

Jadłospisy w dniu 2024-04-18 KUCHNIA OSTRÓW MAZOWIECKA

PD	Obiad	II ŚN	Sniadanie						
	<p>Barzcz czerniony z ziemniakami ( ) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.)                      Bitka wieprzowa z szynki duszona 100 g (GLU PSZ)                      Sos pomidorowy 50 ml (GLU PSZ)                      Kasza jęczmienna/syplik 150 g (GLU JECZ.)                      Fasolka szparagowa z olejem * 100 g                      Salata szwedzka z olejem b/c 100 g (GOR.)                      Kompot z aronii i czarne porzeczki* b/c 300 ml</p>	<p>Pieczarkowa z ziemniakami ( ) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.)                      Zrazik wieprzowy pieczony mielony 100 g (GLU PSZ, JAJ.)                      Sos pomidorowy 50 ml (GLU PSZ)                      Kasza jęczmienna/syplik 150 g (GLU JECZ.)                      Fasolka szparagowa z olejem * 100 g                      Salata szwedzka z olejem b/c 100 g (GOR.)                      Kompot z aronii i czarne porzeczki* b/c 300 ml</p>	<p>Sonda / płynna ob. 3 400 g (GLU PSZ, JAJ, SEL.)                      Sonda mleczna 2 400 g (GLU PSZ, JAJ, MLE)</p>	<p>OM- I Podstawowa zestaw I</p> <p>OM- I Podstawowa zestaw II</p> <p>OM- III b Do żywienia przez sondę</p> <p>OM- IV Łatwo strawna dziecięca Zestaw I</p> <p>OM- IV Łatwo strawna dziecięca Zestaw II</p> <p>OM- VI Poopercyjna Zestaw I</p> <p>OM- VI Poopercyjna Zestaw II</p> <p>OM- VII Z ogr. sub. pobudz. wydz. so ku żołą. Zestaw I</p> <p>OM- VII Z ogr. sub. pobudz. wydz. so ku żołą. Zestaw II</p> <p>OM- VIII Z ograniczeniem tuszczu Zestaw I</p>					
	<p>Barzcz czerniony z ziemniakami ( ) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.)                      Bitka wieprzowa z szynki duszona 100 g (GLU PSZ)                      Sos pomidorowy 50 ml (GLU PSZ)                      Kasza jęczmienna/syplik 150 g (GLU JECZ.)                      Bukiet jarzyn gotowany z olejem ( ) 100 g                      Fasolka szparagowa z olejem * 100 g                      Kompot z aronii i czarne porzeczki* b/c 300 ml</p>	<p>Jarzynowa z ziemniakami ( ) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.)                      Zrazik wieprzowy pieczony mielony 100 g (GLU PSZ, JAJ.)                      Sos pomidorowy 50 ml (GLU PSZ)                      Kasza jęczmienna/syplik 150 g (GLU JECZ.)                      Bukiet jarzyn gotowany z olejem ( ) 100 g (SEL.)                      Fasolka szparagowa z olejem * 100 g                      Kompot z aronii i czarne porzeczki* b/c 300 ml</p>	<p>Barzcz czerniony z ziemniakami ( ) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.)                      Bitka wieprzowa z szynki duszona 100 g (GLU PSZ)                      Sos pomidorowy 50 ml (GLU PSZ)                      Kasza jęczmienna/syplik 150 g (GLU JECZ.)                      Bukiet jarzyn gotowany z olejem ( ) 200 g (SEL.)                      Kompot z aronii i czarne porzeczki* b/c 300 ml</p>	<p>Jarzynowa z ziemniakami ( ) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.)                      Zrazik wieprzowy pieczony mielony 100 g (GLU PSZ, JAJ.)                      Sos pomidorowy 50 ml (GLU PSZ)                      Kasza jęczmienna/syplik 150 g (GLU JECZ.)                      Bukiet jarzyn gotowany z olejem ( ) 200 g (SEL.)                      Kompot z aronii i czarne porzeczki* b/c 300 ml</p>	<p>Barzcz czerniony z ziemniakami ( ) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.)                      Bitka wieprzowa z szynki duszona 100 g (GLU PSZ)                      Sos pomidorowy 50 ml (GLU PSZ)                      Kasza jęczmienna/syplik 150 g (GLU JECZ.)                      Bukiet jarzyn gotowany z olejem ( ) 200 g (SEL.)                      Kompot z aronii i czarne porzeczki* b/c 300 ml</p>	<p>Jarzynowa z ziemniakami ( ) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.)                      Zrazik wieprzowy pieczony mielony 100 g (GLU PSZ, JAJ.)                      Sos pomidorowy 50 ml (GLU PSZ)                      Kasza jęczmienna/syplik 150 g (GLU JECZ.)                      Bukiet jarzyn gotowany z olejem ( ) 200 g (SEL.)                      Kompot z aronii i czarne porzeczki* b/c 300 ml</p>	<p>Barzcz czerniony z ziemniakami ( ) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.)                      Bitka wieprzowa z szynki duszona 100 g (GLU PSZ)                      Sos pomidorowy 50 ml (GLU PSZ)                      Kasza jęczmienna/syplik 150 g (GLU JECZ.)                      Bukiet jarzyn gotowany z olejem ( ) 100 g,                      Fasolka szparagowa z olejem * 100 g                      Kompot z aronii i czarne porzeczki* b/c 300 ml</p>	<p>Platki owsiane na mleku 400 ml (MLE, GLU OW.)                      Bułka pszenna długa krojona 76 g (GLU PSZ)                      Margaryna roślinna (80% t.) 10 g (MLE)                      Polędwica wisińowa wędzonka parzona z dodatkami wody wędzona parzona 25 g (GLU PSZ, SOL.)                      Serek homio o smaku naturalnym z zieleni 80 g (MLE)                      Słupki z marchewki gotowanej 80 g                      Salata zielona 20 g                      Banan 1 szt. 1 szt.</p> <p>Kawa zbożowa na mleku b/c 300 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.)</p>	<p>Platki owsiane na mleku 400 ml (MLE, GLU OW.)                      Bułka pszenna długa krojona 92 g (GLU PSZ)                      Polędwica wisińowa wędzonka wędzonka parzona z dodatkami wody 25 g (GLU PSZ, SOL.)                      Serek homio o smaku naturalnym z zieleni 80 g (MLE)                      Słupki z marchewki gotowanej 80 g                      Salata zielona 20 g                      Banan 1 szt. 1 szt.                      Kawa zbożowa na mleku b/c 300 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.)</p>
			<p>Biszkozopy 30 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JECZ.)</p>						

2024-04-18 czwartek

**NAPRZÓD CATERING Sp. z o.o.**  
 ul. Traktorowa 126 lok. 301, 91-204 Łódź  
 N 677239858 REGON 363712430  
 KRS 0000601008

Jadłospisy w dniu 2024-04-18 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.so ku zoda. Zestaw I	OM- VII Z ogr.sub.pobudz.wydz.so ku zoda. Zestaw II	OM- VIII Z ograniczeniem tłuszczu Zestaw I	
Chleb mieszany pszenno-żytni <b>GLU ZYT)</b> 96 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g ( <b>MLE</b> ) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozdł.wędz.parzo z dodat.wody w osł.nieład 25 g Pasztet sojowy z pomidorami 50 g ( <b>SOJ GOR</b> ) Słupki papryki kolorowej 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml		Sonda mięsna 5 400 g ( <b>JAJ SEL</b> )	Bulka pszenna długa krojona (80% tł.) 10 g ( <b>MLE</b> ) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g ( <b>MLE</b> ) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozdł.wędz.parzo z dodat.wody w osł.nieład 50 g Miod (25g) 1 szt Kalaflor gotowany* 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Bulka pszenna długa krojona 76 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g ( <b>MLE</b> ) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozdł.wędz.parzo z dodat.wody w osł.nieład 50 g Miod (25g) 1 szt Kalaflor gotowany* 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml		Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozdł.wędz.parzo z dodat.wody w osł.nieład 50 g Seler z pietruszką gotowany z olejem (1 szt) 80 g ( <b>GLU PSZ SEL</b> ) Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Bulka pszenna długa krojona 76 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g ( <b>MLE</b> ) Miod (25g) 1 szt Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Bulka pszenna długa krojona 76 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g ( <b>MLE</b> ) Miod (25g) 1 szt Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Bulka pszenna długa krojona 92 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozdł.wędz.parzo z dodat.wody w osł.nieład 50 g Miod (25g) 1 szt Kalaflor gotowany* 80 g	
Kolacja										
Sok wielowarzywny pasteryzowany 1 szt										
PN		Sonda ziemniaczana 4 300 g ( <b>JAJ MLE SEL</b> )			Sok wielowarzywny pasteryzowany 1 szt					
Wartość energetyczna: 2627,32 kcal; Białko ogółem: 111,88 g; Tłuszcz: 83,75 g; Kw. tł. nasy.: 25,59 g; Węglowodany ogółem: 371,23 g; W tym cukry: 94,29 g; Błonnik pok.: 37,49 g; Sól: 10,44 g.	Wartość energetyczna: 2531,18 kcal; Białko ogółem: 103,62 g; Tłuszcz: 80,61 g; Kw. tł. nasy.: 25,95 g; Węglowodany ogółem: 361,86 g; W tym cukry: 88,81 g; Błonnik pok.: 36,74 g; Sól: 9,92 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: 2560,78 kcal; Białko ogółem: 120,12 g; Tłuszcz: 68,69 g; Kw. tł. nasy.: 20,09 g; Węglowodany ogółem: 388,01 g; W tym cukry: 106,20 g; Błonnik pok.: 36,15 g; Sól: 7,52 g.	Wartość energetyczna: 2467,04 kcal; Białko ogółem: 110,89 g; Tłuszcz: 65,41 g; Kw. tł. nasy.: 20,41 g; Węglowodany ogółem: 380,78 g; W tym cukry: 101,33 g; Błonnik pok.: 35,26 g; Sól: 7,00 g.	Wartość energetyczna: 2640,25 kcal; Białko ogółem: 120,25 g; Tłuszcz: 73,43 g; Kw. tł. nasy.: 20,40 g; Węglowodany ogółem: 399,94 g; W tym cukry: 112,76 g; Błonnik pok.: 42,06 g; Sól: 8,10 g.	Wartość energetyczna: 2546,51 kcal; Białko ogółem: 111,02 g; Tłuszcz: 70,15 g; Kw. tł. nasy.: 20,71 g; Węglowodany ogółem: 392,71 g; W tym cukry: 107,89 g; Błonnik pok.: 41,17 g; Sól: 7,58 g.	Wartość energetyczna: 2640,25 kcal; Białko ogółem: 120,25 g; Tłuszcz: 73,43 g; Kw. tł. nasy.: 20,40 g; Węglowodany ogółem: 399,94 g; W tym cukry: 112,76 g; Błonnik pok.: 42,06 g; Sól: 8,10 g.	Wartość energetyczna: 2546,51 kcal; Białko ogółem: 111,02 g; Tłuszcz: 70,15 g; Kw. tł. nasy.: 20,71 g; Węglowodany ogółem: 392,71 g; W tym cukry: 107,89 g; Błonnik pok.: 41,17 g; Sól: 7,58 g.	Wartość energetyczna: 2504,90 kcal; Białko ogółem: 122,75 g; Tłuszcz: 53,17 g; Kw. tł. nasy.: 14,58 g; Węglowodany ogółem: 406,25 g; W tym cukry: 106,39 g; Błonnik pok.: 36,73 g; Sól: 7,78 g.	

Jadłospisy w dniu 2024-04-18 KUCHNIA OSTRÓW MAZOWIECKA

2024-04-18 czwartek									
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 Beźmięczna Zestaw I
<p>Płatki owsiane na mleku 400 ml (<b>MLE, GLU OWA</b>)                      Bułka pszenna długa krojona 92 g (<b>GLU PSZ</b>)                      Polewica wiśniowa wędziona parzona z dodatkowym wódy wędzona parzona 25 g (<b>GLU PSZ, SOL</b>)                      Serek homio o smaku naturalnym z ziołami 80 g (<b>MLE</b>)                      Słupki z marchewki gotowanej 80 g                      Sałata zielona 20 g                      Banan 1 szt. 1 szt                      Kawa zbożowa na mleku b/c 300 ml (<b>MLE, GLU ZYT, GLU JECZ</b>)</p>	<p>Płatki owsiane na mleku 400 ml (<b>MLE, GLU OWA</b>)                      Chleb mieszany pszenno-żytni 96 g (<b>GLU PSZ, GLU ZYT</b>)                      Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (<b>MLE</b>)                      Polewica wiśniowa wędziona parzona 25 g (<b>GLU PSZ, SOL</b>)                      Serek homio o smaku naturalnym z ziołami 50 g (<b>MLE</b>)                      Słupki z marchewki gotowanej 80 g                      Sałata zielona 20 g                      Banan 1 szt. 1 szt                      Kawa zbożowa na mleku b/c 300 ml (<b>MLE, GLU ZYT, GLU JECZ</b>)</p>	<p>Płatki owsiane na mleku 400 ml (<b>MLE, GLU OWA</b>)                      Chleb mieszany pszenno-żytni 96 g (<b>GLU PSZ, GLU ZYT</b>)                      Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (<b>MLE</b>)                      Polewica wiśniowa wędziona parzona 25 g (<b>GLU PSZ, SOL</b>)                      Serek homio o smaku naturalnym z ziołami 50 g (<b>MLE</b>)                      Słupki z marchewki gotowanej 80 g                      Sałata zielona 20 g                      Banan 1 szt. 1 szt                      Kawa zbożowa na mleku b/c 300 ml (<b>MLE, GLU ZYT, GLU JECZ</b>)</p>	<p>Płatki owsiane na mleku 400 ml (<b>MLE, GLU OWA</b>)                      Chleb razowy pszenno-żytni 76 g (<b>GLU PSZ, GLU ZYT</b>)                      Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (<b>MLE</b>)                      Polewica wiśniowa wędziona parzona 25 g (<b>GLU PSZ, SOL</b>)                      Serek homio o smaku naturalnym z ziołami 80 g (<b>MLE</b>)                      Słupki z marchewki gotowanej 80 g                      Sałata zielona 20 g                      Jabłko 1 szt 1 szt                      Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p>	<p>Pieczarkowa z ziemniakami ( ) 400 ml (<b>GLU PSZ, MLE, SEL</b>)                      Bika więprzowa z szynki duszona 100 g (<b>GLU PSZ, JAU</b>)                      Sos pomidorowy 50 ml (<b>GLU PSZ</b>)                      Kasza jęczmienna/sykc 150 g (<b>GLU JECZ</b>)                      Bukiet jarzyn gotowany z olejem ( ) 100 g (<b>SEL</b>)                      Fasolka szparagowa z olejem * 100 g (<b>SEL</b>)                      Kompot z aronii i czarne porzeczki* b/c 300 ml (<b>GOR</b>)</p>	<p>Pieczarkowa z ziemniakami ( ) 400 ml (<b>GLU PSZ, MLE, SEL</b>)                      Zrazik wieprzowy pieczony mielony 100 g (<b>GLU PSZ, JAU</b>)                      Sos pomidorowy 50 ml (<b>GLU PSZ</b>)                      Kasza bulgur 150 g (<b>GLU PSZ</b>)                      Fasolka szparagowa z olejem * 100 g (<b>GLU PSZ</b>)                      Sałata szwedzka z olejem b/c 100 g (<b>GOR</b>)                      Kompot z aronii i czarne porzeczki* b/c 300 ml (<b>SEL</b>)</p>	<p>Płatki owsiane na mleku 400 ml (<b>MLE, GLU OWA</b>)                      Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<b>GLU PSZ, GLU ZYT</b>)                      Serek homio o smaku naturalnym z ziołami 30 g (<b>MLE</b>)                      Słupki z marchewki gotowanej 80 g                      Sałata zielona 20 g                      Jabłko 1 szt 1 szt                      Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p>	<p>Płatki owsiane na mleku 400 ml (<b>MLE, GLU OWA</b>)                      Chleb mieszany pszenno-żytni 96 g (<b>GLU PSZ, GLU ZYT</b>)                      Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (<b>MLE</b>)                      Polewica wiśniowa wędziona parzona 25 g (<b>GLU PSZ, SOL</b>)                      Serek homio o smaku naturalnym z ziołami 80 g (<b>MLE</b>)                      Słupki z marchewki gotowanej 80 g                      Sałata zielona 20 g                      Banan 1 szt. 1 szt                      Kawa zbożowa na mleku b/c 300 ml (<b>MLE, GLU ZYT, GLU JECZ</b>)</p>	<p>Płatki owsiane na wywarze jarzynowym 400 ml (<b>SEL, GLU OWA</b>)                      Chleb bezżyltenowy 116 g                      Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g (<b>MLE</b>)                      Serek homio o smaku naturalnym z ziołami 30 g (<b>MLE</b>)                      Słupki z marchewki gotowanej 100 g                      Sałata zielona 20 g                      Banan 1 szt. 1 szt                      Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p>	<p>Płatki owsiane na wywarze jarzynowym 400 ml (<b>SEL, GLU OWA</b>)                      Chleb mieszany pszenno-żytni 116 g (<b>GLU PSZ, GLU ZYT</b>)                      Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g (<b>MLE</b>)                      Serek homio o smaku naturalnym z ziołami 15 g                      Polewica wiśniowa wędziona parzona z dodatkowym wódy wędzona parzona 60 g (<b>GLU PSZ, SOL</b>)                      Słupki z marchewki gotowanej 80 g                      Sałata zielona 20 g                      Banan 1 szt. 1 szt                      Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p>
II ŚN	<p>Biszkopty 30 g (<b>GLU PSZ, JAU, MLE, GLU JECZ</b>)</p>	<p>Sok wielowarstwowy pasteryzowany 1 szt</p>	<p>Kanapka z szynką i sałatką (bułka pszenna 32g, margaryna 5g, szynka 25g, sałata 5g) 1 szt (<b>GLU PSZ, SOL</b>)</p>	<p>Barszcz czerwony z ziemniakami ( ) 400 ml (<b>GLU PSZ, MLE, SEL</b>)                      Bika więprzowa z szynki duszona 100 g (<b>GLU PSZ, JAU</b>)                      Sos pomidorowy 50 ml (<b>GLU PSZ</b>)                      Kasza jęczmienna/sykc 150 g (<b>GLU JECZ</b>)                      Bukiet jarzyn gotowany z olejem ( ) 100 g (<b>SEL</b>)                      Kompot z aronii i czarne porzeczki* b/c 300 ml (<b>MLE</b>)</p>	<p>Jarzynowa z ziemniakami ( ) 400 ml (<b>GLU PSZ, MLE, SEL</b>)                      Zrazik wieprzowy pieczony mielony 100 g (<b>GLU PSZ, JAU</b>)                      Sos pomidorowy 50 ml (<b>GLU PSZ</b>)                      Kasza jęczmienna/sykc 150 g (<b>GLU JECZ</b>)                      Bukiet jarzyn gotowany z olejem ( ) 100 g (<b>SEL</b>)                      Fasolka szparagowa z olejem * 100 g (<b>SEL</b>)                      Kompot z aronii i czarne porzeczki* b/c 300 ml (<b>SEL</b>)</p>	<p>Barszcz czerwony z ziemniakami (bez mleka) ( ) 400 ml (<b>GLU PSZ, SEL</b>)                      Bika więprzowa z szynki duszona 100 g (<b>GLU PSZ, JAU</b>)                      Sos pomidorowy 50 ml (<b>GLU PSZ</b>)                      Kasza jęczmienna/sykc 150 g (<b>GLU JECZ</b>)                      Bukiet jarzyn gotowany z olejem ( ) 100 g (<b>SEL</b>)                      Kompot z aronii i czarne porzeczki* b/c 300 ml (<b>SEL</b>)</p>	<p>Barszcz czerwony z ziemniakami ( ) 400 ml (<b>GLU PSZ, MLE, SEL</b>)                      Zrazik wieprzowy pieczony mielony 100 g (<b>GLU PSZ, JAU</b>)                      Sos pomidorowy 50 ml (<b>GLU PSZ</b>)                      Kasza jęczmienna/sykc 150 g (<b>GLU JECZ</b>)                      Bukiet jarzyn gotowany z olejem ( ) 100 g (<b>SEL</b>)                      Kompot z aronii i czarne porzeczki* b/c 300 ml (<b>SEL</b>)</p>	<p>Barszcz czerwony z ziemniakami ( ) 400 ml (<b>GLU PSZ, MLE, SEL</b>)                      Zrazik wieprzowy pieczony mielony 100 g (<b>GLU PSZ, JAU</b>)                      Sos pomidorowy 50 ml (<b>GLU PSZ</b>)                      Kasza jęczmienna/sykc 150 g (<b>GLU JECZ</b>)                      Bukiet jarzyn gotowany z olejem ( ) 100 g (<b>SEL</b>)                      Kompot z aronii i czarne porzeczki* b/c 300 ml (<b>SEL</b>)</p>	<p>Barszcz czerwony z ziemniakami ( ) 400 ml (<b>GLU PSZ, MLE, SEL</b>)                      Zrazik wieprzowy pieczony mielony 100 g (<b>GLU PSZ, JAU</b>)                      Sos pomidorowy 50 ml (<b>GLU PSZ</b>)                      Kasza jęczmienna/sykc 150 g (<b>GLU JECZ</b>)                      Bukiet jarzyn gotowany z olejem ( ) 100 g (<b>SEL</b>)                      Kompot z aronii i czarne porzeczki* b/c 300 ml (<b>SEL</b>)</p>
Obiad	<p>Kasza jęczmienna/sykc 150 g (<b>GLU JECZ</b>)                      Bukiet jarzyn gotowany z olejem ( ) 100 g (<b>SEL</b>)                      Fasolka szparagowa z olejem * 100 g (<b>SEL</b>)                      Kompot z aronii i czarne porzeczki* b/c 300 ml (<b>SEL</b>)</p>	<p>Kasza jęczmienna/sykc 150 g (<b>GLU JECZ</b>)                      Bukiet jarzyn gotowany z olejem ( ) 100 g (<b>SEL</b>)                      Fasolka szparagowa z olejem * 100 g (<b>SEL</b>)                      Kompot z aronii i czarne porzeczki* b/c 300 ml (<b>SEL</b>)</p>	<p>Kasza jęczmienna/sykc 150 g (<b>GLU JECZ</b>)                      Bukiet jarzyn gotowany z olejem ( ) 100 g (<b>SEL</b>)                      Sałata szwedzka z olejem b/c 100 g (<b>GOR</b>)                      Kompot z aronii i czarne porzeczki* b/c 300 ml (<b>SEL</b>)</p>	<p>Kasza bulgur 150 g (<b>GLU PSZ</b>)                      Fasolka szparagowa z olejem * 100 g (<b>GLU PSZ</b>)                      Sałata szwedzka z olejem b/c 100 g (<b>GOR</b>)                      Kompot z aronii i czarne porzeczki* b/c 300 ml (<b>SEL</b>)</p>	<p>Kasza jęczmienna/sykc 150 g (<b>GLU JECZ</b>)                      Fasolka szparagowa z olejem * 100 g (<b>GLU PSZ</b>)                      Bukiet jarzyn gotowany z olejem ( ) 100 g (<b>SEL</b>)                      Kompot z aronii i czarne porzeczki* b/c 300 ml (<b>SEL</b>)</p>	<p>Kasza jęczmienna/sykc 150 g (<b>GLU JECZ</b>)                      Fasolka szparagowa z olejem * 100 g (<b>GLU PSZ</b>)                      Bukiet jarzyn gotowany z olejem ( ) 100 g (<b>SEL</b>)                      Kompot z aronii i czarne porzeczki* b/c 300 ml (<b>SEL</b>)</p>	<p>Kasza jęczmienna/sykc 150 g (<b>GLU JECZ</b>)                      Fasolka szparagowa z olejem * 100 g (<b>GLU PSZ</b>)                      Bukiet jarzyn gotowany z olejem ( ) 100 g (<b>SEL</b>)                      Kompot z aronii i czarne porzeczki* b/c 300 ml (<b>SEL</b>)</p>	<p>Kasza jęczmienna/sykc 150 g (<b>GLU JECZ</b>)                      Fasolka szparagowa z olejem * 100 g (<b>GLU PSZ</b>)                      Bukiet jarzyn gotowany z olejem ( ) 100 g (<b>SEL</b>)                      Kompot z aronii i czarne porzeczki* b/c 300 ml (<b>SEL</b>)</p>	<p>Kasza jęczmienna/sykc 150 g (<b>GLU JECZ</b>)                      Fasolka szparagowa z olejem * 100 g (<b>GLU PSZ</b>)                      Bukiet jarzyn gotowany z olejem ( ) 100 g (<b>SEL</b>)                      Kompot z aronii i czarne porzeczki* b/c 300 ml (<b>SEL</b>)</p>
PD									

Jadłospisy w dniu 2024-04-18 KUCHNIA OSTRÓW MAZOWIECKA

PN	2024-04-18 czwartek									
	<p>OM- VIII Z ograniczeniem tłuszczu Zestaw II</p> <p>Bulka pszenna duża krojona 92 g (<b>GLU</b>) <b>PSZ</b> Szynkowa depowka kiel.wp.gr.rodz.wędz.parzo.z dodak.wody w osł.niejad 50 g Miód (25g) 1 szt Kalaflor gotowany* 80 g</p>	<p>OM- IX Łatwo strawna Zestaw I</p> <p>Chleb mieszany pszenno-żytni 96 g (<b>GLU</b>) <b>PSZ</b> Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (<b>MLE</b>) Szynkowa depowka kiel.wp.gr.rodz.wędz.parzo.z dodak.wody w osł.niejad 50 g Miód (25g) 1 szt Kalaflor gotowany* 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p>	<p>OM- IX Łatwo strawna Zestaw II</p> <p>Chleb mieszany pszenno-żytni 96 g (<b>GLU</b>) <b>PSZ</b> Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (<b>MLE</b>) Szynkowa depowka kiel.wp.gr.rodz.wędz.parzo.z dodak.wody w osł.niejad 50 g Miód (25g) 1 szt Kalaflor gotowany* 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p>	<p>OM- X Z ogr. łatwo przyswajalnych węgl. Zestaw I</p> <p>Chleb razowy pszenno-żytni 76 g (<b>GLU</b>) <b>PSZ</b> Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (<b>MLE</b>) Szynkowa depowka kiel.wp.gr.rodz.wędz.parzo.z dodak.wody w osł.niejad 25 g Paszet sojowy z pomidorami 50 g (<b>SOJ</b>) <b>GOR</b> Słupki papryki kolorowej 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p>	<p>OM- X Z ogr. łatwo przyswajalnych węgl. Zestaw II</p> <p>Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<b>GLU</b>) <b>PSZ</b>, <b>GLU</b> <b>ZYT</b> Szynkowa depowka kiel.wp.gr.rodz.wędz.parzo.z dodak.wody w osł.niejad 30 g Kalaflor gotowany* 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p>	<p>OM- XI Ubogoenerygetyczna</p> <p>Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<b>GLU</b>) <b>PSZ</b>, <b>GLU</b> <b>ZYT</b> Szynkowa depowka kiel.wp.gr.rodz.wędz.parzo.z dodak.wody w osł.niejad 30 g Kalaflor gotowany* 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p>	<p>OM- XII Bogatobiałkowa łatwostrawna Zestaw I</p> <p>Chleb razowy pszenno-żytni 116 g (<b>GLU</b>) <b>PSZ</b> Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (<b>MLE</b>) Szynkowa depowka kiel.wp.gr.rodz.wędz.parzo.z dodak.wody w osł.niejad 50 g Miód (25g) 1 szt Kalaflor gotowany* 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p>	<p>OM- XII Bogatobiałkowa łatwostrawna Zestaw II</p> <p>Chleb mieszany pszenno-żytni 116 g (<b>GLU</b>) <b>PSZ</b> Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (<b>MLE</b>) Szynkowa depowka kiel.wp.gr.rodz.wędz.parzo.z dodak.wody w osł.niejad 50 g Miód (25g) 1 szt Kalaflor gotowany* 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p>	<p>OM- XIII Niskobiałkowa</p> <p>Ryz na wywarze iaryznowym 400 ml (<b>SEL</b>) Chleb bezglutenowy 116 g Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g (<b>MLE</b>) Miód (25g) 2 szt Kalaflor gotowany* 100 g</p>	<p>OM- XV Beźmleczna Zestaw I</p> <p>Chleb mieszany pszenno-żytni 116 g (<b>GLU</b>) <b>PSZ</b>, <b>GLU</b> <b>ZYT</b> Margaryna roślinna bez mleczna o zaw. 80% tł 15 g Szynkowa depowka kiel.wp.gr.rodz.wędz.parzo.z dodak.wody w osł.niejad 60 g Miód (25g) 1 szt Kalaflor gotowany* 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p>
	<p>Sok wielowarstwiny pasteryzowany 1 szt</p> <p>Wartość energetyczna: 241,16 kcal; Białko ogółem: 113,52 g; Tłuszcz: 49,89 g; Kw. tł. nasy.: 14,90 g; Węglowodany ogółem: 339,02 g; W tym cukry: 101,51 g; Błonnik pok.: 35,83 g; Soli: 7,26 g.</p>	<p>Sok wielowarstwiny pasteryzowany 1 szt</p> <p>Wartość energetyczna: 251,98 kcal; Białko ogółem: 111,71 g; Tłuszcz: 66,33 g; Kw. tł. nasy.: 20,02 g; Węglowodany ogółem: 378,07 g; W tym cukry: 95,68 g; Błonnik pok.: 39,75 g; Soli: 8,99 g.</p>	<p>Sok wielowarstwiny pasteryzowany 1 szt</p> <p>Wartość energetyczna: 2425,94 kcal; Białko ogółem: 102,48 g; Tłuszcz: 63,05 g; Kw. tł. nasy.: 20,33 g; Węglowodany ogółem: 378,07 g; W tym cukry: 90,80 g; Błonnik pok.: 38,86 g; Soli: 8,47 g.</p>	<p>Kanapka z szynką i sałata (chleb razowy 76g, margaryna 5g, szynka 25g, sałata 5g) <b>GLU</b> <b>PSZ</b>, <b>SOJ</b>, <b>GLU</b> <b>ZYT</b></p> <p>Wartość energetyczna: 2510,71 kcal; Białko ogółem: 109,00 g; Tłuszcz: 86,73 g; Kw. tł. nasy.: 24,31 g; Węglowodany ogółem: 334,06 g; W tym cukry: 56,86 g; Błonnik pok.: 34,21 g; Soli: 10,98 g.</p>	<p>Sok wielowarstwiny pasteryzowany 1 szt</p> <p>Wartość energetyczna: 2414,57 kcal; Białko ogółem: 100,74 g; Tłuszcz: 83,59 g; Kw. tł. nasy.: 24,66 g; Węglowodany ogółem: 324,69 g; W tym cukry: 51,39 g; Błonnik pok.: 33,45 g; Soli: 10,46 g.</p>	<p>Sok wielowarstwiny pasteryzowany 1 szt</p> <p>Wartość energetyczna: 1446,10 kcal; Białko ogółem: 69,49 g; Tłuszcz: 31,51 g; Kw. tł. nasy.: 5,35 g; Węglowodany ogółem: 236,28 g; W tym cukry: 39,56 g; Błonnik pok.: 34,88 g; Soli: 5,51 g.</p>	<p>Kanapka z szynką i sałata (bulka pszenna 32g, margaryna 5g, szynka 25g, sałata 5g) <b>GLU</b> <b>PSZ</b>, <b>SOJ</b></p> <p>Wartość energetyczna: 2951,18 kcal; Białko ogółem: 132,40 g; Tłuszcz: 86,32 g; Kw. tł. nasy.: 24,86 g; Węglowodany ogółem: 430,36 g; W tym cukry: 97,70 g; Błonnik pok.: 38,74 g; Soli: 11,27 g.</p>	<p>Sok wielowarstwiny pasteryzowany 1 szt</p> <p>Wartość energetyczna: 2748,72 kcal; Białko ogółem: 120,39 g; Tłuszcz: 75,05 g; Kw. tł. nasy.: 22,78 g; Węglowodany ogółem: 415,01 g; W tym cukry: 92,39 g; Błonnik pok.: 40,17 g; Soli: 9,85 g.</p>	<p>Sok wielowarstwiny pasteryzowany 1 szt</p> <p>Wartość energetyczna: 2515,67 kcal; Białko ogółem: 41,69 g; Tłuszcz: 65,20 g; Kw. tł. nasy.: 17,93 g; Węglowodany ogółem: 454,69 g; W tym cukry: 71,05 g; Błonnik pok.: 38,14 g; Soli: 1,89 g.</p>	<p>Kanapka z szynką i sałata (bulka pszenna 32g, margaryna 5g, szynka 25g, sałata 5g) <b>GLU</b> <b>PSZ</b>, <b>SOJ</b></p> <p>Wartość energetyczna: 2447,74 kcal; Białko ogółem: 95,77 g; Tłuszcz: 69,26 g; Kw. tł. nasy.: 16,97 g; Węglowodany ogółem: 379,64 g; W tym cukry: 65,69 g; Błonnik pok.: 39,71 g; Soli: 10,86 g.</p>

Jadłospisy w dniu 2024-04-18 KUCHNIA OSTRÓW MAZOWIECKA

PD	Obiad	II ŚN	Śniadanie	OM- XV Bezmieczna Zestaw II	OM- Dzieci 1-3-lat	OM- Papkowata/ Przeclerana	OM- Płynna	OM- Wegetariańska	OM- Bezglutenowa	OM- Półznicza Zestaw I	OM- Półznicza Zestaw II	OM- Kobieta Karmiąca Zestaw I	OM- Kobieta Karmiąca Zestaw II	
	<p>Jajzynowa z ziemniakami (bez mleka) ( ) 400 ml (GLU PSZ, SEL)</p> <p>Zrazik wieprzowy pieczony mielony 100 g (GLU PSZ, JAJ)</p> <p>Sos pomidorowy 50 ml (GLU PSZ)</p> <p>Kasza jęczmienna/syplik 150 g (GLU JECZ)</p> <p>Fasolka szparagowa z olejem * 100 g</p> <p>Bukiet jajzyn gotowany z olejem ( ) 100 g (SEL)</p> <p>Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml</p>	<p>Jajzynowa z ziemniakami ( ) 200 ml (GLU PSZ, MLE, SEL)</p> <p>Zrazik wieprzowy pieczony mielony 50 g (GLU PSZ, JAJ)</p> <p>Sos pomidorowy 40 ml (GLU PSZ)</p> <p>Fasolka szparagowa z olejem * 50 g</p> <p>Bukiet jajzyn gotowany z olejem ( ) 50 g (SEL)</p> <p>Kompot z aronii i czarnej porzeczki* z/c 250 ml</p> <p>Kasza jęczmienna/syplik 90 g (GLU JECZ)</p>	<p>Barszcz czerwony z ziemniakami ( ) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL)</p> <p>Zrazik wieprzowy pieczony mielony 100 g (GLU PSZ, JAJ)</p> <p>Sos pomidorowy 50 ml (GLU PSZ)</p> <p>Ziemniaki gotowane puree ( ) 150 g (MLE)</p> <p>Bukiet jajzyn gotowany z olejem ( ) * 100 g (SEL)</p> <p>Fasolka szparagowa z olejem * 100 g</p> <p>Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml</p>	<p>Barszcz czerwony z ziemniakami ( ) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL)</p> <p>Kaszotto wegetariańskie z tofu * 350 g (GLU PSZ, SOL, SEL)</p> <p>Sos pomidorowy 50 ml (GLU PSZ)</p> <p>Fasolka szparagowa z olejem * 100 g</p> <p>Salatka szwedzka z olejem b/c 100 g (GOR)</p> <p>Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml</p>	<p>Kanapka z szynką i sałatką (chleb bezglutenowy 45g, margaryna 5g, szynka 25g, sałata 5g) 1 szt (SOL)</p>	<p>Platki owsiane na wywarze jarzynowym 400 ml (SEL, GLU, OW, MLE)</p> <p>Chleb mieszany pszenno-żytni 116 g (GLU PSZ, GLU, ZYT)</p> <p>Margaryna roślinna bez mleczna o zaw 80% tł 15 g</p> <p>Polędwica wisińowa wędzona mielprzowa z dodatkowym wodą wędzona parzona 60 g (GLU PSZ, SOL)</p> <p>Stupki z marchewki gotowanej 80 g</p> <p>Salata zielona 20 g</p> <p>Banan 1szt. 1 szt</p> <p>Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p>	<p>Kasza manna na mleku 200 ml (GLU PSZ, MLE)</p> <p>Bułka pszenna długa krojona 32 g (GLU PSZ)</p> <p>Margaryna roślinna (80% tł) 5 g (MLE)</p> <p>Ser żółty 25 g (MLE)</p> <p>Pomidor białokoki 40 g</p> <p>Salata zielona 20 g</p> <p>Herbata czarna granulowana z/c 250 ml</p> <p>Banan 1szt. 1 szt</p>	<p>Platki owsiane na wywarze jarzynowym 450 ml (SEL, GLU, OW, MLE)</p> <p>Bułka pszenna długa krojona 32 g (GLU PSZ)</p> <p>Margaryna roślinna (80% tł) 15 g (MLE)</p> <p>Polędwica wisińowa wędzona mielprzowa z dodatkowym wodą wędzona parzona 60 g (GLU PSZ, SOL)</p> <p>Serek homo o smaku naturalnym z ziołami 80 g (MLE)</p> <p>Stupki z marchewki gotowanej 100 g</p> <p>Mus z jabłek ( ) b/c 150 g</p> <p>Kawa zbożowa na mleku b/c 300 ml (MLE, GLU, ZYT, JECZ)</p>	<p>Platki owsiane na mleku 400 ml (MLE, GLU, OW)</p> <p>Chleb razowy pszenno-żytni 116 g (GLU PSZ, GLU, ZYT)</p> <p>Margaryna roślinna (80% tł) 10 g (MLE)</p> <p>Ser żółty 60 g (MLE)</p> <p>Stupki z marchewki 80 g</p> <p>Salata zielona 20 g</p> <p>Banan 1szt. 1 szt</p> <p>Kawa zbożowa na mleku b/c 300 ml (MLE, GLU, ZYT, GLU JECZ)</p>	<p>Ryz na wywarze jarzynowym 400 ml (SEL)</p> <p>Chleb bezglutenowy 100 g</p> <p>Margaryna roślinna bez mleczna o zaw 80% tł 15 g</p> <p>Schab gotowany 50 g</p> <p>Stupki z marchewki gotowanej 80 g</p> <p>Salata zielona 20 g</p> <p>Banan 1szt. 1 szt</p> <p>Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p>	<p>OM- Półznicza Zestaw I</p> <p>Platki owsiane na mleku 400 ml (MLE, GLU, OW, MLE)</p> <p>Chleb mieszany pszenno-żytni 96 g (GLU PSZ, GLU, ZYT)</p> <p>Margaryna roślinna (80% tł) 10 g (MLE)</p> <p>Polędwica wisińowa wędzona mielprzowa z dodatkowym wodą wędzona parzona 25 g (GLU PSZ, SOL)</p> <p>Serek homo o smaku naturalnym z ziołami 80 g (MLE)</p> <p>Stupki z marchewki gotowanej 80 g</p> <p>Salata zielona 20 g</p> <p>Banan 1szt. 1 szt</p> <p>Kawa zbożowa na mleku b/c 300 ml (MLE, GLU, ZYT, GLU JECZ)</p>	<p>OM- Półznicza Zestaw II</p> <p>Platki owsiane na mleku 400 ml (MLE, GLU, OW, MLE)</p> <p>Chleb mieszany pszenno-żytni 96 g (GLU PSZ, GLU, ZYT)</p> <p>Margaryna roślinna (80% tł) 10 g (MLE)</p> <p>Polędwica wisińowa wędzona mielprzowa z dodatkowym wodą wędzona parzona 25 g (GLU PSZ, SOL)</p> <p>Serek homo o smaku naturalnym z ziołami 80 g (MLE)</p> <p>Stupki z marchewki gotowanej 80 g</p> <p>Salata zielona 20 g</p> <p>Banan 1szt. 1 szt</p> <p>Kawa zbożowa na mleku b/c 300 ml (MLE, GLU, ZYT, GLU JECZ)</p>	<p>OM- Kobieta Karmiąca Zestaw I</p> <p>Kasza jęczmienna/syplik 150 g (GLU JECZ)</p> <p>Bukiet jajzyn gotowany z olejem ( ) 100 g (SEL)</p> <p>Fasolka szparagowa z olejem * 100 g</p> <p>Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml</p>	<p>OM- Kobieta Karmiąca Zestaw II</p> <p>Jajzynowa z ziemniakami ( ) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL)</p> <p>Zrazik wieprzowy pieczony mielony 100 g (GLU PSZ, JAJ)</p> <p>Sos pomidorowy 50 ml (GLU PSZ)</p> <p>Kasza jęczmienna/syplik 150 g (GLU JECZ)</p> <p>Bukiet jajzyn gotowany z olejem ( ) 100 g (SEL)</p> <p>Fasolka szparagowa z olejem * 100 g</p> <p>Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml</p>
	<p>Kisiel o smaku cytrynowym b/c 300 ml</p>	<p>Kisiel o smaku cytrynowym b/c 300 ml</p>	<p>Biszkopty 30 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU, JECZ)</p>	<p>Kisiel o smaku cytrynowym b/c 300 ml</p>	<p>Kisiel o smaku cytrynowym b/c 300 ml</p>	<p>Kisiel o smaku cytrynowym b/c 300 ml</p>	<p>Kisiel o smaku cytrynowym b/c 300 ml</p>	<p>Kisiel o smaku cytrynowym b/c 300 ml</p>	<p>Kisiel o smaku cytrynowym b/c 300 ml</p>	<p>Kisiel o smaku cytrynowym b/c 300 ml</p>	<p>Kisiel o smaku cytrynowym b/c 300 ml</p>	<p>Kisiel o smaku cytrynowym b/c 300 ml</p>	<p>Kisiel o smaku cytrynowym b/c 300 ml</p>	

2024-04-18 czwartek

Jadłospisy w dniu 2024-04-18 KUCHNIA OSTRÓW MAZOWIECKA

OM- XV Bezmieczna Zestaw II	OM- Dzieci 1-3 lat	OM- Papikwatali Przecierana	OM- Płynna	OM- Wegetariańska	OM- Bezglutenowa	OM- Pokrzączka Zestaw I	OM- Pokrzączka Zestaw II	OM- Kobieta Karmiąca Zestaw I	OM- Kobieta Karmiąca Zestaw II
Chleb mieszany pszenno-żytni 116 g (GLU PSZ, GLU ZYT, MARG) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw. 80% tł 15 g Szynkowa dębowa Kiel:wp.gr:rozdz:wędz.par zo.z.dodat.wody w osł.nieład 60 g Miód (25g) 1 szt Katalifor gotowany* 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 32 g (GLU PSZ) Margaryna roślinna (80% tł.) 5 g (MLE) Szynkowa dębowa Kiel:wp.gr:rozdz:wędz.par zo.z.dodat.wody w osł.nieład 30 g Słupki papryki kolorowej 40 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 32 g (GLU PSZ) Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g (MLE) Szynkowa dębowa Kiel:wp.gr:rozdz:wędz.par zo.z.dodat.wody w osł.nieład 60 g Katalifor gotowany* 100 g Ryż na wywarze jarzynowym 450 ml (SEL) Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 96 g (GLU PSZ, GLU ZYT, MARG) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE) Paszeta soljowy z pomidorami 80 g (SOJ GOR) Słupki papryki kolorowej 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Chleb bezglutenowy 100 g Margaryna roślinna bez mleczna o zaw. 80% tł 15 g Schab gotowany 60 g Miód (25g) 1 szt Katalifor gotowany* 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 96 g (GLU PSZ, GLU ZYT, MARG) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE) Szynkowa dębowa Kiel:wp.gr:rozdz:wędz.par zo.z.dodat.wody w osł.nieład 50 g Miód (25g) 1 szt Katalifor gotowany* 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Chleb razowy pszenno-żytni 96 g (GLU PSZ, GLU ZYT, MARG) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE) Szynkowa dębowa Kiel:wp.gr:rozdz:wędz.par zo.z.dodat.wody w osł.nieład 50 g Miód (25g) 1 szt Katalifor gotowany* 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 96 g (GLU PSZ, GLU ZYT, MARG) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE) Szynkowa dębowa Kiel:wp.gr:rozdz:wędz.par zo.z.dodat.wody w osł.nieład 50 g Miód (25g) 1 szt Katalifor gotowany* 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 96 g (GLU PSZ, GLU ZYT, MARG) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE) Szynkowa dębowa Kiel:wp.gr:rozdz:wędz.par zo.z.dodat.wody w osł.nieład 50 g Miód (25g) 1 szt Katalifor gotowany* 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Chleb razowy pszenno-żytni 96 g (GLU PSZ, GLU ZYT, MARG) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE) Szynkowa dębowa Kiel:wp.gr:rozdz:wędz.par zo.z.dodat.wody w osł.nieład 50 g Miód (25g) 1 szt Katalifor gotowany* 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml
Sok wielowarstwowy pasteryzowany 1 szt									
PN	PN	PN	PN	PN	PN	PN	PN	PN	PN
Kanapka z szynką i sałatką (Bułka pszenna 32g, margaryna 5g, szynka 25g, sałata 5g) 1 szt (GLU PSZ, SOJ)	Wartość energetyczna: 1529,46 kcal; Białko ogółem: 52,75 g; Tłuszcz: 36,52 g; Kw. tł. nasy.: 13,35 g; Węglowodany ogółem: 262,93 g; W tym cukry: 111,70 g; Błonnik pok.: 20,24 g; Soli: 3,64 g.	Wartość energetyczna: 2127,22 kcal; Białko ogółem: 101,17 g; Tłuszcz: 64,27 g; Kw. tł. nasy.: 20,04 g; Węglowodany ogółem: 302,88 g; W tym cukry: 45,42 g; Błonnik pok.: 39,17 g; Soli: 7,41 g.	Wartość energetyczna: 2751,64 kcal; Białko ogółem: 94,98 g; Tłuszcz: 96,57 g; Kw. tł. nasy.: 30,05 g; Węglowodany ogółem: 384,84 g; W tym cukry: 97,66 g; Błonnik pok.: 49,23 g; Soli: 9,82 g.	Wartość energetyczna: 2534,99 kcal; Białko ogółem: 95,98 g; Tłuszcz: 77,98 g; Kw. tł. nasy.: 17,11 g; Węglowodany ogółem: 373,82 g; W tym cukry: 65,59 g; Błonnik pok.: 33,56 g; Soli: 3,43 g.	Wartość energetyczna: 2781,18 kcal; Białko ogółem: 118,39 g; Tłuszcz: 68,91 g; Kw. tł. nasy.: 20,26 g; Węglowodany ogółem: 445,48 g; W tym cukry: 129,86 g; Błonnik pok.: 39,79 g; Soli: 9,23 g.	Wartość energetyczna: 2688,40 kcal; Białko ogółem: 110,79 g; Tłuszcz: 65,63 g; Kw. tł. nasy.: 20,57 g; Węglowodany ogółem: 437,19 g; W tym cukry: 125,94 g; Błonnik pok.: 38,90 g; Soli: 8,71 g.	Wartość energetyczna: 2781,18 kcal; Białko ogółem: 118,39 g; Tłuszcz: 68,91 g; Kw. tł. nasy.: 20,26 g; Węglowodany ogółem: 445,48 g; W tym cukry: 129,86 g; Błonnik pok.: 39,79 g; Soli: 9,23 g.	Wartość energetyczna: 2688,40 kcal; Białko ogółem: 110,79 g; Tłuszcz: 65,63 g; Kw. tł. nasy.: 20,57 g; Węglowodany ogółem: 437,19 g; W tym cukry: 125,94 g; Błonnik pok.: 38,90 g; Soli: 8,71 g.	Wartość energetyczna: 2688,40 kcal; Białko ogółem: 110,79 g; Tłuszcz: 65,63 g; Kw. tł. nasy.: 20,57 g; Węglowodany ogółem: 437,19 g; W tym cukry: 125,94 g; Błonnik pok.: 38,90 g; Soli: 8,71 g.

## Oznaczenia alergenów:

GLU PSZ - Zboża zawierające gluten pszeniczny,  
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,  
ŁUB - Łubin 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 odż.

Wartość energetyczna - Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal],  
Białko ogółem - Białko ogółem wg 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 węglodanów,  
Ener. z Bł. - % energii z błonnika,  
W tym cukry - w tym cukry,  
WW - WW,





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

	Nazwa dania/asortymentu	Składniki
Lp	Asortyment	Porcja - Definicja receptury (asortymenty wg ilości malejącej)
		Składniki
<b>1</b>	<b>Sonda / płynna śn. 1 400 g (GLU PSZ, MLE,)</b>	
1	Mleko 2% nv(MLE,)	
2	Serek Homog. o smaku naturalnym 2,5% tł. nv(MLE,)	Twaróg chudy (MLE,), Śmietanka (MLE,), E202 , Chlorek wapnia
3	Kasza manna nv(GLU PSZ,)	
4	Cukier	
5	Masło 82% tł. nv(MLE,)	Śmietanka pasteryzowana (MLE,)
<b>2</b>	<b>Sonda mleczna! 2 400 g (GLU PSZ, JAJ, MLE,)</b>	
1	Mleko 2% nv(MLE,)	
2	Kasza manna nv(GLU PSZ,)	
3	Cukier	
4	Masło 82% tł. nv(MLE,)	Śmietanka pasteryzowana (MLE,)
5	Mleko w proszku pełne nv(MLE,)	
6	Jaja M nv(JAJ,)	
7	Suchary bez cukru 285g nv	
<b>3</b>	<b>Sonda / płynna ob. 3 400 g (GLU PSZ, JAJ, SEL,)</b>	
1	Woda	
2	Włoszczyzna mroż. 3skl paski/marchew.pietruszka.seler(SEL,)	Marchew , Pietruszka korzeń , Seler (SEL,)
3	Udziec z kurczaka b/k b/s	
4	Makaron z pszenicy zwyczajnej z kurkuma nv(GLU PSZ,)	Mąka pszenna (GLU PSZ,), Woda , Kurkuma
5	Olej rzepakowy nv	
6	Jaja M nv(JAJ,)	
<b>4</b>	<b>Sonda ziemniaczana 4 300 g (JAJ, MLE, SEL,)</b>	
1	Woda	
2	Ziemniaki	
3	Marchew	
4	Udziec z kurczaka b/k b/s	
5	Seler(SEL,)	
6	Masło 82% tł. nv(MLE,)	Śmietanka pasteryzowana (MLE,)
7	Jaja M nv(JAJ,)	
<b>5</b>	<b>Sonda mięsna! 5 400 g (JAJ, SEL,)</b>	
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,)	

