

Jadłospisy w dniu 2024-07-21 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 Poopracyjna Zestaw I	OM- VI Poopracyjna Zestaw II	OM- VII Z ogr.sub.pobudz.wydz.so ku zolad. Zestaw I	OM- VII Z ogr.sub.pobudz.wydz.so ku zola. Zestaw II	OM- VIII Z ograniczeniem tluszczu Zestaw I
<p>Kasza manna na mleku (MILE) 400 ml (GLU PSZ MLE)</p> <p>Chleb razowy pszemno-żytni (GLU ZYT) 116 g (GLU PSZ MLE)</p> <p>Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE)</p> <p>Ser żółty 25 g (MLE)</p> <p>Baton szynkowy z kurcząt 25 g (może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR)</p> <p>Sałatka z pomidora, miksui sałati i oleju 80 g</p> <p>Jabłko 1 szt. 1 szt.</p> <p>Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p> <p>Sałata zielona 20 g</p>	<p>Selerowa z ryżem (I) 400 g (MLE, SEL)</p> <p>Zrazik wieprzowy 100 g</p> <p>Sos własny (I) 50 ml (GLU PSZ, SEL)</p> <p>Ziemniaki młode z koperkiem gotowane (I) 180 g</p> <p>Bukiet warzyw gotowanych królewski z olejem (I) 100 g</p> <p>Mizerna 100 g (MLE)</p> <p>Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml</p>	<p>Sonda / płynna ob. 400 g (GLU PSZ, JAJ, SEL)</p>	<p>Kasza manna na mleku (MLE) 400 ml (GLU PSZ MLE)</p> <p>Bulka pszenna długa krojona (80% tł.) 76 g (GLU PSZ)</p> <p>Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE)</p> <p>Baton szynkowy z kurcząt 25 g (może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR)</p> <p>Twarożek z koperkiem 50 g (MLE)</p> <p>Sałatka z pomidora, miksui sałati i oleju 80 g</p> <p>Jabłko pieczone 1szt. 1 szt.</p> <p>Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p> <p>Sałata zielona 20 g</p>	<p>Selerowa z ryżem (I) 400 g (MLE, SEL)</p> <p>Zrazik wieprzowy 100 g</p> <p>Sos własny (I) 50 ml (GLU PSZ, JAJ)</p> <p>Sos własny (I) 50 ml (GLU PSZ, SEL)</p> <p>Ziemniaki młode z koperkiem gotowane (I) 180 g</p> <p>Cukinia pieczona z olejem (I) 100 g</p> <p>Bukiet warzyw gotowanych królewski z olejem* 100 g</p> <p>Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml</p>	<p>Selerowa z ryżem (I) 400 g (MLE, SEL)</p> <p>Zrazik wieprzowy 100 g</p> <p>Sos własny (I) 50 ml (GLU PSZ, JAJ)</p> <p>Sos własny (I) 50 ml (GLU PSZ, SEL)</p> <p>Ziemniaki młode z koperkiem gotowane (I) 180 g</p> <p>Cukinia pieczona z olejem (I) 200 g</p> <p>Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml</p>	<p>Pomidorowa z ryżem (I) 400 ml (MLE, SEL)</p> <p>Schab gotowany 100 g</p> <p>Selerowa z ryżem (I) 400 g (MLE, SEL)</p> <p>Zrazik wieprzowy 100 g</p> <p>Sos własny (I) 50 ml (GLU PSZ, JAJ)</p> <p>Sos własny (I) 50 ml (GLU PSZ, SEL)</p> <p>Ziemniaki młode z koperkiem gotowane (I) 180 g</p> <p>Cukinia pieczona z olejem (I) 200 g</p> <p>Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml</p>	<p>Pomidorowa z ryżem (I) 400 ml (MLE, SEL)</p> <p>Schab gotowany 100 g</p> <p>Selerowa z ryżem (I) 400 g (MLE, SEL)</p> <p>Zrazik wieprzowy 100 g</p> <p>Sos własny (I) 50 ml (GLU PSZ, JAJ)</p> <p>Sos własny (I) 50 ml (GLU PSZ, SEL)</p> <p>Ziemniaki młode z koperkiem gotowane (I) 180 g</p> <p>Cukinia pieczona z olejem (I) 200 g</p> <p>Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml</p>	<p>Selerowa z ryżem (I) 400 g (MLE, SEL)</p> <p>Zrazik wieprzowy 100 g</p> <p>Sos własny (I) 50 ml (GLU PSZ, JAJ)</p> <p>Sos własny (I) 50 ml (GLU PSZ, SEL)</p> <p>Ziemniaki młode z koperkiem gotowane (I) 180 g</p> <p>Cukinia pieczona z olejem (I) 200 g</p> <p>Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml</p>	<p>Pomidorowa z ryżem (I) 400 ml (MLE, SEL)</p> <p>Schab gotowany 100 g</p> <p>Selerowa z ryżem (I) 400 g (MLE, SEL)</p> <p>Zrazik wieprzowy 100 g</p> <p>Sos własny (I) 50 ml (GLU PSZ, JAJ)</p> <p>Sos własny (I) 50 ml (GLU PSZ, SEL)</p> <p>Ziemniaki młode z koperkiem gotowane (I) 180 g</p> <p>Cukinia pieczona z olejem (I) 200 g</p> <p>Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml</p>
<p>Śriadanie</p>									
<p>II SN</p>									
<p>Sonda mleczna z kaszą manna i 400 g (GLU PSZ, JAJ, MLE)</p>									
<p>Ciasto drożdżowe 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, S02)</p>									
<p>PD</p>									
<p>Sonda ziemniaczana 400 g (JAJ, MLE, SEL)</p>									

Jadłospisy w dniu 2024-07-21 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 Poopercyjna Zestaw I	OM- VI Poopercyjna Zestaw II	OM- VII Z ogr.sub pobudz.wydz so ku zohad. Zestaw I	OM- VII Z ogr.sub pobudz.wydz so ku zohad. Zestaw II	OM- VIII Z ograniczeniem tuszczu Zestaw I
Kolacja									
Chleb mieszany pszenno-żytni 96 g (<u>GLU PSZ</u>) Margarina roślinna (80% tł.) 10 g (<u>MLE</u>) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parlo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g Pasztet sojowy z pomidorami 50 g (<u>SOJ GOR</u>) Rzodkiew biała 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa na mleku b/c 300 ml (<u>MLE GLU ZYT, GLU JECZ</u>)									
Sonda mięsna! 400 g (<u>JAJ SEL</u>)									
Bulka pszenna długa krojona 76 g (<u>GLU PSZ</u>) Margarina roślinna (80% tł.) 10 g (<u>MLE</u>) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parlo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa na mleku b/c 300 ml (<u>MLE GLU ZYT, GLU JECZ</u>)									
Bulka pszenna długa krojona 76 g (<u>GLU PSZ</u>) Margarina roślinna (80% tł.) 10 g (<u>MLE</u>) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parlo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa na mleku b/c 300 ml (<u>MLE GLU ZYT, GLU JECZ</u>)									
Słupki z marchewki gotowanej () 100 g									
Słupki z warzyw () 100 g									
Sonda ziemniaczana 300 g (<u>JAJ, MLE, SEL</u>)									
Wartość energetyczna: 2221,56 kcal; Białko ogółem: 108,87 g; Tłuszcz: 70,70 g; Kw. tł. nasy.: 24,34 g; Węglowodany ogółem: 298,57 g; W tym cukry: 66,87 g; Błonnik pok.: 27,94 g; Sól: 8,73 g.									
Wartość energetyczna: 2260,11 kcal; Białko ogółem: 97,17 g; Tłuszcz: 77,76 g; Kw. tł. nasy.: 25,65 g; Węglowodany ogółem: 305,42 g; W tym cukry: 65,49 g; Błonnik pok.: 31,09 g; Sól: 8,52 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: 2203,13 kcal; Białko ogółem: 115,35 g; Tłuszcz: 63,54 g; Kw. tł. nasy.: 20,59 g; Węglowodany ogółem: 301,13 g; W tym cukry: 72,32 g; Błonnik pok.: 24,04 g; Sól: 7,10 g.									
Wartość energetyczna: 2241,68 kcal; Białko ogółem: 103,65 g; Tłuszcz: 70,60 g; Kw. tł. nasy.: 21,90 g; Węglowodany ogółem: 307,98 g; W tym cukry: 70,94 g; Błonnik pok.: 27,19 g; Sól: 6,89 g.									
Wartość energetyczna: 2227,24 kcal; Białko ogółem: 114,13 g; Tłuszcz: 65,27 g; Kw. tł. nasy.: 20,55 g; Węglowodany ogółem: 307,66 g; W tym cukry: 78,06 g; Błonnik pok.: 27,53 g; Sól: 7,39 g.									
Wartość energetyczna: 2265,79 kcal; Białko ogółem: 102,43 g; Tłuszcz: 72,33 g; Kw. tł. nasy.: 21,86 g; Węglowodany ogółem: 314,51 g; W tym cukry: 76,68 g; Błonnik pok.: 30,67 g; Sól: 7,18 g.									
Wartość energetyczna: 2227,24 kcal; Białko ogółem: 114,13 g; Tłuszcz: 65,27 g; Kw. tł. nasy.: 20,55 g; Węglowodany ogółem: 307,66 g; W tym cukry: 78,06 g; Błonnik pok.: 27,53 g; Sól: 7,39 g.									
Wartość energetyczna: 2265,79 kcal; Białko ogółem: 102,43 g; Tłuszcz: 72,33 g; Kw. tł. nasy.: 21,86 g; Węglowodany ogółem: 314,51 g; W tym cukry: 76,68 g; Błonnik pok.: 30,67 g; Sól: 7,18 g.									
Wartość energetyczna: 2058,85 kcal; Białko ogółem: 116,85 g; Tłuszcz: 47,20 g; Kw. tł. nasy.: 15,97 g; Węglowodany ogółem: 298,73 g; W tym cukry: 68,63 g; Błonnik pok.: 21,30 g; Sól: 7,71 g.									
Kanapka z szynką i sałatą (chleb razowy 76g, margaryna 5g, szynka 25g, sałata 5g) 1 szt (<u>GLU PSZ, SOJ</u>)									

Jadłospisy w dniu 2024-07-21 KUCHNIA OSTRÓW MAZOWIECKA

PD	II ŚN	Śniadanie	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- XII Bogatobiałkowa łatwostrawna Zestaw I	OM- XII Bogatobiałkowa łatwostrawna Zestaw II	OM- XV Beźmielczna wwarzaje jarzynowym	OM- Z ogr. łatwo przyswajalnych węglowo: beźmielczna	OM- Dzieci 1-3 lat
		<p>Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p> <p>Salata zielona 20 g</p> <p>Jabłko pieczone 1 szt. 1 szt.</p> <p>Marchew oproszana z olejem () 80 g (GLU PSZ)</p> <p>MAŁE GOR.</p>	<p>Kasza manna na mleku 400 ml (MLE SEL)</p> <p>Chleb mieszany pszenno-żytni (GLU ZYT)</p> <p>Margaryna roślinna (80% t.) 10 g (MLE)</p> <p>Twarożek z koperkiem 50 g (MLE)</p> <p>Baton szynkowy z kurczak 25 g (może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.)</p> <p>Salatka z pomidora, młksu sałati i oleju 80 g</p> <p>Jabłko pieczone 1 szt. 1 szt.</p> <p>Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p> <p>Salata zielona 20 g</p>	<p>Kasza manna na mleku 400 ml (MLE SEL)</p> <p>Chleb mieszany pszenno-żytni 96 g (GLU PSZ, MLE)</p> <p>Margaryna roślinna (80% t.) 10 g (MLE)</p> <p>Twarożek z koperkiem 50 g (MLE)</p> <p>Baton szynkowy z kurczak 25 g (może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.)</p> <p>Salatka z pomidora, młksu sałati i oleju 80 g</p> <p>Jabłko pieczone 1 szt. 1 szt.</p> <p>Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p> <p>Salata zielona 20 g</p>	<p>Kasza gryczana na mleku 400 g (MLE)</p> <p>Chleb razowy pszenno-żytni 76 g (GLU PSZ, MLE)</p> <p>Margaryna roślinna (80% t.) 10 g (MLE)</p> <p>Twarożek z koperkiem 50 g (MLE)</p> <p>Baton szynkowy z kurczak 25 g (może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.)</p> <p>Salatka z pomidora, młksu sałati i oleju 80 g</p> <p>Jabłko 1 szt. 1 szt.</p> <p>Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p> <p>Salata zielona 20 g</p>	<p>Selerowa z ryżem () 400 g (MLE SEL)</p> <p>Zrazik wieprzowy gotowany mielony 100 g (GLU PSZ, JAU)</p> <p>Sos własny () 50 ml (GLU PSZ, SEL)</p> <p>Ziemniaki młode z koperkiem gotowane () 180 g</p> <p>Cukinia pieczona z olejem () 100 g</p> <p>Bukiet warzyw gotowanych królewski z olejem* 100 g</p> <p>Kompot z aronii i czarniej porzeczki* b/c 300 ml</p>	<p>Pomidorowa z ryżem () 400 ml (MLE SEL)</p> <p>Schab gotowany 100 g</p> <p>Sos własny () 50 ml (GLU PSZ, JAU)</p> <p>Ziemniaki młode z koperkiem gotowane () 180 g</p> <p>Cukinia pieczona z olejem () 100 g</p> <p>Bukiet warzyw gotowanych królewski z olejem* 100 g</p> <p>Kompot z aronii i czarniej porzeczki* b/c 300 ml</p>	<p>Selerowa z ryżem () 400 g (MLE SEL)</p> <p>Zrazik wieprzowy gotowany mielony 100 g (GLU PSZ, JAU)</p> <p>Sos własny () 50 ml (GLU PSZ, SEL)</p> <p>Ziemniaki młode z koperkiem gotowane () 180 g</p> <p>Cukinia pieczona z olejem () 100 g</p> <p>Bukiet warzyw gotowanych królewski z olejem* 100 g</p> <p>Kompot z aronii i czarniej porzeczki* b/c 300 ml</p>	<p>Pomidorowa z ryżem () 400 ml (MLE SEL)</p> <p>Schab gotowany 100 g</p> <p>Sos własny () 50 ml (GLU PSZ, JAU)</p> <p>Ziemniaki młode z koperkiem gotowane () 180 g</p> <p>Cukinia pieczona z olejem () 100 g</p> <p>Bukiet warzyw gotowanych królewski z olejem* 100 g</p> <p>Kompot z aronii i czarniej porzeczki* b/c 300 ml</p>	<p>Pomidorowa z ryżem () 400 ml (MLE SEL)</p> <p>Zrazik wieprzowy gotowany mielony 100 g (GLU PSZ, JAU)</p> <p>Sos własny () 50 ml (GLU PSZ, SEL)</p> <p>Ziemniaki młode z koperkiem gotowane () 180 g</p> <p>Cukinia pieczona z olejem () 100 g</p> <p>Bukiet warzyw gotowanych królewski z olejem* 100 g</p> <p>Kompot z aronii i czarniej porzeczki* b/c 300 ml</p>	<p>Maslanek 150 ml (MLE)</p>	<p>Kasza manna na mleku 200 ml (GLU PSZ, MLE)</p> <p>Bulka pszenna długa krojona 32 g (GLU PSZ)</p> <p>Margaryna roślinna (80% t.) 5 g (MLE)</p> <p>Twarożek z koperkiem 30 g (MLE)</p> <p>Marchew oproszana z olejem () 40 g (GLU PSZ)</p> <p>Herbata czarna granulowana b/c 250 ml</p> <p>Jabłko pieczone 1 szt. 1 szt.</p> <p>Salata zielona 20 g</p>
		<p>Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p> <p>Salata zielona 20 g</p> <p>Jabłko pieczone 1 szt. 1 szt.</p> <p>Marchew oproszana z olejem () 80 g (GLU PSZ)</p> <p>MAŁE GOR.</p>	<p>Kasza manna na mleku 400 ml (MLE SEL)</p> <p>Chleb mieszany pszenno-żytni 76 g (GLU PSZ, MLE)</p> <p>Margaryna roślinna (80% t.) 10 g (MLE)</p> <p>Twarożek z koperkiem 50 g (MLE)</p> <p>Baton szynkowy z kurczak 25 g (może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.)</p> <p>Salatka z pomidora, młksu sałati i oleju 80 g</p> <p>Jabłko 1 szt. 1 szt.</p> <p>Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p> <p>Salata zielona 20 g</p>	<p>Kasza gryczana na mleku 400 g (MLE)</p> <p>Chleb razowy pszenno-żytni 76 g (GLU PSZ, MLE)</p> <p>Margaryna roślinna (80% t.) 10 g (MLE)</p> <p>Twarożek z koperkiem 50 g (MLE)</p> <p>Baton szynkowy z kurczak 25 g (może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.)</p> <p>Salatka z pomidora, młksu sałati i oleju 80 g</p> <p>Jabłko 1 szt. 1 szt.</p> <p>Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p> <p>Salata zielona 20 g</p>	<p>Kasza manna na mleku 400 ml (MLE SEL)</p> <p>Chleb mieszany pszenno-żytni 76 g (GLU PSZ, MLE)</p> <p>Margaryna roślinna (80% t.) 10 g (MLE)</p> <p>Twarożek z koperkiem 50 g (MLE)</p> <p>Baton szynkowy z kurczak 25 g (może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.)</p> <p>Salatka z pomidora, młksu sałati i oleju 80 g</p> <p>Jabłko pieczone 1 szt. 1 szt.</p> <p>Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p> <p>Salata zielona 20 g</p>	<p>Selerowa z ryżem () 400 g (MLE SEL)</p> <p>Zrazik wieprzowy gotowany mielony 100 g (GLU PSZ, JAU)</p> <p>Sos własny () 50 ml (GLU PSZ, SEL)</p> <p>Ziemniaki młode z koperkiem gotowane () 180 g</p> <p>Cukinia pieczona z olejem () 100 g</p> <p>Bukiet warzyw gotowanych królewski z olejem* 100 g</p> <p>Kompot z aronii i czarniej porzeczki* b/c 300 ml</p>	<p>Pomidorowa z ryżem () 400 ml (MLE SEL)</p> <p>Schab gotowany 100 g</p> <p>Sos własny () 50 ml (GLU PSZ, JAU)</p> <p>Ziemniaki młode z koperkiem gotowane () 180 g</p> <p>Cukinia pieczona z olejem () 100 g</p> <p>Bukiet warzyw gotowanych królewski z olejem* 100 g</p> <p>Kompot z aronii i czarniej porzeczki* b/c 300 ml</p>	<p>Selerowa z ryżem () 400 g (MLE SEL)</p> <p>Zrazik wieprzowy gotowany mielony 100 g (GLU PSZ, JAU)</p> <p>Sos własny () 50 ml (GLU PSZ, SEL)</p> <p>Ziemniaki młode z koperkiem gotowane () 180 g</p> <p>Cukinia pieczona z olejem () 100 g</p> <p>Bukiet warzyw gotowanych królewski z olejem* 100 g</p> <p>Kompot z aronii i czarniej porzeczki* b/c 300 ml</p>	<p>Pomidorowa z ryżem () 400 ml (MLE SEL)</p> <p>Schab gotowany 100 g</p> <p>Sos własny () 50 ml (GLU PSZ, JAU)</p> <p>Ziemniaki młode z koperkiem gotowane () 180 g</p> <p>Cukinia pieczona z olejem () 100 g</p> <p>Bukiet warzyw gotowanych królewski z olejem* 100 g</p> <p>Kompot z aronii i czarniej porzeczki* b/c 300 ml</p>	<p>Pomidorowa z ryżem (bez mleka) () 400 ml (SEL)</p> <p>Schab gotowany 100 g</p> <p>Sos własny () 50 ml (GLU PSZ, SEL)</p> <p>Ziemniaki młode z koperkiem gotowane () 180 g</p> <p>Cukinia pieczona z olejem () 100 g</p> <p>Bukiet warzyw gotowanych królewski z olejem* 200 g</p> <p>Kompot z aronii i czarniej porzeczki* b/c 300 ml</p>	<p>Maslanek 150 ml (MLE)</p>	<p>Kasza manna na mleku 200 ml (GLU PSZ, MLE)</p> <p>Bulka pszenna długa krojona 32 g (GLU PSZ)</p> <p>Margaryna roślinna (80% t.) 5 g (MLE)</p> <p>Twarożek z koperkiem 30 g (MLE)</p> <p>Marchew oproszana z olejem () 40 g (GLU PSZ)</p> <p>Herbata czarna granulowana b/c 250 ml</p> <p>Jabłko pieczone 1 szt. 1 szt.</p> <p>Salata zielona 20 g</p>
		<p>Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p> <p>Salata zielona 20 g</p> <p>Jabłko pieczone 1 szt. 1 szt.</p> <p>Marchew oproszana z olejem () 40 g (GLU PSZ)</p> <p>MAŁE GOR.</p>	<p>Kasza manna na mleku 400 ml (MLE SEL)</p> <p>Chleb mieszany pszenno-żytni 76 g (GLU PSZ, MLE)</p> <p>Margaryna roślinna (80% t.) 10 g (MLE)</p> <p>Twarożek z koperkiem 50 g (MLE)</p> <p>Baton szynkowy z kurczak 25 g (może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.)</p> <p>Salatka z pomidora, młksu sałati i oleju 80 g</p> <p>Jabłko pieczone 1 szt. 1 szt.</p> <p>Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p> <p>Salata zielona 20 g</p>	<p>Kasza gryczana na mleku 400 g (MLE)</p> <p>Chleb razowy pszenno-żytni 76 g (GLU PSZ, MLE)</p> <p>Margaryna roślinna (80% t.) 10 g (MLE)</p> <p>Twarożek z koperkiem 50 g (MLE)</p> <p>Baton szynkowy z kurczak 25 g (może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.)</p> <p>Salatka z pomidora, młksu sałati i oleju 80 g</p> <p>Jabłko 1 szt. 1 szt.</p> <p>Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p> <p>Salata zielona 20 g</p>	<p>Kasza manna na mleku 400 ml (MLE SEL)</p> <p>Chleb mieszany pszenno-żytni 76 g (GLU PSZ, MLE)</p> <p>Margaryna roślinna (80% t.) 10 g (MLE)</p> <p>Twarożek z koperkiem 50 g (MLE)</p> <p>Baton szynkowy z kurczak 25 g (może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.)</p> <p>Salatka z pomidora, młksu sałati i oleju 80 g</p> <p>Jabłko pieczone 1 szt. 1 szt.</p> <p>Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p> <p>Salata zielona 20 g</p>	<p>Selerowa z ryżem () 400 g (MLE SEL)</p> <p>Zrazik wieprzowy gotowany mielony 100 g (GLU PSZ, JAU)</p> <p>Sos własny () 50 ml (GLU PSZ, SEL)</p> <p>Ziemniaki młode z koperkiem gotowane () 180 g</p> <p>Cukinia pieczona z olejem () 100 g</p> <p>Bukiet warzyw gotowanych królewski z olejem* 100 g</p> <p>Kompot z aronii i czarniej porzeczki* b/c 300 ml</p>	<p>Pomidorowa z ryżem (bez mleka) () 400 ml (SEL)</p> <p>Schab gotowany 100 g</p> <p>Sos własny () 50 ml (GLU PSZ, JAU)</p> <p>Ziemniaki młode z koperkiem gotowane () 180 g</p> <p>Cukinia pieczona z olejem () 100 g</p> <p>Bukiet warzyw gotowanych królewski z olejem* 200 g</p> <p>Kompot z aronii i czarniej porzeczki* b/c 300 ml</p>	<p>Selerowa z ryżem () 400 g (MLE SEL)</p> <p>Zrazik wieprzowy gotowany mielony 100 g (GLU PSZ, JAU)</p> <p>Sos własny () 50 ml (GLU PSZ, SEL)</p> <p>Ziemniaki młode z koperkiem gotowane () 180 g</p> <p>Cukinia pieczona z olejem () 100 g</p> <p>Bukiet warzyw gotowanych królewski z olejem* 100 g</p> <p>Kompot z aronii i czarniej porzeczki* b/c 300 ml</p>	<p>Pomidorowa z ryżem () 400 ml (MLE SEL)</p> <p>Schab gotowany 100 g</p> <p>Sos własny () 50 ml (GLU PSZ, JAU)</p> <p>Ziemniaki młode z koperkiem gotowane () 180 g</p> <p>Cukinia pieczona z olejem () 100 g</p> <p>Bukiet warzyw gotowanych królewski z olejem* 100 g</p> <p>Kompot z aronii i czarniej porzeczki* b/c 300 ml</p>	<p>Pomidorowa z ryżem (bez mleka) () 400 ml (SEL)</p> <p>Schab gotowany 100 g</p> <p>Sos własny () 50 ml (GLU PSZ, JAU)</p> <p>Ziemniaki młode z koperkiem gotowane () 180 g</p> <p>Cukinia pieczona z olejem () 100 g</p> <p>Bukiet warzyw gotowanych królewski z olejem* 200 g</p> <p>Kompot z aronii i czarniej porzeczki* b/c 300 ml</p>	<p>Maslanek 150 ml (MLE)</p>	<p>Kasza manna na mleku 200 ml (GLU PSZ, MLE)</p> <p>Bulka pszenna długa krojona 32 g (GLU PSZ)</p> <p>Margaryna roślinna (80% t.) 5 g (MLE)</p> <p>Twarożek z koperkiem 30 g (MLE)</p> <p>Marchew oproszana z olejem () 40 g (GLU PSZ)</p> <p>Herbata czarna granulowana b/c 250 ml</p> <p>Jabłko pieczone 1 szt. 1 szt.</p> <p>Salata zielona 20 g</p>

2024-07-21 niedziela

Jadłospisy w dniu 2024-07-21 KUCHNIA OSTRÓW MAZOWIECKA

2024-07-21 niedziela													
<p>OM- VIII Z ograniczeniem tłuszczu Zestaw II</p> <p>Bułka pszenna długa krojona 92 g (GLU PSZ) Szyrnkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z.dodat.wody w osł.niejad 50 g Pomidor biskorki 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa na mleku b/c 300 ml (MLE, GLU, ZYT, GLU JECZ)</p>	<p>OM- IX Łatwo strawna Zestaw I</p> <p>Chleb mieszany pszenno-żytni 96 g (GLU PSZ, GLU ZYT) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE) Szyrnkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z.dodat.wody w osł.niejad 50 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa na mleku b/c 300 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ)</p>	<p>OM- IX Łatwo strawna Zestaw II</p> <p>Chleb mieszany pszenno-żytni 96 g (GLU PSZ, GLU ZYT) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE) Szyrnkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z.dodat.wody w osł.niejad 50 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa na mleku b/c 300 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ)</p>	<p>OM- X Z ogr. łatwo przyswajalnych węgl. Zestaw I</p> <p>Chleb razowy pszenno-żytni 76 g (GLU PSZ, GLU ZYT) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE) Szyrnkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z.dodat.wody w osł.niejad 25 g Pasztet sojowy z pomidorami 50 g (SOL, GOR) Rzodkiew biała 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa na mleku b/c 300 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ)</p>	<p>OM- X Z ogr. łatwo przyswajalnych węgl. Zestaw II</p> <p>Chleb razowy pszenno-żytni 76 g (GLU PSZ, GLU ZYT) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE) Szyrnkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z.dodat.wody w osł.niejad 25 g Pasztet sojowy z pomidorami 50 g (SOL, GOR) Rzodkiew biała 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa na mleku b/c 300 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ)</p>	<p>OM- XII Bogatobiałkowa łatwostrawna Zestaw I</p> <p>Bułka pszenna długa krojona 76 g (GLU PSZ, MLE) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE) Szyrnkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z.dodat.wody w osł.niejad 50 g Pomidor biskorki 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa na mleku b/c 300 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ)</p>	<p>OM- XII Bogatobiałkowa łatwostrawna Zestaw II</p> <p>Bułka pszenna długa krojona 76 g (GLU PSZ, MLE) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE) Szyrnkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z.dodat.wody w osł.niejad 50 g Pomidor biskorki 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa na mleku b/c 300 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ)</p>	<p>OM- XV Beźmielczna</p> <p>Chleb mieszany pszenno-żytni 116 g (GLU PSZ, GLU ZYT) Margaryna roślinna bez mielczna o zaw.80% tł 15 g Szyrnkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z.dodat.wody w osł.niejad 60 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Jarzynowa z ryżem (bez mleka) () 400 ml (SEL) Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p>	<p>OM- Z ogr. łatwo przyswajalnych węglowo, beźmielczna</p> <p>Chleb razowy pszenno-żytni 76 g (GLU PSZ, GLU ZYT) Margaryna roślinna bez mielczna o zaw.80% tł 10 g Szyrnkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z.dodat.wody w osł.niejad 25 g Pasztet sojowy z pomidorami 50 g (SOL, GOR) Rzodkiew biała 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p>	<p>OM- Dzieci 1-3 lat</p> <p>Kakao na mleku b/c 250 ml (MLE) Bułka pszenna długa krojona 32 g (GLU PSZ) Margaryna roślinna (80% tł.) 5 g (MLE) Szyrnkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z.dodat.wody w osł.niejad 30 g Pomidor biskorki 40 g Sałata zielona 20 g</p>				
<p>PN</p> <p>Kanapka z szynką i sałatką (chleb razowy 76g, margaryna 5g, szynka 25g, sałata 5g) 1 szt (GLU PSZ, SOL)</p>	<p>Słupki z marchewki gotowanej () 100 g</p>	<p>Wartość energetyczna: 2097,40 kcal; Białko ogółem: 105,15 g; Tłuszcz: 54,26 g; Kw. tł. nasy.: 17,27 g; Węglowodany ogółem: 306,58 g; W tym cukry: 67,25 g; Błonnik pok.: 24,45 g; Soli: 7,50 g.</p>	<p>Wartość energetyczna: 2055,63 kcal; Białko ogółem: 108,03 g; Tłuszcz: 56,76 g; Kw. tł. nasy.: 19,41 g; Węglowodany ogółem: 288,52 g; W tym cukry: 70,50 g; Błonnik pok.: 26,49 g; Soli: 8,27 g.</p>	<p>Wartość energetyczna: 2094,18 kcal; Białko ogółem: 96,33 g; Tłuszcz: 63,82 g; Kw. tł. nasy.: 20,72 g; Węglowodany ogółem: 295,37 g; W tym cukry: 69,12 g; Błonnik pok.: 29,64 g; Soli: 8,06 g.</p>	<p>Kanapka z szynką i sałatką (chleb razowy 76g, margaryna 5g, szynka 25g, sałata 5g) 1 szt (GLU PSZ, SOL, GLU ZYT)</p>	<p>Wartość energetyczna: 2419,13 kcal; Białko ogółem: 124,00 g; Tłuszcz: 82,35 g; Kw. tł. nasy.: 23,86 g; Węglowodany ogółem: 305,65 g; W tym cukry: 66,70 g; Błonnik pok.: 29,64 g; Soli: 9,19 g.</p>	<p>Wartość energetyczna: 2457,48 kcal; Białko ogółem: 112,29 g; Tłuszcz: 89,34 g; Kw. tł. nasy.: 25,15 g; Węglowodany ogółem: 312,74 g; W tym cukry: 65,29 g; Błonnik pok.: 32,47 g; Soli: 8,99 g.</p>	<p>Kanapka z szynką i sałatką (chleb razowy 76g, margaryna 5g, szynka 25g, sałata 5g) 1 szt (GLU PSZ, SOL)</p>	<p>Wartość energetyczna: 2378,96 kcal; Białko ogółem: 124,27 g; Tłuszcz: 72,00 g; Kw. tł. nasy.: 23,44 g; Węglowodany ogółem: 314,61 g; W tym cukry: 71,18 g; Błonnik pok.: 22,66 g; Soli: 7,92 g.</p>	<p>Wartość energetyczna: 2417,51 kcal; Białko ogółem: 112,57 g; Tłuszcz: 79,06 g; Kw. tł. nasy.: 24,74 g; Węglowodany ogółem: 321,46 g; W tym cukry: 71,18 g; Błonnik pok.: 22,66 g; Soli: 7,71 g.</p>	<p>Wartość energetyczna: 2135,67 kcal; Białko ogółem: 106,23 g; Tłuszcz: 58,75 g; Kw. tł. nasy.: 15,93 g; Węglowodany ogółem: 307,06 g; W tym cukry: 35,83 g; Błonnik pok.: 28,48 g; Soli: 9,45 g.</p>	<p>Wartość energetyczna: 2206,91 kcal; Białko ogółem: 112,77 g; Tłuszcz: 66,41 g; Kw. tł. nasy.: 16,54 g; Węglowodany ogółem: 299,20 g; W tym cukry: 31,58 g; Błonnik pok.: 31,12 g; Soli: 9,72 g.</p>	<p>Wartość energetyczna: 1378,09 kcal; Białko ogółem: 64,10 g; Tłuszcz: 40,47 g; Kw. tł. nasy.: 13,90 g; Węglowodany ogółem: 193,59 g; W tym cukry: 61,11 g; Błonnik pok.: 18,69 g; Soli: 4,19 g.</p>

PD	II ŚN	Śriadanie	OM- Papkowate/ Przeclerana	OM- Biegunkowa	OM- Wegetariańska	OM- Bezglutenowa	OM- Półżółta Zestaw I	OM- Półżółta Zestaw II	OM- Kobieła Kamiąca Zestaw I	OM- Kobieła Kamiąca Zestaw II	
		<p>Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p> <p>Mus z jabłek () b/c 150 g</p> <p>Marchew oprószana z olejem () 80 g (GLU PSZ.)</p> <p>Msus z jabłek () b/c 150 g</p> <p>Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p>	<p>Kasza manna na wywarze jarzynowym () 400 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>Twarożek z koperkiem 50 g (MLE)</p> <p>Baton szynkowy z kurczakiem 25 g (może zawierać: GLU PSZ. MLE GOR.)</p> <p>Marchew oprószana z olejem () 80 g (GLU PSZ.)</p> <p>Msus z jabłek () b/c 150 g</p> <p>Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p>	<p>Kleik z kaszy manny na wodzie 200 ml (GLU PSZ.)</p> <p>Bułka pszenna długa krojona 32 g (GLU PSZ.)</p> <p>Margaryna roślinna (80% tł.) 5 g (MLE)</p> <p>Filiet z kurczaka gotowany 60 g</p> <p>Marchew gotowana z olejem 40 g</p> <p>Herbata czarna granulowana z/c 250 ml</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>Ser żółty 50 g (MLE)</p> <p>Sałotka z pomidora, mksu sałati i oleju 80 g</p> <p>Jabko pieczone 1 szt.</p> <p>Sałata zielona 20 g</p> <p>Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p>	<p>Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 400 ml (SEL.)</p> <p>Chleb bezglutenowy 120 g</p> <p>Margaryna roślinna bez mleczna o zaw. 80% tł 15 g</p> <p>Schab gotowany 50 g</p> <p>Sałotka z pomidora, mksu sałati i oleju 80 g</p> <p>Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p> <p>Sałata zielona 20 g</p>	<p>Keifr 2,0% tł 150g 1 szt. (MLE)</p> <p>Chleb mieszany pszenno-żytni 96 g (GLU PSZ. GLU ZYT.)</p> <p>Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE)</p> <p>Twarożek z koperkiem 50 g (MLE)</p> <p>Baton szynkowy z kurczakiem 25 g (może zawierać: GLU PSZ. MLE GOR.)</p> <p>Sałotka z pomidora, mksu sałati i oleju 80 g</p> <p>Jabko pieczone 1 szt.</p> <p>Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p> <p>Sałata zielona 20 g</p>	<p>Selerowa z ryżem () 400 ml (MLE SEL.)</p> <p>Zrazik wieprzowy gotowany mielony 100 g (GLU PSZ. JAU.)</p> <p>Sos własny () 50 ml (GLU PSZ. SEL.)</p> <p>Ziemniaki młode z koperkiem gotowane () 180 g</p> <p>Cukinia pieczona z olejem () 100 g</p> <p>Buket warzyw gotowanych królewski z olejem* 100 g</p> <p>Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml</p>	<p>Pomidorowa z ryżem () 400 ml (MLE SEL.)</p> <p>Zrazik wieprzowy gotowany mielony 100 g (GLU PSZ. JAU.)</p> <p>Sos własny () 50 ml (GLU PSZ. SEL.)</p> <p>Ziemniaki młode z koperkiem gotowane () 180 g</p> <p>Cukinia pieczona z olejem () 100 g</p> <p>Buket warzyw gotowanych królewski z olejem* 100 g</p> <p>Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml</p>	<p>Pomidorowa z ryżem () 400 ml (MLE SEL.)</p> <p>Zrazik wieprzowy gotowany mielony 100 g (GLU PSZ. JAU.)</p> <p>Sos własny () 50 ml (GLU PSZ. SEL.)</p> <p>Ziemniaki młode z koperkiem gotowane () 180 g</p> <p>Cukinia pieczona z olejem () 100 g</p> <p>Buket warzyw gotowanych królewski z olejem* 100 g</p> <p>Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml</p>	<p>Selerowa z ryżem () 400 ml (MLE SEL.)</p> <p>Zrazik wieprzowy gotowany mielony 100 g (GLU PSZ. JAU.)</p> <p>Sos własny () 50 ml (GLU PSZ. SEL.)</p> <p>Ziemniaki młode z koperkiem gotowane () 180 g</p> <p>Cukinia pieczona z olejem () 100 g</p> <p>Buket warzyw gotowanych królewski z olejem* 100 g</p> <p>Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml</p>
		<p>Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p> <p>Mus z jabłek () b/c 150 g</p> <p>Marchew oprószana z olejem () 80 g (GLU PSZ.)</p> <p>Msus z jabłek () b/c 150 g</p> <p>Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p>	<p>Kleik z kaszy manny na wodzie 200 ml (GLU PSZ.)</p> <p>Bułka pszenna długa krojona 32 g (GLU PSZ.)</p> <p>Margaryna roślinna (80% tł.) 5 g (MLE)</p> <p>Filiet z kurczaka gotowany 60 g</p> <p>Marchew gotowana z olejem 40 g</p> <p>Herbata czarna granulowana z/c 250 ml</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>Ser żółty 50 g (MLE)</p> <p>Sałotka z pomidora, mksu sałati i oleju 80 g</p> <p>Jabko pieczone 1 szt.</p> <p>Sałata zielona 20 g</p> <p>Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p>	<p>Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 400 ml (SEL.)</p> <p>Chleb bezglutenowy 120 g</p> <p>Margaryna roślinna bez mleczna o zaw. 80% tł 15 g</p> <p>Schab gotowany 50 g</p> <p>Sałotka z pomidora, mksu sałati i oleju 80 g</p> <p>Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p> <p>Sałata zielona 20 g</p>	<p>Keifr 2,0% tł 150g 1 szt. (MLE)</p> <p>Chleb mieszany pszenno-żytni 96 g (GLU PSZ. GLU ZYT.)</p> <p>Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE)</p> <p>Twarożek z koperkiem 50 g (MLE)</p> <p>Baton szynkowy z kurczakiem 25 g (może zawierać: GLU PSZ. MLE GOR.)</p> <p>Sałotka z pomidora, mksu sałati i oleju 80 g</p> <p>Jabko pieczone 1 szt.</p> <p>Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p> <p>Sałata zielona 20 g</p>	<p>Selerowa z ryżem () 400 ml (MLE SEL.)</p> <p>Zrazik wieprzowy gotowany mielony 100 g (GLU PSZ. JAU.)</p> <p>Sos własny () 50 ml (GLU PSZ. SEL.)</p> <p>Ziemniaki młode z koperkiem gotowane () 180 g</p> <p>Cukinia pieczona z olejem () 100 g</p> <p>Buket warzyw gotowanych królewski z olejem* 100 g</p> <p>Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml</p>	<p>Pomidorowa z ryżem () 400 ml (MLE SEL.)</p> <p>Zrazik wieprzowy gotowany mielony 100 g (GLU PSZ. JAU.)</p> <p>Sos własny () 50 ml (GLU PSZ. SEL.)</p> <p>Ziemniaki młode z koperkiem gotowane () 180 g</p> <p>Cukinia pieczona z olejem () 100 g</p> <p>Buket warzyw gotowanych królewski z olejem* 100 g</p> <p>Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml</p>	<p>Pomidorowa z ryżem () 400 ml (MLE SEL.)</p> <p>Zrazik wieprzowy gotowany mielony 100 g (GLU PSZ. JAU.)</p> <p>Sos własny () 50 ml (GLU PSZ. SEL.)</p> <p>Ziemniaki młode z koperkiem gotowane () 180 g</p> <p>Cukinia pieczona z olejem () 100 g</p> <p>Buket warzyw gotowanych królewski z olejem* 100 g</p> <p>Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml</p>	<p>Selerowa z ryżem () 400 ml (MLE SEL.)</p> <p>Zrazik wieprzowy gotowany mielony 100 g (GLU PSZ. JAU.)</p> <p>Sos własny () 50 ml (GLU PSZ. SEL.)</p> <p>Ziemniaki młode z koperkiem gotowane () 180 g</p> <p>Cukinia pieczona z olejem () 100 g</p> <p>Buket warzyw gotowanych królewski z olejem* 100 g</p> <p>Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml</p>	
		<p>Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p> <p>Mus z jabłek () b/c 150 g</p> <p>Marchew oprószana z olejem () 80 g (GLU PSZ.)</p> <p>Msus z jabłek () b/c 150 g</p> <p>Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p>	<p>Kleik z kaszy manny na wodzie 200 ml (GLU PSZ.)</p> <p>Bułka pszenna długa krojona 32 g (GLU PSZ.)</p> <p>Margaryna roślinna (80% tł.) 5 g (MLE)</p> <p>Filiet z kurczaka gotowany 60 g</p> <p>Marchew gotowana z olejem 40 g</p> <p>Herbata czarna granulowana z/c 250 ml</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>Ser żółty 50 g (MLE)</p> <p>Sałotka z pomidora, mksu sałati i oleju 80 g</p> <p>Jabko pieczone 1 szt.</p> <p>Sałata zielona 20 g</p> <p>Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p>	<p>Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 400 ml (SEL.)</p> <p>Chleb bezglutenowy 120 g</p> <p>Margaryna roślinna bez mleczna o zaw. 80% tł 15 g</p> <p>Schab gotowany 50 g</p> <p>Sałotka z pomidora, mksu sałati i oleju 80 g</p> <p>Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p> <p>Sałata zielona 20 g</p>	<p>Keifr 2,0% tł 150g 1 szt. (MLE)</p> <p>Chleb mieszany pszenno-żytni 96 g (GLU PSZ. GLU ZYT.)</p> <p>Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE)</p> <p>Twarożek z koperkiem 50 g (MLE)</p> <p>Baton szynkowy z kurczakiem 25 g (może zawierać: GLU PSZ. MLE GOR.)</p> <p>Sałotka z pomidora, mksu sałati i oleju 80 g</p> <p>Jabko pieczone 1 szt.</p> <p>Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p> <p>Sałata zielona 20 g</p>	<p>Selerowa z ryżem () 400 ml (MLE SEL.)</p> <p>Zrazik wieprzowy gotowany mielony 100 g (GLU PSZ. JAU.)</p> <p>Sos własny () 50 ml (GLU PSZ. SEL.)</p> <p>Ziemniaki młode z koperkiem gotowane () 180 g</p> <p>Cukinia pieczona z olejem () 100 g</p> <p>Buket warzyw gotowanych królewski z olejem* 100 g</p> <p>Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml</p>	<p>Pomidorowa z ryżem () 400 ml (MLE SEL.)</p> <p>Zrazik wieprzowy gotowany mielony 100 g (GLU PSZ. JAU.)</p> <p>Sos własny () 50 ml (GLU PSZ. SEL.)</p> <p>Ziemniaki młode z koperkiem gotowane () 180 g</p> <p>Cukinia pieczona z olejem () 100 g</p> <p>Buket warzyw gotowanych królewski z olejem* 100 g</p> <p>Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml</p>	<p>Pomidorowa z ryżem () 400 ml (MLE SEL.)</p> <p>Zrazik wieprzowy gotowany mielony 100 g (GLU PSZ. JAU.)</p> <p>Sos własny () 50 ml (GLU PSZ. SEL.)</p> <p>Ziemniaki młode z koperkiem gotowane () 180 g</p> <p>Cukinia pieczona z olejem () 100 g</p> <p>Buket warzyw gotowanych królewski z olejem* 100 g</p> <p>Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml</p>	<p>Selerowa z ryżem () 400 ml (MLE SEL.)</p> <p>Zrazik wieprzowy gotowany mielony 100 g (GLU PSZ. JAU.)</p> <p>Sos własny () 50 ml (GLU PSZ. SEL.)</p> <p>Ziemniaki młode z koperkiem gotowane () 180 g</p> <p>Cukinia pieczona z olejem () 100 g</p> <p>Buket warzyw gotowanych królewski z olejem* 100 g</p> <p>Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml</p>	

Ciasto drożdżowe 50 g (GLU PSZ. JAU. MLE SO2.)

Maslanka 150 ml (MLE)



Jadłospisy w dniu 2024-07-21 KUCHNIA OSTRÓW MAZOWIECKA

2024-07-21 niedziela									
OM- Pappkawata/ Przepieczana	OM- Biegunkowa	OM- Vegetariańska	OM- Bezglutenowa	OM- Polożnicza Zestaw I	OM- Polożnicza Zestaw II	OM- Kobieta Karmiąca Zestaw I	OM- Kobieta Karmiąca Zestaw II		
Bulka pszenna długa krojona 32 g (GLU PSZ)	Bulka pszenna długa krojona 32 g (GLU PSZ)	Chleb mieszany pszenno-żytni 96 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.)	Chleb bezglutenowy 120 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 96 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mlekza o zaw 80% tł 15 g Szybkowa dębowa klej.wp.gr.rodz.wędz.parzo z dodatk.wody w osł.nieład 50 g Pomidor Bischof 80 g Salała zielona 20 g					
Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g (MLE)	Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g (MLE)	Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE)	Szybkowa dębowa klej.wp.gr.rodz.wędz.parzo z dodatk.wody w osł.nieład 50 g	Szybkowa dębowa klej.wp.gr.rodz.wędz.parzo z dodatk.wody w osł.nieład 50 g Pomidor Bischof 80 g Salała zielona 20 g					
Szybkowa dębowa klej.wp.gr.rodz.wędz.parzo z dodatk.wody w osł.nieład 50 g	Fiel z kurczaka gotowany 60 g	Paszet sojowy z pomidorami 80 g (SOJ GOR)	Szybkowa dębowa klej.wp.gr.rodz.wędz.parzo z dodatk.wody w osł.nieład 50 g	Kawa zbożowa na mleku b/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ)					
Selet z pietruszka gotowany z olejem (100 g (GLU PSZ, SEL, MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ))	Bukiel jaryzm gotowany z olejem* 40 g (SEL)	Pomidor 80 g	Pomidor 80 g						
Kawa zbożowa na mleku b/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ)	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Kawa zbożowa na mleku b/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ)	Salała zielona 20 g						
Jarzytowa z ryżem (bez mlekai) 400 ml (SEL)			Herbata czarna granulowana b/c 300 ml						
PN	Kleik ryżowo-marchwiowy 200 ml	Slupki z warzyw (100 g)		Slupki z marchewki gotowanej (100 g)					
Wartość energetyczna: 1968,35 kcal; Białko ogółem: 86,59 g; Tłuszcz: 70,52 g; Kw. tł. nasy.: 20,45 g; Węglowodany ogółem: 262,48 g; W tym cukry: 51,22 g; Błonnik pok.: 35,83 g; Sól: 6,81 g.	Wartość energetyczna: 1492,47 kcal; Białko ogółem: 73,32 g; Tłuszcz: 30,61 g; Kw. tł. nasy.: 7,42 g; Węglowodany ogółem: 241,61 g; W tym cukry: 72,66 g; Błonnik pok.: 20,69 g; Sól: 2,34 g.	Wartość energetyczna: 2459,76 kcal; Białko ogółem: 98,78 g; Tłuszcz: 91,61 g; Kw. tł. nasy.: 28,29 g; Węglowodany ogółem: 316,23 g; W tym cukry: 58,47 g; Błonnik pok.: 34,60 g; Sól: 8,15 g.	Wartość energetyczna: 1879,26 kcal; Białko ogółem: 81,62 g; Tłuszcz: 58,06 g; Kw. tł. nasy.: 12,46 g; Węglowodany ogółem: 262,44 g; W tym cukry: 38,08 g; Błonnik pok.: 20,95 g; Sól: 4,13 g.	Wartość energetyczna: 2127,03 kcal; Białko ogółem: 109,64 g; Tłuszcz: 60,44 g; Kw. tł. nasy.: 17,24 g; Węglowodany ogółem: 293,62 g; W tym cukry: 61,08 g; Błonnik pok.: 26,83 g; Sól: 8,17 g.	Wartość energetyczna: 2165,58 kcal; Białko ogółem: 97,94 g; Tłuszcz: 67,50 g; Kw. tł. nasy.: 18,55 g; Węglowodany ogółem: 302,47 g; W tym cukry: 59,70 g; Błonnik pok.: 29,98 g; Sól: 8,52 g.	Wartość energetyczna: 2329,98 kcal; Białko ogółem: 118,46 g; Tłuszcz: 64,51 g; Kw. tł. nasy.: 21,27 g; Węglowodany ogółem: 328,42 g; W tym cukry: 77,44 g; Błonnik pok.: 27,61 g; Sól: 8,95 g.	Wartość energetyczna: 2366,53 kcal; Białko ogółem: 106,76 g; Tłuszcz: 71,57 g; Kw. tł. nasy.: 22,58 g; Węglowodany ogółem: 335,27 g; W tym cukry: 76,06 g; Błonnik pok.: 30,75 g; Sól: 8,74 g.		

Oznaczenia alergenów:

GLU PSZ - Zboża zawierające gluten pszenicy,

SKO - Skorupki i pochodne,

JAU - 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 - Kubin i produkty pochodne,

MCK - Mięczaki i pochodne,

MLE b/LAK - Mleko i pochodne bez laktozy,

GLU ŻYT - Zboża zawierające gluten żytni,

GLU OW - Zboża zawierające gluten owsiany,

GLU JĘCZ - Zboża zawierające gluten jęczmienny,

Oznaczenia wskaźników odż:

Wartość energetyczna - Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal],

Białko ogółem - Białko ogółem wg rozp. 1169/2011,

Tłuszcz - Tłuszcz,

Węglowodany ogółem - Węglowodany ogółem,

Sól - Sól,

K - Potas,

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

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,

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

