAJ, MLE, SEL</u>)</p>									

Jadłospisy w dniu 2024-04-17 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 z. soku żoład. Zestaw I	OM- VIII Z ogr. sub pobudz. wyd z. soku żoład. Zestaw II	OM- VIII Z ograniczeniem tłuszczy Zestaw I
Chleb mieszany pszenno-żytni (GLUPSZ, GLUZYT) 96 g Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE) Szywnka na kartki- wieprzowa, wędzona, parzona 25 g Serrek Fromage 50 g (GLUPSZ, MLE) Pomidor 90 g Rukola 10 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni (GLUPSZ, GLUZYT) 96 g Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE) Szywnka na kartki- wieprzowa, wędzona, parzona 25 g Serrek Fromage 50 g (GLUPSZ, MLE) Pomidor 90 g Rukola 10 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Sonda mięsna 5 400 g (JAJ, SEL)	Chleb mieszany pszenno-żytni (GLUPSZ, GLUZYT) 96 g Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE) Szywnka na kartki- wieprzowa, wędzona, parzona 25 g Twaróg półtłusty 50 g (MLE) Pomidor 90 g Rukola 10 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni (GLUPSZ, GLUZYT) 96 g Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE) Szywnka na kartki- wieprzowa, wędzona, parzona 25 g Twaróg półtłusty 50 g (MLE) Pomidor 90 g Rukola 10 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 76 g (GLUPSZ) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE) Szywnka na kartki- wieprzowa, wędzona, parzona 25 g Twaróg półtłusty 50 g (MLE) Pomidor 90 g Salata zielona 10 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 76 g (GLUPSZ) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE) Szywnka na kartki- wieprzowa, wędzona, parzona 25 g Twaróg półtłusty 50 g (MLE) Pomidor 90 g Salata zielona 10 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 76 g (GLUPSZ) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE) Szywnka na kartki- wieprzowa, wędzona, parzona 25 g Twaróg półtłusty 50 g (MLE) Pomidor 90 g Salata zielona 10 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 76 g (GLUPSZ) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE) Szywnka na kartki- wieprzowa, wędzona, parzona 25 g Twaróg półtłusty 50 g (MLE) Pomidor 90 g Salata zielona 10 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 90 g (GLUPSZ) Szywnka na kartki- wieprzowa, wędzona, parzona 25 g Twaróg półtłusty 50 g (MLE) Pomidor 90 g Salata zielona 10 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml
Kolacja									
Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt									
Sonda ziemniaczana 4 300 g (JAJ, MLE, SEL)									
Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt									
Wartość energetyczna: 2433,44 kcal; Białko ogółem: 103,32 g; Tłuszcz: 87,37 g; Kw. tł. nasy.: 33,07 g; Węglowodany ogółem: 318,45 g; W tym cukry: 63,53 g; Błonnik pok.: 28,79 g; Sól: 7,10 g;	Wartość energetyczna: 2433,26 kcal; Białko ogółem: 97,75 g; Tłuszcz: 87,40 g; Kw. tł. nasy.: 32,83 g; Węglowodany ogółem: 324,30 g; W tym cukry: 64,30 g; Błonnik pok.: 29,45 g; Sól: 6,64 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; Sól: 2,66 g;	Wartość energetyczna: 2194,96 kcal; Białko ogółem: 105,88 g; Tłuszcz: 60,88 g; Kw. tł. nasy.: 19,25 g; Węglowodany ogółem: 317,05 g; W tym cukry: 64,40 g; Błonnik pok.: 29,20 g; Sól: 6,27 g;	Wartość energetyczna: 2212,04 kcal; Białko ogółem: 100,96 g; Tłuszcz: 63,26 g; Kw. tł. nasy.: 19,19 g; Węglowodany ogółem: 321,28 g; W tym cukry: 65,16 g; Błonnik pok.: 29,96 g; Sól: 6,32 g;	Wartość energetyczna: 2130,60 kcal; Białko ogółem: 107,36 g; Tłuszcz: 58,84 g; Kw. tł. nasy.: 18,96 g; Węglowodany ogółem: 303,24 g; W tym cukry: 72,20 g; Błonnik pok.: 26,02 g; Sól: 4,65 g;	Wartość energetyczna: 2147,68 kcal; Białko ogółem: 102,44 g; Tłuszcz: 61,22 g; Kw. tł. nasy.: 18,90 g; Węglowodany ogółem: 307,47 g; W tym cukry: 72,96 g; Błonnik pok.: 26,78 g; Sól: 4,70 g;	Wartość energetyczna: 2130,60 kcal; Białko ogółem: 107,36 g; Tłuszcz: 58,84 g; Kw. tł. nasy.: 18,96 g; Węglowodany ogółem: 303,24 g; W tym cukry: 72,20 g; Błonnik pok.: 26,02 g; Sól: 4,65 g;	Wartość energetyczna: 2147,68 kcal; Białko ogółem: 102,44 g; Tłuszcz: 61,22 g; Kw. tł. nasy.: 18,90 g; Węglowodany ogółem: 307,47 g; W tym cukry: 72,96 g; Błonnik pok.: 26,78 g; Sól: 4,70 g;	Wartość energetyczna: 2139,60 kcal; Białko ogółem: 111,00 g; Tłuszcz: 50,28 g; Kw. tł. nasy.: 15,99 g; Węglowodany ogółem: 322,17 g; W tym cukry: 66,99 g; Błonnik pok.: 25,33 g; Sól: 5,75 g;
PN									

2024-04-17 środa

Jadłospisy w dniu 2024-04-17 KUCHNIA OSTRÓW MAZOWIECKA

PD	Obiad	II ŚN	Śniadanie					
	<p>Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (MLE)</p> <p>Bułka pszenna duża krojona 90 g (GLUPSZ)</p> <p>Schab bednarza-wędzonka</p> <p>wp. wędzona, parzona z wodą dodaną 50 g (SOJ)</p> <p>Brokuł gotowany z olejem* 80 g</p> <p>Salata zielona 20 g</p> <p>Jabłko pieczone 1 szt.</p> <p>1 szt. 1 szt</p> <p>Kawa zbożowa na mleku b/c 300 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ)</p>	<p>Ryzowa () 400 ml (MLE, SEL)</p> <p>Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g</p> <p>Sos pietruszkowy () 50 ml (GLUPSZ, JAJ)</p> <p>Sos pietruszkowy () 50 ml (GLUPSZ, MLE, SEL)</p> <p>Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g</p> <p>Szpinak gotowany z olejem* 100 g</p> <p>Marchew oprószana z olejem () 100 g (GLUPSZ)</p> <p>Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml</p>	<p>Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (MLE)</p> <p>Chleb mieszany pszenno-żytni (GLUPSZ, GLU ZYT) 96 g</p> <p>Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE)</p> <p>Schab bednarza-wędzonka</p> <p>wp. wędzona, parzona z wodą dodaną 50 g (SOJ)</p> <p>Brokuł gotowany z olejem* 80 g</p> <p>Salata zielona 20 g</p> <p>Jabłko 1 szt. 1 szt</p> <p>Kawa zbożowa na mleku b/c 300 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ)</p>	<p>Kasza gryzozana na mleku 400 g (MLE)</p> <p>Chleb razowy pszenno-żytni 76 g (GLUPSZ, GLU ZYT)</p> <p>Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE)</p> <p>Schab bednarza-wędzonka</p> <p>wp. wędzona, parzona z wodą dodaną 25 g (SOJ)</p> <p>Jajko gotowane KTM 1 szt. (JAJ)</p> <p>Salatka z brokułu, oliwy i koperku 80 g</p> <p>Salata zielona 20 g</p> <p>Gruszka 1szt. 150 g</p> <p>Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p>	<p>Kasza kukurydziana na mleku 400 g (MLE)</p> <p>Chleb mieszany pszenno-żytni 66 g (GLUPSZ, GLU ZYT)</p> <p>Schab bednarza-wędzonka</p> <p>wp. wędzona, parzona z wodą dodaną 30 g (SOJ)</p> <p>Brokuł gotowany z olejem* 100 g</p> <p>Salata zielona 20 g</p> <p>Gruszka 1szt. 150 g</p> <p>Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p>	<p>Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (MLE)</p> <p>Chleb mieszany pszenno-żytni 96 g (GLUPSZ, GLU ZYT)</p> <p>Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE)</p> <p>Schab bednarza-wędzonka</p> <p>wp. wędzona, parzona z wodą dodaną 50 g (SOJ)</p> <p>Brokuł gotowany z olejem* 80 g</p> <p>Salata zielona 20 g</p> <p>Jabłko 1 szt. 1 szt</p> <p>Kawa zbożowa na mleku b/c 300 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ)</p>	<p>Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym ml (SEL)</p> <p>Chleb bezglutenowy 450 g</p> <p>Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g (MLE)</p> <p>Schab bednarza-wędzonka</p> <p>wp. wędzona, parzona z wodą dodaną 50 g (SOJ)</p> <p>Brokuł gotowany z olejem* 100 g</p> <p>Salata zielona 20 g</p> <p>Gruszka 1szt. 150 g</p> <p>Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p>	<p>Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 400 ml (SEL)</p> <p>Chleb mieszany pszenno-żytni 116 g (GLUPSZ, GLU ZYT)</p> <p>Margaryna roślinna bez mlecza o zaw. 80% tł 15 g</p> <p>Schab bednarza-wędzonka</p> <p>wp. wędzona, parzona z wodą dodaną 60 g (SOJ)</p> <p>Brokuł gotowany z olejem* 80 g</p> <p>Salata zielona 20 g</p> <p>Jabłko 1 szt. 1 szt</p> <p>Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p>
	<p>Kalafiorowa z ryżem () 400 ml (MLE, SEL)</p> <p>Pulpet drobiowy 100 g (GLUPSZ, JAJ)</p> <p>Sos pietruszkowy () 50 ml (GLUPSZ, MLE, SEL)</p> <p>Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g</p> <p>Szpinak gotowany z olejem* 100 g</p> <p>Marchew oprószana z olejem () 100 g (GLUPSZ)</p> <p>Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml</p>	<p>Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (MLE)</p>	<p>Kalafiorowa z ryżem () 400 ml (MLE, SEL)</p> <p>Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g</p> <p>Sos pietruszkowy () 50 ml (GLUPSZ, JAJ)</p> <p>Sos pietruszkowy () 50 ml (GLUPSZ, MLE, SEL)</p> <p>Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g</p> <p>Szpinak gotowany z olejem* 100 g</p> <p>Marchew oprószana z olejem () 100 g (GLUPSZ)</p> <p>Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml</p>	<p>Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (MLE)</p> <p>Chleb mieszany pszenno-żytni 76 g (GLUPSZ, GLU ZYT)</p> <p>Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE)</p> <p>Schab bednarza-wędzonka</p> <p>wp. wędzona, parzona z wodą dodaną 25 g (SOJ)</p> <p>Jajko gotowane KTM 1 szt. (JAJ)</p> <p>Salatka z brokułu, oliwy i koperku 80 g</p> <p>Salata zielona 20 g</p> <p>Gruszka 1szt. 150 g</p> <p>Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p>	<p>Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (MLE)</p> <p>Chleb mieszany pszenno-żytni 66 g (GLUPSZ, GLU ZYT)</p> <p>Schab bednarza-wędzonka</p> <p>wp. wędzona, parzona z wodą dodaną 30 g (SOJ)</p> <p>Brokuł gotowany z olejem* 100 g</p> <p>Salata zielona 20 g</p> <p>Gruszka 1szt. 150 g</p> <p>Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p>	<p>Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (MLE)</p> <p>Chleb mieszany pszenno-żytni 96 g (GLUPSZ, GLU ZYT)</p> <p>Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE)</p> <p>Schab bednarza-wędzonka</p> <p>wp. wędzona, parzona z wodą dodaną 50 g (SOJ)</p> <p>Brokuł gotowany z olejem* 80 g</p> <p>Salata zielona 20 g</p> <p>Jabłko 1 szt. 1 szt</p> <p>Kawa zbożowa na mleku b/c 300 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ)</p>	<p>Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym ml (SEL)</p> <p>Chleb bezglutenowy 450 g</p> <p>Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g (MLE)</p> <p>Schab bednarza-wędzonka</p> <p>wp. wędzona, parzona z wodą dodaną 50 g (SOJ)</p> <p>Brokuł gotowany z olejem* 100 g</p> <p>Salata zielona 20 g</p> <p>Gruszka 1szt. 150 g</p> <p>Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p>	<p>Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 400 ml (SEL)</p> <p>Chleb mieszany pszenno-żytni 116 g (GLUPSZ, GLU ZYT)</p> <p>Margaryna roślinna bez mlecza o zaw. 80% tł 15 g</p> <p>Schab bednarza-wędzonka</p> <p>wp. wędzona, parzona z wodą dodaną 60 g (SOJ)</p> <p>Brokuł gotowany z olejem* 80 g</p> <p>Salata zielona 20 g</p> <p>Jabłko 1 szt. 1 szt</p> <p>Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p>
	<p>Kalafiorowa z ryżem () 400 ml (MLE, SEL)</p> <p>Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g</p> <p>Sos pietruszkowy () 50 ml (GLUPSZ, JAJ)</p> <p>Sos pietruszkowy () 50 ml (GLUPSZ, MLE, SEL)</p> <p>Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g</p> <p>Szpinak gotowany z olejem* 100 g</p> <p>Marchew oprószana z olejem () 100 g (GLUPSZ)</p> <p>Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml</p>	<p>Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (MLE)</p>	<p>Kalafiorowa z ryżem () 400 ml (MLE, SEL)</p> <p>Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g</p> <p>Sos pietruszkowy () 50 ml (GLUPSZ, JAJ)</p> <p>Sos pietruszkowy () 50 ml (GLUPSZ, MLE, SEL)</p> <p>Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g</p> <p>Szpinak gotowany z olejem* 100 g</p> <p>Marchew oprószana z olejem () 100 g (GLUPSZ)</p> <p>Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml</p>	<p>Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (MLE)</p> <p>Chleb mieszany pszenno-żytni 96 g (GLUPSZ, GLU ZYT)</p> <p>Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE)</p> <p>Schab bednarza-wędzonka</p> <p>wp. wędzona, parzona z wodą dodaną 50 g (SOJ)</p> <p>Brokuł gotowany z olejem* 80 g</p> <p>Salata zielona 20 g</p> <p>Jabłko 1 szt. 1 szt</p> <p>Kawa zbożowa na mleku b/c 300 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ)</p>	<p>Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (MLE)</p> <p>Chleb mieszany pszenno-żytni 66 g (GLUPSZ, GLU ZYT)</p> <p>Schab bednarza-wędzonka</p> <p>wp. wędzona, parzona z wodą dodaną 30 g (SOJ)</p> <p>Brokuł gotowany z olejem* 100 g</p> <p>Salata zielona 20 g</p> <p>Gruszka 1szt. 150 g</p> <p>Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p>	<p>Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (MLE)</p> <p>Chleb mieszany pszenno-żytni 96 g (GLUPSZ, GLU ZYT)</p> <p>Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE)</p> <p>Schab bednarza-wędzonka</p> <p>wp. wędzona, parzona z wodą dodaną 50 g (SOJ)</p> <p>Brokuł gotowany z olejem* 80 g</p> <p>Salata zielona 20 g</p> <p>Jabłko 1 szt. 1 szt</p> <p>Kawa zbożowa na mleku b/c 300 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ)</p>	<p>Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym ml (SEL)</p> <p>Chleb bezglutenowy 450 g</p> <p>Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g (MLE)</p> <p>Schab bednarza-wędzonka</p> <p>wp. wędzona, parzona z wodą dodaną 50 g (SOJ)</p> <p>Brokuł gotowany z olejem* 100 g</p> <p>Salata zielona 20 g</p> <p>Gruszka 1szt. 150 g</p> <p>Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p>	<p>Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 400 ml (SEL)</p> <p>Chleb mieszany pszenno-żytni 116 g (GLUPSZ, GLU ZYT)</p> <p>Margaryna roślinna bez mlecza o zaw. 80% tł 15 g</p> <p>Schab bednarza-wędzonka</p> <p>wp. wędzona, parzona z wodą dodaną 60 g (SOJ)</p> <p>Brokuł gotowany z olejem* 80 g</p> <p>Salata zielona 20 g</p> <p>Jabłko 1 szt. 1 szt</p> <p>Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p>

2024-04-17 środa

Wydruk z MAPI Jadłospis 2.24.1.17

Jadłospis_Tygodniowy_posilki_w_wierszach.tr3

MAPICatering
 ul. Traktorowa 126
 N 6772398592 P 61 91-204 1047
 Wdrukwat: Mufnal, Data 2024-04-17 10:48:26

Jadłospisy w dniu 2024-04-17 KUCHNIA OSTRÓW MAZOWIECKA

2024-04-17 środa									
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
Bułka pszenna długa krojona 90 g (GLU PSZ) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE) Szyunka na kartki- wieprzowa, wędzona 25 g Parazona 30 g Twardo półtusty 50 g (MLE) Pomidor 90 g Rukola 10 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni (GLU PSZ, GLU ZYT) 96 g Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE) Szyunka na kartki- wieprzowa, wędzona, parzona 25 g Twardo półtusty 50 g (MLE) Pomidor 90 g Rukola 10 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni (GLU PSZ, GLU ZYT) 96 g Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE) Szyunka na kartki- wieprzowa, wędzona, parzona 25 g Twardo półtusty 50 g (MLE) Pomidor 90 g Rukola 10 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Chleb razowy pszenno-żytni PSZ, GLU ZYT) 76 g (GLU PSZ, MLE) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE) Szyunka na kartki- wieprzowa, wędzona, parzona 25 g Pomidor 90 g Rukola 10 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni (GLU PSZ, GLU ZYT) 66 g Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE) Szyunka na kartki- wieprzowa, wędzona 30 g Parazona 30 g Pomidor 100 g Rukola 10 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni (GLU PSZ, GLU ZYT) 96 g Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE) Szyunka na kartki- wieprzowa, wędzona, parzona 25 g Twardo półtusty 50 g (MLE) Pomidor 90 g Rukola 10 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni (GLU PSZ, GLU ZYT) 96 g Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE) Szyunka na kartki- wieprzowa, wędzona 30 g Parazona 30 g Pomidor 100 g Rukola 10 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Chleb bezglutenowy 116 g Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g (MLE) Szyunka na kartki- wieprzowa, wędzona 30 g Parazona 30 g Pomidor 100 g Rukola 10 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni (GLU PSZ, GLU ZYT) 116 g Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g (MLE) Szyunka na kartki- wieprzowa, wędzona 30 g Parazona 30 g Pomidor 100 g Rukola 10 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni (GLU PSZ, GLU ZYT) 116 g Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g (MLE) Szyunka na kartki- wieprzowa, wędzona 30 g Parazona 30 g Pomidor 100 g Rukola 10 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml
PN	PN	PN	PN	PN	PN	PN	PN	PN	PN
Wartość energetyczna: 2228,78 kcal; Białko ogółem: 106,18 g; Tłuszcz: 60,66 g; Kw. tł. nasy.: 18,72 g; Węglowodany ogółem: 326,51 g; W tym cukry: 67,85 g; Błonnik pok.: 26,09 g; Sól: 5,82 g;	Wartość energetyczna: 2119,96 kcal; Białko ogółem: 100,78 g; Tłuszcz: 57,88 g; Kw. tł. nasy.: 19,25 g; Węglowodany ogółem: 310,00 g; W tym cukry: 64,40 g; Błonnik pok.: 29,20 g; Sól: 6,12 g;	Wartość energetyczna: 2137,04 kcal; Białko ogółem: 95,86 g; Tłuszcz: 60,26 g; Kw. tł. nasy.: 19,19 g; Węglowodany ogółem: 314,23 g; W tym cukry: 65,16 g; Błonnik pok.: 29,96 g; Sól: 6,17 g;	Wartość energetyczna: 2355,64 kcal; Białko ogółem: 105,05 g; Tłuszcz: 91,26 g; Kw. tł. nasy.: 32,11 g; Węglowodany ogółem: 293,45 g; W tym cukry: 50,84 g; Błonnik pok.: 31,75 g; Sól: 7,53 g;	Wartość energetyczna: 2396,72 kcal; Białko ogółem: 100,38 g; Tłuszcz: 93,67 g; Kw. tł. nasy.: 32,05 g; Węglowodany ogółem: 303,42 g; W tym cukry: 51,62 g; Błonnik pok.: 32,55 g; Sól: 7,05 g;	Wartość energetyczna: 1284,49 kcal; Białko ogółem: 57,22 g; Tłuszcz: 23,96 g; Kw. tł. nasy.: 4,21 g; Węglowodany ogółem: 221,03 g; W tym cukry: 32,25 g; Błonnik pok.: 27,22 g; Sól: 4,34 g;	Wartość energetyczna: 2427,96 kcal; Białko ogółem: 117,06 g; Tłuszcz: 72,07 g; Kw. tł. nasy.: 21,67 g; Węglowodany ogółem: 340,62 g; W tym cukry: 64,99 g; Błonnik pok.: 28,38 g; Sól: 7,45 g;	Wartość energetyczna: 2445,04 kcal; Białko ogółem: 112,14 g; Tłuszcz: 74,45 g; Kw. tł. nasy.: 21,61 g; Węglowodany ogółem: 344,85 g; W tym cukry: 65,75 g; Błonnik pok.: 29,14 g; Sól: 7,50 g;	Wartość energetyczna: 2270,85 kcal; Białko ogółem: 47,27 g; Tłuszcz: 63,96 g; Kw. tł. nasy.: 11,14 g; Węglowodany ogółem: 385,41 g; W tym cukry: 34,65 g; Błonnik pok.: 32,38 g; Sól: 2,50 g;	Wartość energetyczna: 2078,80 kcal; Białko ogółem: 86,16 g; Tłuszcz: 59,32 g; Kw. tł. nasy.: 14,51 g; Węglowodany ogółem: 313,44 g; W tym cukry: 33,62 g; Błonnik pok.: 30,63 g; Sól: 7,14 g;
Kanapka z szynką i sałata (bukka pszenna 32g, margaryna 5g, szynka 25g, sałata 5g) 1 szt (GLU PSZ, SOL)	Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt	Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt	Kanapka z szynką i sałata (chleb razowy 76g, margaryna 5g, szynka 25g, sałata 5g) 1 szt (GLU PSZ, SOL)	Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt	Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt	Kanapka z szynką i sałata (bukka pszenna 32g, margaryna 5g, szynka 25g, sałata 5g) 1 szt (GLU PSZ, SOL)	Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt	Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt	Kanapka z szynką i sałata (bukka pszenna 32g, margaryna 5g, szynka 25g, sałata 5g) 1 szt (GLU PSZ, SOL)

Jadłospisy w dniu 2024-04-17 KUCHNIA OSTRÓW MAZOWIECKA

OM- XV Bezmielczna Zestaw II	OM- Dzieci 1-3 lat	OM- Papkowata/ Przeclerana	OM- Płynna	OM- Wegetariańska	OM- Bezglutenowa	OM- Położnicza Zestaw I	OM- Położnicza Zestaw II	OM- Kobieta Karmiąca Zestaw I	OM- Kobieta Karmiąca Zestaw II
<p>Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 400 ml (<u>SEL</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 116 g (<u>GLUPSZ, GLU ZYT</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw. 80% tł 15 g Schab bednarza-wędzonka wp. wędzona, parzona z wodą dodaną 60 g (<u>SOJ</u>) Brokuł gotowany z olejem* 80 g Salata zielona 20 g</p>	<p>Pratki kukurydziane na mleku 200 ml (<u>MLE</u>) Bułka pszenna długa krojona 32 g (<u>GLUPSZ, GLU ZYT</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 5 g (<u>MLE</u>) Schab bednarza-wędzonka wp. wędzona, parzona z wodą dodaną 30 g (<u>SOJ</u>) Pomidor biskórki 40 g Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Gruszka 1 szt. 150 g</p>	<p>Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 450 ml (<u>SEL</u>) Bułka pszenna długa krojona 32 g (<u>GLUPSZ, GLU ZYT</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g (<u>MLE</u>) Schab bednarza-wędzonka wp. wędzona, parzona z wodą dodaną 60 g (<u>SOJ</u>) Brokuł gotowany z olejem* 100 g Młus z jabłek () b/c 150 g Kawa zbożowa na mleku b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ZYT, GLU JECZ</u>)</p>	<p>Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (<u>MLE</u>) Chleb razowy pszenno-żytni 116 g (<u>GLUPSZ, GLU ZYT</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw. 80% tł 10 g (<u>MLE</u>) Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ</u>) Salata z brokułu, oliwy i koperku 80 g Salata zielona 20 g Gruszka 1 szt. 150 g Kawa zbożowa na mleku b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ZYT, GLU JECZ</u>)</p>	<p>Kasza jaglana na wywarze jarzynowym 400 ml (<u>SEL</u>) Chleb bezglutenowy 100 g Margaryna roślinna bez mleczna o zaw. 80% tł 15 g Schab bednarza-wędzonka wp. wędzona, parzona z wodą dodaną 50 g (<u>SOJ</u>) Brokuł gotowany z olejem* 80 g Salata zielona 20 g Jabko 1 szt. 1 szt. Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p>	<p>Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (<u>MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 96 g (<u>GLUPSZ, GLU ZYT</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (<u>MLE</u>) Schab bednarza-wędzonka wp. wędzona, parzona z wodą dodaną 50 g (<u>SOJ</u>) Brokuł gotowany z olejem* 80 g Salata zielona 20 g Gruszka 1 szt. 150 g Kawa zbożowa na mleku b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ZYT, GLU JECZ</u>)</p>	<p>Ryżowa () 400 ml (<u>MLE, SEL</u>) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g Sos pietruszkowy () 50 ml (<u>GLUPSZ, JAJ</u>) Sos pietruszkowy () 50 ml (<u>GLUPSZ, JAJ</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Szpinaż gotowany z olejem* 100 g Marchew oproszana z olejem () 100 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml</p>	<p>Kalafiorowa z ryżem () 400 ml (<u>MLE, SEL</u>) Pulpet drobiowy 100 g (<u>GLUPSZ, JAJ</u>) Sos pietruszkowy () 50 ml (<u>GLUPSZ, JAJ</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Szpinaż gotowany z olejem* 100 g Marchew oproszana z olejem () 100 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml</p>	<p>Kalafiorowa z ryżem () 400 ml (<u>MLE, SEL</u>) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g Sos pietruszkowy () 50 ml (<u>GLUPSZ, JAJ</u>) Sos pietruszkowy () 50 ml (<u>GLUPSZ, JAJ</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Szpinaż gotowany z olejem* 100 g Marchew oproszana z olejem () 100 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml</p>	<p>Kalafiorowa z ryżem () 400 ml (<u>MLE, SEL</u>) Pulpet drobiowy 100 g (<u>GLUPSZ, JAJ</u>) Sos pietruszkowy () 50 ml (<u>GLUPSZ, JAJ</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Szpinaż gotowany z olejem* 100 g Marchew oproszana z olejem () 100 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml</p>
<p>Obiad</p> <p>Kalafiorowa z ryżem (bez mleka) () 400 ml (<u>SEL</u>) Pulpet drobiowy 100 g (<u>GLUPSZ, JAJ</u>) Sos pietruszkowy () 50 ml (<u>GLUPSZ, JAJ</u>) Sos pietruszkowy (bez mleka) 50 ml (<u>GLUPSZ, JAJ</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Szpinaż gotowany z olejem* 100 g Marchew oproszana z olejem () 100 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml</p>	<p>Ryżowa () 200 ml (<u>MLE, SEL</u>) Pulpet drobiowy 50 g (<u>GLUPSZ, JAJ</u>) Sos pietruszkowy () 30 ml (<u>GLUPSZ, JAJ</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 90 g Marchew oproszana z olejem () 50 g Szpinaż gotowany z olejem* 50 g (<u>GLUPSZ, JAJ</u>) Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 250 ml</p>	<p>Ryżowa () 450 ml (<u>MLE, SEL, JAJ</u>) Pulpet drobiowy 100 g (<u>GLUPSZ, JAJ</u>) Sos pietruszkowy () 50 ml (<u>GLUPSZ, JAJ</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Szpinaż gotowany z olejem* 100 g Marchew oproszana z olejem () 100 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml</p>	<p>Ogórkowa z ryżem () 400 ml (<u>MLE, SEL</u>) Kotlety ziemniaczane () 300 g (<u>GLUPSZ, JAJ</u>) Sos pietruszkowy () 50 ml (<u>GLUPSZ, JAJ</u>) Surowka wykwinтна z olejem b/c 100 g Szpinaż gotowany z olejem* 100 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml</p>	<p>Kalafiorowa z ryżem (bez mleka) () 400 ml (<u>SEL</u>) Pulpet drobiowy 100 g (<u>GLUPSZ, JAJ</u>) Sos pietruszkowy () 50 ml (<u>GLUPSZ, JAJ</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Szpinaż gotowany z olejem (bez glutenu) 50 ml Marchew oproszana z olejem () 100 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml</p>	<p>Ryżowa () 400 ml (<u>MLE, SEL</u>) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g Sos pietruszkowy () 50 ml (<u>GLUPSZ, JAJ</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Szpinaż gotowany z olejem* 100 g Marchew oproszana z olejem () 100 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml</p>	<p>Kalafiorowa z ryżem () 400 ml (<u>MLE, SEL</u>) Pulpet drobiowy 100 g (<u>GLUPSZ, JAJ</u>) Sos pietruszkowy () 50 ml (<u>GLUPSZ, JAJ</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Szpinaż gotowany z olejem* 100 g Marchew oproszana z olejem () 100 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml</p>	<p>Ryżowa () 400 ml (<u>MLE, SEL</u>) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g Sos pietruszkowy () 50 ml (<u>GLUPSZ, JAJ</u>) Sos pietruszkowy () 50 ml (<u>GLUPSZ, JAJ</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Szpinaż gotowany z olejem* 100 g Marchew oproszana z olejem () 100 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml</p>	<p>Kalafiorowa z ryżem () 400 ml (<u>MLE, SEL</u>) Pulpet drobiowy 100 g (<u>GLUPSZ, JAJ</u>) Sos pietruszkowy () 50 ml (<u>GLUPSZ, JAJ</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Szpinaż gotowany z olejem* 100 g Marchew oproszana z olejem () 100 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml</p>	<p>Kalafiorowa z ryżem () 400 ml (<u>MLE, SEL</u>) Pulpet drobiowy 100 g (<u>GLUPSZ, JAJ</u>) Sos pietruszkowy () 50 ml (<u>GLUPSZ, JAJ</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Szpinaż gotowany z olejem* 100 g Marchew oproszana z olejem () 100 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml</p>
<p>PD</p>	<p>Budyń o smaku śmietankowym b/c 200 ml (<u>MLE</u>)</p>	<p>Budyń o smaku śmietankowym b/c 200 ml (<u>MLE</u>)</p>	<p>Budyń o smaku śmietankowym b/c 300 ml (<u>MLE</u>)</p>	<p>Budyń o smaku śmietankowym b/c 300 ml (<u>MLE</u>)</p>	<p>Budyń o smaku śmietankowym b/c 300 ml (<u>MLE</u>)</p>	<p>Budyń o smaku śmietankowym b/c 300 ml (<u>MLE</u>)</p>	<p>Budyń o smaku śmietankowym b/c 300 ml (<u>MLE</u>)</p>	<p>Budyń o smaku śmietankowym b/c 300 ml (<u>MLE</u>)</p>	<p>Budyń o smaku śmietankowym b/c 300 ml (<u>MLE</u>)</p>

2024-04-17 środa

Jogurt owoce leśne 150g 1 szt (MLE)

Jadłospisy w dniu 2024-04-17 KUCHNIA OSTRÓW MAZOWIECKA

PN	Wartość energetyczna:	Wartość energetyczna:	Wartość energetyczna:	Wartość energetyczna:	Wartość energetyczna:	Wartość energetyczna:	Wartość energetyczna:	Wartość energetyczna:	
2024-04-17 środa									
OM- XV Bezmleczna Zestaw II	OM- Dzieci 1-3 lat	OM- Pawkowata/ 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
Chleb mieszany pszenno-żytni 116 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw. 80% tł 15 g Szyunka na kartki-wieprzowa, wędzona parzona 60 g Pomidor 90 g Rukola 10 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona (GLU PSZ) 32 g Margaryna roślinna (80% tł.) 5 g (MLE) Szyunka na kartki-wieprzowa, wędzona parzona 60 g Pomidor 90 g Rukola 10 g	Bułka pszenna długa krojona (PSZ) 32 g (GLU PSZ) Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g (MLE) Szyunka na kartki-wieprzowa, wędzona parzona 60 g Twaróg półtłusty 80 g (MLE) Katafor gotowany z olejem 100 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Jajrzytnowa z ziemiakami (bez mleka) 450 ml (GLU PSZ, SEL)	Chleb mieszany pszenno-żytni 96 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE) Szyunka na kartki-wieprzowa, wędzona parzona 60 g Pomidor 90 g Rukola 10 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Chleb bezglutenowy 100 g Margaryna roślinna bez mleczna o zaw. 80% tł 15 g Szyunka na kartki-wieprzowa, wędzona parzona 60 g Pomidor 90 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 116 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE) Szyunka na kartki-wieprzowa, wędzona parzona 60 g Twaróg półtłusty 50 g (MLE) Pomidor 90 g Rukola 10 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml				
Kanapka z szynką i sałatą (bułka pszenna 32g, margaryna 5g, szynka 25g, sałata 5g) 1 szt. (GLU PSZ, SOL)	Mus owocowo-warzywny 100g- produkt pasteryzowany 1 szt				Kanapka z szynką i sałatą (chleb bezglutenowy 45g, margaryna 5g, szynka 25g, sałata 5g) 1 szt. (SOL)				
Wartość energetyczna: 2095,88 kcal; Białko ogółem: 81,23 g; Tłuszcz: 61,70 g; Kw. tł. nasy.: 14,45 g; Węglowodany ogółem: 317,67 g; W tym cukry: 34,38 g; Błonnik pok.: 31,39 g; Sól: 7,19 g;	Wartość energetyczna: 1361,67 kcal; Białko ogółem: 54,19 g; Tłuszcz: 31,91 g; Kw. tł. nasy.: 10,99 g; Węglowodany ogółem: 219,01 g; W tym cukry: 78,25 g; Błonnik pok.: 16,58 g; Sól: 2,54 g;	Wartość energetyczna: 2138,73 kcal; Białko ogółem: 100,61 g; Kw. tł. nasy.: 19,93 g; Węglowodany ogółem: 298,00 g; W tym cukry: 40,66 g; Błonnik pok.: 33,91 g; Sól: 4,26 g;	Wartość energetyczna: 2704,41 kcal; Białko ogółem: 86,19 g; Tłuszcz: 103,39 g; Kw. tł. nasy.: 40,13 g; Węglowodany ogółem: 366,33 g; W tym cukry: 63,81 g; Błonnik pok.: 31,63 g; Sól: 6,90 g;	Wartość energetyczna: 1970,73 kcal; Białko ogółem: 67,54 g; Tłuszcz: 71,82 g; Kw. tł. nasy.: 14,23 g; Węglowodany ogółem: 270,62 g; W tym cukry: 33,44 g; Błonnik pok.: 22,52 g; Sól: 3,02 g;	Wartość energetyczna: 2572,86 kcal; Białko ogółem: 117,70 g; Tłuszcz: 66,13 g; Kw. tł. nasy.: 24,21 g; Węglowodany ogółem: 387,57 g; W tym cukry: 100,47 g; Błonnik pok.: 30,52 g; Sól: 6,96 g;	Wartość energetyczna: 2589,94 kcal; Białko ogółem: 112,78 g; Tłuszcz: 68,51 g; Kw. tł. nasy.: 24,15 g; Węglowodany ogółem: 391,80 g; W tym cukry: 101,23 g; Błonnik pok.: 31,28 g; Sól: 7,01 g;	Wartość energetyczna: 2572,86 kcal; Białko ogółem: 117,70 g; Tłuszcz: 66,13 g; Kw. tł. nasy.: 24,21 g; Węglowodany ogółem: 387,57 g; W tym cukry: 100,47 g; Błonnik pok.: 30,52 g; Sól: 6,96 g;	Wartość energetyczna: 2589,94 kcal; Białko ogółem: 112,78 g; Tłuszcz: 68,51 g; Kw. tł. nasy.: 24,15 g; Węglowodany ogółem: 391,80 g; W tym cukry: 101,23 g; Błonnik pok.: 31,28 g; Sól: 7,01 g;	

Oznaczenia alergenów:

GLU PSZ - Zboża zawierające gluten pszenny,
SKO - Skorupiaki i pochodne,
JAJ - Jaja i pochodne,
RYB - Ryby i pochodne,
OZI - Orzeszki ziemne i pochodne,
SOJ - Soja i pochodne,
MLE - Mleko i pochodne wraz z laktozą,
ORZ - Orzechy: włoskie, laskowe, pekan, nerkowe, pistacje, migdały,
SEL - Seler i pochodne,
GOR - Gorczyca i produkty pochodne,
SEZ - Nasiona sezamu i pochodne,
SO2 - Dwutlenek siarki / siarczyny,
FUB - Fubin i produkty pochodne,
MCK - Mięczaki i pochodne,
MLE b/LAK - Mleko i pochodne bez laktozy,
GLU ŻYT - Zboża zawierające gluten żytni,
GLU OW - Zboża zawierające gluten owsiany,
GLU JĘCZ - Zboża zawierające gluten jęczmienny,

Oznaczenia wskaźników odz.:

Wartość energetyczna - Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal],
Białko 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	Wioszczyzna mroz. 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% 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,)	

