

Jadłospisy w dniu 2024-05-07 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 żołąd. Zestaw I	OM- VII Z ogr. sub. pobudz. wyd. z soku żołą. Zestaw II	OM- VIII Z ograniczeniem tłuszczu Zestaw I
Platki jęczmienne na mleku (MLE, GLU JECZ.) 400 ml Chleb razowy pszemno-żytni (GLU PSZ, GLU ZYT) 116 g Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g Szynka na kartki- (MLE) wieprzowa, wędzona, parzona 25 g Paszki z soczewicy (JAJ) 50 g (GLU PSZ, JAJ) Salatka z brokułu, oliwy i koperku 100 g Kawa zbożowa na mleku b/c 300 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.) Jabłko 1 szt 1 szt	Sonda / płynna śn. 1 400 g (GLU PSZ MLE)	Sonda / płynna ob. 2 400 g (GLU PSZ, JAJ, MLE)	Platki jęczmienne na mleku 400 ml (MLE, GLU JECZ.) Buka pszenna długa krojona (80% tł.) 10 g (MLE) Margaryna roślinna (80% tł.) 100 g Szynka na kartki- wieprzowa, wędzona parzona 50 g Brokuł gotowany z olejem * 100 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Jabłko 1 szt 1 szt	Platki jęczmienne na mleku 400 ml (MLE, GLU JECZ.) Buka pszenna długa krojona (80% tł.) 10 g (MLE) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE) Szynka na kartki- wieprzowa, wędzona parzona 50 g Brokuł gotowany z olejem * 100 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Jabłko 1 szt 1 szt	Platki jęczmienne na mleku 400 ml (MLE, GLU JECZ.) Buka pszenna długa krojona (80% tł.) 10 g (MLE) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE) Szynka na kartki- wieprzowa, wędzona parzona 50 g Brokuł gotowany z olejem * 100 g Kawa zbożowa na mleku b/c 300 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.) Jabłko 1 szt 1 szt	Platki jęczmienne na mleku 400 ml (MLE, GLU JECZ.) Buka pszenna długa krojona (80% tł.) 10 g (MLE) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE) Szynka na kartki- wieprzowa, wędzona parzona 50 g Brokuł gotowany z olejem * 100 g Kawa zbożowa na mleku b/c 300 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.) Jabłko 1 szt 1 szt	Platki jęczmienne na mleku 400 ml (MLE, GLU JECZ.) Buka pszenna długa krojona (80% tł.) 10 g (MLE) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE) Szynka na kartki- wieprzowa, wędzona parzona 50 g Brokuł gotowany z olejem * 100 g Kawa zbożowa na mleku b/c 300 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.) Jabłko 1 szt 1 szt	Platki jęczmienne na mleku 400 ml (MLE, GLU JECZ.) Buka pszenna długa krojona (80% tł.) 10 g (MLE) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE) Szynka na kartki- wieprzowa, wędzona parzona 50 g Brokuł gotowany z olejem * 100 g Kawa zbożowa na mleku b/c 300 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.) Jabłko 1 szt 1 szt	Platki jęczmienne na mleku 400 ml (MLE, GLU JECZ.) Buka pszenna długa krojona (80% tł.) 10 g (MLE) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE) Szynka na kartki- wieprzowa, wędzona parzona 50 g Brokuł gotowany z olejem * 100 g Kawa zbożowa na mleku b/c 300 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.) Jabłko 1 szt 1 szt
Sniadanie									
Kefir z truskawkami* 200 g (MLE)									
Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (MLE)									
II ŚN									
Ogórkowa z ryżem (JAJ) 400 ml (MLE, SEL.) Mięso drobiowe pieczone z udźca kurczaka 100 g (GLU PSZ, JAJ) Sos pietruszkowy* 50 ml (GLU PSZ, MLE) Ziemniaki z koperkiem 180 g Surowka z selera i jabłka z olejem (JAJ) 100 g (SEL.) Cukinia pieczona z olejem (JAJ) 100 g (SEL.) Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml	Kalafiorowa z ryżem (JAJ) 400 ml (MLE, SEL.) Klopsik drobiowy z udźca 100 g (GLU PSZ, JAJ) Sos pietruszkowy* 50 ml (GLU PSZ, MLE) Ziemniaki z koperkiem 180 g Surowka z selera i jabłka z olejem (JAJ) 100 g (SEL.) Cukinia pieczona z olejem (JAJ) 100 g (SEL.) Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml	Sonda / płynna ob. 3 400 g (GLU PSZ, JAJ, SEL.)	Ryżowa (JAJ) 400 ml (MLE, SEL.) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g (GLU PSZ, JAJ) Sos pietruszkowy* 50 ml (GLU PSZ, MLE) Ziemniaki z koperkiem 180 g Surowka z selera i jabłka z olejem (JAJ) 100 g (SEL.) Cukinia pieczona z olejem (JAJ) 100 g (SEL.) Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml	Kalafiorowa z ryżem (JAJ) 400 ml (MLE, SEL.) Klopsik drobiowy z udźca 100 g (GLU PSZ, JAJ) Sos pietruszkowy* 50 ml (GLU PSZ, MLE) Ziemniaki z koperkiem 180 g Surowka z selera i jabłka z olejem (JAJ) 100 g (SEL.) Cukinia pieczona z olejem (JAJ) 100 g (SEL.) Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml	Ryżowa (JAJ) 400 ml (MLE, SEL.) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g (GLU PSZ, JAJ) Sos pietruszkowy* 50 ml (GLU PSZ, MLE) Ziemniaki z koperkiem 180 g Surowka z selera i jabłka z olejem (JAJ) 100 g (SEL.) Cukinia pieczona z olejem (JAJ) 100 g (SEL.) Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml	Kalafiorowa z ryżem (JAJ) 400 ml (MLE, SEL.) Klopsik drobiowy z udźca 100 g (GLU PSZ, JAJ) Sos pietruszkowy* 50 ml (GLU PSZ, MLE) Ziemniaki z koperkiem 180 g Surowka z selera i jabłka z olejem (JAJ) 100 g (SEL.) Cukinia pieczona z olejem (JAJ) 100 g (SEL.) Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml	Ryżowa (JAJ) 400 ml (MLE, SEL.) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g (GLU PSZ, JAJ) Sos pietruszkowy* 50 ml (GLU PSZ, MLE) Ziemniaki z koperkiem 180 g Surowka z selera i jabłka z olejem (JAJ) 100 g (SEL.) Cukinia pieczona z olejem (JAJ) 100 g (SEL.) Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml	Kalafiorowa z ryżem (JAJ) 400 ml (MLE, SEL.) Klopsik drobiowy z udźca 100 g (GLU PSZ, JAJ) Sos pietruszkowy* 50 ml (GLU PSZ, MLE) Ziemniaki z koperkiem 180 g Surowka z selera i jabłka z olejem (JAJ) 100 g (SEL.) Cukinia pieczona z olejem (JAJ) 100 g (SEL.) Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml	Ryżowa (JAJ) 400 ml (MLE, SEL.) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g (GLU PSZ, JAJ) Sos pietruszkowy* 50 ml (GLU PSZ, MLE) Ziemniaki z koperkiem 180 g Surowka z selera i jabłka z olejem (JAJ) 100 g (SEL.) Cukinia pieczona z olejem (JAJ) 100 g (SEL.) Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml
Obiad									

2024-05-07 wtorek

Jadłospisy w dniu 2024-05-07 KUCHNIA OSTRÓW MAZOWIECKA

2024-05-07 wtorek	
PD	<p>OM- I Podstawowa zestaw I</p> <p>OM- I Podstawowa zestaw II</p> <p>OM- III b Do żywienia przez sondę</p> <p>Sonda ziemniaczana 4 400 g (<u>JAJ, MLE, SEL.</u>)</p>
Kolacja	<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>Poledwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkowym wodą wędzona parzona 25 g (<u>GLU PSZ, SOJ</u>)</p> <p>Serek wiejski ziamisty 50 g (<u>MLE</u>)</p> <p>Salatka z pomidora, miksusu sałat i oleju 100 g</p> <p>Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p>
PN	<p>Sok z buraków cześciowo z zagęszczonych soków 0,33L -produkt pasteryzowany 1 szt</p> <p>Sonda ziemniaczana 4 300 g (<u>JAJ, MLE, SEL.</u>)</p>
OM- I Podstawowa zestaw I	<p>OM- IV Łatwo strawna dziecięca Zestaw I</p> <p>OM- IV Łatwo strawna dziecięca Zestaw II</p> <p>OM- VI Pooperacyjna Zestaw I</p> <p>OM- VI Pooperacyjna Zestaw II</p> <p>OM- VII Z ogr. sub. pobudz. wyd. z soku zóład. Zestaw I</p> <p>OM- VII Z ogr. sub. pobudz. wyd. z soku zóład. Zestaw II</p> <p>OM- VIII Z ograniczeniem tłuszczu Zestaw I</p>
Wartość energetyczna: 2504,05 kcal; Białko ogółem: 107,58 g; Tłuszcz: 81,08 g; Kw. tł. nasy.: 22,07 g; Węglowodany ogółem: 352,11 g; W tym cukry: 90,33 g; Błonnik pok.: 37,47 g; Sól: 10,38 g;	<p>Wartość energetyczna: 2548,05 kcal; Białko ogółem: 102,71 g; Tłuszcz: 83,68 g; Kw. tł. nasy.: 22,02 g; Węglowodany ogółem: 362,59 g; W tym cukry: 91,12 g; Błonnik pok.: 38,28 g; Sól: 9,93 g;</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>Wartość energetyczna: 2074,44 kcal; Białko ogółem: 96,82 g; Tłuszcz: 62,18 g; Kw. tł. nasy.: 18,56 g; Węglowodany ogółem: 295,60 g; W tym cukry: 84,49 g; Błonnik pok.: 30,84 g; Sól: 7,73 g;</p>
Wartość energetyczna: 2104,00 kcal; Białko ogółem: 90,90 g; Tłuszcz: 64,42 g; Kw. tł. nasy.: 17,86 g; Węglowodany ogółem: 303,86 g; W tym cukry: 83,61 g; Błonnik pok.: 31,75 g; Sól: 7,95 g;	<p>Wartość energetyczna: 2047,33 kcal; Białko ogółem: 98,03 g; Tłuszcz: 59,17 g; Kw. tł. nasy.: 16,58 g; Węglowodany ogółem: 294,15 g; W tym cukry: 73,98 g; Błonnik pok.: 30,40 g; Sól: 7,82 g;</p>
Wartość energetyczna: 2108,60 kcal; Białko ogółem: 93,80 g; Tłuszcz: 64,13 g; Kw. tł. nasy.: 16,71 g; Węglowodany ogółem: 303,00 g; W tym cukry: 74,75 g; Błonnik pok.: 31,31 g; Sól: 7,87 g;	<p>Wartość energetyczna: 2165,90 kcal; Białko ogółem: 104,86 g; Tłuszcz: 62,91 g; Kw. tł. nasy.: 20,18 g; Węglowodany ogółem: 306,04 g; W tym cukry: 89,97 g; Błonnik pok.: 25,57 g; Sól: 7,88 g;</p>
Wartość energetyczna: 2227,17 kcal; Białko ogółem: 100,63 g; Tłuszcz: 67,86 g; Kw. tł. nasy.: 20,31 g; Węglowodany ogółem: 314,90 g; W tym cukry: 90,74 g; Błonnik pok.: 26,48 g; Sól: 7,93 g;	<p>Wartość energetyczna: 2091,62 kcal; Białko ogółem: 108,77 g; Tłuszcz: 49,93 g; Kw. tł. nasy.: 16,39 g; Węglowodany ogółem: 315,72 g; W tym cukry: 68,74 g; Błonnik pok.: 29,36 g; Sól: 6,85 g;</p>
Sok z buraków cześciowo z zagęszczonych soków 0,33L -produkt pasteryzowany 1 szt	<p>Kanapka z twarogiem i pomidorem (bukia pszenna 32g, margaryna 5g, twaróg 25g, sałata 5g) 1 szt (<u>GLU PSZ, MLE</u>)</p>
Bukia pszenna długa krojona 76 g (<u>GLU PSZ</u>)	<p>Bukia pszenna długa krojona 76 g (<u>GLU PSZ</u>)</p> <p>Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (<u>MLE</u>)</p> <p>Poledwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkowym wodą wędzona parzona 25 g (<u>GLU PSZ, SOJ</u>)</p> <p>Serek wiejski ziamisty 50 g (<u>MLE</u>)</p> <p>Pomidor b/skołki 80 g (<u>MLE</u>)</p> <p>Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p>
Bukia pszenna długa krojona 76 g (<u>GLU PSZ</u>)	<p>Bukia pszenna długa krojona 76 g (<u>GLU PSZ</u>)</p> <p>Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (<u>MLE</u>)</p> <p>Poledwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkowym wodą wędzona parzona 25 g (<u>GLU PSZ, SOJ</u>)</p> <p>Serek wiejski ziamisty 50 g (<u>MLE</u>)</p> <p>Salatka z pomidora, miksusu sałat i oleju 100 g</p> <p>Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p>
Bukia pszenna długa krojona 76 g (<u>GLU PSZ</u>)	<p>Bukia pszenna długa krojona 76 g (<u>GLU PSZ</u>)</p> <p>Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (<u>MLE</u>)</p> <p>Poledwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkowym wodą wędzona parzona 25 g (<u>GLU PSZ, SOJ</u>)</p> <p>Serek wiejski ziamisty 50 g (<u>MLE</u>)</p> <p>Szpinak gotowany z olejem* 100 g (<u>GLU PSZ</u>)</p> <p>Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p>
Bukia pszenna długa krojona 76 g (<u>GLU PSZ</u>)	<p>Bukia pszenna długa krojona 76 g (<u>GLU PSZ</u>)</p> <p>Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (<u>MLE</u>)</p> <p>Poledwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkowym wodą wędzona parzona 25 g (<u>GLU PSZ, SOJ</u>)</p> <p>Serek wiejski ziamisty 50 g (<u>MLE</u>)</p> <p>Szpinak gotowany z olejem* 100 g (<u>GLU PSZ</u>)</p> <p>Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p>

Jadłospisy w dniu 2024-05-07 KUCHNIA OSTRÓW MAZOWIECKA

OM- VIII Z ograniczeniem tłuszczu Zestaw II	OM- IX Łatwo strawna zestaw I	OM- IX Łatwo strawna zestaw II	OM- X Z ogr. łatwo przyswajalnych węgl. Zestaw I	OM- X Z ogr. łatwo przyswajalnych węgl. Zestaw II	OM- XI Ubogopenergetyczna	OM- XII Bogatobiałkowa łatwostrawna Zestaw I	OM- XII Bogatobiałkowa łatwostrawna Zestaw II	OM- XIII Niskobiałkowa	OM- XV Bezmleczna Zestaw I
Platki jęczmieńne na mleku 400 ml (<u>MLE, GLU, JECZ</u>) Bukła pszenna długa krojona 90 g (<u>GLU, PSZ</u>) Szyńka na kartki- wieprzowa, wędzona , parzona 50 g Brokuł gotowany z olejem * 100 g Kawa zbożowa na mleku b/c 300 ml (<u>MLE, GLU, ZYT, GLU, JECZ</u>) Jabłko 1 szt 1 szt	Platki jęczmieńne na mleku 400 ml (<u>MLE, GLU, JECZ</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni (<u>GLU, PSZ, GLU, ZYT</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (<u>MLE</u>) Szyńka na kartki- wieprzowa, wędzona , parzona 50 g Brokuł gotowany z olejem * 100 g Kawa zbożowa na mleku b/c 300 ml (<u>MLE, GLU, ZYT, GLU, JECZ</u>) Jabłko 1 szt 1 szt	Platki jęczmieńne na mleku 400 ml (<u>MLE, GLU, JECZ</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 96 g (<u>GLU, PSZ, GLU, ZYT</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (<u>MLE</u>) Szyńka na kartki- wieprzowa, wędzona , parzona 50 g Brokuł gotowany z olejem * 100 g Kawa zbożowa na mleku b/c 300 ml (<u>MLE, GLU, ZYT, GLU, JECZ</u>) Jabłko 1 szt 1 szt	Kasza gryczana na mleku 400 g (<u>MLE</u>) Chleb razowy pszenno-żytni 76 g (<u>GLU, PSZ, GLU, ZYT</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (<u>MLE</u>) Szyńka na kartki- wieprzowa, wędzona , parzona 25 g Pasztet z soczewicy () 50 g (<u>GLU, PSZ, JAU</u>) Salatka z brokułu, oliwy i koperku 100 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Jabłko 1 szt 1 szt	Kefir 2,0% tł 150g 1 szt (<u>MLE</u>) Migdały 10 g (<u>ORZ</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 66 g (<u>GLU, PSZ, GLU, ZYT</u>) Szyńka na kartki- wieprzowa, wędzona , parzona 30 g Jabłko 1 szt 1 szt Brokuł gotowany z olejem * 100 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Platki jęczmieńne na mleku 400 ml (<u>MLE, GLU, JECZ</u>) Bukła pszenna długa krojona 90 g (<u>GLU, PSZ</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (<u>MLE</u>) Szyńka na kartki- wieprzowa, wędzona , parzona 50 g Brokuł gotowany z olejem * 100 g Kawa zbożowa na mleku b/c 300 ml (<u>MLE, GLU, ZYT, GLU, JECZ</u>) Jabłko 1 szt 1 szt	Platki jęczmieńne na mleku 400 ml (<u>MLE, GLU, JECZ</u>) Bukła pszenna długa krojona 90 g (<u>GLU, PSZ</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (<u>MLE</u>) Szyńka na kartki- wieprzowa, wędzona , parzona 50 g Brokuł gotowany z olejem * 100 g Kawa zbożowa na mleku b/c 300 ml (<u>MLE, GLU, ZYT, GLU, JECZ</u>) Jabłko 1 szt 1 szt	Platki jęczmieńne na wywarze jarzynowym 300 ml (<u>SEL, GLU, JECZ</u>) Chleb bezglutenowy 116 g Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g (<u>MLE</u>) Szyńka na kartki- wieprzowa, wędzona , parzona 30 g Dżem 50 g Brokuł gotowany z olejem * 100 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Jabłko 1 szt 1 szt	Platki jęczmieńne na wywarze jarzynowym 400 ml (<u>SEL, GLU, JECZ</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 116 g (<u>GLU, PSZ, GLU, ZYT</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw. 80% tł 15 g Szyńka na kartki- wieprzowa, wędzona , parzona 60 g Brokuł gotowany z olejem * 100 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Jabłko 1 szt 1 szt
II ŚN									
Kalafiorowa z ryżem () 400 ml (<u>MLE, SEL</u>) Klopsik drobiowy z udźca 100 g (<u>GLU, PSZ, JAU</u>) Sos pietruszkowy* 50 ml (<u>GLU, PSZ, MLE</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Cukinia pieczona z olejem () 100 g Surowka z selera i jabłka z olejem () 100 g (<u>SEL</u>) Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml	Ryżowa () 400 ml (<u>MLE, SEL</u>) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g (<u>GLU, PSZ, JAU</u>) Sos pietruszkowy* 50 ml (<u>GLU, PSZ, MLE</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Cukinia pieczona z olejem () 100 g Surowka z selera i jabłka z olejem () 100 g (<u>SEL</u>) Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml	Kalafiorowa z ryżem () 400 ml (<u>MLE, SEL</u>) Klopsik drobiowy z udźca 100 g (<u>GLU, PSZ, JAU</u>) Sos pietruszkowy* 50 ml (<u>GLU, PSZ, MLE</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Cukinia pieczona z olejem () 100 g Surowka z selera i jabłka z olejem () 100 g (<u>SEL</u>) Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml	Ogórkowa z ryżem brażowym () 400 ml (<u>MLE, SEL</u>) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g (<u>GLU, PSZ, JAU</u>) Sos pietruszkowy* 50 ml (<u>GLU, PSZ, MLE</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Cukinia pieczona z olejem () 100 g Surowka z selera i jabłka z olejem () 100 g (<u>SEL</u>) Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml	Kalafiorowa z ryżem brażowym () 400 ml (<u>MLE, SEL</u>) Klopsik drobiowy z udźca 100 g (<u>GLU, PSZ, JAU</u>) Sos pietruszkowy* 50 ml (<u>GLU, PSZ, MLE</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Cukinia pieczona z olejem () 100 g Surowka z selera i jabłka z olejem () 100 g (<u>SEL</u>) Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml	Ryżowa () 400 ml (<u>MLE, SEL</u>) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g (<u>GLU, PSZ, JAU</u>) Sos pietruszkowy* 50 ml (<u>GLU, PSZ, MLE</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Cukinia pieczona z olejem () 100 g Surowka z selera i jabłka z olejem () 100 g (<u>SEL</u>) Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml	Kalafiorowa z ryżem () 400 ml (<u>MLE, SEL</u>) Klopsik drobiowy z udźca 100 g (<u>GLU, PSZ, JAU</u>) Sos pietruszkowy* 50 ml (<u>GLU, PSZ, MLE</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Cukinia pieczona z olejem () 100 g Surowka z selera i jabłka z olejem () 100 g (<u>SEL</u>) Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml	Ryżowa (bez mleka) () 400 ml (<u>SEL</u>) Zapiekanka z ziemniaków i warzyw* 400 g (<u>JAU, MLE, SEL</u>) Sos pietruszkowy* 50 ml (<u>GLU, PSZ, MLE</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Cukinia pieczona z olejem () 100 g Surowka z selera i jabłka z olejem () 100 g (<u>SEL</u>) Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml	Ryżowa (bez mleka) () 400 ml (<u>SEL</u>) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g (<u>GLU, PSZ, JAU</u>) Sos pietruszkowy* 50 ml (<u>GLU, PSZ, MLE</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Cukinia pieczona z olejem () 100 g Surowka z selera i jabłka z olejem () 100 g (<u>SEL</u>) Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml	

2024-05-07 wtorek

Jadłospisy w dniu 2024-05-07 KUCHNIA OSTRÓW MAZOWIECKA

2024-05-07 wtorek										
OM- XV Bezmielczna Zestaw II	OM- Dzieci 1-3 lat	OM- Papkowata/ Przecierna	OM- Płynna	OM- Wegetariańska	OM- Bezglutenowa	OM- Położnicza Zestaw I	OM- Położnicza Zestaw II	OM- Kobieta Karniająca Zestaw I	OM- Kobieta Karniająca Zestaw II	
Platki jęczmienne na wywarze jarzynowym 400 ml (SEL, GLU) JECZ) Chleb mieszaný pszenno-żytni 96 g (GLU, PSZ, GLU, ZYT) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw. 80% tł 15 g Szyńska na kartki-wieprzowa, wędzona ,parzona 60 g Brokuł gotowany z olejem 100 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Jabłko 1 szt 1 szt	Kasza manna na mleku 100 ml (GLU, PSZ, MLE) Bułka pszenna długa krojona 32 g (GLU, PSZ) Margaryna roślinna (80% tł.) 5 g (MLE) Szyńska na kartki-wieprzowa, wędzona ,parzona 25 g Pomidor biskorki 40 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Jabłko 1 szt 1 szt	Platki jęczmienne na wywarze jarzynowym 450 ml (SEL, GLU, JECZ) Bułka pszenna długa krojona 32 g (GLU, PSZ) Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g (MLE) Szyńska na kartki-wieprzowa, wędzona ,parzona 60 g Brokuł gotowany z olejem 100 g Kawa zbożowa na mleku b/c (MLE, GLU, ZYT, GLU, JECZ) Mus z jabłek () b/c 150 g	Margarina roślinna bez mleczna o zaw. 80% tł 15 g Szyńska na kartki-wieprzowa, wędzona ,parzona 60 g Brokuł gotowany z olejem 100 g Kawa zbożowa na mleku b/c 300 ml (MLE, GLU, ZYT, GLU, JECZ) Jabłko 1 szt 1 szt	Platki jęczmienne na mleku 400 ml (MLE, GLU, JECZ) Chleb razowy pszenno-żytni 116 g (GLU, PSZ, GLU, ZYT) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw. 80% tł 10 g (MLE) Paszlet z soczewicy () 80 g (GLU, PSZ, JAU) Sałatka z brokułu, oliwy i koperku 100 g Kawa zbożowa na mleku b/c 300 ml (MLE, GLU, ZYT, GLU, JECZ) Jabłko 1 szt 1 szt	Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 400 ml (SEL) Chleb bezglutenowy 100 g Margaryna roślinna bez mleczna o zaw. 80% tł 15 g Szyńska na kartki-wieprzowa, wędzona ,parzona 50 g Brokuł gotowany z olejem 100 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Platki jęczmienne na mleku 400 ml (MLE, GLU, JECZ) Chleb mieszaný pszenno-żytni 96 g (GLU, PSZ, GLU, ZYT) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE) Szyńska na kartki-wieprzowa, wędzona ,parzona 50 g Brokuł gotowany z olejem 100 g Kawa zbożowa na mleku b/c 300 ml (MLE, GLU, ZYT, GLU, JECZ) Jabłko 1 szt 1 szt	Platki jęczmienne na mleku 400 ml (MLE, GLU, JECZ) Chleb mieszaný pszenno-żytni 110 g (GLU, PSZ, GLU, ZYT) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE) Szyńska na kartki-wieprzowa, wędzona ,parzona 50 g Brokuł gotowany z olejem 100 g Kawa zbożowa na mleku b/c 300 ml (MLE, GLU, ZYT, GLU, JECZ) Jabłko 1 szt 1 szt	Platki jęczmienne na mleku 400 ml (MLE, GLU, JECZ) Chleb mieszaný pszenno-żytni 96 g (GLU, PSZ, GLU, ZYT) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE) Szyńska na kartki-wieprzowa, wędzona ,parzona 50 g Brokuł gotowany z olejem 100 g Kawa zbożowa na mleku b/c 300 ml (MLE, GLU, ZYT, GLU, JECZ) Jabłko 1 szt 1 szt	Platki jęczmienne na mleku 400 ml (MLE, GLU, JECZ) Chleb mieszaný pszenno-żytni 110 g (GLU, PSZ, GLU, ZYT) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE) Szyńska na kartki-wieprzowa, wędzona ,parzona 50 g Brokuł gotowany z olejem 100 g Kawa zbożowa na mleku b/c 300 ml (MLE, GLU, ZYT, GLU, JECZ) Jabłko 1 szt 1 szt	
II ŚN	Kefir z truskawkami* 200 g (MLE)				Kanapka z szynką i sałatą (chleb bezglutenowy 45g, margaryna 5g, szynka 25g, sałata 5g) 1 szt (SOJ)		Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (MLE)			
Obiad	Kalaflorowa z ryżem (bez mleka) () 400 ml (SEL) Klopsik drobiowy z udźca 100 g (GLU, PSZ, JAU) Sos pietruszkowy* (bez mleka)* 50 ml (MLE) Ziemiaki z koperkiem gotowane () 180 g Cukinia pieczona z olejem () 100 g Surowka z selera i jabłka z olejem () 100 g (SEL) Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml	Ryżowa () 200 ml (MLE, SEL) Klopsik drobiowy z udźca 50 g (GLU, PSZ, JAU) Sos pietruszkowy* 50 ml (GLU, PSZ, MLE) Ziemiaki z koperkiem gotowane () 90 g Cukinia pieczona z olejem () 50 g Surowka z selera i jabłka z olejem b/c 50 g (SEL) Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Ryżowa () 400 ml (MLE, SEL) Klopsik drobiowy z udźca 100 g (GLU, PSZ, JAU) Sos pietruszkowy* 50 ml (GLU, PSZ, MLE) Ziemiaki z koperkiem gotowane () 180 g Cukinia pieczona z olejem () 200 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml	Ogórkowa z ryżem () 400 ml (MLE, SEL) Kotlet z jaj 100 g (GLU, PSZ, JAU) Sos pietruszkowy* 50 ml (GLU, PSZ, MLE) Ziemiaki z koperkiem gotowane () 180 g Surowka z selera i jabłka z olejem () 100 g (SEL) Cukinia pieczona z olejem () 100 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml	Kalaflorowa z ryżem (bez mleka) () 400 ml (SEL) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g Ziemiaki z koperkiem gotowane () 180 g Cukinia pieczona z olejem () 100 g Surowka z selera i jabłka z olejem () 100 g (SEL) Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml	Ryżowa () 400 ml (MLE, SEL) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g Sos pietruszkowy* 50 ml (GLU, PSZ, MLE) Ziemiaki z koperkiem gotowane () 180 g Cukinia pieczona z olejem () 100 g Surowka z selera i jabłka z olejem () 100 g (SEL) Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml	Kalaflorowa z ryżem () 400 ml (MLE, SEL) Klopsik drobiowy z udźca 100 g (GLU, PSZ, JAU) Sos pietruszkowy* 50 ml (GLU, PSZ, MLE) Ziemiaki z koperkiem gotowane () 180 g Cukinia pieczona z olejem () 100 g Surowka z selera i jabłka z olejem () 100 g (SEL) Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml	Ryżowa () 400 ml (MLE, SEL) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g Sos pietruszkowy* 50 ml (GLU, PSZ, MLE) Ziemiaki z koperkiem gotowane () 180 g Cukinia pieczona z olejem () 100 g Surowka z selera i jabłka z olejem () 100 g (SEL) Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml	Ryżowa () 400 ml (MLE, SEL) Klopsik drobiowy z udźca 100 g (GLU, PSZ, JAU) Sos pietruszkowy* 50 ml (GLU, PSZ, MLE) Ziemiaki z koperkiem gotowane () 180 g Cukinia pieczona z olejem () 100 g Surowka z selera i jabłka z olejem () 100 g (SEL) Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml	Kalaflorowa z ryżem () 400 ml (MLE, SEL) Klopsik drobiowy z udźca 100 g (GLU, PSZ, JAU) Sos pietruszkowy* 50 ml (GLU, PSZ, MLE) Ziemiaki z koperkiem gotowane () 180 g Cukinia pieczona z olejem () 100 g Surowka z selera i jabłka z olejem () 100 g (SEL) Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml

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,

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 JEÇZ - Zboża zawierające gluten jęczmieńny,

Oznaczenia wskaźników odz.:

Wartość energetyczna - Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal],
Białko ogólne - Białko ogółemwg rozp. 1169/2011,
Tłuszcz - Tłuszcz,

Węglowodany ogółem - Węglowodany ogółem,

S01 - S01,

K - Potas,

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

Białnik pok. - Białnik 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,

WM - WM,

NAPRZA
ul. Trajekcyjna 124
N. 6772
KRS 0000601008
S.p. z o.o.
REGON 14175
E.ON 363712430

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

1	Sonda / płynna śn. 1 400 g (GLU PSZ, MLE,)	
1	Mleko 2% nv(MLE,)	
2	Serek Homog. o smaku naturalnym 2,5% tł. nv(MLE,)	Twaróg chudy (MLE,), Śmietanka (MLE,), E202 , Chlorek wapnia
3	Kasza manna nv(GLU PSZ,)	
4	Cukier	
5	Masło 82% tł. nv(MLE,)	Śmietanka pasteryzowana (MLE,)
2	Sonda mleczna! 2 400 g (GLU PSZ, JAJ, MLE,)	
1	Mleko 2% nv(MLE,)	
2	Kasza manna nv(GLU PSZ,)	
3	Cukier	
4	Masło 82% tł. nv(MLE,)	Śmietanka pasteryzowana (MLE,)
5	Mleko w proszku pełne nv(MLE,)	
6	Jaja M nv(JAJ,)	
7	Suchary bez cukru 285g nv	
3	Sonda / płynna ob. 3 400 g (GLU PSZ, JAJ, SEL,)	
1	Woda	
2	Włoszczyzna 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 kurkuma nv(GLU PSZ,)	Mąka pszenna (GLU PSZ,), Woda , Kurkuma
5	Olej rzepakowy nv	
6	Jaja M nv(JAJ,)	
4	Sonda ziemniaczana 4 300 g (JAJ, MLE, SEL,)	
1	Woda	
2	Ziemniaki	
3	Marchew	
4	Udziec z kurczaka b/k b/s	
5	Seler(SEL,)	
6	Masło 82% tł. nv(MLE,)	Śmietanka pasteryzowana (MLE,)
7	Jaja M nv(JAJ,)	
5	Sonda mięsna! 5 400 g (JAJ, SEL,)	
1	Woda	
2	Udziec z kurczaka b/k b/s	
3	Ziemniaki obrane	
4	Marchew obrana	
5	Pietruszka obrana	
6	Cukier	
7	Seler obrany(SEL,)	
8	Olej rzepakowy nv	
9	Jaja M nv(JAJ,)	

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

Nazwa dania/asortymentu	Skladniki
Lp	Porcja - Definicja receptury (asortymenty wg ilości malejącej)
Asortyment	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 pelne nv(MLE,)	
6	Jaja M nv(JAJ,)	
7	Suchary bez cukru 285g nv	
3	Sonda / płynna ob. 3 400 g (GLU PSZ, JAJ, SEL,)	
1	Woda	
2	Włoszczyzna mroż. 3skl paski/marchew, pietruszka, seler(SEL,)	Marchew , Pietruszka korzeń , Seler (SEL,)
3	Udziec z kurczaka b/k b/s	
4	Makaron z pszenicy zwyczajnej z kurkumą nv(GLU PSZ,)	Mąka pszenna (GLU PSZ,), Woda , Kurkuma
5	Olej rzepakowy nv	
6	Jaja M nv(JAJ,)	
4	Sonda ziemniaczana 4 300 g (JAJ, MLE, SEL,)	
1	Woda	
2	Ziemniaki	
3	Marchew	
4	Udziec z kurczaka b/k b/s	
5	Seler(SEL,)	
6	Masło 82% 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,)	

Jadłospisy w dniu 2024-05-08 KUCHNIA OSTRÓW MAZOWIECKA

OM- I Podstawowa zestaw I	OM- I Podstawowa zestaw II	OM- III b Do żywienia przez sondę	OM- IV ławo strawna dziecięca Zestaw I	OM- IV ławo strawna dziecięca Zestaw II	OM- VI Pooperacyjna Zestaw I	OM- VI Pooperacyjna Zestaw II	OM- VII Z ogr. sub pobudz. wydz .soku żoład. Zestaw I	OM- VII Z ogr. sub pobudz. wydz .soku żoład. Zestaw II	OM- VIII Z ograniczeniem tłuszczu Zestaw I
Makaron na mleku <u>(MLE)</u> 400 ml Chleb razowy pszemno-żytni <u>(GLU PSZ, SEL, GLU ZYT)</u> 116 g Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g Szynkowa debowa 25 g kiet.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z.dodat.wody w ost.miejad 25 g Ser zołty 25 g Ogórek kiszony 20 g Sałata zielona 20 g Gruszka 1 szt. 150 g Kawa zbożowa na mleku b/c <u>(MLE, GLU ZYT, GLU JECZ)</u> 300 ml	Sonda / płynna śn. 1 400 g Makaron na mleku <u>(MLE)</u> 400 ml Bulka pszenna długa krojona <u>(GLU PSZ)</u> 76 g Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g Szynkowa debowa 25 g kiet.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z.dodat.wody w ost.miejad 25 g Serek śmietankowy naturalny 50 g Cukinia pieczona z olejem 80 g Sałata zielona 20 g Jabłko pieczone 1 szt. 1 szt Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Makaron na mleku <u>(MLE)</u> 400 g Bulka pszenna długa krojona <u>(GLU PSZ)</u> 76 g Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g Szynkowa debowa 25 g kiet.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z.dodat.wody w ost.miejad 25 g Serek śmietankowy naturalny 50 g Cukinia pieczona z olejem 80 g Sałata zielona 20 g Jabłko pieczone 1 szt. 1 szt Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Makaron na mleku <u>(MLE)</u> 400 ml Bulka pszenna długa krojona <u>(GLU PSZ)</u> 76 g Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g Szynkowa debowa 25 g kiet.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z.dodat.wody w ost.miejad 25 g Serek śmietankowy naturalny 50 g Cukinia pieczona z olejem 80 g Sałata zielona 20 g Jabłko pieczone 1 szt. 1 szt Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Makaron na mleku <u>(MLE)</u> 400 ml Bulka pszenna długa krojona <u>(GLU PSZ)</u> 76 g Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g Szynkowa debowa 25 g kiet.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z.dodat.wody w ost.miejad 25 g Serek śmietankowy naturalny 50 g Cukinia pieczona z olejem 80 g Sałata zielona 20 g Jabłko pieczone 1 szt. 1 szt Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Makaron na mleku <u>(MLE)</u> 400 ml Bulka pszenna długa krojona <u>(GLU PSZ)</u> 76 g Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g Szynkowa debowa 25 g kiet.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z.dodat.wody w ost.miejad 25 g Serek śmietankowy naturalny 50 g Cukinia pieczona z olejem 80 g Sałata zielona 20 g Jabłko pieczone 1 szt. 1 szt Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Makaron na mleku <u>(MLE)</u> 400 ml Bulka pszenna długa krojona <u>(GLU PSZ)</u> 76 g Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g Szynkowa debowa 25 g kiet.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z.dodat.wody w ost.miejad 25 g Serek śmietankowy naturalny 50 g Cukinia pieczona z olejem 80 g Sałata zielona 20 g Jabłko pieczone 1 szt. 1 szt Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Makaron na mleku <u>(MLE)</u> 400 ml Bulka pszenna długa krojona <u>(GLU PSZ)</u> 76 g Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g Szynkowa debowa 25 g kiet.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z.dodat.wody w ost.miejad 25 g Serek śmietankowy naturalny 50 g Cukinia pieczona z olejem 80 g Sałata zielona 20 g Jabłko pieczone 1 szt. 1 szt Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Makaron na mleku <u>(MLE)</u> 400 ml Bulka pszenna długa krojona <u>(GLU PSZ)</u> 76 g Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g Szynkowa debowa 25 g kiet.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z.dodat.wody w ost.miejad 25 g Serek śmietankowy naturalny 50 g Cukinia pieczona z olejem 80 g Sałata zielona 20 g Jabłko pieczone 1 szt. 1 szt Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Makaron na mleku <u>(MLE)</u> 400 ml Bulka pszenna długa krojona <u>(GLU PSZ)</u> 76 g Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g Szynkowa debowa 25 g kiet.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z.dodat.wody w ost.miejad 25 g Serek śmietankowy naturalny 50 g Cukinia pieczona z olejem 80 g Sałata zielona 20 g Jabłko pieczone 1 szt. 1 szt Herbata czarna granulowana b/c 300 ml
Śniadanie									
II ŚN									
Brokiew z ziemniakami 400 ml Pieczeń ryżowa 100 g Sos meksykański z fasolą 50 g Kasza jęczmienna/sypko 150 g Sałata z buraczków 100 g Surowka z kapusty pekińskiej z olejem 100 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml	Selerowa z ziemniakami 400 ml Pieczeń ryżowa 100 g Sos meksykański z fasolą 50 g Kasza jęczmienna/sypko 150 g Sałata z buraczków 100 g Surowka z kapusty pekińskiej z olejem 100 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml	Sonda / płynna ob. 3 400 g	Brokiew z ziemniakami 400 ml Pieczeń ryżowa 100 g Sos meksykański z fasolą 50 ml Kasza jęczmienna/sypko 150 g Sałata z buraczków 100 g Surowka z kapusty pekińskiej z olejem 100 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml	Selerowa z ziemniakami 400 ml Pieczeń ryżowa 100 g Sos meksykański z fasolą 50 ml Kasza jęczmienna/sypko 150 g Sałata z buraczków 100 g Surowka z kapusty pekińskiej z olejem 100 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml	Brokiew z ziemniakami 400 ml Pieczeń ryżowa 100 g Sos meksykański z fasolą 50 ml Kasza jęczmienna/sypko 150 g Sałata z buraczków 100 g Surowka z kapusty pekińskiej z olejem 100 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml	Selerowa z ziemniakami 400 ml Pieczeń ryżowa 100 g Sos meksykański z fasolą 50 ml Kasza jęczmienna/sypko 150 g Sałata z buraczków 100 g Surowka z kapusty pekińskiej z olejem 100 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml	Brokiew z ziemniakami 400 ml Pieczeń ryżowa 100 g Sos meksykański z fasolą 50 ml Kasza jęczmienna/sypko 150 g Sałata z buraczków 100 g Surowka z kapusty pekińskiej z olejem 100 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml	Selerowa z ziemniakami 400 ml Pieczeń ryżowa 100 g Sos meksykański z fasolą 50 ml Kasza jęczmienna/sypko 150 g Sałata z buraczków 100 g Surowka z kapusty pekińskiej z olejem 100 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml	Brokiew z ziemniakami 400 ml Pieczeń ryżowa 100 g Sos meksykański z fasolą 50 ml Kasza jęczmienna/sypko 150 g Sałata z buraczków 100 g Surowka z kapusty pekińskiej z olejem 100 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml

Jadłospisy w dniu 2024-05-08 KUCHNIA OSTRÓW MAZOWIECKA

PN	Kolacja	2024-05-08 środa										
<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 Pooperacyjna Zestaw I</p> <p>OM- VI Pooperacyjna Zestaw II</p> <p>OM- VII Z ogr. sub. pobudz. wydz. soku żoład. Zestaw I</p> <p>OM- VII Z ogr. sub. pobudz. wydz. soku żoła. Zestaw II</p> <p>OM- VIII Z ograniczeniem tłuszczu Zestaw I</p>	<p>Chleb mieszany pszenno-żytni 96 g (GLU PSZ, GLU ŻYT)</p> <p>Margaryna roślinna (80% t.) 10 g (MLE)</p> <p>Ryba gotowana (Miruna) 60 g (RYB.)</p> <p>Warzywa po grecku () 80 g (GLU PSZ SEL)</p> <p>Salata zielona 20 g</p> <p>Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p>	<p>Sonda mięsna I 5 400 g (JAU, SEL)</p> <p>Bułka pszenna długa krojona 76 g (GLU PSZ)</p> <p>Margaryna roślinna (80% t.) 10 g (MLE)</p> <p>Ryba gotowana (Miruna) 60 g (RYB.)</p> <p>Warzywa po grecku () 80 g (GLU PSZ SEL)</p> <p>Salata zielona 20 g</p> <p>Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p>	<p>Sonda ziemniaczana 4 400 g (JAU, MLE SEL)</p> <p>Bułka pszenna długa krojona 76 g (GLU PSZ)</p> <p>Ryba gotowana (Miruna) 60 g (RYB.)</p> <p>Margaryna roślinna (80% t.) 10 g (MLE)</p> <p>Warzywa po grecku () 80 g (GLU PSZ SEL)</p> <p>Salata zielona 20 g</p> <p>Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p>	<p>Frytki warzywne pieczone (marchew, burak, pietruszka) 100 g</p> <p>Sonda ziemniaczana 4 300 g (JAU, MLE SEL)</p> <p>Bułka pszenna długa krojona 76 g (GLU PSZ)</p> <p>Ryba gotowana (Miruna) 60 g (RYB.)</p> <p>Margaryna roślinna (80% t.) 10 g (MLE)</p> <p>Warzywa po grecku () 80 g (GLU PSZ SEL)</p> <p>Salata zielona 20 g</p> <p>Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p>	<p>Frytki warzywne pieczone (marchew, burak, pietruszka) 100 g</p> <p>Sonda ziemniaczana 4 300 g (JAU, MLE SEL)</p> <p>Bułka pszenna długa krojona 76 g (GLU PSZ)</p> <p>Ryba gotowana (Miruna) 60 g (RYB.)</p> <p>Margaryna roślinna (80% t.) 10 g (MLE)</p> <p>Warzywa po grecku () 80 g (GLU PSZ SEL)</p> <p>Salata zielona 20 g</p> <p>Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p>	<p>Frytki warzywne pieczone (marchew, burak, pietruszka) 100 g</p> <p>Sonda ziemniaczana 4 300 g (JAU, MLE SEL)</p> <p>Bułka pszenna długa krojona 76 g (GLU PSZ)</p> <p>Ryba gotowana (Miruna) 60 g (RYB.)</p> <p>Margaryna roślinna (80% t.) 10 g (MLE)</p> <p>Warzywa po grecku () 80 g (GLU PSZ SEL)</p> <p>Salata zielona 20 g</p> <p>Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p>	<p>Frytki warzywne pieczone (marchew, burak, pietruszka) 100 g</p> <p>Sonda ziemniaczana 4 300 g (JAU, MLE SEL)</p> <p>Bułka pszenna długa krojona 76 g (GLU PSZ)</p> <p>Ryba gotowana (Miruna) 60 g (RYB.)</p> <p>Margaryna roślinna (80% t.) 10 g (MLE)</p> <p>Warzywa po grecku () 80 g (GLU PSZ SEL)</p> <p>Salata zielona 20 g</p> <p>Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p>	<p>Frytki warzywne pieczone (marchew, burak, pietruszka) 100 g</p> <p>Sonda ziemniaczana 4 300 g (JAU, MLE SEL)</p> <p>Bułka pszenna długa krojona 76 g (GLU PSZ)</p> <p>Ryba gotowana (Miruna) 60 g (RYB.)</p> <p>Margaryna roślinna (80% t.) 10 g (MLE)</p> <p>Warzywa po grecku () 80 g (GLU PSZ SEL)</p> <p>Salata zielona 20 g</p> <p>Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p>	<p>Frytki warzywne pieczone (marchew, burak, pietruszka) 100 g</p> <p>Sonda ziemniaczana 4 300 g (JAU, MLE SEL)</p> <p>Bułka pszenna długa krojona 76 g (GLU PSZ)</p> <p>Ryba gotowana (Miruna) 60 g (RYB.)</p> <p>Margaryna roślinna (80% t.) 10 g (MLE)</p> <p>Warzywa po grecku () 80 g (GLU PSZ SEL)</p> <p>Salata zielona 20 g</p> <p>Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p>	<p>Frytki warzywne pieczone (marchew, burak, pietruszka) 100 g</p> <p>Sonda ziemniaczana 4 300 g (JAU, MLE SEL)</p> <p>Bułka pszenna długa krojona 76 g (GLU PSZ)</p> <p>Ryba gotowana (Miruna) 60 g (RYB.)</p> <p>Margaryna roślinna (80% t.) 10 g (MLE)</p> <p>Warzywa po grecku () 80 g (GLU PSZ SEL)</p> <p>Salata zielona 20 g</p> <p>Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p>	<p>Frytki warzywne pieczone (marchew, burak, pietruszka) 100 g</p> <p>Sonda ziemniaczana 4 300 g (JAU, MLE SEL)</p> <p>Bułka pszenna długa krojona 76 g (GLU PSZ)</p> <p>Ryba gotowana (Miruna) 60 g (RYB.)</p> <p>Margaryna roślinna (80% t.) 10 g (MLE)</p> <p>Warzywa po grecku () 80 g (GLU PSZ SEL)</p> <p>Salata zielona 20 g</p> <p>Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p>	<p>Kanapka z twarogiem i sałatą (bułka pszenna 32g, margaryna 5g, twaróg 25g, sałata 5g) 1 szt (GLU PSZ, MLE)</p>
<p>Wartość energetyczna: 2415,01 kcal; Białko ogółem: 112,95 g; Tłuszcz: 65,92 g; Kw. tł. nasy.: 24,41 g; Węglowodany ogółem: 359,10 g; W tym cukry: 74,55 g; Błonnik pok.: 36,14 g; Sól: 9,59 g.</p>	<p>Wartość energetyczna: 2407,96 kcal; Białko ogółem: 115,55 g; Tłuszcz: 70,86 g; Kw. tł. nasy.: 23,85 g; Węglowodany ogółem: 345,14 g; W tym cukry: 75,51 g; Błonnik pok.: 38,26 g; Sól: 9,41 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: 2237,23 kcal; Białko ogółem: 98,25 g; Tłuszcz: 66,22 g; Kw. tł. nasy.: 23,30 g; Węglowodany ogółem: 327,12 g; W tym cukry: 76,38 g; Błonnik pok.: 31,57 g; Sól: 5,81 g.</p>	<p>Wartość energetyczna: 2230,18 kcal; Białko ogółem: 100,85 g; Tłuszcz: 71,15 g; Kw. tł. nasy.: 22,74 g; Węglowodany ogółem: 313,15 g; W tym cukry: 77,34 g; Błonnik pok.: 33,68 g; Sól: 5,63 g.</p>	<p>Wartość energetyczna: 2367,72 kcal; Białko ogółem: 96,37 g; Tłuszcz: 69,88 g; Kw. tł. nasy.: 23,37 g; Węglowodany ogółem: 356,24 g; W tym cukry: 94,88 g; Błonnik pok.: 36,84 g; Sól: 5,39 g.</p>	<p>Wartość energetyczna: 2360,67 kcal; Białko ogółem: 98,97 g; Tłuszcz: 74,81 g; Kw. tł. nasy.: 22,81 g; Węglowodany ogółem: 342,27 g; W tym cukry: 95,84 g; Błonnik pok.: 38,96 g; Sól: 5,21 g.</p>	<p>Wartość energetyczna: 2413,41 kcal; Białko ogółem: 95,92 g; Tłuszcz: 72,58 g; Kw. tł. nasy.: 23,64 g; Węglowodany ogółem: 362,04 g; W tym cukry: 99,62 g; Błonnik pok.: 37,17 g; Sól: 5,50 g.</p>	<p>Wartość energetyczna: 2406,56 kcal; Białko ogółem: 98,52 g; Tłuszcz: 77,51 g; Kw. tł. nasy.: 23,08 g; Węglowodany ogółem: 348,08 g; W tym cukry: 100,59 g; Błonnik pok.: 39,28 g; Sól: 5,32 g.</p>	<p>Wartość energetyczna: 2264,66 kcal; Białko ogółem: 104,09 g; Tłuszcz: 69,63 g; Kw. tł. nasy.: 19,75 g; Węglowodany ogółem: 344,12 g; W tym cukry: 64,30 g; Błonnik pok.: 34,31 g; Sól: 5,70 g.</p>			

Jadłospisy w dniu 2024-05-08 KUCHNIA OSTRÓW MAZOWIECKA

OM- VIII Z ograniczeniem tłuszczu Zestaw II	OM- IX Łatwo strawna zestaw I	OM- IX Łatwo strawna zestaw II	OM- X Z ogr. tłuszczu przyswajalnych węgl. Zestaw I	OM- X Z ogr. tłuszczu przyswajalnych węgl. Zestaw II	OM- XI Ubogoenergetyczna	OM- XII Bogatobiałkowa tłuszczowa Zestaw I	OM- XII Bogatobiałkowa tłuszczowa Zestaw II	OM- XIII Niskobiałkowa	OM- XV Bezmleczna Zestaw I
Makaron na mleku 400 ml (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> , <u>MLE</u>) Bułka pszenna duża krojona 90 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u>) Pasta warzywna () 80 g (<u>SEL</u>) Serrek śmietankowy naturalny 50 g (<u>MLE</u>) Cukinia pieczona z olejem () 80 g Satała zielona 20 g 1 szt. 1 szt Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Makaron na mleku 400 ml (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> , <u>MLE</u>) 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>) Pasta warzywna () 80 g (<u>SEL</u>) Serrek śmietankowy naturalny 50 g (<u>MLE</u>) Cukinia pieczona z olejem () 80 g Satała zielona 20 g Jabłko pieczone 1 szt. 1 szt Kawa zbożowa na mleku b/c 300 ml (<u>MLE</u> , <u>GLU</u> <u>ZYT</u> , <u>GLU</u> <u>JECZ</u>)	Makaron na mleku 400 ml (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> , <u>MLE</u>) 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>) Pasta warzywna () 80 g (<u>SEL</u>) Serrek śmietankowy naturalny 50 g (<u>MLE</u>) Cukinia pieczona z olejem () 80 g Satała zielona 20 g Jabłko pieczone 1 szt. 1 szt Kawa zbożowa na mleku b/c 300 ml (<u>MLE</u> , <u>GLU</u> <u>ZYT</u> , <u>GLU</u> <u>JECZ</u>)	Makaron pełnoziarnisty na wywarze jarzynowym 450 ml (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> , <u>SEL</u> , <u>GLU</u> <u>ZYT</u>) Chleb razowy pszenno-żytni 76 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> , <u>GLU</u> <u>ZYT</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (<u>MLE</u>) Szynkowa dębowa 25 g Ser zoły 25 g (<u>MLE</u>) Ogórek kiszony 80 g Satała zielona 20 g Gruszka 1 szt. 150 g Kawa zbożowa na mleku b/c 300 ml (<u>MLE</u> , <u>GLU</u> <u>ZYT</u> , <u>GLU</u> <u>JECZ</u>)	Makaron pełnoziarnisty na wywarze jarzynowym 450 ml (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> , <u>SEL</u> , <u>GLU</u> <u>ZYT</u>) Chleb razowy pszenno-żytni 76 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> , <u>GLU</u> <u>ZYT</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (<u>MLE</u>) Szynkowa dębowa 25 g Ser zoły 25 g (<u>MLE</u>) Ogórek kiszony 80 g Satała zielona 20 g Gruszka 1 szt. 150 g Kawa zbożowa na mleku b/c 300 ml (<u>MLE</u> , <u>GLU</u> <u>ZYT</u> , <u>GLU</u> <u>JECZ</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 66 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> , <u>GLU</u> <u>ZYT</u>) Serrek śmietankowy naturalny 50 g (<u>MLE</u>) Cukinia pieczona z olejem () 80 g Satała zielona 20 g Gruszka 1 szt. 150 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Makaron na mleku 400 ml (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> , <u>MLE</u>) 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>) Pasta warzywna () 80 g (<u>SEL</u>) Serrek śmietankowy naturalny 50 g (<u>MLE</u>) Cukinia pieczona z olejem () 80 g Satała zielona 20 g Jabłko pieczone 1 szt. 1 szt Kawa zbożowa na mleku b/c 300 ml (<u>MLE</u> , <u>GLU</u> <u>ZYT</u> , <u>GLU</u> <u>JECZ</u>)	Kanapka z twarogiem i satałą (bułka pszenna 32g, margaryna 5g, twaróg 25g, satała 5g) 1 szt. (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> , <u>MLE</u>)	Makaron na wywarze jarzynowym 400 ml (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> , <u>SEL</u>) Chleb bezglutenowy 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 Schab gotowany 60 g Cukinia pieczona z olejem () 100 g Satała zielona 20 g Jabłko pieczone 1 szt. 1 szt Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Makaron na wywarze jarzynowym 400 ml (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> , <u>SEL</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 116 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> , <u>GLU</u> <u>ZYT</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw. 80% tł 15 g Schab gotowany 60 g Cukinia pieczona z olejem () 80 g Satała zielona 20 g Jabłko pieczone 1 szt. 1 szt Herbata czarna granulowana b/c 300 ml
II ŚN									
Selerowa z ziemniakami () 400 ml (<u>MLE</u> , <u>SEL</u>) Bitka z szynki wieprzowej duszona 90 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u>) Sos własny () 50 ml (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> , <u>SEL</u>) Kasza jęczmienna/sypko 150 g (<u>GLU</u> <u>JECZ</u>) Fasolka szparagowa z olejem * 100 g Satała z buraczków i jabłka z olejem () 100 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml	Brokułowa z ziemniakami () 400 ml (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>) Pieczeń ryżyska wieprzowa 100 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> , <u>JAJ</u>) Sos własny () 50 ml (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> , <u>SEL</u>) Kasza jęczmienna/sypko 150 g (<u>GLU</u> <u>JECZ</u>) Fasolka szparagowa z olejem * 100 g Satała z buraczków i jabłka z olejem () 100 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml	Selerowa z ziemniakami () 400 ml (<u>MLE</u> , <u>SEL</u>) Bitka z szynki wieprzowej duszona 90 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u>) Sos własny () 50 ml (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> , <u>SEL</u>) Kasza jęczmienna/sypko 150 g (<u>GLU</u> <u>JECZ</u>) Fasolka szparagowa z olejem * 100 g Satała z buraczków i jabłka z olejem () 100 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml	Brokułowa z ziemniakami () 400 ml (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>) Pieczeń ryżyska wieprzowa 100 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> , <u>JAJ</u>) Sos własny () 50 ml (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> , <u>SEL</u>) Kasza jęczmienna/sypko 150 g (<u>GLU</u> <u>JECZ</u>) Fasolka szparagowa z olejem * 100 g Satała z buraczków i jabłka z olejem () 100 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml	Selerowa z ziemniakami () 400 ml (<u>MLE</u> , <u>SEL</u>) Bitka z szynki wieprzowej duszona 90 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u>) Sos własny () 50 ml (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> , <u>SEL</u>) Kasza jęczmienna/sypko 150 g (<u>GLU</u> <u>JECZ</u>) Fasolka szparagowa z olejem * 100 g Satała z buraczków i jabłka z olejem () 100 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml	Brokułowa z ziemniakami () 400 ml (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>) Pieczeń ryżyska wieprzowa 100 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> , <u>JAJ</u>) Sos własny () 50 ml (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> , <u>SEL</u>) Kasza jęczmienna/sypko 150 g (<u>GLU</u> <u>JECZ</u>) Fasolka szparagowa z olejem * 100 g Satała z buraczków i jabłka z olejem () 100 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml	Brokułowa z ziemniakami () 400 ml (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>) Pieczeń ryżyska wieprzowa 100 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> , <u>JAJ</u>) Sos własny () 50 ml (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> , <u>SEL</u>) Kasza jęczmienna/sypko 150 g (<u>GLU</u> <u>JECZ</u>) Fasolka szparagowa z olejem * 100 g Satała z buraczków i jabłka z olejem () 100 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml	Selerowa z ziemniakami () 400 ml (<u>MLE</u> , <u>SEL</u>) Bitka z szynki wieprzowej duszona 90 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u>) Sos własny () 50 ml (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> , <u>SEL</u>) Kasza jęczmienna/sypko 150 g (<u>GLU</u> <u>JECZ</u>) Fasolka szparagowa z olejem * 100 g Satała z buraczków i jabłka z olejem () 100 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml	Brokułowa z ziemniakami (bez mleka) () 400 ml (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> , <u>SEL</u>) Kluski śląskie () 200 g Fasolka szparagowa z olejem * 200 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml	Brokułowa z ziemniakami (bez mleka) () 400 ml (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> , <u>SEL</u>) Pieczeń ryżyska wieprzowa 100 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> , <u>JAJ</u>) Sos własny () 50 ml (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> , <u>SEL</u>) Kasza jęczmienna/sypko 150 g (<u>GLU</u> <u>JECZ</u>) Fasolka szparagowa z olejem * 100 g Satała z buraczków i jabłka z olejem () 100 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml

Jadłospisy w dniu 2024-05-08 KUCHNIA OSTRÓW MAZOWIECKA

2024-05-08 środa										
PD	OM- VIII Z ograniczeniem tłuszczu Zestaw II	OM- IX Łatwo strawna zestaw I	OM- IX Łatwo strawna zestaw II	OM- X Z ogr. tławo przyswajalnych wegl. Zestaw I	OM- X Z ogr. tławo przyswajalnych wegl. Zestaw II	OM- XI Ubogoenerygetyczna	OM- XII Bogatobiałkowa tławostrawna Zestaw I	OM- XII Bogatobiałkowa tławostrawna Zestaw II	OM- XIII Niskobiałkowa	OM- XV Bezmleczna Zestaw I
	Bulka pszenna długa krojona 90 g (GLU PSZ) Ryba gotowana (Miruna) 60 g (RYB) Wazyrwa po grecku 80 g (GLU PSZ SEL) Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni PSZ, GLU ZYT) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE) Ryba gotowana (Miruna) 60 g (RYB) Wazyrwa po grecku 80 g (GLU PSZ SEL) Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni PSZ, GLU ZYT) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE) Ryba gotowana (Miruna) 60 g (RYB) Wazyrwa po grecku 80 g (GLU PSZ SEL) Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Chleb razowy pszenno-żytni PSZ, GLU ZYT) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE) Ryba gotowana (Miruna) 60 g (RYB) Wazyrwa po grecku 80 g (GLU PSZ SEL) Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni GLU PSZ, GLU ZYT) Ryba gotowana (Miruna) 60 g (RYB) Wazyrwa po grecku 80 g (GLU PSZ SEL) Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Bulka pszenna długa krojona PSZ) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE) Ryba gotowana (Miruna) 60 g (RYB) Wazyrwa po grecku 80 g (GLU PSZ SEL) Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Chleb bezglutenowy 96 g Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g (MLE) Serek homo. naturalny 30 g Miód (25g) 1 szt Pomidór 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Ryz na wywarze jarzynowym (SEL) 400 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni GLU PSZ, GLU ZYT) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw. 80% tł 15 g Ryba gotowana (Miruna) 60 g (RYB) Wazyrwa po grecku 80 g (GLU PSZ SEL) Herbata czarna granulowana b/c 300 ml		
	Kanapka z twarogiem i sałatą (bulka pszenna 32g, margaryna 5g, twarozek 25g, sałata 5g) 1 szt (GLU PSZ, MLE)	Frytki warzywne pieczone (marchew, burak, pietruszka) 100 g	Kanapka z serkiem śniadaniowym i sałatą (chleb razowy 76g, margaryna 5g, sałata 5g, serek śniadaniowy 25g) 1 szt (GLU PSZ, MLE, GLU ZYT)	Frytki warzywne pieczone (marchew, burak, pietruszka) 100 g						
	Wartość energetyczna: 2257,61 kcal; Białko ogółem: 106,89 g; Tłuszcz: 64,56 g; Kw. tł. nasy.: 19,19 g; Węglowodany ogółem: 330,16 g; W tym cukry: 65,27 g; Błonnik pok.: 36,42 g; Sól: 5,52 g.	Wartość energetyczna: 2459,15 kcal; Białko ogółem: 104,45 g; Tłuszcz: 76,00 g; Kw. tł. nasy.: 27,05 g; Węglowodany ogółem: 357,80 g; W tym cukry: 82,03 g; Błonnik pok.: 40,40 g; Sól: 7,27 g.	Wartość energetyczna: 2452,10 kcal; Białko ogółem: 107,05 g; Tłuszcz: 80,93 g; Kw. tł. nasy.: 26,49 g; Węglowodany ogółem: 343,83 g; W tym cukry: 83,00 g; Błonnik pok.: 42,52 g; Sól: 7,10 g.	Wartość energetyczna: 2480,53 kcal; Białko ogółem: 113,65 g; Tłuszcz: 70,81 g; Kw. tł. nasy.: 27,03 g; Węglowodany ogółem: 356,71 g; W tym cukry: 60,49 g; Błonnik pok.: 36,03 g; Sól: 9,67 g.	Wartość energetyczna: 2453,48 kcal; Białko ogółem: 116,25 g; Tłuszcz: 75,75 g; Kw. tł. nasy.: 26,47 g; Węglowodany ogółem: 342,75 g; W tym cukry: 61,46 g; Błonnik pok.: 38,14 g; Sól: 9,49 g.	Wartość energetyczna: 1620,20 kcal; Białko ogółem: 76,50 g; Tłuszcz: 46,31 g; Kw. tł. nasy.: 12,79 g; Węglowodany ogółem: 239,24 g; W tym cukry: 45,23 g; Błonnik pok.: 31,77 g; Sól: 5,27 g.	Wartość energetyczna: 2680,77 kcal; Białko ogółem: 119,46 g; Tłuszcz: 85,51 g; Kw. tł. nasy.: 31,29 g; Węglowodany ogółem: 376,54 g; W tym cukry: 92,38 g; Błonnik pok.: 39,25 g; Sól: 6,98 g.	Wartość energetyczna: 2673,72 kcal; Białko ogółem: 122,05 g; Tłuszcz: 90,45 g; Kw. tł. nasy.: 30,73 g; Węglowodany ogółem: 362,58 g; W tym cukry: 93,34 g; Błonnik pok.: 41,37 g; Sól: 6,80 g.	Wartość energetyczna: 2034,48 kcal; Białko ogółem: 34,59 g; Tłuszcz: 48,68 g; Kw. tł. nasy.: 9,96 g; Węglowodany ogółem: 377,38 g; W tym cukry: 52,48 g; Błonnik pok.: 30,00 g; Sól: 1,67 g.	Wartość energetyczna: 2194,81 kcal; Białko ogółem: 100,61 g; Tłuszcz: 58,66 g; Kw. tł. nasy.: 14,58 g; Węglowodany ogółem: 333,00 g; W tym cukry: 44,09 g; Błonnik pok.: 37,02 g; Sól: 6,80 g.

Jadłospisy w dniu 2024-05-08 KUCHNIA OSTRÓW MAZOWIECKA

UM- XV Bezmieczna Zestaw II	OM- Dzieci 1-3 lat	OM- Pawkowata/ Przedelana	OM- Płynna	OM- Vegetariańska	OM- Bezglutenowa	OM- Potożnicza Zestaw I	OM- Potożnicza Zestaw II	OM- Kobieta Karmiąca Zestaw I	OM- Kobieta Karmiąca Zestaw II
<p>Makaron na warzywe jarzynowym 400 ml (GLU PSZ SEL)</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>Szab gotowany 60 g</p> <p>Cukinia pieczona z olejem () 80 g</p> <p>Sałata zielona 20 g</p> <p>Jabłko pieczone 1 szt. 1 szt</p> <p>Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p>	<p>Kasza manna na mleku 150 ml (GLU PSZ, MLE)</p> <p>Bulka pszenna długa krojona 32 g (GLU PSZ)</p> <p>Margaryna roślinna (80% tł.) 5 g (MLE)</p> <p>Pasta z warzyw gotowanych z jajkiem 30 g (JAJ, MLE, SEL)</p> <p>Cukinia pieczona z olejem () 40 g</p> <p>Sałata zielona 20 g</p> <p>Gruszka 1 szt. 150 g</p> <p>Kakao na mleku b/c 150 ml (MLE)</p>	<p>Makaron na warzywe jarzynowym 450 ml (GLU PSZ, SEL)</p> <p>Bulka pszenna długa krojona 32 g (GLU PSZ)</p> <p>Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g (MLE)</p> <p>Serek śmietankowy naturalny 100 g (MLE)</p> <p>Cukinia pieczona z olejem () 100 g</p> <p>Mus z jabłek () b/c 150 g</p> <p>Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p>	<p>Makaron na mleku 400 ml (GLU PSZ, MLE)</p> <p>Chleb razowy pszenno-żytni 116 g (GLU PSZ, GLU ZYT)</p> <p>Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE)</p> <p>Pasta z warzyw gotowanych z jajkiem 50 g (JAJ, MLE, SEL)</p> <p>Ser żółty 25 g (MLE)</p> <p>Ogórek kiszony 80 g</p> <p>Sałata zielona 20 g</p> <p>Jabłko pieczone 1 szt. 1 szt</p> <p>Kawa zbożowa na mleku b/c 300 ml (MLE, GLU, ZYT, GLU JECZ)</p>	<p>Kasza jaglana na warzywe jarzynowym 400 ml (SEL)</p> <p>Chleb bezglutenowy 96 g</p> <p>Margaryna roślinna bez mleczna o zaw. 80% tł 15 g</p> <p>Pasta z warzyw gotowanych z jajkiem (bez mleka) 100 g (JAJ, SEL)</p> <p>Cukinia pieczona z olejem () 80 g</p> <p>Sałata zielona 20 g</p> <p>Jabłko pieczone 1 szt. 1 szt</p> <p>Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p>	<p>Makaron na mleku 400 ml (GLU PSZ, MLE)</p> <p>Chleb mieszany pszenno-żytni 116 g (GLU PSZ, GLU ZYT)</p> <p>Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE)</p> <p>Pasta z warzyw gotowanych z jajkiem (bez mleka) 100 g (JAJ, SEL)</p> <p>Cukinia pieczona z olejem () 80 g</p> <p>Gruszka 1 szt. 150 g</p> <p>Sałata zielona 20 g</p> <p>Kawa zbożowa na mleku b/c 300 ml (MLE, GLU, ZYT, GLU JECZ)</p>	<p>Makaron na mleku 400 ml (GLU PSZ, MLE)</p> <p>Chleb mieszany pszenno-żytni 116 g (GLU PSZ, GLU ZYT)</p> <p>Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE)</p> <p>Pasta z warzyw gotowanych z jajkiem (bez mleka) 100 g (JAJ, SEL)</p> <p>Cukinia pieczona z olejem () 80 g</p> <p>Gruszka 1 szt. 150 g</p> <p>Sałata zielona 20 g</p> <p>Kawa zbożowa na mleku b/c 300 ml (MLE, GLU, ZYT, GLU JECZ)</p>	<p>Makaron na mleku 400 ml (GLU PSZ, MLE)</p> <p>Chleb mieszany pszenno-żytni 116 g (GLU PSZ, GLU ZYT)</p> <p>Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE)</p> <p>Pasta z warzyw gotowanych z jajkiem (bez mleka) 100 g (JAJ, SEL)</p> <p>Cukinia pieczona z olejem () 80 g</p> <p>Gruszka 1 szt. 150 g</p> <p>Sałata zielona 20 g</p> <p>Kawa zbożowa na mleku b/c 300 ml (MLE, GLU, ZYT, GLU JECZ)</p>	<p>Makaron na mleku 400 ml (GLU PSZ, MLE)</p> <p>Chleb mieszany pszenno-żytni 116 g (GLU PSZ, GLU ZYT)</p> <p>Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE)</p> <p>Pasta z warzyw gotowanych z jajkiem (bez mleka) 100 g (JAJ, SEL)</p> <p>Cukinia pieczona z olejem () 80 g</p> <p>Gruszka 1 szt. 150 g</p> <p>Sałata zielona 20 g</p> <p>Kawa zbożowa na mleku b/c 300 ml (MLE, GLU, ZYT, GLU JECZ)</p>	<p>Makaron na mleku 400 ml (GLU PSZ, MLE)</p> <p>Chleb mieszany pszenno-żytni 116 g (GLU PSZ, GLU ZYT)</p> <p>Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE)</p> <p>Pasta z warzyw gotowanych z jajkiem (bez mleka) 100 g (JAJ, SEL)</p> <p>Cukinia pieczona z olejem () 80 g</p> <p>Gruszka 1 szt. 150 g</p> <p>Sałata zielona 20 g</p> <p>Kawa zbożowa na mleku b/c 300 ml (MLE, GLU, ZYT, GLU JECZ)</p>
<p>Pomidorowa z zacierką (bez mleka) 400 ml (GLU PSZ, JAJ, SEL)</p> <p>Bitka z szynki wieprzowej duszona 90 g (GLU PSZ)</p> <p>Sos własny () 50 ml (GLU PSZ, SEL)</p> <p>Kasza jęczmienna/sypko 150 g (GLU JECZ)</p> <p>Sałata z buraczków i jabłka z olejem () 100 g</p> <p>Fasolka szparagowa z olejem * 100 g</p> <p>Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml</p>	<p>Brokułowa z ziemniakami () 200 ml (GLU PSZ, MLE, SEL)</p> <p>Pieczeń ryżyska wieprzowa 50 g (GLU PSZ, JAJ)</p> <p>Sos własny () 30 ml (GLU PSZ, SEL)</p> <p>Kasza jęczmienna/sypko 70 g (GLU JECZ)</p> <p>Sałata z buraczków i jabłka z olejem () 50 g</p> <p>Fasolka szparagowa z olejem * 50 g</p> <p>Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 250 ml</p>	<p>Brokułowa z ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL)</p> <p>Pieczeń ryżyska wieprzowa 100 g (GLU PSZ, JAJ)</p> <p>Sos własny () 50 ml (GLU PSZ, SEL)</p> <p>Kasza jęczmienna/sypko 150 g (GLU JECZ)</p> <p>Sałata z buraczków i jabłka z olejem () 100 g</p> <p>Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml</p>	<p>Brokułowa z ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL)</p> <p>Pierogi ze szpinakiem * 300 g (GLU PSZ, MLE)</p> <p>Sałata z buraczków i jabłka z olejem () 100 g</p> <p>Surówka z kapuśy pekińskiej z olejem 100 g</p> <p>Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml</p>	<p>Selerowa z ziemniakami (bez mleka) () 400 ml (SEL)</p> <p>Szynka wieprzowa gotowana 90 g (GLU PSZ, JAJ)</p> <p>Sos własny (bez glutenu) 50 ml (GLU PSZ, SEL)</p> <p>Ryż na sypko 150 g</p> <p>Sałata z buraczków i jabłka z olejem () 100 g</p> <p>Fasolka szparagowa z olejem * 100 g</p> <p>Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml</p>	<p>Brokułowa z ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL)</p> <p>Pieczeń ryżyska wieprzowa 100 g (GLU PSZ, JAJ)</p> <p>Sos własny () 50 ml (GLU PSZ, SEL)</p> <p>Kasza jęczmienna/sypko 150 g (GLU JECZ)</p> <p>Fasolka szparagowa z olejem * 100 g</p> <p>Sałata z buraczków i jabłka z olejem () 100 g</p> <p>Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml</p>	<p>Selerowa z ziemniakami () 400 ml (MLE, SEL)</p> <p>Bitka z szynki wieprzowej duszona 90 g (GLU PSZ)</p> <p>Sos własny () 50 ml (GLU PSZ, SEL)</p> <p>Kasza jęczmienna/sypko 150 g (GLU JECZ)</p> <p>Fasolka szparagowa z olejem * 100 g</p> <p>Sałata z buraczków i jabłka z olejem () 100 g</p> <p>Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml</p>	<p>Brokułowa z ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL)</p> <p>Pieczeń ryżyska wieprzowa 100 g (GLU PSZ, JAJ)</p> <p>Sos własny () 50 ml (GLU PSZ, SEL)</p> <p>Kasza jęczmienna/sypko 150 g (GLU JECZ)</p> <p>Fasolka szparagowa z olejem * 100 g</p> <p>Sałata z buraczków i jabłka z olejem () 100 g</p> <p>Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml</p>	<p>Selerowa z ziemniakami () 400 ml (MLE, SEL)</p> <p>Bitka z szynki wieprzowej duszona 90 g (GLU PSZ)</p> <p>Sos własny () 50 ml (GLU PSZ, SEL)</p> <p>Kasza jęczmienna/sypko 150 g (GLU JECZ)</p> <p>Fasolka szparagowa z olejem * 100 g</p> <p>Sałata z buraczków i jabłka z olejem () 100 g</p> <p>Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml</p>	
<p>ii ŚN</p>	<p>Kisiel o smaku cytrynowym b/c 150 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>

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,
S02 - 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 Ostrow Mazowiecka z jadospisow dla diety: OM-III b Do zywienia przez sondę

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

1	Sonda / plynna 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 miedzna! 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,)	Jaja M nv(JAJ,)
		6	Jaja M nv(JAJ,)	
		7	Suchary bez cukru 285g nv	
3	Sonda / plynna ob. 3 400 g (GLU PSZ, JAJ, SEL,)	1	Woszczyna mroz. 3skl	
		2	paszki/marchew, pietruszka, seler (SEL, Marchew , Pietruszka korzeni , Seler (SEL,)	
		3	Udziec z kurczaka b/k b/s	
		4	Makaron z pszenicy zwyczajnej z kurkuma nv(GLU PSZ,)	Maka pszenna (GLU PSZ,), Woda , kurkuma
		5	Oilj 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 miedzna! 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	Oilj rzepakowy nv	
		9	Jaja M nv(JAJ,)	

NAPRZOD CATERING Sp. z o.o.
 ul. Traktorowa 126 lok. 301, 91-204 Łódź
 N. 6772398589 REGON 363712430
 KRS 0000601008

Kuchnia Ostrow Mazowiecka z jadospisow dla diety: OM-III b Do zywienia przez sondę

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

1	Sonda / plynna sn. 1 400 g (GLU PSZ, MLE)		
1	Mleko 2% nv(ML)		
2	Serek Homog. o smaku naturalnym 2,5% il. nv(ML)		
3	Kasza manna nv(GLU PSZ)		
4	Cukier		
5	Maslo 82% il. nv(ML)		
2	Sonda mleczna 2 400 g (GLU PSZ, JAJ, MLE)		
1	Mleko 2% nv(ML)		
2	Kasza manna nv(GLU PSZ)		
3	Cukier		
4	Maslo 82% il. nv(ML)		
5	Mleko w proszku pelne nv(ML)		
6	Jaja M nv(JAJ)		
7	Suchary bez cukru 285g nv		
3	Sonda / plynna ob. 3 400 g (GLU PSZ, JAJ, SEL)		
1	Woda		
2	Wlosczyzna mroz. 3ski		
2	pasz/marchew, pietruszka, selet (SEL, Marchew, Pietruszka korzen, Selet (SEL))		
3	Udziec z kurczaka b/k b/s		
4	Makaron z pszenicy zwyczajnej z kurkuma nv(GLU PSZ)		
5	Udziec z kurczaka b/k b/s		
4	Makaron z pszenicy zwyczajnej z kurkuma nv(GLU PSZ)		
5	Udziec z kurczaka b/k b/s		
6	Udziec z kurczaka b/k b/s		
7	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	Selet(SEL)		
6	Maslo 82% il. nv(ML)		
7	Jaja M nv(JAJ)		
5	Sonda miesna 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	Selet obrany(SEL)		
8	Olaj rzepakowy nv		
9	Jaja M nv(JAJ)		

Jadlospisy w dniu 2024-05-09 KUCHNIA OSTRÓW MAZOWIECKA

2024-05-09 czwartek										
PD	Kolacja		PN	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt						PD
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 żolad. Zestaw I	OM- VII Z ogr. sub pobudz. wydz .soku zola. Zestaw II	OM- VIII Z ograniczeniem tuszczu Zestaw I	
Chleb mieszaný pszenno-żytni PSZ, GLU, ZYT Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE) Pasztet z fasoli () 50 g (GLU, PSZ, JAJ) Szynkowa dębowa Kieł.wp.gr. rozdz.wędz.parzo.z.dodat.wody w osł.niejad 25 g Słupki z warzyw () 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	96 g (GLU) 400 g (JAJ, SEL)	Sonda mięśnial 5 400 g (JAJ, SEL)	Bułka pszenna długa krojona PSZ Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE) Szynkowa dębowa Kieł.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	Bułka pszenna długa krojona PSZ Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE) Szynkowa dębowa Kieł.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	Bułka pszenna długa krojona PSZ Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE) Szynkowa 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	Bułka pszenna długa krojona PSZ Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE) Szynkowa 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	Bułka pszenna długa krojona PSZ Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE) Szynkowa 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	Bułka pszenna długa krojona PSZ Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE) Szynkowa 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	Bułka pszenna długa krojona PSZ Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE) Szynkowa 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	
Wartość energetyczna: 2391,68 kcal; Białko ogółem: 111,82 g; Tłuszcz: 70,90 g; Kw. tł. nasy.: 20,22 g; Węglowodany ogółem: 341,51 g; W tym cukry: 59,67 g; Błonnik pok.: 33,05 g; Sól: 10,07 g;	Wartość energetyczna: 2431,32 kcal; Białko ogółem: 106,23 g; Tłuszcz: 70,45 g; Kw. tł. nasy.: 21,52 g; Węglowodany ogółem: 358,31 g; W tym cukry: 65,42 g; Błonnik pok.: 34,06 g; Sól: 10,27 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: 2173,85 kcal; Białko ogółem: 101,84 g; Tłuszcz: 63,23 g; Kw. tł. nasy.: 16,00 g; Węglowodany ogółem: 311,22 g; W tym cukry: 59,50 g; Błonnik pok.: 25,37 g; Sól: 8,46 g;	Wartość energetyczna: 2212,22 kcal; Białko ogółem: 97,21 g; Tłuszcz: 62,78 g; Kw. tł. nasy.: 17,31 g; Węglowodany ogółem: 325,35 g; W tym cukry: 63,42 g; Błonnik pok.: 23,60 g; Sól: 8,91 g;	Wartość energetyczna: 2271,83 kcal; Białko ogółem: 109,40 g; Tłuszcz: 67,08 g; Kw. tł. nasy.: 19,26 g; Węglowodany ogółem: 319,51 g; W tym cukry: 72,11 g; Błonnik pok.: 26,57 g; Sól: 8,56 g;	Wartość energetyczna: 2310,20 kcal; Białko ogółem: 104,77 g; Tłuszcz: 66,63 g; Kw. tł. nasy.: 20,56 g; Węglowodany ogółem: 333,64 g; W tym cukry: 76,03 g; Błonnik pok.: 24,81 g; Sól: 9,00 g;	Wartość energetyczna: 2161,29 kcal; Białko ogółem: 106,13 g; Tłuszcz: 59,52 g; Kw. tł. nasy.: 18,88 g; Węglowodany ogółem: 313,45 g; W tym cukry: 73,30 g; Błonnik pok.: 25,94 g; Sól: 8,49 g;	Wartość energetyczna: 2310,20 kcal; Białko ogółem: 104,77 g; Tłuszcz: 66,63 g; Kw. tł. nasy.: 20,56 g; Węglowodany ogółem: 333,64 g; W tym cukry: 76,03 g; Błonnik pok.: 24,81 g; Sól: 9,00 g;	Wartość energetyczna: 2188,23 kcal; Białko ogółem: 112,23 g; Tłuszcz: 54,69 g; Kw. tł. nasy.: 15,40 g; Węglowodany ogółem: 323,32 g; W tym cukry: 62,63 g; Błonnik pok.: 27,34 g; Sól: 7,37 g;	
									Kanapka z szynką i sałatą (bułka pszenna 32g, margarina 5g, szynka 25g, sałata 5g) 1 szt (GLU, PSZ, SOL)	

Jadłospisy w dniu 2024-05-09 KUCHNIA OSTRÓW MAZOWIECKA

OM- VIII Z ograniczeniem tłuszczu Zestaw II	OM- IX Łatwo strawna zestaw I	OM- IX Łatwo strawna zestaw II	OM- X Z ogr. łatwo przyswajalnych węgli Zestaw I	OM- X Z ogr. łatwo przyswajalnych węgli Zestaw II	OM- XI Ubogoenergetyczna	OM- XII Bogatobiałkowa tawostrawna Zestaw I	OM- XII Bogatobiałkowa tawostrawna Zestaw II	OM- XIII Niskobiałkowa	OM- XV Beźmielczna Zestaw I
Kasza manna na mleku 400 ml (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> , <u>MLE</u>) Bukka pszenna duża krojona 90 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u>) Szyńska z pierśią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce 25 g (<u>SOJ</u> , <u>SEL</u>) Serrek hom. o smaku naturalnym z ziółami 50 g (<u>MLE</u>) Stupki 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</u> , <u>GLU</u> , <u>ZYT</u> , <u>GLU</u> , <u>JECZ</u>)	Kasza manna na mleku <u>PSZ</u> , <u>MLE</u>) 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>) Szyńska z pierśią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadanej 25 g (<u>SOJ</u> , <u>SEL</u>) Serrek hom. o smaku naturalnym z ziółami 50 g (<u>MLE</u>) Stupki z marchewki gotowanej 90 g Sałata zielona 10 g Melon 150 g Kawa zbożowa na mleku b/c 300 ml (<u>MLE</u> , <u>GLU</u> , <u>ZYT</u> , <u>GLU</u> , <u>JECZ</u>)	Kasza 400 ml (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> , <u>MLE</u>) 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>) Szyńska z pierśią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadanej 25 g (<u>SOJ</u> , <u>SEL</u>) Serrek hom. o smaku naturalnym z ziółami 50 g (<u>MLE</u>) Stupki z marchewki gotowanej 90 g Sałata zielona 10 g Melon 150 g Kawa zbożowa na mleku b/c 300 ml (<u>MLE</u> , <u>GLU</u> , <u>ZYT</u> , <u>GLU</u> , <u>JECZ</u>)	Płatki żytnie na wwarze jarzynowym 400 ml (<u>SEL</u> , <u>GLU</u> , <u>ZYT</u>) Chleb razowy pszenno-żytni 76 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> , <u>GLU</u> , <u>ZYT</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (<u>MLE</u>) Szyńska z pierśią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadanej 25 g (<u>SOJ</u> , <u>SEL</u>) Serrek hom. o smaku naturalnym z ziółami 50 g (<u>MLE</u>) Stupki z marchewki gotowanej 90 g Sałata zielona 10 g Melon 150 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Kefir 2,0% t 150g 1 szt. (<u>MLE</u>) Słonecznik łuskany 10 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 66 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> , <u>GLU</u> , <u>ZYT</u>) Szyńska z pierśią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadanej 25 g (<u>SOJ</u> , <u>SEL</u>) Serrek hom. o smaku naturalnym z ziółami 50 g (<u>MLE</u>) Stupki z marchewki gotowanej 90 g Sałata zielona 10 g Melon 150 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Kasza manna na mleku 400 ml (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> , <u>MLE</u>) 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>) Szyńska z pierśią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadanej 25 g (<u>SOJ</u> , <u>SEL</u>) Serrek hom. o smaku naturalnym z ziółami 50 g (<u>MLE</u>) Stupki z marchewki gotowanej 90 g Sałata zielona 10 g Melon 150 g Kawa zbożowa na mleku b/c 300 ml (<u>MLE</u> , <u>GLU</u> , <u>ZYT</u> , <u>GLU</u> , <u>JECZ</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 96 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> , <u>GLU</u> , <u>ZYT</u>) Szyńska z pierśią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadanej 25 g (<u>SOJ</u> , <u>SEL</u>) Serrek hom. o smaku naturalnym z ziółami 50 g (<u>MLE</u>) Stupki z marchewki gotowanej 90 g Sałata zielona 10 g Melon 150 g Kawa zbożowa na mleku b/c 300 ml (<u>MLE</u> , <u>GLU</u> , <u>ZYT</u> , <u>GLU</u> , <u>JECZ</u>)	Chleb bezglutenowy 116 g Dżem 50 g Stupki z marchewki gotowanej 90 g Kasza manna na wwarze jarzynowym 400 ml (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> , <u>GLU</u> , <u>ZYT</u>) Sałata zielona 10 g Melon 150 g Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g Serrek hom. o smaku naturalnym z ziółami 30 g (<u>MLE</u>) Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Kasza manna na wwarze jarzynowym 400 ml (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> , <u>GLU</u> , <u>ZYT</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 98 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> , <u>GLU</u> , <u>ZYT</u>) Margaryna roślinna bez mielczna o zaw. 80% t 15 g Szyńska z pierśią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadanej 60 g (<u>SOJ</u> , <u>SEL</u>) Stupki z marchewki gotowanej 100 g Melon 150 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml
II ŚN									
Barszcz czerwony z ziemniakami 400 ml (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>) Pulpet wieprzowy 100 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> , <u>JAU</u>) Sos pomidorowy 50 ml (<u>GLU</u> <u>PSZ</u>) Kasza jęczmienna/sytko 150 g (<u>GLU</u> <u>JECZ</u>) Szpinaż gotowany z olejem* 100 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u>) Bukiet warzyw gotowanych 100 g Kroślewski z olejem* 100 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml	Selerowa z ziemniakami 400 ml (<u>MLE</u> , <u>SEL</u>) Bikta schabowa 90 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u>) Pulpet wieprzowy 100 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u>) Sos pomidorowy 50 ml (<u>GLU</u> <u>PSZ</u>) Kasza jęczmienna/sytko 150 g (<u>GLU</u> <u>JECZ</u>) Szpinaż gotowany z olejem* 100 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u>) Bukiet warzyw gotowanych 100 g Kroślewski z olejem* 100 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami 400 ml (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>) Pulpet wieprzowy 100 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> , <u>JAU</u>) Sos pomidorowy 50 ml (<u>GLU</u> <u>PSZ</u>) Kasza jęczmienna/sytko 150 g (<u>GLU</u> <u>JECZ</u>) Szpinaż gotowany z olejem* 100 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u>) Bukiet warzyw gotowanych 100 g Kroślewski z olejem* 100 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml	Pieczarkowa z ziemniakami 400 ml (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>) Bikta schabowa 90 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u>) Pulpet wieprzowy 100 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u>) Sos pomidorowy 50 ml (<u>GLU</u> <u>PSZ</u>) Kasza bulgur 150 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u>) Bukiet warzyw gotowanych 100 g Surówka z rzodkwi, jabłka i marchewki 100 g (<u>MLE</u>) Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami 400 ml (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>) Pulpet wieprzowy 100 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> , <u>JAU</u>) Sos pomidorowy 50 ml (<u>GLU</u> <u>PSZ</u>) Kasza bulgur 150 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u>) Bukiet warzyw gotowanych 100 g Surówka z rzodkwi, jabłka i marchewki 100 g (<u>MLE</u>) Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami 400 ml (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>) Bikta schabowa 90 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u>) Pulpet wieprzowy 100 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u>) Sos pomidorowy 50 ml (<u>GLU</u> <u>PSZ</u>) Kasza jęczmienna/sytko 150 g (<u>GLU</u> <u>JECZ</u>) Szpinaż gotowany z olejem* 100 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u>) Bukiet warzyw gotowanych 100 g Kroślewski z olejem* 100 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml	Selerowa z ziemniakami 400 ml (<u>MLE</u> , <u>SEL</u>) Bikta schabowa 90 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u>) Pulpet wieprzowy 100 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u>) Sos pomidorowy 50 ml (<u>GLU</u> <u>PSZ</u>) Kasza jęczmienna/sytko 150 g (<u>GLU</u> <u>JECZ</u>) Szpinaż gotowany z olejem* 100 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u>) Bukiet warzyw gotowanych 100 g Kroślewski z olejem* 100 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami 400 ml (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>) Pulpet wieprzowy 100 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> , <u>JAU</u>) Sos pomidorowy 50 ml (<u>GLU</u> <u>PSZ</u>) Kasza jęczmienna/sytko 150 g (<u>GLU</u> <u>JECZ</u>) Szpinaż gotowany z olejem* 100 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u>) Bukiet warzyw gotowanych 100 g Kroślewski z olejem* 100 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml	Zapiekanka ziemniaczana- dieta 300 g (<u>SEL</u>) Szpinaż gotowany z olejem* 100 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u>) Selerowa z ziemniakami (bez mielki) 400 ml (<u>SEL</u>) Kasza jęczmienna/sytko 150 g (<u>GLU</u> <u>JECZ</u>) Szpinaż gotowany z olejem* 100 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u>) Bukiet warzyw gotowanych 100 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml	Selerowa z ziemniakami (bez mielki) 400 ml (<u>SEL</u>) Bikta schabowa 90 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u>) Pulpet wieprzowy 100 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u>) Sos pomidorowy 50 ml (<u>GLU</u> <u>PSZ</u>) Kasza jęczmienna/sytko 150 g (<u>GLU</u> <u>JECZ</u>) Szpinaż gotowany z olejem* 100 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u>) Bukiet warzyw gotowanych 100 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml

Jadłospisy w dniu 2024-05-09 KUCHNIA OSTRÓW MAZOWIECKA

2024-05-09 czwartek										
PN	PN	PN	PN	PN	PN	PN	PN	PN	PN	
<p>Wartość energetyczna: 2226,60 kcal; Białko ogółem: 107,60 g; Tłuszcz: 54,24 g; Kw. tł. nasy.: 16,71 g; Węglowodany ogółem: 337,45 g; W tym cukry: 66,54 g; Błonnik pok.: 25,57 g; Sól: 7,81 g.</p>	<p>Wartość energetyczna: 2195,69 kcal; Białko ogółem: 105,90 g; Tłuszcz: 63,85 g; Kw. tł. nasy.: 18,99 g; Węglowodany ogółem: 311,46 g; W tym cukry: 55,39 g; Błonnik pok.: 28,32 g; Sól: 10,06 g.</p>	<p>Wartość energetyczna: 2234,05 kcal; Białko ogółem: 101,26 g; Tłuszcz: 63,40 g; Kw. tł. nasy.: 20,30 g; Węglowodany ogółem: 325,59 g; W tym cukry: 59,31 g; Błonnik pok.: 26,55 g; Sól: 10,50 g.</p>	<p>Wartość energetyczna: 2318,52 kcal; Białko ogółem: 106,24 g; Tłuszcz: 73,70 g; Kw. tł. nasy.: 15,45 g; Węglowodany ogółem: 321,01 g; W tym cukry: 31,35 g; Błonnik pok.: 33,70 g; Sól: 8,32 g.</p>	<p>Wartość energetyczna: 2358,16 kcal; Białko ogółem: 100,65 g; Tłuszcz: 73,26 g; Kw. tł. nasy.: 16,75 g; Węglowodany ogółem: 337,81 g; W tym cukry: 37,09 g; Błonnik pok.: 34,71 g; Sól: 8,52 g.</p>	<p>Wartość energetyczna: 1500,75 kcal; Białko ogółem: 79,36 g; Tłuszcz: 34,06 g; Kw. tł. nasy.: 5,67 g; Węglowodany ogółem: 229,45 g; W tym cukry: 28,29 g; Błonnik pok.: 23,86 g; Sól: 8,92 g.</p>	<p>Wartość energetyczna: 2586,43 kcal; Białko ogółem: 127,24 g; Tłuszcz: 80,56 g; Kw. tł. nasy.: 24,51 g; Węglowodany ogółem: 350,13 g; W tym cukry: 63,30 g; Błonnik pok.: 29,62 g; Sól: 11,63 g.</p>	<p>Wartość energetyczna: 2624,79 kcal; Białko ogółem: 122,60 g; Tłuszcz: 80,11 g; Kw. tł. nasy.: 25,82 g; Węglowodany ogółem: 364,26 g; W tym cukry: 67,22 g; Błonnik pok.: 27,85 g; Sól: 12,07 g.</p>	<p>Wartość energetyczna: 2062,82 kcal; Białko ogółem: 42,03 g; Tłuszcz: 54,56 g; Kw. tł. nasy.: 10,46 g; Węglowodany ogółem: 364,67 g; W tym cukry: 54,78 g; Błonnik pok.: 34,72 g; Sól: 5,25 g.</p>	<p>Wartość energetyczna: 2052,99 kcal; Białko ogółem: 86,80 g; Tłuszcz: 64,82 g; Kw. tł. nasy.: 15,27 g; Węglowodany ogółem: 294,03 g; W tym cukry: 26,60 g; Błonnik pok.: 31,15 g; Sól: 9,82 g.</p>	
<p>Kanapka z szynką i sałatą (bukka pszenna 32g, margarina 5g, szynka 25g, sałata 5g) 1 szt. (GLU,PSZ,SOL)</p>	<p>Sok pomidorowy 0,3l 1 szt</p>	<p>Kanapka z szynką i pomidorem (chleb razowy 76g, margaryna 5g, szynka 25g, pomidor 15g) 1 szt (GLU,PSZ,SOL,GLU,ZYT)</p>	<p>Sok pomidorowy 0,3l 1 szt</p>	<p>Kanapka z szynką i sałatą (bukka pszenna 32g, margarina 5g, szynka 25g, sałata 5g) 1 szt (GLU,PSZ,SOL)</p>	<p>Sok pomidorowy 0,3l 1 szt</p>	<p>Kanapka z szynką i sałatą (bukka pszenna 32g, margarina 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 sałatą (bukka pszenna 32g, margarina 5g, szynka 25g, sałata 5g) 1 szt (GLU,PSZ,SOL)</p>	
<p>Kolacja</p> <p>Bułka pszenna długa krojona 90 g (GLU,PSZ)</p> <p>Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z.dodat.wody w.osł.niejad 50 g</p> <p>Pomidor b/skorłki 80 g</p> <p>Salata zielona 20 g</p> <p>Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p>	<p>Chleb mieszany pszenno-żytni 96 g (GLU,PSZ,GLU,ZYT)</p> <p>Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE)</p> <p>Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z.dodat.wody w.osł.niejad 50 g</p> <p>Pomidor 80 g</p> <p>Salata zielona 20 g</p> <p>Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p>	<p>Chleb razowy pszenno-żytni 96 g (GLU,PSZ,GLU,ZYT)</p> <p>Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE)</p> <p>Paszet z fasoli () 50 g (GLU,PSZ,JAU)</p> <p>Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z.dodat.wody w.osł.niejad 25 g</p> <p>Slupki z wierzwy () 80 g</p> <p>Salata zielona 20 g</p> <p>Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p>	<p>Chleb mieszany pszenno-żytni 66 g (GLU,PSZ,GLU,ZYT)</p> <p>Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z.dodat.wody w.osł.niejad 50 g</p> <p>Pomidor 80 g</p> <p>Salata zielona 30 g</p> <p>Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p>	<p>Chleb mieszany pszenno-żytni 96 g (GLU,PSZ,GLU,ZYT)</p> <p>Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE)</p> <p>Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z.dodat.wody w.osł.niejad 100 g</p> <p>Pomidor 80 g</p> <p>Salata zielona 20 g</p> <p>Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p>	<p>Chleb mieszany pszenno-żytni 96 g (GLU,PSZ,GLU,ZYT)</p> <p>Pomidor 80 g</p> <p>Salata zielona 20 g</p> <p>Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE)</p> <p>Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z.dodat.wody w.osł.niejad 100 g</p> <p>Pomidor 80 g</p> <p>Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p>	<p>Chleb mieszany pszenno-żytni 96 g (GLU,PSZ,GLU,ZYT)</p> <p>Pomidor 80 g</p> <p>Salata zielona 20 g</p> <p>Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE)</p> <p>Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z.dodat.wody w.osł.niejad 25 g</p> <p>Pomidor 80 g</p> <p>Salata zielona 20 g</p> <p>Jarzynowa z ziemiakami (bez mleka) () 300 ml (GLU,PSZ,SEL)</p> <p>Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g (MLE)</p> <p>Miod (25g) 1 szt</p> <p>Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p>	<p>Chleb mieszany pszenno-żytni 98 g (GLU,PSZ,GLU,ZYT)</p> <p>Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g</p> <p>Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z.dodat.wody w.osł.niejad 60 g</p> <p>Pomidor 80 g</p> <p>Salata zielona 20 g</p> <p>Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p>			
<p>PD</p>	<p>OM- VIII Z ograniczeniem tłuszczu Zestaw II</p>	<p>OM- IX Latwo strawna zestaw I</p>	<p>OM- IX Latwo strawna zestaw II</p>	<p>OM- X Z ogr. łatwo przyswajalnych węgl. Zestaw I</p>	<p>OM- X Z ogr. łatwo przyswajalnych węgl. Zestaw II</p>	<p>OM- XI Uboogoenergetyczna</p>	<p>OM- XII Bogatobiałkowa łatwostrawna Zestaw I</p>	<p>OM- XII Bogatobiałkowa łatwostrawna Zestaw II</p>	<p>OM- XIII Niskobiałkowa</p>	<p>OM- XV Bezmleczna Zestaw I</p>
							Masłanka 150 ml (MLE)			

Jadłospisy w dniu 2024-05-09 KUCHNIA OSTRÓW MAZOWIECKA

OM- XV Bezmleczna Zestaw II	OM- Dzieci 1-3 lat	OM- Papkowata/ Przeciera	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 manna na wywarze jarzynowym () 400 ml (GLU PSZ, SEL, PSZ, SEL)</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>Szynka z pierśnią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadanej 60 g (SOJ, SEL)</p> <p>Stupki z marchewki gotowanej 90 g</p> <p>Mielon 150 g</p> <p>Salata zielona 10 g</p> <p>Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p>	<p>Płatki kukurydziane na mleku 200 ml (MLE)</p> <p>Bułka pszenna długa krojona 32 g (GLU PSZ)</p> <p>Margaryna roślinna (80% tł.) 5 g (MLE)</p> <p>Serek homo. o smaku naturalnym z ziołami 80 g (MLE)</p> <p>Pomidor b/skokki 40 g</p> <p>Salata zielona 10 g</p> <p>Herbata czarna granulowana b/c 250 ml</p> <p>Mielon 150 g</p>	<p>Kasza manna na wywarze jarzynowym () 450 ml (GLU PSZ, SEL)</p> <p>Bułka pszenna długa krojona 32 g (GLU PSZ)</p> <p>Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g (MLE)</p> <p>Szynka z pierśnią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadanej 50 g (SOJ, SEL)</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, GLU JECZ)</p>	<p>Kasza manna na mleku 400 ml (GLU PSZ, MLE)</p> <p>Chleb razowy pszenno-żytni 116 g (GLU PSZ, GLU ZYT)</p> <p>Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE)</p> <p>Serek homo. o smaku naturalnym z ziołami 80 g (MLE)</p> <p>Stupki z marchewki 90 g</p> <p>Salata zielona 10 g</p> <p>Mielon 150 g</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>Szynka z pierśnią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadanej 60 g (SOJ, SEL)</p> <p>Stupki z marchewki 90 g</p> <p>Salata zielona 10 g</p> <p>Mielon 150 g</p> <p>Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p>	<p>Kasza manna na mleku 400 ml (GLU PSZ, MLE)</p> <p>Chleb mieszany pszenno-żytni 116 g (GLU PSZ, GLU ZYT)</p> <p>Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE)</p> <p>Serek homo o smaku naturalnym z ziołami 80 g (MLE)</p> <p>Salata zielona 10 g</p> <p>Mielon 150 g</p> <p>Kawa zbożowa na mleku b/c 300 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ)</p>	<p>Kasza manna na mleku 400 ml (GLU PSZ, MLE)</p> <p>Chleb mieszany pszenno-żytni 96 g (GLU PSZ, GLU ZYT)</p> <p>Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE)</p> <p>Szynka z pierśnią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadanej 25 g (SOJ, SEL)</p> <p>Serek homo o smaku naturalnym z ziołami 80 g (MLE)</p> <p>Salata zielona 10 g</p> <p>Mielon 150 g</p> <p>Kawa zbożowa na mleku b/c 300 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ)</p>	<p>Kasza manna na mleku 400 ml (GLU PSZ, MLE)</p> <p>Chleb mieszany pszenno-żytni 96 g (GLU PSZ, GLU ZYT)</p> <p>Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE)</p> <p>Szynka z pierśnią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadanej 25 g (SOJ, SEL)</p> <p>Serek homo o smaku naturalnym z ziołami 80 g (MLE)</p> <p>Salata zielona 10 g</p> <p>Mielon 150 g</p> <p>Kawa zbożowa na mleku b/c 300 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ)</p>	<p>Kasza manna na mleku 400 ml (GLU PSZ, MLE)</p> <p>Chleb mieszany pszenno-żytni 96 g (GLU PSZ, GLU ZYT)</p> <p>Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE)</p> <p>Szynka z pierśnią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadanej 25 g (SOJ, SEL)</p> <p>Serek homo o smaku naturalnym z ziołami 80 g (MLE)</p> <p>Salata zielona 10 g</p> <p>Mielon 150 g</p> <p>Kawa zbożowa na mleku b/c 300 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ)</p>	<p>Kasza manna na mleku 400 ml (GLU PSZ, MLE)</p> <p>Chleb mieszany pszenno-żytni 96 g (GLU PSZ, GLU ZYT)</p> <p>Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE)</p> <p>Szynka z pierśnią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadanej 25 g (SOJ, SEL)</p> <p>Serek homo o smaku naturalnym z ziołami 80 g (MLE)</p> <p>Salata zielona 10 g</p> <p>Mielon 150 g</p> <p>Kawa zbożowa na mleku b/c 300 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ)</p>
Herbatniki 30 g (GLU PSZ, SOJ, MLE)									
II ŚN									
<p>Barszcz czerwony z ziemniakami (bez mleka) () 400 ml (GLU PSZ, SEL)</p> <p>Pulpet wieprzowy 100 g (GLU PSZ)</p> <p>Sos pomidorowy 50 g (GLU PSZ)</p> <p>Sos pomidorowy 50 ml (GLU PSZ)</p> <p>Kasza jęczmienna/sypko 150 g (GLU JECZ)</p> <p>Szpinak gotowany z olejem* 100 g (GLU PSZ)</p> <p>Bukiet warzyw królewski z olejem*</p> <p>Bukiet warzyw gotowanych 50 g</p> <p>Szpinak gotowany z olejem* 50 g (GLU PSZ)</p> <p>Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml</p>	<p>Barszcz czerwony z ziemniakami () 200 ml (GLU PSZ, MLE, SEL)</p> <p>Pulpet wieprzowy 50 g (GLU PSZ)</p> <p>Kasza jęczmienna/sypko 150 g (GLU PSZ)</p> <p>Szpinak gotowany z olejem* 100 g (GLU PSZ)</p> <p>Bukiet warzyw królewski z olejem*</p> <p>Bukiet warzyw gotowanych 50 g</p> <p>Szpinak gotowany z olejem* 50 g (GLU PSZ)</p> <p>Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 250 ml</p>	<p>Barszcz czerwony z ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL)</p> <p>Pulpet wieprzowy 100 g (GLU PSZ, JAU)</p> <p>Sos pomidorowy 50 ml (GLU PSZ)</p> <p>Kasza jęczmienna/sypko 150 g (GLU PSZ)</p> <p>Szpinak gotowany z olejem* 100 g (GLU PSZ)</p> <p>Bukiet warzyw królewski z olejem* 100 g</p> <p>Bukiet warzyw gotowanych 100 g</p> <p>Szpinak gotowany z olejem* 100 g</p> <p>Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml</p>	<p>Piecarkowa z ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL)</p> <p>Pierogi ukraińskie 300 g (GLU PSZ, MLE)</p> <p>Bukiet warzyw gotowanych 50 g</p> <p>Szpinak gotowany z olejem* 100 g</p> <p>Surowka z rzodkwi, jabłka i marchewki () 100 g (MLE)</p> <p>Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml</p>	<p>Barszcz czerwony z ziemniakami (bez glutenu bez mleka) () 400 ml (SEL)</p> <p>Bitka schabowa (bez glutenu) 90 g</p> <p>Sos pomidorowy 50 ml (GLU PSZ)</p> <p>Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g</p> <p>Bukiet warzyw gotowanych 50 ml</p> <p>Surowka z rzodkwi, jabłka i marchewki () 100 g (MLE)</p> <p>Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml</p>	<p>Selerowa z ziemniakami () 400 ml (MLE, SEL)</p> <p>Bitka schabowa 90 g (GLU PSZ)</p> <p>Sos pomidorowy 50 ml (GLU PSZ)</p> <p>Kasza jęczmienna/sypko 150 g (GLU JECZ)</p> <p>Szpinak gotowany z olejem* 100 g (GLU PSZ)</p> <p>Bukiet warzyw gotowanych 100 g</p> <p>Surowka z rzodkwi, jabłka i marchewki () 100 g (MLE)</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>Pulpet wieprzowy 100 g (GLU PSZ)</p> <p>Sos pomidorowy 50 ml (GLU PSZ)</p> <p>Sos pomidorowy 50 ml (GLU PSZ)</p> <p>Kasza jęczmienna/sypko 150 g (GLU PSZ)</p> <p>Szpinak gotowany z olejem* 100 g (GLU PSZ)</p> <p>Bukiet warzyw gotowanych 100 g</p> <p>Surowka z rzodkwi, jabłka i marchewki () 100 g (MLE)</p> <p>Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml</p>	<p>Selerowa z ziemniakami () 400 ml (MLE, SEL)</p> <p>Bitka schabowa 90 g (GLU PSZ)</p> <p>Sos pomidorowy 50 ml (GLU PSZ)</p> <p>Kasza jęczmienna/sypko 150 g (GLU JECZ)</p> <p>Szpinak gotowany z olejem* 100 g (GLU PSZ)</p> <p>Bukiet warzyw gotowanych 100 g</p> <p>Surowka z rzodkwi, jabłka i marchewki () 100 g (MLE)</p> <p>Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml</p>	<p>Selerowa z ziemniakami () 400 ml (MLE, SEL)</p> <p>Bitka schabowa 90 g (GLU PSZ)</p> <p>Sos pomidorowy 50 ml (GLU PSZ)</p> <p>Kasza jęczmienna/sypko 150 g (GLU JECZ)</p> <p>Szpinak gotowany z olejem* 100 g (GLU PSZ)</p> <p>Bukiet warzyw gotowanych 100 g</p> <p>Surowka z rzodkwi, jabłka i marchewki () 100 g (MLE)</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>Pulpet wieprzowy 100 g (GLU PSZ)</p> <p>Sos pomidorowy 50 ml (GLU PSZ)</p> <p>Sos pomidorowy 50 ml (GLU PSZ)</p> <p>Kasza jęczmienna/sypko 150 g (GLU PSZ)</p> <p>Szpinak gotowany z olejem* 100 g (GLU PSZ)</p> <p>Bukiet warzyw gotowanych 100 g</p> <p>Surowka z rzodkwi, jabłka i marchewki () 100 g (MLE)</p> <p>Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml</p>
<p>Obiad</p> <p>Kasza jęczmienna/sypko 150 g (GLU JECZ)</p> <p>Szpinak gotowany z olejem* 100 g (GLU PSZ)</p> <p>Bukiet warzyw królewski z olejem*</p> <p>Bukiet warzyw gotowanych 50 g</p> <p>Szpinak gotowany z olejem* 50 g (GLU PSZ)</p> <p>Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml</p>									

2024-05-09 czwartek

Jadłospisy w dniu 2024-05-09 KUCHNIA OSTRÓW MAZOWIECKA

2024-05-09 czwartek									
PN	Kolacja		Sok pomidorowy 0,3l 1 szt						
OM- XV Bezmleczna Zestaw II	OM- Dzieci 1-3 lat	OM- Pawkowata/ Przecierana	OM- Płynna	OM- Vegetariańska	OM- Bezglutenowa	OM- Położnicza Zestaw I	OM- Położnicza Zestaw II	OM- Kobieta Karmiąca Zestaw I	OM- Kobieta Karmiąca Zestaw II
Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bukka pszenna długa (GLU PSZ) 32 g Margaryna roślinna (80% tł.) 5 g (MLE) Szynekowa dębowa (80% tł.) 5 g (MLE) 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	Banan 1/2 szt. 1 Por	Bukka pszenna długa krojona (80% tł.) 15 g (MLE) Szynekowa dębowa 50 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem (SEL) Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Jarzynowa z ziemniakami (bez mleka) (GLU PSZ, SEL) 450 ml	Bukka pszenna długa krojona 32 g (GLU PSZ) 15 g (MLE) Margaryna roślinna (80% tł.) 5 g (MLE) Kiel. wp. gr. rozd. wędz. parzo. z dodat. wody w osł. niejad 50 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem (SEL) 100 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Jarzynowa z ziemniakami (bez mleka) (GLU PSZ, SEL) 450 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni (GLU PSZ, GLU ŻYT) 96 g Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE) Pasztet z fasoli (JAJ) 80 g (GLU PSZ) Słupki z warzyw (JAJ) 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 Pasztet z fasoli (JAJ) 50 g (GLU PSZ) Szynekowa 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	Chleb mieszany pszenno-żytni (GLU PSZ, GLU ŻYT) 116 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) 10 g (MLE) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE) Kiel. wp. gr. rozd. wędz. parzo. z dodat. wody w osł. niejad 50 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni (GLU PSZ, GLU ŻYT) 116 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) 10 g (MLE) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE) Kiel. wp. gr. rozd. wędz. parzo. z dodat. wody w osł. niejad 50 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni (GLU PSZ, GLU ŻYT) 116 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) 10 g (MLE) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE) Kiel. wp. gr. rozd. wędz. parzo. z dodat. wody w osł. niejad 50 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni (GLU PSZ, GLU ŻYT) 116 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) 10 g (MLE) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE) Kiel. wp. gr. rozd. wędz. parzo. z dodat. wody w osł. niejad 50 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml
Wartość energetyczna: 2170,17 kcal; Białko ogółem: 83,95 g; Tłuszcz: 64,79 g; Kw. tł. nasy.: 16,68 g; Węglowodany ogółem: 325,45 g; W tym cukry: 30,01 g; Błonnik pok.: 30,24 g; Sól: 10,18 g.	Wartość energetyczna: 1267,56 kcal; Białko ogółem: 50,39 g; Tłuszcz: 33,06 g; Kw. tł. nasy.: 8,96 g; Węglowodany ogółem: 198,22 g; W tym cukry: 57,78 g; Błonnik pok.: 14,58 g; Sól: 5,39 g.	Wartość energetyczna: 98,59 g; Tłuszcz: 70,91 g; Kw. tł. nasy.: 20,19 g; Węglowodany ogółem: 316,92 g; W tym cukry: 43,71 g; Błonnik pok.: 36,21 g; Sól: 9,45 g.	Wartość energetyczna: 2610,68 kcal; Białko ogółem: 98,05 g; Tłuszcz: 84,60 g; Kw. tł. nasy.: 28,50 g; Węglowodany ogółem: 380,44 g; W tym cukry: 62,51 g; Błonnik pok.: 35,23 g; Sól: 7,84 g.	Wartość energetyczna: 2242,90 kcal; Białko ogółem: 73,05 g; Tłuszcz: 80,56 g; Kw. tł. nasy.: 16,18 g; Węglowodany ogółem: 314,48 g; W tym cukry: 31,24 g; Błonnik pok.: 25,04 g; Sól: 4,87 g.	Wartość energetyczna: 2523,19 kcal; Białko ogółem: 111,08 g; Tłuszcz: 67,86 g; Kw. tł. nasy.: 19,64 g; Węglowodany ogółem: 381,01 g; W tym cukry: 94,24 g; Błonnik pok.: 31,92 g; Sól: 10,60 g.	Wartość energetyczna: 2561,55 kcal; Białko ogółem: 106,44 g; Tłuszcz: 67,41 g; Kw. tł. nasy.: 20,95 g; Węglowodany ogółem: 395,14 g; W tym cukry: 98,16 g; Błonnik pok.: 30,15 g; Sól: 11,04 g.	Wartość energetyczna: 2523,19 kcal; Białko ogółem: 111,08 g; Tłuszcz: 67,86 g; Kw. tł. nasy.: 19,64 g; Węglowodany ogółem: 381,01 g; W tym cukry: 94,24 g; Błonnik pok.: 31,92 g; Sól: 10,60 g.	Wartość energetyczna: 2561,55 kcal; Białko ogółem: 106,44 g; Tłuszcz: 67,41 g; Kw. tł. nasy.: 20,95 g; Węglowodany ogółem: 395,14 g; W tym cukry: 98,16 g; Błonnik pok.: 30,15 g; Sól: 11,04 g.	Wartość energetyczna: 2561,55 kcal; Białko ogółem: 106,44 g; Tłuszcz: 67,41 g; Kw. tł. nasy.: 20,95 g; Węglowodany ogółem: 395,14 g; W tym cukry: 98,16 g; Błonnik pok.: 30,15 g; Sól: 11,04 g.
Kanapka z szynką i sałatką (bukka pszenna 32g, margaryna 5g, szynka 25g, sałata 5g) 1 szt (GLU PSZ, SOL)					Kanapka z szynką i sałatką (chleb bezglutenowy 45g, margaryna 5g, szynka 25g, sałata 5g) 1 szt (SOL)				

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,

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 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,

Białnik pok. - Białnik pokarmowy,

- % energii z białka,

Ener. z T - % energii z tłuszczu,

- % energii z węglowodanów,

Ener. z Bł. - % energii z błonnika,

W tym cukry - w tym cukry,

MM - MM,

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

	Nazwa dania/asortymentu	Skladniki
Lp	Asortyment	Porcja - Definicja receptury (asortymenty wg ilości malejącej)
		Skladniki
1	Sonda / płynna śn. 1 400 g (GLU PSZ, MLE,)	
1	Mleko 2% nv(MLE,)	
2	Serek Homog. o smaku naturalnym 2,5% tł. nv(MLE,)	Twaróg chudy (MLE,), Śmietanka (MLE,), E202 , Chlorek wapnia
3	Kasza manna nv(GLU PSZ,)	
4	Cukier	
5	Masło 82% tł. nv(MLE,)	Śmietanka pasteryzowana (MLE,)
2	Sonda mleczna! 2 400 g (GLU PSZ, JAJ, MLE,)	
1	Mleko 2% nv(MLE,)	
2	Kasza manna nv(GLU PSZ,)	
3	Cukier	
4	Masło 82% tł. nv(MLE,)	Śmietanka pasteryzowana (MLE,)
5	Mleko w proszku pełne nv(MLE,)	
6	Jaja M nv(JAJ,)	
7	Suchary bez cukru 285g nv	
3	Sonda / płynna ob. 3 400 g (GLU PSZ, JAJ, SEL,)	
1	Woda	
2	Włoszczyzna 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% tł. nv(MLE,)	Śmietanka pasteryzowana (MLE,)
7	Jaja M nv(JAJ,)	
5	Sonda mięsna! 5 400 g (JAJ, SEL,)	
1	Woda	
2	Udziec z kurczaka b/k b/s	
3	Ziemniaki obrane	
4	Marchew obrana	
5	Pietruszka obrana	
6	Cukier	
7	Seler obrany(SEL,)	
8	Olej rzepakowy nv	
9	Jaja M nv(JAJ,)	

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
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,)	

Jadłospisy w dniu 2024-05-10 KUCHNIA OSTRÓW MAZOWIECKA

2024-05-10 piątek		Kolacja		Frytki warzywne pieczone (marchew, burak, pietruszka) 100 g		Frytki warzywne pieczone (marchew, burak, pietruszka) 100 g		Frytki warzywne pieczone (marchew, burak, pietruszka) 100 g		Frytki warzywne pieczone (marchew, burak, pietruszka) 100 g		Frytki warzywne pieczone (marchew, burak, pietruszka) 100 g		Frytki warzywne pieczone (marchew, burak, pietruszka) 100 g					
PN	PN	PN	PN	PN	PN	PN	PN	PN	PN	PN	PN	PN	PN	PN	PN				
<p>OM- I Podstawowa zestaw I</p> <p>Chleb mieszaný pszenno-żytni (GLU,PSZ, GLU,ZYT) 96 g Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g Jajko gotowane K1 M 1 szt (JAJ, MLE) Szyunka na kartki- Pomidor 80 g Parazona 25 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p>	<p>OM- I Podstawowa zestaw II</p> <p>Chleb mieszaný pszenno-żytni (GLU,PSZ, GLU,ZYT) 96 g Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g Jajko gotowane K1 M 1 szt (JAJ, MLE) Szyunka na kartki- Pomidor 80 g Parazona 25 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p>	<p>OM- III b Do żywienia przez sondę</p> <p>Sonda mięsna I 5 400 g (JAJ,SEL)</p>	<p>OM- IV Łatwo strawna dziecięca Zestaw I</p> <p>Bułka pszenna długa krojona 76 g (GLU,PSZ) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE) Szyunka na kartki- wieprzowa, wędzona parazona 50 g Buraczki oprószone () 80 g (GLU,PSZ) Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p>	<p>OM- IV Łatwo strawna dziecięca Zestaw II</p> <p>Bułka pszenna długa krojona 76 g (GLU,PSZ) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE) Szyunka na kartki- wieprzowa, wędzona parazona 50 g Buraczki oprószone () 80 g (GLU,PSZ) Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p>	<p>OM- VI Pooperacyjna Zestaw I</p> <p>Bułka pszenna długa krojona 76 g (GLU,PSZ) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE) Szyunka na kartki- wieprzowa, wędzona parazona 50 g Buraczki oprószone () 80 g (GLU,PSZ) Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p>	<p>OM- VI Pooperacyjna Zestaw II</p> <p>Bułka pszenna długa krojona 76 g (GLU,PSZ) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE) Szyunka na kartki- wieprzowa, wędzona parazona 50 g Buraczki oprószone () 80 g (GLU,PSZ) Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p>	<p>OM- VII Z ogr. sub. pobudz. wyđ. z. soku żóład. Zestaw I</p> <p>Bułka pszenna długa krojona 76 g (GLU,PSZ) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE) Szyunka na kartki- wieprzowa, wędzona parazona 50 g Buraczki oprószone () 80 g (GLU,PSZ) Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p>	<p>OM- VII Z ogr. sub. pobudz. wyđ. z. soku żóład. Zestaw II</p> <p>Bułka pszenna długa krojona 76 g (GLU,PSZ) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE) Szyunka na kartki- wieprzowa, wędzona parazona 50 g Buraczki oprószone () 80 g (GLU,PSZ) Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p>	<p>OM- VIII Z ograniczeniem tłuszczu Zestaw I</p> <p>Bułka pszenna długa krojona 90 g (GLU,PSZ) Szyunka na kartki- wieprzowa, wędzona parazona 50 g Buraczki oprószone () 80 g (GLU,PSZ) Sałata zielona 20 g</p>	<p>OM- I Podstawowa zestaw I</p> <p>Chleb mieszaný pszenno-żytni (GLU,PSZ, GLU,ZYT) 96 g Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g Jajko gotowane K1 M 1 szt (JAJ, MLE) Szyunka na kartki- Pomidor 80 g Parazona 25 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p>	<p>OM- I Podstawowa zestaw II</p> <p>Chleb mieszaný pszenno-żytni (GLU,PSZ, GLU,ZYT) 96 g Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g Jajko gotowane K1 M 1 szt (JAJ, MLE) Szyunka na kartki- Pomidor 80 g Parazona 25 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p>	<p>OM- III b Do żywienia przez sondę</p> <p>Sonda mięsna I 5 400 g (JAJ,SEL)</p>	<p>OM- IV Łatwo strawna dziecięca Zestaw I</p> <p>Bułka pszenna długa krojona 76 g (GLU,PSZ) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE) Szyunka na kartki- wieprzowa, wędzona parazona 50 g Buraczki oprószone () 80 g (GLU,PSZ) Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p>	<p>OM- IV Łatwo strawna dziecięca Zestaw II</p> <p>Bułka pszenna długa krojona 76 g (GLU,PSZ) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE) Szyunka na kartki- wieprzowa, wędzona parazona 50 g Buraczki oprószone () 80 g (GLU,PSZ) Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p>	<p>OM- VI Pooperacyjna Zestaw I</p> <p>Bułka pszenna długa krojona 76 g (GLU,PSZ) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE) Szyunka na kartki- wieprzowa, wędzona parazona 50 g Buraczki oprószone () 80 g (GLU,PSZ) Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p>	<p>OM- VI Pooperacyjna Zestaw II</p> <p>Bułka pszenna długa krojona 76 g (GLU,PSZ) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE) Szyunka na kartki- wieprzowa, wędzona parazona 50 g Buraczki oprószone () 80 g (GLU,PSZ) Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p>	<p>OM- VII Z ogr. sub. pobudz. wyđ. z. soku żóład. Zestaw I</p> <p>Bułka pszenna długa krojona 76 g (GLU,PSZ) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE) Szyunka na kartki- wieprzowa, wędzona parazona 50 g Buraczki oprószone () 80 g (GLU,PSZ) Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p>	<p>OM- VII Z ogr. sub. pobudz. wyđ. z. soku żóład. Zestaw II</p> <p>Bułka pszenna długa krojona 76 g (GLU,PSZ) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE) Szyunka na kartki- wieprzowa, wędzona parazona 50 g Buraczki oprószone () 80 g (GLU,PSZ) Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p>	<p>OM- VIII Z ograniczeniem tłuszczu Zestaw I</p> <p>Bułka pszenna długa krojona 90 g (GLU,PSZ) Szyunka na kartki- wieprzowa, wędzona parazona 50 g Buraczki oprószone () 80 g (GLU,PSZ) Sałata zielona 20 g</p>
<p>Wartość energetyczna: 2338,28 kcal; Białko ogółem: 107,96 g; Tłuszcz: 61,26 g; Kw. tł. nasy.: 20,23 g; Węglowodany ogółem: 354,56 g; W tym cukry: 108,05 g; Błonnik pok.: 33,85 g; Sól: 6,93 g.</p>	<p>Wartość energetyczna: 2308,38 kcal; Białko ogółem: 110,71 g; Tłuszcz: 56,37 g; Kw. tł. nasy.: 19,91 g; Węglowodany ogółem: 355,40 g; W tym cukry: 108,55 g; Błonnik pok.: 34,09 g; Sól: 6,97 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: 2106,05 kcal; Białko ogółem: 100,32 g; Tłuszcz: 53,68 g; Kw. tł. nasy.: 16,54 g; Węglowodany ogółem: 318,93 g; W tym cukry: 103,37 g; Błonnik pok.: 29,02 g; Sól: 4,91 g.</p>	<p>Wartość energetyczna: 2076,15 kcal; Białko ogółem: 103,07 g; Tłuszcz: 48,79 g; Kw. tł. nasy.: 16,22 g; Węglowodany ogółem: 319,77 g; W tym cukry: 103,87 g; Błonnik pok.: 29,26 g; Sól: 4,95 g.</p>	<p>Wartość energetyczna: 2273,88 kcal; Białko ogółem: 111,19 g; Tłuszcz: 60,34 g; Kw. tł. nasy.: 20,53 g; Węglowodany ogółem: 334,18 g; W tym cukry: 115,88 g; Błonnik pok.: 28,57 g; Sól: 5,31 g.</p>	<p>Wartość energetyczna: 2243,98 kcal; Białko ogółem: 113,94 g; Tłuszcz: 55,45 g; Kw. tł. nasy.: 20,21 g; Węglowodany ogółem: 335,02 g; W tym cukry: 116,38 g; Błonnik pok.: 28,81 g; Sól: 5,35 g.</p>	<p>Wartość energetyczna: 2273,88 kcal; Białko ogółem: 111,19 g; Tłuszcz: 60,34 g; Kw. tł. nasy.: 20,53 g; Węglowodany ogółem: 334,18 g; W tym cukry: 115,88 g; Błonnik pok.: 28,57 g; Sól: 5,31 g.</p>	<p>Wartość energetyczna: 2243,98 kcal; Białko ogółem: 113,94 g; Tłuszcz: 55,45 g; Kw. tł. nasy.: 20,21 g; Węglowodany ogółem: 335,02 g; W tym cukry: 116,38 g; Błonnik pok.: 28,81 g; Sól: 5,35 g.</p>	<p>Wartość energetyczna: 2241,77 kcal; Białko ogółem: 110,69 g; Tłuszcz: 49,48 g; Kw. tł. nasy.: 15,58 g; Węglowodany ogółem: 349,78 g; W tym cukry: 104,06 g; Błonnik pok.: 26,18 g; Sól: 6,02 g.</p>	<p>Wartość energetyczna: 2241,77 kcal; Białko ogółem: 110,69 g; Tłuszcz: 49,48 g; Kw. tł. nasy.: 15,58 g; Węglowodany ogółem: 349,78 g; W tym cukry: 104,06 g; Błonnik pok.: 26,18 g; Sól: 6,02 g.</p>	<p>Wartość energetyczna: 2241,77 kcal; Białko ogółem: 110,69 g; Tłuszcz: 49,48 g; Kw. tł. nasy.: 15,58 g; Węglowodany ogółem: 349,78 g; W tym cukry: 104,06 g; Błonnik pok.: 26,18 g; Sól: 6,02 g.</p>	<p>Wartość energetyczna: 2241,77 kcal; Białko ogółem: 110,69 g; Tłuszcz: 49,48 g; Kw. tł. nasy.: 15,58 g; Węglowodany ogółem: 349,78 g; W tym cukry: 104,06 g; Błonnik pok.: 26,18 g; Sól: 6,02 g.</p>	<p>Wartość energetyczna: 2241,77 kcal; Białko ogółem: 110,69 g; Tłuszcz: 49,48 g; Kw. tł. nasy.: 15,58 g; Węglowodany ogółem: 349,78 g; W tym cukry: 104,06 g; Błonnik pok.: 26,18 g; Sól: 6,02 g.</p>	<p>Wartość energetyczna: 2241,77 kcal; Białko ogółem: 110,69 g; Tłuszcz: 49,48 g; Kw. tł. nasy.: 15,58 g; Węglowodany ogółem: 349,78 g; W tym cukry: 104,06 g; Błonnik pok.: 26,18 g; Sól: 6,02 g.</p>	<p>Wartość energetyczna: 2241,77 kcal; Białko ogółem: 110,69 g; Tłuszcz: 49,48 g; Kw. tł. nasy.: 15,58 g; Węglowodany ogółem: 349,78 g; W tym cukry: 104,06 g; Błonnik pok.: 26,18 g; Sól: 6,02 g.</p>				

Jadłospisy w dniu 2024-05-10 KUCHNIA OSTRÓW MAZOWIECKA

2024-05-10 piątek									
OM- VIII Z ograniczeniem tłuszczu Zestaw II	OM- IX Łatwo strawna zestaw I	OM- IX Łatwo strawna zestaw II	OM- X Z ogr. tławo przyswajalnych węgl. Zestaw I	OM- X Z ogr. tławo przyswajalnych węgl. Zestaw II	OM- XI Ubogoenerygetyczna	OM- XII Bogatobiałkowa tławostrawna Zestaw I	OM- XII Bogatobiałkowa tławostrawna Zestaw II	OM- XIII Niskobiałkowa	OM- XV Bezmleczna Zestaw I
Bułka pszenna długa krojona (GLU PSZ) 90 g Szyńka na kartki-wieprzowa,wędzona parzona 50 g Buraczki oprószone () 80 g (GLU PSZ) Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni (GLU PSZ, GLU ZYT) 96 g Margaryna roślinna (80% tł.) (MLE) 10 g Szyńka na kartki-wieprzowa,wędzona,parzona 50 g Buraczki oprószone () 80 g (GLU PSZ) Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni (GLU PSZ, GLU ZYT) 96 g Margaryna roślinna (80% tł.) (MLE) 10 g Szyńka na kartki-wieprzowa,wędzona,parzona 50 g Buraczki oprószone () 80 g (GLU PSZ) Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Chleb razowy pszenno-żytni PSZ, GLU ZYT) 76 g (GLU PSZ, GLU ZYT) 66 g Margaryna roślinna (80% tł.) (MLE) 10 g Jajko gotowane ki M. 1 szt (JAJ) Szyńka na kartki-wieprzowa,wędzona,parzona 25 g Buraczki oprószone () 80 g (GLU PSZ) Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni (GLU PSZ, GLU ZYT) 66 g Szyńka na kartki-wieprzowa,wędzona parzona 30 g Buraczki oprószone () 80 g (GLU PSZ) Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 76 g (GLU PSZ) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE) Szyńka na kartki-wieprzowa,wędzona parzona 50 g Buraczki oprószone () 80 g (GLU PSZ) Sałata zielona 20 g (GLU PSZ) Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 76 g (GLU PSZ) Szyńka na kartki-wieprzowa,wędzona parzona 50 g Buraczki oprószone () 80 g (GLU PSZ) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE) Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 76 g (GLU PSZ) Szyńka na kartki-wieprzowa,wędzona parzona 50 g Buraczki oprószone () 80 g (GLU PSZ) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE) Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Jarzynowa z kaszą kukurydzianą (bez mleka) () 450 ml (GLU PSZ, SEL) Chleb bezglutenowy 116 g Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g Szyńka na kartki-wieprzowa,wędzona parzona 60 g Miod (25g) 1 szt Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 116 g (GLU PSZ, GLU ZYT) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Szyńka na kartki-wieprzowa,wędzona parzona 60 g Miod (25g) 1 szt Buraczki oprószone () 80 g (GLU PSZ) Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml
Kanapka z szynką i pomidorem (bułka pszenna 32g, margaryna 5g, szynka 25g, pomidor 15g) 1 szt (GLU PSZ, SOLJ)	Frytki warzywne pieczone (marchew, burak, pietruszka) 100 g	Kanapka z szynką i pomidorem (marchew, burak, pietruszka) 100 g	Kanapka z szynką i pomidorem (chleb razowy 76g, margaryna 5g, szynka 25g, pomidor 15g) 1 szt (GLU PSZ, SOLJ, GLU ZYT)	Frytki warzywne pieczone (marchew, burak, pietruszka) 100 g	Frytki warzywne pieczone (marchew, burak, pietruszka) 100 g	Kanapka z szynką i pomidorem (bułka pszenna 32g, margaryna 5g, szynka 25g, pomidor 15g) 1 szt (GLU PSZ, SOLJ)	Frytki warzywne pieczone (marchew, burak, pietruszka) 100 g	Frytki warzywne pieczone (marchew, burak, pietruszka) 100 g	Kanapka z szynką i pomidorem (bułka pszenna 32g, margaryna 5g, szynka 25g, pomidor 15g) 1 szt (GLU PSZ, SOLJ)
Wartość energetyczna: 221,87 kcal; Białko ogółem: 11,3,44 g; Tłuszcz: 44,59 g; Kw. tł. nasy.: 1,5,26 g; Węglowodany ogółem: 350,62 g; W tym cukry: 104,56 g; Błonnik pok.: 26,42 g; Sól: 6,06 g	Wartość energetyczna: 2255,88 kcal; Białko ogółem: 103,08 g; Tłuszcz: 57,55 g; Kw. tł. nasy.: 18,91 g; Węglowodany ogółem: 345,27 g; W tym cukry: 107,76 g; Błonnik pok.: 32,17 g; Sól: 6,69 g	Wartość energetyczna: 2225,98 kcal; Białko ogółem: 105,83 g; Tłuszcz: 52,66 g; Kw. tł. nasy.: 18,59 g; Węglowodany ogółem: 346,11 g; W tym cukry: 108,26 g; Błonnik pok.: 32,41 g; Sól: 6,73 g	Wartość energetyczna: 2107,42 kcal; Białko ogółem: 99,68 g; Tłuszcz: 63,85 g; Kw. tł. nasy.: 17,17 g; Węglowodany ogółem: 297,51 g; W tym cukry: 52,16 g; Błonnik pok.: 36,48 g; Sól: 7,42 g	Wartość energetyczna: 2077,52 kcal; Białko ogółem: 102,43 g; Tłuszcz: 58,96 g; Kw. tł. nasy.: 16,85 g; Węglowodany ogółem: 298,35 g; W tym cukry: 52,66 g; Błonnik pok.: 36,72 g; Sól: 7,46 g	Wartość energetyczna: 1190,37 kcal; Białko ogółem: 51,25 g; Tłuszcz: 18,28 g; Kw. tł. nasy.: 3,20 g; Węglowodany ogółem: 217,62 g; W tym cukry: 67,03 g; Błonnik pok.: 27,36 g; Sól: 4,52 g	Wartość energetyczna: 2657,81 kcal; Białko ogółem: 132,94 g; Tłuszcz: 79,20 g; Kw. tł. nasy.: 27,23 g; Węglowodany ogółem: 364,75 g; W tym cukry: 112,89 g; Błonnik pok.: 26,33 g; Sól: 6,96 g	Wartość energetyczna: 2623,59 kcal; Białko ogółem: 135,31 g; Tłuszcz: 74,26 g; Kw. tł. nasy.: 26,90 g; Węglowodany ogółem: 364,81 g; W tym cukry: 113,12 g; Błonnik pok.: 26,19 g; Sól: 7,00 g	Wartość energetyczna: 2279,20 kcal; Białko ogółem: 41,01 g; Tłuszcz: 53,48 g; Kw. tł. nasy.: 11,09 g; Węglowodany ogółem: 414,04 g; W tym cukry: 84,81 g; Błonnik pok.: 24,86 g; Sól: 4,49 g	Wartość energetyczna: 2270,66 kcal; Białko ogółem: 85,97 g; Tłuszcz: 58,26 g; Kw. tł. nasy.: 13,41 g; Węglowodany ogółem: 364,73 g; W tym cukry: 73,93 g; Błonnik pok.: 31,61 g; Sól: 8,90 g

Jadłospisy w dniu 2024-05-10 KUCHNIA OSTRÓW MAZOWIECKA

OM- XV Bezmielczna Zestaw II	OM- Dzieci 1-3 lat	OM- Papkowata/ Przezierna	OM- Płynna	OM- Wegetariańska	OM- Bezglutenowa	OM- Położnicza Zestaw I	OM- Położnicza Zestaw II	OM- Kobieta Karmiąca Zestaw I	OM- Kobieta Karmiąca Zestaw II
Makaron na wywarze jarzynowym 400 ml (<u>GLU PSZ SEL</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 116 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw. 80% tł. 15 g Szynekowa debowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 60 g Dżem 30 g Banana 1 szt. Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Sałata zielona 20 g	Makaron na mleku 200 ml (<u>GLU PSZ MLE</u>) Bukta pszenna długa krojona 32 g (<u>GLU PSZ</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g Dżem 20 g Twaróg półtłusty 30 g (<u>MLE</u>) Banana 1 szt. Kakao na mleku b/c 200 ml (<u>MLE</u>) Sałata zielona 20 g	Makaron na mleku 400 ml (<u>GLU PSZ MLE</u>) Bukta pszenna długa krojona 32 g (<u>GLU PSZ</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g Twaróg półtłusty 80 g (<u>MLE</u>) Dżem 20 g Mus z jabłek b/c 150 g Kawa zbożowa na mleku b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ZYT, GLU JECZ</u>)	Makaron na mleku 400 ml (<u>GLU PSZ MLE</u>) Chleb razowy pszenno-żytni 116 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g Dżem 20 g Twaróg półtłusty 80 g (<u>MLE</u>) Banana 1 szt. Kawa zbożowa na mleku b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ZYT, GLU JECZ</u>) Sałata zielona 20 g	Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 400 ml (<u>SEL</u>) Chleb bezglutenowy 100 g Margaryna roślinna bez mleczna o zaw. 80% tł. 15 g Szynekowa debowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 60 g Dżem 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Sałata zielona 20 g	Makaron na mleku 400 ml (<u>GLU PSZ MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 96 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (<u>MLE</u>) Twaróg półtłusty 80 g (<u>MLE</u>) Dżem 20 g Banana 1 szt. Kawa zbożowa na mleku b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ZYT, GLU JECZ</u>) Sałata zielona 20 g	Makaron na mleku 400 ml (<u>GLU PSZ MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 96 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (<u>MLE</u>) Twaróg półtłusty 80 g (<u>MLE</u>) Dżem 20 g Banana 1 szt. Kawa zbożowa na mleku b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ZYT, GLU JECZ</u>) Sałata zielona 20 g	Jogurt truskawkowy 150g 1 szt. (<u>MLE</u>)		
Brokułowa z ryżem (bez mleka) 400 ml (<u>SEL</u>) Ryba gotowana (Miruna) 100 g (<u>RYB</u>) Ziemniaki z koperkiem 180 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem 100 g (<u>SEL</u>) Cukinia pieczona z olejem 100 g (<u>SEL</u>) Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml	Brokułowa z ryżem 200 ml (<u>MLE SEL</u>) Pupet rybny (Miruna) 50 g (<u>GLU PSZ, JAU, RYB</u>) Ziemniaki z koperkiem 180 g (<u>RYB</u>) Ziemniaki z koperkiem 180 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem 90 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem 50 g (<u>SEL</u>) Cukinia pieczona z olejem 50 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Szpinakowa z ryżem 400 ml (<u>MLE SEL</u>) Pupet rybny (Miruna) 100 g (<u>GLU PSZ, JAU, RYB</u>) Ziemniaki z koperkiem 180 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem 100 g Cukinia pieczona z olejem 100 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml	Szpinakowa z ryżem 400 ml (<u>MLE SEL</u>) Ryba pieczona (Miruna) 100 g (<u>RYB</u>) Ziemniaki z koperkiem 180 g Surowka z kapusty czernwoniej z olejem 100 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem 100 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem 100 g (<u>SEL</u>) Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml	Szpinakowa z ryżem (bez mleka) 400 ml (<u>SEL</u>) Ryba gotowana (Miruna) 100 g (<u>RYB</u>) Ziemniaki z koperkiem 180 g Surowka z kapusty czernwoniej z olejem 100 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem 100 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem 100 g (<u>SEL</u>) Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml	Szpinakowa z ryżem 400 ml (<u>MLE SEL</u>) Ryba gotowana (Miruna) 100 g (<u>RYB</u>) Ziemniaki z koperkiem 180 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem 100 g Cukinia pieczona z olejem 100 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml	Szpinakowa z ryżem 400 ml (<u>MLE SEL</u>) Ryba gotowana (Miruna) 100 g (<u>RYB</u>) Ziemniaki z koperkiem 180 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem 100 g Cukinia pieczona z olejem 100 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml	Herbatniki 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u>)	Brokułowa z ryżem 400 ml (<u>MLE SEL</u>) Ryba gotowana (Miruna) 100 g (<u>RYB</u>) Ziemniaki z koperkiem 180 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem 100 g Cukinia pieczona z olejem 100 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml	Brokułowa z ryżem 400 ml (<u>MLE SEL</u>) Ryba gotowana (Miruna) 100 g (<u>RYB</u>) Ziemniaki z koperkiem 180 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem 100 g Cukinia pieczona z olejem 100 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml

2024-05-10 piątek

PD

Jadłospisy w dniu 2024-05-10 KUCHNIA OSTRÓW MAZOWIECKA

2024-05-10 piątek									
OM- XV Bezmielczna Zestaw II	OM- Dzieci 1-3 lat	OM- Papkowata/ Przecierana	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 ZYT)	Bułka pszenna długa krojona (GLU,PSZ) 32 g	Bułka pszenna długa krojona PSZ) 32 g (GLU,PSZ) 32 g	Margaryna 15 g (80% tł.) 15 g (MLE)	Chleb mieszany pszenno-żytni 96 g (GLU,PSZ, GLU ZYT)	Chleb bezglutenowy 100 g	Chleb razowy pszenno-żytni 116 g (GLU,PSZ, GLU ZYT)	Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE) 50 g	Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE) 50 g	Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE) 50 g
Margaryna roślinna bez mielczna o zaw. 80% tł 15 g	Margaryna roślinna (80% tł.) 5 g (MLE)	Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g (MLE)	Szynka na kartki- wlepszona, wędzona 60 g (GLU) 100 g (GLU,PSZ, SEL)	Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE)	Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE)	Szynka na kartki- wlepszona, wędzona 60 g (GLU) 100 g (GLU,PSZ, SEL)	Szynka na kartki- wlepszona, wędzona 60 g (GLU) 100 g (GLU,PSZ, SEL)	Szynka na kartki- wlepszona, wędzona 60 g (GLU) 100 g (GLU,PSZ, SEL)	Szynka na kartki- wlepszona, wędzona 60 g (GLU) 100 g (GLU,PSZ, SEL)
Szynka na kartki- wlepszona, wędzona 60 g	Miód (25g) 1 szt	Miód (25g) 1 szt	Jajko gotowane K1 M 1 szt (JAJ)	Jajko gotowane K1 M 2 szt (JAJ)	Szynka na kartki- wlepszona, wędzona 60 g	Szynka na kartki- wlepszona, wędzona 60 g	Szynka na kartki- wlepszona, wędzona 60 g	Szynka na kartki- wlepszona, wędzona 60 g	Szynka na kartki- wlepszona, wędzona 60 g
Patrzona 60 g	Pomidor b/skórki 40 g	Pomidor b/skórki 40 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Pomidor 80 g	Szynka na kartki- wlepszona, wędzona 60 g	Szynka na kartki- wlepszona, wędzona 60 g	Szynka na kartki- wlepszona, wędzona 60 g	Szynka na kartki- wlepszona, wędzona 60 g	Szynka na kartki- wlepszona, wędzona 60 g
Miód (25g) 1 szt	Herbata zielona 20 g	Herbata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Sałata zielona 20 g	Sałata zielona 20 g	Sałata zielona 20 g	Sałata zielona 20 g	Sałata zielona 20 g	Sałata zielona 20 g
Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Herbata czarna granulowana b/c 300 ml
PN	Frytki warzywne pieczone (marchew, burak, pietruszka) 50 g	Pasta warzywna () 100 g (SEL)		Frytki warzywne pieczone (marchew, burak, pietruszka) 100 g	Kanapka z szynką i pomidorem (chleb bezglutenowy 45g, margaryna 5g, szynka 25g, pomidor 15g) 1 szt (SOL)	Frytki warzywne pieczone (marchew, burak, pietruszka) 100 g			
Wartość energetyczna: 2240,76 kcal; Białko ogółem: 88,72 g; Tłuszcz: 53,37 g; Kw. tł. nasy.: 13,09 g; Węglowodany ogółem: 365,57 g; W tym cukry: 74,43 g; Błonnik pok.: 31,85 g; Sól: 8,94 g;	Wartość energetyczna: 1544,33 kcal; Białko ogółem: 61,70 g; Tłuszcz: 39,51 g; Kw. tł. nasy.: 13,22 g; Węglowodany ogółem: 243,77 g; W tym cukry: 97,09 g; Błonnik pok.: 17,42 g; Sól: 3,05 g;	Wartość energetyczna: 2195,84 kcal; Białko ogółem: 100,55 g; Tłuszcz: 70,08 g; Kw. tł. nasy.: 22,76 g; Węglowodany ogółem: 305,43 g; W tym cukry: 74,57 g; Błonnik pok.: 33,71 g; Sól: 5,39 g;	Wartość energetyczna: 2384,29 kcal; Białko ogółem: 109,99 g; Tłuszcz: 65,51 g; Kw. tł. nasy.: 21,43 g; Węglowodany ogółem: 354,86 g; W tym cukry: 107,79 g; Błonnik pok.: 33,85 g; Sól: 7,11 g;	Wartość energetyczna: 2024,02 kcal; Białko ogółem: 74,57 g; Tłuszcz: 60,37 g; Kw. tł. nasy.: 12,10 g; Węglowodany ogółem: 302,50 g; W tym cukry: 36,75 g; Błonnik pok.: 24,51 g; Sól: 5,46 g;	Wartość energetyczna: 2529,04 kcal; Białko ogółem: 114,13 g; Tłuszcz: 63,36 g; Kw. tł. nasy.: 20,71 g; Węglowodany ogółem: 390,59 g; W tym cukry: 127,22 g; Błonnik pok.: 33,67 g; Sól: 7,41 g;	Wartość energetyczna: 2499,14 kcal; Białko ogółem: 116,88 g; Tłuszcz: 58,47 g; Kw. tł. nasy.: 20,39 g; Węglowodany ogółem: 391,43 g; W tym cukry: 127,72 g; Błonnik pok.: 33,91 g; Sól: 7,45 g;	Wartość energetyczna: 2529,04 kcal; Białko ogółem: 114,13 g; Tłuszcz: 63,36 g; Kw. tł. nasy.: 20,71 g; Węglowodany ogółem: 390,59 g; W tym cukry: 127,22 g; Błonnik pok.: 33,67 g; Sól: 7,41 g;	Wartość energetyczna: 2499,14 kcal; Białko ogółem: 116,88 g; Tłuszcz: 58,47 g; Kw. tł. nasy.: 20,39 g; Węglowodany ogółem: 391,43 g; W tym cukry: 127,72 g; Błonnik pok.: 33,91 g; Sól: 7,45 g;	Wartość energetyczna: 2499,14 kcal; Białko ogółem: 116,88 g; Tłuszcz: 58,47 g; Kw. tł. nasy.: 20,39 g; Węglowodany ogółem: 391,43 g; W tym cukry: 127,72 g; Błonnik pok.: 33,91 g; Sól: 7,45 g;

Oznaczenia alergenów:

GLU PSZ - Zboża zawierające gluten pszenny,
SKO - Skorupiaki i pochodne,
JAJ - Jaja i pochodne,
RYB - Ryby i pochodne,
OZI - Orzeszki ziemne i pochodne,
SOJ - Soja i pochodne,
MLE - Mleko i pochodne wraz z laktozą,
ORZ - Orzechy: włoskie, laskowe, pekan, nerkowce, pistacje, migdały,
SEL - Seler i pochodne,
GOR - Gorczyca i produkty pochodne,
SEZ - Nasiona sezamu i pochodne,
SO2 - Dwutlenek siarki / siarczyny,
FUB - Fudyn 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 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

