

Jadłospisy w dniu 2024-07-24 KUCHNIA OSTRÓW MAZOWIECKA

2024-07-24 środa										
GM- 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	
Platki owsiane na mleku (GLU OW, MLE) 400 ml Chleb razowy pszemno-żytni (PSZ, GLU, ZYT) 116 g Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE) Ser żółty 25 g (MLE) Polędwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkowym wodą wędzona parzona 25 g Sałatka wiosenna () 80 g Bizoskwirnia 1 szt 1 szt Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Sałata zielona 20 g	Krupnik ryżowy z ziemniakami* () 400 ml (MLE, SEL, JAJ, SEL) Filet z kurczaka pieczony 90 g (GLU PSZ, JAJ) Sos chruzanowy 50 ml (GLU PSZ, MLE, SO2) Kasza jęczmienna/sypko 150 g (GLU JECZ) Buraczki gotowane z olejem () 100 g Mizeria 100 g (MLE) Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml	Sonda / płynna śn. 1 400 g (GLU PSZ, MLE)	Platki owsiane na mleku (MLE, GLU OW, GLU) 400 ml Bulka pszenna długa krojona (PSZ) 76 g Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE) Polędwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkowym wodą wędzona parzona 25 g Sałatka wiosenna - diety (GLU PSZ, SOJ) Banan 1szt. 1 szt Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Serrek homo. naturalny 50 g (MLE) Sałata zielona 20 g	Krupnik ryżowy z ziemniakami* () 400 ml (MLE, SEL, JAJ, SEL) Filet z kurczaka pieczony 90 g (GLU PSZ, JAJ) Sos jarzynowy * 50 ml (GLU PSZ, SEL, JAJ) Kasza jęczmienna/sypko 150 g (GLU JECZ) Marchew oprószana z olejem () 100 g Buraczki gotowane z olejem () 100 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml	Krupnik ryżowy z ziemniakami* () 400 ml (MLE, SEL, JAJ, SEL) Filet z kurczaka pieczony 90 g (GLU PSZ, JAJ) Sos jarzynowy * 50 ml (GLU PSZ, SEL, JAJ) Kasza jęczmienna/sypko 150 g (GLU JECZ) Marchew oprószana z olejem () 100 g Buraczki gotowane z olejem () 100 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml	Kalafiorowa z ryżem () 400 ml (MLE, SEL, JAJ, SEL) Pulpet drobiowy 100 g (GLU PSZ, JAJ) Sos jarzynowy * 50 ml (GLU PSZ, SEL, JAJ) Kasza jęczmienna/sypko 150 g (GLU JECZ) Buraczki gotowane z olejem () 200 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml	Krupnik ryżowy z ziemniakami* () 400 ml (MLE, SEL, JAJ, SEL) Filet z kurczaka pieczony 90 g (GLU PSZ, JAJ) Sos jarzynowy * 50 ml (GLU PSZ, SEL, JAJ) Kasza jęczmienna/sypko 150 g (GLU JECZ) Buraczki gotowane z olejem () 200 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml	Kalafiorowa z ryżem () 400 ml (MLE, SEL, JAJ, SEL) Pulpet drobiowy 100 g (GLU PSZ, JAJ) Sos jarzynowy * 50 ml (GLU PSZ, SEL, JAJ) Kasza jęczmienna/sypko 150 g (GLU JECZ) Buraczki gotowane z olejem () 200 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml	Krupnik ryżowy z ziemniakami* () 400 ml (MLE, SEL, JAJ, SEL) Filet z kurczaka pieczony 90 g (GLU PSZ, JAJ) Sos jarzynowy * 50 ml (GLU PSZ, SEL, JAJ) Kasza jęczmienna/sypko 150 g (GLU JECZ) Buraczki gotowane z olejem () 200 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml	Kalafiorowa z ryżem () 400 ml (MLE, SEL, JAJ, SEL) Pulpet drobiowy 100 g (GLU PSZ, JAJ) Sos jarzynowy * 50 ml (GLU PSZ, SEL, JAJ) Kasza jęczmienna/sypko 150 g (GLU JECZ) Marchew oprószana z olejem () 100 g Buraczki gotowane z olejem () 100 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml
Budyń o smaku waniliowym b/c 300 ml (MLE)										
Obiad										
Zupa z soczewicy i ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, SEL) Kotlet mielony drobiowy 100 g (GLU PSZ, JAJ) Sos chruzanowy 50 ml (GLU PSZ, MLE, SO2) Kasza jęczmienna/sypko 150 g (GLU JECZ) Buraczki gotowane z olejem () 100 g Mizeria 100 g (MLE) Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml	Krupnik ryżowy z ziemniakami* () 400 ml (MLE, SEL, JAJ, SEL) Filet z kurczaka pieczony 90 g (GLU PSZ, JAJ) Sos chruzanowy 50 ml (GLU PSZ, MLE, SO2) Kasza jęczmienna/sypko 150 g (GLU JECZ) Buraczki gotowane z olejem () 100 g Mizeria 100 g (MLE) Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml	Sonda / płynna ob. 3 400 g (GLU PSZ, JAJ, SEL)	Kalafiorowa z ryżem () 400 ml (MLE, SEL, JAJ, SEL) Pulpet drobiowy 100 g (GLU PSZ, JAJ) Sos jarzynowy * 50 ml (GLU PSZ, SEL, JAJ) Kasza jęczmienna/sypko 150 g (GLU JECZ) Marchew oprószana z olejem () 100 g Buraczki gotowane z olejem () 100 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml	Krupnik ryżowy z ziemniakami* () 400 ml (MLE, SEL, JAJ, SEL) Filet z kurczaka pieczony 90 g (GLU PSZ, JAJ) Sos jarzynowy * 50 ml (GLU PSZ, SEL, JAJ) Kasza jęczmienna/sypko 150 g (GLU JECZ) Marchew oprószana z olejem () 100 g Buraczki gotowane z olejem () 100 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml	Kalafiorowa z ryżem () 400 ml (MLE, SEL, JAJ, SEL) Pulpet drobiowy 100 g (GLU PSZ, JAJ) Sos jarzynowy * 50 ml (GLU PSZ, SEL, JAJ) Kasza jęczmienna/sypko 150 g (GLU JECZ) Buraczki gotowane z olejem () 200 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml	Krupnik ryżowy z ziemniakami* () 400 ml (MLE, SEL, JAJ, SEL) Filet z kurczaka pieczony 90 g (GLU PSZ, JAJ) Sos jarzynowy * 50 ml (GLU PSZ, SEL, JAJ) Kasza jęczmienna/sypko 150 g (GLU JECZ) Buraczki gotowane z olejem () 200 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml	Kalafiorowa z ryżem () 400 ml (MLE, SEL, JAJ, SEL) Pulpet drobiowy 100 g (GLU PSZ, JAJ) Sos jarzynowy * 50 ml (GLU PSZ, SEL, JAJ) Kasza jęczmienna/sypko 150 g (GLU JECZ) Buraczki gotowane z olejem () 200 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml	Krupnik ryżowy z ziemniakami* () 400 ml (MLE, SEL, JAJ, SEL) Filet z kurczaka pieczony 90 g (GLU PSZ, JAJ) Sos jarzynowy * 50 ml (GLU PSZ, SEL, JAJ) Kasza jęczmienna/sypko 150 g (GLU JECZ) Buraczki gotowane z olejem () 200 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml	Kalafiorowa z ryżem () 400 ml (MLE, SEL, JAJ, SEL) Pulpet drobiowy 100 g (GLU PSZ, JAJ) Sos jarzynowy * 50 ml (GLU PSZ, SEL, JAJ) Kasza jęczmienna/sypko 150 g (GLU JECZ) Marchew oprószana z olejem () 100 g Buraczki gotowane z olejem () 100 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml	

Jadłospisy w dniu 2024-07-24 KUCHNIA OSTRÓW MAZOWIECKA

2024-07-24 środa									
PN	Kolacja								
<p>OM- I Podstawowa zestaw I</p> <p>Wartość energetyczna: 2591,31 kcal; Białko ogółem: 109,34 g; Tłuszcz: 85,03 g; Kw. tł. nasy.: 25,45 g; Węglowodany ogółem: 360,82 g; W tym cukry: 64,46 g; Błonnik pok.: 32,99 g; Soli: 9,21 g.</p>	<p>OM- I Podstawowa zestaw II</p> <p>Wartość energetyczna: 2152,59 kcal; Białko ogółem: 104,30 g; Tłuszcz: 57,45 g; Kw. tł. nasy.: 22,45 g; Węglowodany ogółem: 316,05 g; W tym cukry: 62,84 g; Błonnik pok.: 26,87 g; Soli: 8,77 g.</p>	<p>OM- III b Do żywienia przez sondę</p> <p>Sonda ziemniaczana 4,400 g (JAJ, MLE, SEL.)</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; Soli: 2,66 g.</p>	<p>OM- IV Ławo strawna dziecięca Zestaw I</p> <p>Bułka pszenna długa krojona 76 g (GLU PSZ.)</p> <p>Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE)</p> <p>Szynkowa dębowa kiel wp. gr. rozdz. wędz. parzo. z dodat. wody w osł. niejad 50 g</p> <p>Fasolka szparagowa z olejem * 80 g</p> <p>Salata zielona 20 g</p> <p>Kawa zbożowa na mleku b/c 300 ml (MLE, GLU, ZYT, GLU, JECZ.)</p>	<p>OM- IV Ławo strawna dziecięca Zestaw II</p> <p>Bułka pszenna długa krojona 76 g (GLU PSZ.)</p> <p>Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE)</p> <p>Szynkowa dębowa kiel wp. gr. rozdz. wędz. parzo. z dodat. wody w osł. niejad 50 g</p> <p>Fasolka szparagowa z olejem * 80 g</p> <p>Salata zielona 20 g</p> <p>Kawa zbożowa na mleku b/c 300 ml (MLE, GLU, ZYT, GLU, JECZ.)</p>	<p>OM- V Pooperacyjna Zestaw I</p> <p>Szynkowa dębowa kiel wp. gr. rozdz. wędz. parzo. z dodat. wody w osł. niejad 50 g</p> <p>Marchew oproszana z olejem (*) 20 g</p> <p>Kawa zbożowa na mleku b/c 300 ml (MLE, GLU, ZYT, GLU, JECZ.)</p>	<p>OM- VI Pooperacyjna Zestaw II</p> <p>Bułka pszenna długa krojona 76 g (GLU PSZ.)</p> <p>Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE)</p> <p>Szynkowa dębowa kiel wp. gr. rozdz. wędz. parzo. z dodat. wody w osł. niejad 50 g</p> <p>Marchew oproszana z olejem (*) 20 g</p> <p>Salata zielona 20 g</p> <p>Kawa zbożowa na mleku b/c 300 ml (MLE, GLU, ZYT, GLU, JECZ.)</p>	<p>OM- VII Z ogr. sub. pobudz. wydz. soku żoład. Zestaw I</p> <p>Bułka pszenna długa krojona 90 g (GLU PSZ.)</p> <p>Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE)</p> <p>Szynkowa dębowa kiel wp. gr. rozdz. wędz. parzo. z dodat. wody w osł. niejad 50 g</p> <p>Fasolka szparagowa z olejem * 80 g</p> <p>Salata zielona 20 g</p> <p>Kawa zbożowa na mleku b/c 300 ml (MLE, GLU, ZYT, GLU, JECZ.)</p>	<p>OM- VII Z ogr. sub. pobudz. wydz. soku żoład. Zestaw II</p> <p>Bułka pszenna długa krojona 90 g (GLU PSZ.)</p> <p>Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE)</p> <p>Szynkowa dębowa kiel wp. gr. rozdz. wędz. parzo. z dodat. wody w osł. niejad 50 g</p> <p>Fasolka szparagowa z olejem * 80 g</p> <p>Salata zielona 20 g</p> <p>Kawa zbożowa na mleku b/c 300 ml (MLE, GLU, ZYT, GLU, JECZ.)</p>	<p>OM- VIII Z ograniczeniem tłuszczu Zestaw I</p> <p>Kanapka z szynką i pomidorem (bułka pszenna 32g, margaryna 5g, szynka 25g, pomidor 15g) 1 szt (GLU PSZ, SOJ.)</p> <p>Wartość energetyczna: 2368,82 kcal; Białko ogółem: 106,20 g; Tłuszcz: 60,92 g; Kw. tł. nasy.: 15,92 g; Węglowodany ogółem: 370,08 g; W tym cukry: 108,20 g; Błonnik pok.: 28,52 g; Soli: 8,05 g.</p>
<p>Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt</p> <p>Wartość energetyczna: 2591,31 kcal; Białko ogółem: 109,34 g; Tłuszcz: 85,03 g; Kw. tł. nasy.: 25,45 g; Węglowodany ogółem: 360,82 g; W tym cukry: 64,46 g; Błonnik pok.: 32,99 g; Soli: 9,21 g.</p>	<p>Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt</p> <p>Wartość energetyczna: 2152,59 kcal; Białko ogółem: 104,30 g; Tłuszcz: 57,45 g; Kw. tł. nasy.: 22,45 g; Węglowodany ogółem: 316,05 g; W tym cukry: 62,84 g; Błonnik pok.: 26,87 g; Soli: 8,77 g.</p>	<p>Sonda ziemniaczana 4,300 g (JAJ, MLE, SEL.)</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; Soli: 2,66 g.</p>	<p>Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt</p> <p>Wartość energetyczna: 2573,77 kcal; Białko ogółem: 108,94 g; Tłuszcz: 74,53 g; Kw. tł. nasy.: 22,62 g; Węglowodany ogółem: 386,52 g; W tym cukry: 134,78 g; Błonnik pok.: 29,02 g; Soli: 7,27 g.</p>	<p>Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt</p> <p>Wartość energetyczna: 2579,46 kcal; Białko ogółem: 117,76 g; Tłuszcz: 67,30 g; Kw. tł. nasy.: 21,07 g; Węglowodany ogółem: 395,34 g; W tym cukry: 133,61 g; Błonnik pok.: 29,12 g; Soli: 7,02 g.</p>	<p>Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt</p> <p>Wartość energetyczna: 2493,03 kcal; Białko ogółem: 108,41 g; Tłuszcz: 68,20 g; Kw. tł. nasy.: 22,06 g; Węglowodany ogółem: 375,71 g; W tym cukry: 133,27 g; Błonnik pok.: 33,27 g; Soli: 7,36 g.</p>	<p>Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt</p> <p>Wartość energetyczna: 2498,72 kcal; Białko ogółem: 117,23 g; Tłuszcz: 60,97 g; Kw. tł. nasy.: 20,51 g; Węglowodany ogółem: 384,52 g; W tym cukry: 132,10 g; Błonnik pok.: 33,37 g; Soli: 7,11 g.</p>	<p>Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt</p> <p>Wartość energetyczna: 2578,83 kcal; Białko ogółem: 110,81 g; Tłuszcz: 70,03 g; Kw. tł. nasy.: 22,30 g; Węglowodany ogółem: 397,91 g; W tym cukry: 141,97 g; Błonnik pok.: 33,27 g; Soli: 7,51 g.</p>	<p>Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt</p> <p>Wartość energetyczna: 2584,52 kcal; Białko ogółem: 119,63 g; Tłuszcz: 62,80 g; Kw. tł. nasy.: 20,75 g; Węglowodany ogółem: 406,72 g; W tym cukry: 140,80 g; Błonnik pok.: 33,37 g; Soli: 7,26 g.</p>	<p>Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt</p> <p>Wartość energetyczna: 2368,82 kcal; Białko ogółem: 106,20 g; Tłuszcz: 60,92 g; Kw. tł. nasy.: 15,92 g; Węglowodany ogółem: 370,08 g; W tym cukry: 108,20 g; Błonnik pok.: 28,52 g; Soli: 8,05 g.</p>

Jadłospisy w dniu 2024-07-24 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- XII Bogatobiałkowa łatwostrawna Zestaw I	OM- XII Bogatobiałkowa łatwostrawna Zestaw II	OM- XV Bezmiełczna wywarze jęczmieniowym 400 ml (SEL, GLU OW)	OM- Z ogr. łatwo przyswajalnych węgliwo. bezmiełczna	OM- Dzieci 1-3 lat											
<p>Płatki owsiane na mleku 400 ml (MLE, GLU OW)</p> <p>Bułka pszenna długa krojona 90 g (GLU PSZ)</p> <p>Polejwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkim wody wędzona parzona 25 g (GLU PSZ, SOL)</p> <p>Banan 1 szt. 1 szt</p> <p>Szatka wiosenna - diety 80 g</p> <p>Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p> <p>Serek homo. naturalny 50 g (MLE)</p> <p>Szatka zielona 20 g</p>	<p>Płatki owsiane na mleku 400 ml (MLE, GLU OW)</p> <p>Chleb mieszany pszemno-żytni 96 g (GLU PSZ, GLU ZYT)</p> <p>Margaryna roślinna (80% t.) 10 g (MLE)</p> <p>Polejwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkim wody wędzona parzona 25 g (GLU PSZ, SOL)</p> <p>Serek homo. naturalny 50 g (MLE)</p> <p>Szatka wiosenna - diety 80 g</p> <p>Banan 1 szt. 1 szt</p> <p>Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p> <p>Szatka zielona 20 g</p>	<p>Płatki owsiane na mleku 400 ml (MLE, GLU OW)</p> <p>Chleb razowy pszemno-żytni 76 g (GLU PSZ, GLU ZYT)</p> <p>Margaryna roślinna (80% t.) 10 g (MLE)</p> <p>Polejwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkim wody wędzona parzona 25 g (GLU PSZ, SOL)</p> <p>Serek homo. naturalny 50 g (MLE)</p> <p>Szatka wiosenna () 80 g</p> <p>Brzoskwinia 1 szt 1 szt</p> <p>Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p> <p>Szatka zielona 20 g</p>	<p>Płatki owsiane na mleku 400 ml (MLE, GLU OW)</p> <p>Chleb razowy pszemno-żytni 76 g (GLU PSZ, GLU ZYT)</p> <p>Margaryna roślinna (80% t.) 10 g (MLE)</p> <p>Polejwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkim wody wędzona parzona 25 g (GLU PSZ, SOL)</p> <p>Serek homo. naturalny 50 g (MLE)</p> <p>Szatka wiosenna () 80 g</p> <p>Brzoskwinia 1 szt 1 szt</p> <p>Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p> <p>Szatka zielona 20 g</p>	<p>Płatki owsiane na mleku 400 ml (MLE, GLU OW)</p> <p>Bułka pszenna długa krojona 90 g (GLU PSZ)</p> <p>Margaryna roślinna (80% t.) 10 g (MLE)</p> <p>Polejwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkim wody wędzona parzona 25 g (GLU PSZ, SOL)</p> <p>Szatka wiosenna - diety 80 g</p> <p>Banan 1 szt. 1 szt</p> <p>Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p> <p>Serek homo. naturalny 50 g (MLE)</p> <p>Szatka zielona 20 g</p>	<p>Płatki owsiane na wywarze jęczmieniowym 400 ml (SEL, GLU OW)</p> <p>Chleb mieszany pszemno-żytni 116 g (GLU PSZ, GLU ZYT)</p> <p>Margaryna roślinna bez mleczna o zaw. 80% t. 15 g</p> <p>Polejwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkim wody wędzona parzona 60 g (GLU PSZ, SOL)</p> <p>Szatka wiosenna - diety 80 g</p> <p>Banan 1 szt 1 szt</p> <p>Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p> <p>Szatka zielona 20 g</p>	<p>Płatki owsiane na wywarze jęczmieniowym 400 ml (SEL, GLU OW)</p> <p>Chleb razowy pszemno-żytni 76 g (GLU PSZ, GLU ZYT)</p> <p>Margaryna roślinna bez mleczna o zaw. 80% t. 10 g</p> <p>Polejwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkim wody wędzona parzona 60 g (GLU PSZ, SOL)</p> <p>Szatka wiosenna () 80 g</p> <p>Brzoskwinia 1 szt 1 szt</p> <p>Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p> <p>Szatka zielona 20 g</p>	<p>Płatki owsiane na mleku 200 ml (MLE)</p> <p>Bułka pszenna długa krojona 32 g (GLU PSZ)</p> <p>Margaryna roślinna (80% t.) 5 g (MLE)</p> <p>Polejwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkim wody wędzona parzona 30 g (GLU PSZ, SOL)</p> <p>Serek homo. naturalny 30 g (MLE)</p> <p>Szatka wiosenna - diety 40 g</p> <p>Banan 1 szt. 1 szt</p> <p>Herbata czarna granulowana b/c 250 ml</p> <p>Szatka zielona 20 g</p>	<p>Krupnik ryżowy z ziemniakami* () 400 ml (MLE, SEL)</p> <p>Filet z kurczaka pieczony 90 g (GLU PSZ)</p> <p>Sos jęczmienny * 50 ml (GLU PSZ, SEL, JAJ)</p> <p>Kasza jęczmienna/sypko 150 g (GLU JECZ.)</p> <p>Marchew oproszana z olejem () 100 g (GLU PSZ)</p> <p>Buraczki gotowane z olejem () 100 g</p> <p>Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml</p>	<p>Krupnik ryżowy z ziemniakami* () 400 ml (MLE, SEL)</p> <p>Filet z kurczaka pieczony 90 g (GLU PSZ)</p> <p>Sos jęczmienny * 50 ml (GLU PSZ, SEL, JAJ)</p> <p>Kasza jęczmienna/sypko 150 g (GLU JECZ.)</p> <p>Marchew oproszana z olejem () 100 g (GLU PSZ)</p> <p>Buraczki gotowane z olejem () 100 g</p> <p>Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml</p>	<p>Zupa z soczewicy i ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, SEL)</p> <p>Pupbet drobiowy 100 g (GLU PSZ, JAJ)</p> <p>Sos jęczmienny * 50 ml (GLU PSZ, SEL, JAJ)</p> <p>Kasza jęczmienna/sypko 150 g (GLU JECZ.)</p> <p>Buraczki gotowane z olejem () 100 g</p> <p>Mizeria 100 g (MLE)</p> <p>Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml</p>	<p>Krupnik ryżowy z ziemniakami* () 400 ml (MLE, SEL)</p> <p>Filet z kurczaka pieczony 90 g (GLU PSZ)</p> <p>Sos jęczmienny * 50 ml (GLU PSZ, SEL, JAJ)</p> <p>Kasza jęczmienna/sypko 150 g (GLU JECZ.)</p> <p>Buraczki gotowane z olejem () 100 g (GLU PSZ)</p> <p>Buraczki gotowane z olejem () 100 g</p> <p>Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml</p>	<p>Krupnik ryżowy z ziemniakami* () 400 ml (MLE, SEL)</p> <p>Filet z kurczaka pieczony 90 g (GLU PSZ)</p> <p>Sos jęczmienny * 50 ml (GLU PSZ, SEL, JAJ)</p> <p>Kasza jęczmienna/sypko 150 g (GLU JECZ.)</p> <p>Marchew oproszana z olejem () 100 g (GLU PSZ)</p> <p>Buraczki gotowane z olejem () 100 g</p> <p>Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml</p>	<p>Krupnik ryżowy z ziemniakami* () 400 ml (MLE, SEL)</p> <p>Filet z kurczaka pieczony 90 g (GLU PSZ)</p> <p>Sos jęczmienny * 50 ml (GLU PSZ, SEL, JAJ)</p> <p>Kasza jęczmienna/sypko 150 g (GLU JECZ.)</p> <p>Marchew oproszana z olejem () 100 g (GLU PSZ)</p> <p>Buraczki gotowane z olejem () 100 g</p> <p>Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml</p>	<p>Krupnik ryżowy z ziemniakami* () 400 ml (MLE, SEL)</p> <p>Filet z kurczaka pieczony 90 g (GLU PSZ)</p> <p>Sos jęczmienny * 50 ml (GLU PSZ, SEL, JAJ)</p> <p>Kasza jęczmienna/sypko 150 g (GLU JECZ.)</p> <p>Marchew oproszana z olejem () 100 g (GLU PSZ)</p> <p>Buraczki gotowane z olejem () 100 g</p> <p>Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml</p>	<p>Krupnik ryżowy z ziemniakami* () 400 ml (MLE, SEL)</p> <p>Filet z kurczaka pieczony 90 g (GLU PSZ)</p> <p>Sos jęczmienny * 50 ml (GLU PSZ, SEL, JAJ)</p> <p>Kasza jęczmienna/sypko 150 g (GLU JECZ.)</p> <p>Marchew oproszana z olejem () 100 g (GLU PSZ)</p> <p>Buraczki gotowane z olejem () 100 g</p> <p>Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml</p>	<p>Krupnik ryżowy z ziemniakami* () 200 ml (MLE, SEL)</p> <p>Pupbet drobiowy 50 g (GLU PSZ, JAJ)</p> <p>Sos jęczmienny * 30 ml (GLU PSZ, SEL, JAJ)</p> <p>Kasza jęczmienna/sypko 90 g (GLU JECZ.)</p> <p>Buraczki gotowane z olejem () 50 g</p> <p>Marchew oproszana z olejem () 50 g (GLU PSZ)</p> <p>Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 250 ml</p>	<p>Budyń o smaku waniliowym b/c 150 ml (MLE)</p>	<p>Budyń o smaku waniliowym b/c 150 ml (MLE)</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>Budyń o smaku waniliowym b/c 150 ml (MLE)</p>
<p>Obiad</p>																				

2024-07-24 środa

Wydruk z MAPI Jadłospis 2.24.1.17

Jadłospis_Tygodniowy_posilki_w_wierszach_fr3

Wydrukował: Nufnal, Data i godzina wydruku: 2024-07-19 07:08:13

NAPRZÓD CATERING Sp. z o.o.
 ul. Traktorowa 126 lok. 301, 91-204 Kędzierza
 NIP: 6772398589 REGON 363712430
 KRS 0000404002024-07-19 07:08:13

Jadłospisy w dniu 2024-07-24 KUCHNIA OSTRÓW MAZOWIECKA

2024-07-24 środa									
PN	PN	PN	PN	PN	PN	PN	PN	PN	PN
<p>Wartość energetyczna: 2374,51 kcal; Białko ogółem: 115,02 g; Tłuszcz: 53,69 g; Kw tł. nasy.: 14,36 g; Węglowodany ogółem: 378,89 g; W tym cukry: 107,03 g; Błonnik pok.: 28,63 g; Soli: 7,80 g.</p>	<p>Wartość energetyczna: 2297,77 kcal; Białko ogółem: 94,72 g; Tłuszcz: 66,88 g; Kw tł. nasy.: 18,97 g; Węglowodany ogółem: 342,86 g; W tym cukry: 96,74 g; Błonnik pok.: 32,56 g; Soli: 8,41 g.</p>	<p>Wartość energetyczna: 2303,46 kcal; Białko ogółem: 103,54 g; Tłuszcz: 59,65 g; Kw tł. nasy.: 17,41 g; Węglowodany ogółem: 361,67 g; W tym cukry: 95,57 g; Błonnik pok.: 32,66 g; Soli: 8,16 g.</p>	<p>Wartość energetyczna: 2523,61 kcal; Białko ogółem: 119,12 g; Tłuszcz: 74,05 g; Kw tł. nasy.: 23,91 g; Węglowodany ogółem: 360,94 g; W tym cukry: 72,54 g; Błonnik pok.: 31,88 g; Soli: 9,60 g.</p>	<p>Wartość energetyczna: 2304,26 kcal; Białko ogółem: 117,27 g; Tłuszcz: 61,78 g; Kw tł. nasy.: 21,98 g; Węglowodany ogółem: 332,90 g; W tym cukry: 71,03 g; Błonnik pok.: 27,02 g; Soli: 9,36 g.</p>	<p>Wartość energetyczna: 2697,94 kcal; Białko ogółem: 113,93 g; Tłuszcz: 82,54 g; Kw tł. nasy.: 25,02 g; Węglowodany ogółem: 396,00 g; W tym cukry: 135,58 g; Błonnik pok.: 28,08 g; Soli: 8,17 g.</p>	<p>Wartość energetyczna: 2703,63 kcal; Białko ogółem: 122,75 g; Tłuszcz: 75,31 g; Kw tł. nasy.: 23,47 g; Węglowodany ogółem: 404,82 g; W tym cukry: 134,41 g; Błonnik pok.: 28,18 g; Soli: 7,92 g.</p>	<p>Wartość energetyczna: 2371,76 kcal; Białko ogółem: 84,76 g; Tłuszcz: 70,30 g; Kw tł. nasy.: 15,94 g; Węglowodany ogółem: 367,52 g; W tym cukry: 88,67 g; Błonnik pok.: 36,34 g; Soli: 10,59 g.</p>	<p>Wartość energetyczna: 2418,30 kcal; Białko ogółem: 98,06 g; Tłuszcz: 71,70 g; Kw tł. nasy.: 16,89 g; Węglowodany ogółem: 362,98 g; W tym cukry: 42,30 g; Błonnik pok.: 36,73 g; Soli: 11,83 g.</p>	<p>Wartość energetyczna: 1422,43 kcal; Białko ogółem: 55,83 g; Tłuszcz: 35,50 g; Kw tł. nasy.: 10,03 g; Węglowodany ogółem: 233,70 g; W tym cukry: 84,64 g; Błonnik pok.: 18,21 g; Soli: 4,32 g.</p>
<p>OM- VIII Z ograniczeniem tłuszczu Zestaw II</p>	<p>OM- IX Łatwo strawna zestaw I</p>	<p>OM- IX Łatwo strawna zestaw II</p>	<p>OM- X Z ogr. tłuszczu przyswajalnych węgl. Zestaw I</p>	<p>OM- X Z ogr. tłuszczu przyswajalnych węgl. Zestaw II</p>	<p>OM- XII Bogatobiałkowa łatwostrawna Zestaw I</p>	<p>OM- XII Bogatobiałkowa łatwostrawna Zestaw II</p>	<p>OM- XV Bezmleczna przyswajalnych węglowo bezmleczna</p>	<p>OM- Z ogr. tłuszczu przyswajalnych węglowo bezmleczna</p>	<p>OM- Dzieci 1-3 lat</p>
<p>Biskopki 30 g (GLU,PSZ, JAJ, MLE, GLU, JECZ.)</p>	<p>Chleb mieszany pszemno-żytni 96 g (GLU,PSZ, GLU, ZYT) 10 g (MLE)</p>	<p>Chleb razowy pszemno-żytni 96 g (GLU,PSZ, GLU, ZYT) 10 g (MLE)</p>	<p>Chleb razowy pszemno-żytni 76 g (GLU,PSZ, GLU, ZYT) 10 g (MLE)</p>	<p>Chleb razowy pszemno-żytni 76 g (GLU,PSZ, GLU, ZYT) 10 g (MLE)</p>	<p>Bułka pszenna długa krojona 76 g (GLU,PSZ) 10 g (MLE)</p>	<p>Bułka pszenna długa krojona 76 g (GLU,PSZ) 10 g (MLE)</p>	<p>Chleb mieszany pszemno-żytni 116 g (GLU,PSZ, GLU, ZYT)</p>	<p>Chleb razowy pszemno-żytni 76 g (GLU,PSZ, GLU, ZYT)</p>	<p>Biskopki 30 g (GLU,PSZ, JAJ, MLE, GLU, JECZ.)</p>
<p>Kolacja</p>	<p>Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt</p>	<p>Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt</p>	<p>Kanapka z szynką drobiową i pomidorem (chleb razowy 76g, margaryna 5g, szynka 15g) 1 szt (GLU,PSZ, SOL, MLE, GLU, ZYT)</p>	<p>Kanapka z szynką i pomidorem (chleb razowy 76g, margaryna 5g, szynka 15g) 1 szt (GLU,PSZ, SOL, MLE, GLU, ZYT)</p>	<p>Kanapka z szynką i pomidorem (bułka pszenna 32g, margaryna 5g, szynka 25g, pomidor 15g) 1 szt (GLU,PSZ, SOL)</p>	<p>Kanapka z szynką i pomidorem (bułka pszenna 32g, margaryna 5g, szynka 25g, pomidor 15g) 1 szt (GLU,PSZ, SOL)</p>	<p>Margaryna roślinna bez mleczna o zaw. 80% tł 15 g</p>	<p>Margaryna roślinna bez mleczna o zaw. 80% tł 15 g</p>	<p>Herbata czarna granulowana b/c</p>
<p>Bułka pszenna długa krojona 90 g (GLU,PSZ)</p>	<p>Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE)</p>	<p>Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE)</p>	<p>Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE)</p>	<p>Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE)</p>	<p>Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE)</p>	<p>Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE)</p>	<p>Margaryna roślinna bez mleczna o zaw. 80% tł 15 g</p>	<p>Margaryna roślinna bez mleczna o zaw. 80% tł 15 g</p>	<p>Herbata czarna granulowana b/c</p>
<p>Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z.dodat.wody w osł.nieład 50 g</p>	<p>Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z.dodat.wody w osł.nieład 50 g</p>	<p>Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z.dodat.wody w osł.nieład 50 g</p>	<p>Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z.dodat.wody w osł.nieład 50 g</p>	<p>Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z.dodat.wody w osł.nieład 50 g</p>	<p>Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z.dodat.wody w osł.nieład 50 g</p>	<p>Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z.dodat.wody w osł.nieład 50 g</p>	<p>Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z.dodat.wody w osł.nieład 50 g</p>	<p>Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z.dodat.wody w osł.nieład 50 g</p>	<p>Bułka pszenna długa krojona 32 g (GLU,PSZ)</p>
<p>Fasolka szparagowa z olejem * 80 g</p>	<p>Fasolka szparagowa z olejem * 80 g</p>	<p>Fasolka szparagowa z olejem * 80 g</p>	<p>Fasolka szparagowa z olejem * 80 g</p>	<p>Fasolka szparagowa z olejem * 80 g</p>	<p>Fasolka szparagowa z olejem * 80 g</p>	<p>Fasolka szparagowa z olejem * 80 g</p>	<p>Fasolka szparagowa z olejem * 80 g</p>	<p>Fasolka szparagowa z olejem * 80 g</p>	<p>Bułka pszenna długa krojona 32 g (GLU,PSZ)</p>
<p>Salata zielona 20 g</p>	<p>Salata zielona 20 g</p>	<p>Salata zielona 20 g</p>	<p>Salata zielona 20 g</p>	<p>Salata zielona 20 g</p>	<p>Salata zielona 20 g</p>	<p>Salata zielona 20 g</p>	<p>Salata zielona 20 g</p>	<p>Salata zielona 20 g</p>	<p>Bułka pszenna długa krojona 32 g (GLU,PSZ)</p>
<p>Kawa zbożowa na mleku b/c 300 ml (MLE, GLU, ZYT, GLU, JECZ.)</p>	<p>Kawa zbożowa na mleku b/c 300 ml (MLE, GLU, ZYT, GLU, JECZ.)</p>	<p>Kawa zbożowa na mleku b/c 300 ml (MLE, GLU, ZYT, GLU, JECZ.)</p>	<p>Kawa zbożowa na mleku b/c 300 ml (MLE, GLU, ZYT, GLU, JECZ.)</p>	<p>Kawa zbożowa na mleku b/c 300 ml (MLE, GLU, ZYT, GLU, JECZ.)</p>	<p>Kawa zbożowa na mleku b/c 300 ml (MLE, GLU, ZYT, GLU, JECZ.)</p>	<p>Kawa zbożowa na mleku b/c 300 ml (MLE, GLU, ZYT, GLU, JECZ.)</p>	<p>Kawa zbożowa na mleku b/c 300 ml (MLE, GLU, ZYT, GLU, JECZ.)</p>	<p>Kawa zbożowa na mleku b/c 300 ml (MLE, GLU, ZYT, GLU, JECZ.)</p>	<p>Bułka pszenna długa krojona 32 g (GLU,PSZ)</p>
<p>Mleku b/c 300 ml (MLE, GLU, ZYT, GLU, JECZ.)</p>	<p>Mleku b/c 300 ml (MLE, GLU, ZYT, GLU, JECZ.)</p>	<p>Mleku b/c 300 ml (MLE, GLU, ZYT, GLU, JECZ.)</p>	<p>Mleku b/c 300 ml (MLE, GLU, ZYT, GLU, JECZ.)</p>	<p>Mleku b/c 300 ml (MLE, GLU, ZYT, GLU, JECZ.)</p>	<p>Mleku b/c 300 ml (MLE, GLU, ZYT, GLU, JECZ.)</p>	<p>Mleku b/c 300 ml (MLE, GLU, ZYT, GLU, JECZ.)</p>	<p>Mleku b/c 300 ml (MLE, GLU, ZYT, GLU, JECZ.)</p>	<p>Mleku b/c 300 ml (MLE, GLU, ZYT, GLU, JECZ.)</p>	<p>Bułka pszenna długa krojona 32 g (GLU,PSZ)</p>
<p>Mleku b/c 300 ml (MLE, GLU, ZYT, GLU, JECZ.)</p>	<p>Mleku b/c 300 ml (MLE, GLU, ZYT, GLU, JECZ.)</p>	<p>Mleku b/c 300 ml (MLE, GLU, ZYT, GLU, JECZ.)</p>	<p>Mleku b/c 300 ml (MLE, GLU, ZYT, GLU, JECZ.)</p>	<p>Mleku b/c 300 ml (MLE, GLU, ZYT, GLU, JECZ.)</p>	<p>Mleku b/c 300 ml (MLE, GLU, ZYT, GLU, JECZ.)</p>	<p>Mleku b/c 300 ml (MLE, GLU, ZYT, GLU, JECZ.)</p>	<p>Mleku b/c 300 ml (MLE, GLU, ZYT, GLU, JECZ.)</p>	<p>Mleku b/c 300 ml (MLE, GLU, ZYT, GLU, JECZ.)</p>	<p>Bułka pszenna długa krojona 32 g (GLU,PSZ)</p>

Jadospisy w dniu 2024-07-24 KUCHNIA OSTRÓW MAZOWIECKA

2024-07-24 środa								
OM- Papkowata/ Przeclerana	OM- Biegunkowa	OM- Wegetariańska	OM- Bezglutenowa	OM- Półvegetariańska Zestaw I	OM- Półvegetariańska Zestaw II	OM- Kobieta Karniżca Zestaw I	OM- Kobieta Karniżca Zestaw II	
Platki owsiane na wywarze jarzynowym 450 ml (<u>SEL, GLU OW</u>) Bułka pszenna długa krojona 32 g (<u>GLU PSZ</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw 80% tł 15 g Polędwica wieprzowa wędziona parzona z dodatkami wody 25 g (<u>GLU PSZ, SOL</u>) Ser z pietruszka gotowany z olejem 100 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Mus z jabłek 1 szt 150 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Serek homio naturalny 50 g (<u>MLE</u>) Sałata zielona 20 g	Kleik z kaszy manny na wodzie 200 ml (<u>GLU PSZ</u>) Bułka pszenna długa krojona 32 g (<u>GLU PSZ</u>) Margaryna roślinna (80% tł) 5 g (<u>MLE</u>) Filet z kurczaka gotowany 60 g Marchew gotowana z olejem 40 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Platki owsiane na mleku 400 ml (<u>GLU PSZ, OW</u>) Chleb razowy pszenno-żytni 116 g (<u>GLU PSZ, GLU PSZ, ZYT</u>) Margaryna roślinna (80% tł) 10 g (<u>MLE</u>) Serrek homio naturalny 80 g (<u>MLE</u>) Sałata wiosenna - diety 80 g Brzoskwinia 1 szt 1 szt Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Sałata zielona 20 g	Kasza jaglana na wywarze jarzynowym 400 ml (<u>SEL</u>) Chleb bezglutenowy 100 g Margaryna roślinna bez mleczna o zaw 80% tł 15 g Schab gotowany 50 g Sałata wiosenna - diety 80 g Banan 1 szt 1 szt Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Sałata zielona 20 g	Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 96 g (<u>GLU PSZ, GLU PSZ, ZYT</u>) Margaryna roślinna (80% tł) 10 g (<u>MLE</u>) Polędwica wieprzowa wędziona parzona z dodatkami wody 25 g (<u>GLU PSZ, SOL</u>) Sałata wiosenna - diety 80 g Banan 1 szt 1 szt Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Serek homio naturalny 50 g (<u>MLE</u>) Sałata zielona 20 g	Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 96 g (<u>GLU PSZ, GLU PSZ, ZYT</u>) Margaryna roślinna (80% tł) 10 g (<u>MLE</u>) Polędwica wieprzowa wędziona parzona z dodatkami wody 25 g (<u>GLU PSZ, SOL</u>) Sałata wiosenna - diety 80 g Banan 1 szt 1 szt Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Serek homio naturalny 50 g (<u>MLE</u>) Sałata zielona 20 g	Platki owsiane na mleku 400 ml (<u>MLE, GLU OW</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 96 g (<u>GLU PSZ, GLU PSZ, ZYT</u>) Margaryna roślinna (80% tł) 10 g (<u>MLE</u>) Polędwica wieprzowa wędziona parzona z dodatkami wody 25 g (<u>GLU PSZ, SOL</u>) Sałata wiosenna - diety 80 g Banan 1 szt 1 szt Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Serek homio naturalny 50 g (<u>MLE</u>) Sałata zielona 20 g	Platki owsiane na mleku 400 ml (<u>MLE, GLU OW</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 96 g (<u>GLU PSZ, GLU PSZ, ZYT</u>) Margaryna roślinna (80% tł) 10 g (<u>MLE</u>) Polędwica wieprzowa wędziona parzona z dodatkami wody 25 g (<u>GLU PSZ, SOL</u>) Sałata wiosenna - diety 80 g Banan 1 szt 1 szt Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Serek homio naturalny 50 g (<u>MLE</u>) Sałata zielona 20 g	
II SN	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt				Budyń o smaku waniliowym b/c 300 ml (<u>MLE</u>)			
Obiad	Krupnik ryżowy z ziemniakami* 400 ml (<u>MLE, SEL</u>) Pulpet drobiowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Sos jarzynowy * 50 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Kasza jęczmienna/sytko 150 g (<u>GLU JECZ</u>) Marchew oprószana z olejem 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Buraczki gotowane z olejem 100 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml	Marchwianka 200 ml Filet z kurczaka gotowany 50 g Ryz na sytko 180 g Marchew gotowana z olejem 100 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Zupa z soczewicy i ziemniakami 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Kaszotto wegetariańskie z tofu * 300 g (<u>GLU PSZ, SOL, SEL</u>) Mizeria 100 g (<u>MLE</u>) Buraczki gotowane z olejem 100 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml	Ryżowa (bez mleka) 400 ml (<u>SEL</u>) Sos jarzynowy* (bez glutenu) 50 ml (<u>SEL</u>) Filet z kurczaka gotowany 90 g Ziemniaki młode z koperkiem gotowane 180 g Marchew oprószana z olejem 100 g Buraczki gotowane z olejem 200 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml	Kalafiorowa z ryżem 400 ml (<u>MLE, SEL</u>) Pulpet drobiowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Sos jarzynowy * 50 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Kasza jęczmienna/sytko 150 g (<u>GLU JECZ</u>) Marchew oprószana z olejem 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Buraczki gotowane z olejem 100 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml	Krupnik ryżowy z ziemniakami* 400 ml (<u>MLE, SEL</u>) Filet z kurczaka gotowany 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Sos jarzynowy * 50 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Kasza jęczmienna/sytko 150 g (<u>GLU JECZ</u>) Marchew oprószana z olejem 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Buraczki gotowane z olejem 100 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml	Kalafiorowa z ryżem 400 ml (<u>MLE, SEL</u>) Pulpet drobiowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Sos jarzynowy * 50 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Kasza jęczmienna/sytko 150 g (<u>GLU JECZ</u>) Marchew oprószana z olejem 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Buraczki gotowane z olejem 100 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml	Krupnik ryżowy z ziemniakami* 400 ml (<u>MLE, SEL</u>) Filet z kurczaka gotowany 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Sos jarzynowy * 50 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Kasza jęczmienna/sytko 150 g (<u>GLU JECZ</u>) Marchew oprószana z olejem 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Buraczki gotowane z olejem 100 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml

Jadłospisy w dniu 2024-07-24 KUCHNIA OSTRÓW MAZOWIECKA

OM- Papkowata/ Przeclerana	OM- Biegunkowa	OM- Wegetariańska	OM- Bezglutenowa	OM- Położnicza Zestaw I	OM- Położnicza Zestaw II	OM- Kobieta Karmiąca Zestaw I	OM- Kobieta Karmiąca Zestaw II	
	Kisiel o smaku truskawkowym b/c 150 ml			Biskopity 30 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>JAU</u> , <u>MILE</u> , <u>GLU JECZ</u>)				
PD	Bułka pszenna długa krojona 32 g (<u>GLU PSZ</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł. 15 g Szynekowa dębowa kieł.wp.gr.rodz.wędz. parzo z dodat.wody w osł.niejad 50 g Fasolka szparagowa z olejem * 100 g Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 400 ml (<u>SEL</u>) Kawa zbożowa na mleku b/c 300 ml (<u>MLE</u> , <u>GLU ZYT</u> , <u>GLU JECZ</u>)	Bułka pszenna długa krojona 32 g (<u>GLU PSZ</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g (<u>MILE</u>) Filet z kurczaka gotowany 60 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 40 g (<u>SEL</u>) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb mieszany pszemno-żytni 96 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>GLU ZYT</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (<u>MILE</u>) Hummus 80 g (<u>SEZ</u>) Ogórek świeży 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa na mleku b/c 300 ml (<u>MILE</u> , <u>GLU ZYT</u> , <u>GLU JECZ</u>)	Chleb bezglutenowy 100 g Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł. 15 g Szynekowa dębowa kieł.wp.gr.rodz.wędz. parzo z dodat.wody w osł.niejad 50 g Fasolka szparagowa z olejem * 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Chleb razowy pszemno-żytni 116 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>GLU ZYT</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (<u>MILE</u>) Szynekowa dębowa kieł.wp.gr.rodz.wędz.parzo z dodat.wody w osł.niejad 50 g Fasolka szparagowa z olejem * 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa na mleku b/c 300 ml (<u>MILE</u> , <u>GLU ZYT</u> , <u>GLU JECZ</u>)			
			Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt					
PN	Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt	Kiełk żyzowo-marchwiowy 200 ml						
	Wartość energetyczna: 1994,41 kcal; Białko ogółem: 83,40 g; Tłuszcz: 63,80 g; Kw. tł.nasy.: 16,35 g; Węglowodany ogółem: 286,75 g; W tym cukry: 44,70 g; Błonnik pok.: 36,42 g; Soli: 5,89 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: 72,65 g; Błonnik pok.: 20,69 g; Soli: 2,34 g;	Wartość energetyczna: 2548,79 kcal; Białko ogółem: 94,02 g; Tłuszcz: 89,08 g; Kw. tł.nasy.: 19,97 g; Węglowodany ogółem: 347,88 g; W tym cukry: 66,89 g; Błonnik pok.: 40,27 g; Soli: 7,16 g;	Wartość energetyczna: 2007,62 kcal; Białko ogółem: 76,93 g; Tłuszcz: 59,42 g; Kw. tł.nasy.: 10,89 g; Węglowodany ogółem: 300,12 g; W tym cukry: 76,34 g; Błonnik pok.: 27,61 g; Soli: 4,36 g;	Wartość energetyczna: 3766,11 kcal; Białko ogółem: 312,40 g; Tłuszcz: 107,41 g; Kw.tł.nasy.: 42,63 g; Węglowodany ogółem: 408,52 g; W tym cukry: 123,80 g; Błonnik pok.: 31,16 g; Soli: 40,63 g;	Wartość energetyczna: 2507,60 kcal; Białko ogółem: 110,52 g; Tłuszcz: 61,90 g; Kw tł.nasy.: 18,72 g; Węglowodany ogółem: 397,43 g; W tym cukry: 122,63 g; Błonnik pok.: 31,26 g; Soli: 8,83 g;	Wartość energetyczna: 2698,13 kcal; Białko ogółem: 110,32 g; Tłuszcz: 75,01 g; Kw tł.nasy.: 22,85 g; Węglowodany ogółem: 416,90 g; W tym cukry: 134,12 g; Błonnik pok.: 33,28 g; Soli: 9,22 g;	Wartość energetyczna: 2703,82 kcal; Białko ogółem: 119,14 g; Tłuszcz: 67,78 g; Kw tł.nasy.: 21,29 g; Węglowodany ogółem: 425,71 g; W tym cukry: 132,95 g; Błonnik pok.: 33,38 g; Soli: 8,97 g;

Oznaczenia alergenów:

GLU PSZ - Zboża zawierające gluten pszenney,
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,
ŁUB - Łubin i produkty pochodne,
MCK - Mięczaki i pochodne,
MLE b/LAK - Mleko i pochodne bez laktozy,
GLU ŻYT - Zboża zawierające gluten żytni,
GLU OW - Zboża zawierające gluten owsiany,
GLU JĘCZ - Zboża zawierające gluten jęczmienny,

Oznaczenia wskaźników odż.:

Wartość energetyczna - Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal],
Białko ogółem - Białko ogółem wg rozp. 1169/2011,
Tłuszcz - Tłuszcz,
Węglowodany ogółem - Węglowodany ogółem,
Sól - Sól,
K - Potas,
Kw. tł. nasy. - Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem,
Błonnik pok. - Błonnik pokarmowy,
- % energii z białka,
Ener. z T - % energii z tłuszczu,
- % energii z węglowodanów,
Ener. z Bł. - % energii z błonnika,
W tym cukry - w tym cukry,
WW - WW,

