

OM- I Podstawowa zestaw I	OM- I Podstawowa zestaw II	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 zółta Zestaw I	OM- VII Z ogr. sub. pobudz. wydz. soku zółta Zestaw II	OM- VIII Z ograniczeniem tłuszczu Zestaw I	OM- VIII Z ograniczeniem tłuszczu Zestaw II
<p>Platki owsiane na mleku 400 ml (MLE, GLU OW.)</p> <p>Chleb razowy pszenno-żytni 116 g (GLU PSZ, GLU ZYT, GLU OW.)</p> <p>Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE)</p> <p>Ser topiony 50 g (MLE)</p> <p>Pomidor 80 g</p> <p>Kawa zbożowa na mleku 300 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.)</p> <p>Wskaźniki odżywcze: E: 1027,09 kcal; B: 41,10 g; T: 37,77 g; Kw. tł. nasy.: 19,02 g; W: 133,85 g; W tym cukry: 44,98 g; Bł.: 6,99 g; WW: 12,76 Por;</p>	<p>Platki owsiane na mleku 400 ml (MLE, GLU OW.)</p> <p>Chleb razowy pszenno-żytni 116 g (GLU PSZ, GLU ZYT, GLU OW.)</p> <p>Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE)</p> <p>Pomidor 80 g</p> <p>Kawa zbożowa na mleku 300 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.)</p> <p>Ser topiony 50 g (MLE)</p> <p>Wskaźniki odżywcze: E: 1027,09 kcal; B: 41,10 g; T: 37,77 g; Kw. tł. nasy.: 19,02 g; W: 133,85 g; W tym cukry: 44,98 g; Bł.: 6,99 g; WW: 12,76 Por;</p>	<p>Platki owsiane na mleku 400 ml (MLE, GLU OW.)</p> <p>Bulka pszenna długa krojona 76 g (GLU PSZ.)</p> <p>Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE)</p> <p>Pomidor 80 g</p> <p>Herbata czarna granulowana białca 300 ml</p> <p>Serek homo. naturalny 100 g (MLE)</p> <p>Wskaźniki odżywcze: E: 675,59 kcal; B: 36,57 g; T: 20,69 g; Kw. tł. nasy.: 7,41 g; W: 88,11 g; W tym cukry: 20,06 g; Bł.: 4,53 g; WW: 8,40 Por;</p>	<p>Platki owsiane na mleku 400 ml (MLE, GLU OW.)</p> <p>Bulka pszenna długa krojona 76 g (GLU PSZ.)</p> <p>Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE)</p> <p>Pomidor 80 g</p> <p>Herbata czarna granulowana białca 300 ml</p> <p>Serek homo. naturalny 100 g (MLE)</p> <p>Wskaźniki odżywcze: E: 675,59 kcal; B: 36,57 g; T: 20,69 g; Kw. tł. nasy.: 7,41 g; W: 88,11 g; W tym cukry: 20,06 g; Bł.: 4,53 g; WW: 8,40 Por;</p>	<p>Platki owsiane na mleku 400 ml (MLE, GLU OW.)</p> <p>Bulka pszenna długa krojona 76 g (GLU PSZ.)</p> <p>Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE)</p> <p>Marchew gotowana z olejem () 80 g</p> <p>Kawa zbożowa na mleku 300 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.)</p> <p>Serek homo. naturalny 100 g (MLE)</p> <p>Wskaźniki odżywcze: E: 915,90 kcal; B: 46,55 g; T: 28,30 g; Kw. tł. nasy.: 10,93 g; W: 122,15 g; W tym cukry: 47,33 g; Bł.: 7,48 g; WW: 11,53 Por;</p>	<p>Platki owsiane na mleku 400 ml (MLE, GLU OW.)</p> <p>Bulka pszenna długa krojona 76 g (GLU PSZ.)</p> <p>Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE)</p> <p>Kawa zbożowa na mleku 300 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.)</p> <p>Marchew gotowana z olejem () 80 g</p> <p>Serek homo. naturalny 100 g (MLE)</p> <p>Wskaźniki odżywcze: E: 915,90 kcal; B: 46,55 g; T: 28,30 g; Kw. tł. nasy.: 10,93 g; W: 122,15 g; W tym cukry: 47,33 g; Bł.: 7,48 g; WW: 11,53 Por;</p>	<p>Platki owsiane na mleku 400 ml (MLE, GLU OW.)</p> <p>Bulka pszenna długa krojona 76 g (GLU PSZ.)</p> <p>Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE)</p> <p>Kawa zbożowa na mleku 300 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.)</p> <p>Marchew gotowana z olejem () 80 g</p> <p>Serek homo. naturalny 100 g (MLE)</p> <p>Wskaźniki odżywcze: E: 915,90 kcal; B: 46,55 g; T: 28,30 g; Kw. tł. nasy.: 10,93 g; W: 122,15 g; W tym cukry: 47,33 g; Bł.: 7,48 g; WW: 11,53 Por;</p>	<p>Platki owsiane na mleku 400 ml (MLE, GLU OW.)</p> <p>Bulka pszenna długa krojona 76 g (GLU PSZ.)</p> <p>Pomidor 80 g</p> <p>Kawa zbożowa na mleku 300 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.)</p> <p>Serek homo. naturalny 100 g (MLE)</p> <p>Wskaźniki odżywcze: E: 807,13 kcal; B: 46,11 g; T: 18,40 g; Kw. tł. nasy.: 8,01 g; W: 115,96 g; W tym cukry: 44,13 g; Bł.: 4,53 g; WW: 11,22 Por;</p>	<p>Platki owsiane na mleku 400 ml (MLE, GLU OW.)</p> <p>Bulka pszenna długa krojona 76 g (GLU PSZ.)</p> <p>Pomidor 80 g</p> <p>Kawa zbożowa na mleku 300 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.)</p> <p>Serek homo. naturalny 100 g (MLE)</p> <p>Wskaźniki odżywcze: E: 807,13 kcal; B: 46,11 g; T: 18,40 g; Kw. tł. nasy.: 8,01 g; W: 115,96 g; W tym cukry: 44,13 g; Bł.: 4,53 g; WW: 11,22 Por;</p>	
II ŚN		Galełka o smaku truskawkowym 250 g		Kanapka z szynką (bulka pszenna 50g, margaryna 5g, szynka 25g) 1 szt. (GLU PSZ, SOL, MLE.)		<p>Wskaźniki odżywcze: E: 162,92 kcal; B: 3,72 g; T: 0,00 g; Kw. tł. nasy.: 0,00 g; W: 36,25 g; W tym cukry: 0,00 g; Bł.: 0,00 g; WW: 3,63 Por;</p> <p>Wskaźniki odżywcze: E: 217,05 kcal; B: 7,01 g; T: 8,25 g; Kw. tł. nasy.: 2,69 g; W: 29,31 g; W tym cukry: 0,65 g; Bł.: 0,90 g; WW: 2,86 Por;</p>			

2023-10-18 środa

OM- I Podstawowa Zestaw I	OM- I Podstawowa Zestaw II	OM- IV Łalwo strawna dziecięca Zestaw I	OM- IV Łalwo 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	OM- VIII Z ograniczeniem tłuszczu Zestaw II
Kalafirowa z ryżem () 400 ml (MILE SEL.) Kofler mielony drobiowy 100 g (GLUPSZ JAJ.) Sos chrzanowy 80 ml (GLUPSZ MLE SOZ.) Kasza jęczmienna/sypko 170 g (GLU JECZ.) Surówka z marchwi i jabłka z olejem () 150 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* z/c 300 ml	Krupnik ryżowy z ziemniakami* () 400 ml (MILE SEL.) Bitka z fileta kurczaka 90 g (GLUPSZ.) Sos chrzanowy 80 ml (GLUPSZ MLE SOZ.) Kasza jęczmienna/sypko 170 g (GLU JECZ.) Surówka z marchwi i jabłka z olejem () 150 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* z/c 300 ml	Kalafirowa z ryżem () 400 ml (MILE SEL.) Pulpet drobiowy 100 g (GLUPSZ JAJ.) Sos jarzynowy * 80 ml (GLUPSZ SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 170 g (GLU JECZ.) Sznitak gotowany z olejem* 200 g (GLU PSZ.)	Krupnik ryżowy z ziemniakami* () 400 ml (MILE SEL.) Bitka z fileta kurczaka 90 g (GLUPSZ.) Sos jarzynowy * 80 ml (GLUPSZ SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 170 g (GLU JECZ.) Sznitak gotowany z olejem* 200 g (GLU PSZ.)	Kalafirowa z ryżem () 400 ml (MILE SEL.) Pulpet drobiowy 100 g (GLUPSZ JAJ.) Sos jarzynowy * 50 ml (GLUPSZ SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 170 g (GLU JECZ.) Sznitak gotowany z olejem* 200 g (GLU PSZ.)	Krupnik ryżowy z ziemniakami* () 400 ml (MILE SEL.) Bitka z fileta kurczaka 90 g (GLUPSZ.) Sos jarzynowy * 50 ml (GLUPSZ SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 170 g (GLU JECZ.) Sznitak gotowany z olejem* 200 g (GLU PSZ.)	Kalafirowa z ryżem () 400 ml (MILE SEL.) Pulpet drobiowy 100 g (GLUPSZ JAJ.) Sos jarzynowy * 50 ml (GLUPSZ SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 170 g (GLU JECZ.) Sznitak gotowany z olejem* 200 g (GLU PSZ.)	Krupnik ryżowy z ziemniakami* () 400 ml (MILE SEL.) Bitka z fileta kurczaka 90 g (GLUPSZ.) Sos jarzynowy * 50 ml (GLUPSZ SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 170 g (GLU JECZ.) Sznitak gotowany z olejem* 200 g (GLU PSZ.)	Kalafirowa z ryżem () 400 ml (MILE SEL.) Pulpet drobiowy 100 g (GLUPSZ JAJ.) Sos jarzynowy * 80 ml (GLUPSZ SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 170 g (GLU JECZ.) Sznitak gotowany z olejem* 200 g (GLU PSZ.)	Krupnik ryżowy z ziemniakami* () 400 ml (MILE SEL.) Bitka z fileta kurczaka 90 g (GLUPSZ.) Sos jarzynowy * 80 ml (GLUPSZ SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 170 g (GLU JECZ.) Sznitak gotowany z olejem* 200 g (GLU PSZ.)
Obiad									
Kompot z aronii i czarnej porzeczki* z/c 300 ml									
Wskazniki odżywcze: E: 963,89 kcal; B: 34,44 g; T: 18,92 g; Kw. tł. nasy.: 34,47 g; Kw. tł. nasy.: 3,99 g; W: 136,13 g; W tym cukry: 27,89 g; Bt.: 16,27 g; WW: 11,98 Por.									
Wskazniki odżywcze: E: 816,76 kcal; B: 39,92 g; T: 18,92 g; Kw. tł. nasy.: 1,85 g; W: 129,26 g; W tym cukry: 26,51 g; Bt.: 15,15 g; WW: 11,42 Por.									
Wskazniki odżywcze: E: 731,90 kcal; B: 34,23 g; T: 19,61 g; Kw. tł. nasy.: 2,92 g; W: 110,67 g; W tym cukry: 18,33 g; Bt.: 12,22 g; WW: 9,88 Por.									
Wskazniki odżywcze: E: 804,15 kcal; B: 42,91 g; T: 19,38 g; Kw. tł. nasy.: 1,84 g; W: 120,54 g; W tym cukry: 17,16 g; Bt.: 12,36 g; WW: 10,87 Por.									
Wskazniki odżywcze: E: 724,77 kcal; B: 34,02 g; T: 19,58 g; Kw. tł. nasy.: 2,92 g; W: 109,08 g; W tym cukry: 18,14 g; Bt.: 12,03 g; WW: 9,74 Por.									
Wskazniki odżywcze: E: 797,02 kcal; B: 42,69 g; T: 19,35 g; Kw. tł. nasy.: 1,84 g; W: 118,95 g; W tym cukry: 16,97 g; Bt.: 12,17 g; WW: 10,73 Por.									
Wskazniki odżywcze: E: 724,77 kcal; B: 34,02 g; T: 19,58 g; Kw. tł. nasy.: 2,92 g; W: 109,08 g; W tym cukry: 18,14 g; Bt.: 12,03 g; WW: 9,74 Por.									
Wskazniki odżywcze: E: 797,02 kcal; B: 42,69 g; T: 19,35 g; Kw. tł. nasy.: 1,84 g; W: 118,95 g; W tym cukry: 16,97 g; Bt.: 12,17 g; WW: 10,73 Por.									
Wskazniki odżywcze: E: 731,90 kcal; B: 34,23 g; T: 19,61 g; Kw. tł. nasy.: 2,92 g; W: 110,67 g; W tym cukry: 18,33 g; Bt.: 12,22 g; WW: 9,88 Por.									
Wskazniki odżywcze: E: 804,15 kcal; B: 42,91 g; T: 19,38 g; Kw. tł. nasy.: 1,84 g; W: 120,54 g; W tym cukry: 17,16 g; Bt.: 12,36 g; WW: 10,87 Por.									
PD									

OM- I Podstawowa zestaw I	OM- I Podstawowa zestaw II	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. soku żolad. Zestaw I	OM- VII Z ogr.sub.pobudz.wydz. soku żola. Zestaw II	OM- VIII Z ograniczeniem tłuszczu Zestaw I	OM- VIII Z ograniczeniem tłuszczu Zestaw II																				
Kolacja																													
Chleb mieszany pszenno-żytni PSZ, GLU, ZYT.) 96 g (GLU) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE) Galaretka drobiowa z udźca kurczaka () 250 g (SEL) Papyka konserwowa 80 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Wskazniki odżywcze: E: 501,29 kcal; B: 25,68 g; T: 16,70 g; Kw. tł. nasy.: 4,83 g; W: 66,03 g; W tym cukry: 4,18 g; Bł.: 7,93 g; WW: 5,81 Por;										Szynkowa dębowa kiel wp.gr. rozdz.wędz.parzo z dodat.wody w osł.niejad 50 g Bułka pszenna długa krojona 76 g (GLU, PSZ) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE) Fasolka szparagowa z olejem 80 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Wskazniki odżywcze: E: 379,91 kcal; B: 16,72 g; T: 12,64 g; Kw. tł. nasy.: 3,70 g; W: 51,52 g; W tym cukry: 2,74 g; Bł.: 3,35 g; WW: 4,86 Por;										Szynkowa dębowa kiel wp.gr. rozdz.wędz.parzo z dodat.wody w osł.niejad 50 g Bułka pszenna długa krojona 76 g (GLU, PSZ) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE) Fasolka szparagowa z olejem 80 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Wskazniki odżywcze: E: 307,81 kcal; B: 16,61 g; T: 4,64 g; Kw. tł. nasy.: 0,90 g; W: 51,41 g; W tym cukry: 2,64 g; Bł.: 3,35 g; WW: 4,85 Por;									
PN																													
E: 2492,26 kcal; B: 101,22 g; T: 88,94 g; Kw. tł. nasy.: 27,84 g; W: 336,01 g; W tym cukry: 77,04 g; Bł.: 31,19 g; WW: 30,55 Por;	E: 2345,13 kcal; B: 106,71 g; T: 73,39 g; Kw. tł. nasy.: 25,70 g; W: 329,15 g; W tym cukry: 75,76 g; Bł.: 30,07 g; WW: 30,00 Por;	E: 1950,32 kcal; B: 91,24 g; T: 52,94 g; Kw. tł. nasy.: 14,04 g; W: 286,56 g; W tym cukry: 41,12 g; Bł.: 20,10 g; WW: 26,77 Por;	E: 2022,56 kcal; B: 99,91 g; T: 52,71 g; Kw. tł. nasy.: 12,96 g; W: 296,43 g; W tym cukry: 39,95 g; Bł.: 20,24 g; WW: 27,76 Por;	E: 2237,62 kcal; B: 104,30 g; T: 68,77 g; Kw. tł. nasy.: 20,24 g; W: 312,05 g; W tym cukry: 68,86 g; Bł.: 23,76 g; WW: 28,98 Por;	E: 2309,87 kcal; B: 112,97 g; T: 68,54 g; Kw. tł. nasy.: 19,16 g; W: 321,92 g; W tym cukry: 67,69 g; Bł.: 23,90 g; WW: 29,98 Por;	E: 2237,62 kcal; B: 104,30 g; T: 68,77 g; Kw. tł. nasy.: 20,24 g; W: 312,05 g; W tym cukry: 68,86 g; Bł.: 23,76 g; WW: 28,98 Por;	E: 2309,87 kcal; B: 112,97 g; T: 68,54 g; Kw. tł. nasy.: 19,16 g; W: 321,92 g; W tym cukry: 67,69 g; Bł.: 23,90 g; WW: 29,98 Por;	E: 2063,89 kcal; B: 103,96 g; T: 50,90 g; Kw. tł. nasy.: 14,52 g; W: 307,36 g; W tym cukry: 65,74 g; Bł.: 21,00 g; WW: 28,81 Por;	E: 2136,14 kcal; B: 112,63 g; T: 50,67 g; Kw. tł. nasy.: 13,44 g; W: 317,23 g; W tym cukry: 64,57 g; Bł.: 21,14 g; WW: 29,80 Por;																				

2023-10-18 środa		Śniadanie		II ŚN									
OM- IX Łatwo strawna	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 Ubogoproteinowa	OM- XII Bogatobiałkowa Zestaw I	OM- XII Bogatobiałkowa Zestaw II	OM- XIII Niskobiałkowa	OM- XV Eliminacyjna Zestaw I	OM- XV Eliminacyjna Zestaw II				
<p>Płatki owsiane na mleku <u>GLU OW.</u>) 400 ml (<u>MLE</u>) Chleb mieszany pszemno-żytni 96 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (<u>MLE</u>) Pomidor 80 g Kawa zbożowa na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.</u>) Serek homo. naturalny 100 g (<u>MLE</u>) Wskazniki odżywcze: E: 915,23 kcal; B: 45,31 g; T: 26,51 g; Kw. tł. nasy.: 10,89 g; W: 126,27 g; W tym cukry: 43,32 g; Bł.: 6,33 g; WW: 12,07 Por.</p>		<p>Płatki owsiane na mleku 400 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Chleb razowy pszemno-żytni 116 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (<u>MLE</u>) Pomidor 80 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Serek homo. naturalny 100 g (<u>MLE</u>) Wskazniki odżywcze: E: 763,95 kcal; B: 38,86 g; T: 21,06 g; Kw. tł. nasy.: 7,55 g; W: 108,29 g; W tym cukry: 20,31 g; Bł.: 6,99 g; WW: 10,18 Por.</p>		<p>Kanapka z szynką i sałata (chleb razowy 50g, masło 5g, szynka 25g, sałata 5g) 1 szt (<u>GLU PSZ, SOL, MLE</u>) Wskazniki odżywcze: E: 195,20 kcal; B: 7,01 g; T: 8,44 g; Kw. tł. nasy.: 4,04 g; W: 24,34 g; W tym cukry: 0,23 g; Bł.: 2,92 g; WW: 2,17 Por.</p>		<p>Płatki owsiane na mleku 200 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Chleb mieszany pszemno-żytni 96 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u>) Pomidor 80 g Kawa zbożowa na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.</u>) Serek homo. naturalny 100 g (<u>MLE</u>) Wskazniki odżywcze: E: 700,02 kcal; B: 37,74 g; T: 14,07 g; Kw. tł. nasy.: 5,91 g; W: 107,37 g; W tym cukry: 34,91 g; Bł.: 5,27 g; WW: 10,27 Por.</p>		<p>Płatki owsiane na mleku 400 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Bulka pszenna duża krojona 76 g (<u>GLU PSZ.</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (<u>MLE</u>) Pomidor 80 g Kawa zbożowa na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.</u>) Serek homo. naturalny 100 g (<u>MLE</u>) Wskazniki odżywcze: E: 879,23 kcal; B: 46,22 g; T: 26,40 g; Kw. tł. nasy.: 10,81 g; W: 116,07 g; W tym cukry: 44,23 g; Bł.: 4,53 g; WW: 11,23 Por.</p>		<p>Płatki owsiane na mleku 200 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Chleb mieszany pszemno-żytni 96 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (<u>MLE</u>) Jajko gotowane ki M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Marchew gotowana z olejem () 80 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Wskazniki odżywcze: E: 584,14 kcal; B: 20,78 g; T: 20,61 g; Kw. tł. nasy.: 6,93 g; W: 82,89 g; W tym cukry: 13,95 g; Bł.: 8,22 g; WW: 7,44 Por.</p>		<p>Chleb mieszany pszemno-żytni 96 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw. 80% tł. 10 g Szynekowa debowana kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z.dodał.wody w osł.nieład 50 g Pomidor 80 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Płatki owsiane na wywarze jęczynowym 400 ml (<u>SEL, GLU OW.</u>) Wskazniki odżywcze: E: 512,29 kcal; B: 18,88 g; T: 13,19 g; Kw. tł. nasy.: 3,56 g; W: 82,67 g; W tym cukry: 3,78 g; Bł.: 7,26 g; WW: 7,52 Por.</p>	

OM- IX Łatwo strawna	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 Ubogenergetyczna	OM- XII Bogatobiałkowa łatwostrawna Zestaw I	OM- XII Bogatobiałkowa łatwostrawna Zestaw II	OM- XIII Niskobiałkowa	OM- XV Eliminacyjna Zestaw I	OM- XV Eliminacyjna Zestaw II
Kalafiorowa z ryżem () 400 ml (<u>MLE SEL.</u>) Pulpet drobiowy 100 g (<u>GLU PSZ. JAJ.</u>) Sos jarzynowy * 80 ml (<u>GLU PSZ. SEL.</u>) Kasza Ieczenienna/sytko 170 g (<u>GLU JECZ.</u>) Szpinak gotowany z olejem* 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot z aronii i czarnej porzeczki* z/c 300 ml	Krupnik ryżowy z ziemniakami* () 400 ml (<u>MLE SEL.</u>) Błkta z fileta kurczaka 90 g (<u>GLU PSZ.</u>) Sos jarzynowy * 80 ml (<u>GLU PSZ. SEL.</u>) Kasza Ieczenienna/sytko 170 g (<u>GLU JECZ.</u>) Szpinak gotowany z olejem* 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot z aronii i czarnej porzeczki* z/c 300 ml	Kalafiorowa z ryżem () 400 ml (<u>MLE SEL.</u>) Pulpet drobiowy 100 g (<u>GLU PSZ. JAJ.</u>) Sos jarzynowy * 80 ml (<u>GLU PSZ. SEL.</u>) Kasza Ieczenienna/sytko 170 g (<u>GLU JECZ.</u>) Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c () 150 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* z/c 300 ml	Krupnik ryżowy z ziemniakami* () 400 ml (<u>MLE SEL.</u>) Błkta z fileta kurczaka 90 g (<u>GLU PSZ.</u>) Sos jarzynowy * 80 ml (<u>GLU PSZ. SEL.</u>) Kasza Ieczenienna/sytko 170 g (<u>GLU JECZ.</u>) Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c () 150 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* z/c 300 ml	Krupnik ryżowy z ziemniakami* 400 ml (<u>MLE SEL.</u>) Pulpet drobiowy 100 g (<u>GLU PSZ. JAJ.</u>) Sos jarzynowy * 80 ml (<u>GLU PSZ. SEL.</u>) Kasza Ieczenienna/sytko 170 g (<u>GLU JECZ.</u>) Szpinak gotowany z olejem* 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot z aronii i czarnej porzeczki* z/c 300 ml	Kalafiorowa z ryżem () 400 ml (<u>MLE SEL.</u>) Pulpet drobiowy 100 g (<u>GLU PSZ. JAJ.</u>) Sos jarzynowy * 80 ml (<u>GLU PSZ. SEL.</u>) Kasza Ieczenienna/sytko 170 g (<u>GLU JECZ.</u>) Szpinak gotowany z olejem* 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot z aronii i czarnej porzeczki* z/c 300 ml	Krupnik ryżowy z ziemniakami* () 400 ml (<u>MLE SEL.</u>) Błkta z fileta kurczaka 90 g (<u>GLU PSZ.</u>) Sos jarzynowy * 80 ml (<u>GLU PSZ. SEL.</u>) Kasza Ieczenienna/sytko 170 g (<u>GLU JECZ.</u>) Szpinak gotowany z olejem* 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot z aronii i czarnej porzeczki* z/c 300 ml	Krupnik ryżowy z ziemniakami* 400 ml (<u>MLE SEL.</u>) Przy ziemniaczane* 200 g Sos jarzynowy* (bez soli) 80 ml (<u>GLU PSZ. SEL.</u>) Kasza Szpinak gotowany z olejem* 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot z aronii i czarnej porzeczki* z/c 300 ml	Kalafiorowa z ryżem () 400 ml (<u>MLE SEL.</u>) Pulpet drobiowy 100 g (<u>GLU PSZ. JAJ.</u>) Sos jarzynowy * 80 ml (<u>GLU PSZ. SEL.</u>) Kasza Ieczenienna/sytko 170 g (<u>GLU JECZ.</u>) Szpinak gotowany z olejem* 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot z aronii i czarnej porzeczki* z/c 300 ml	Krupnik ryżowy z ziemniakami* 400 ml (<u>MLE SEL.</u>) Błkta z fileta kurczaka 90 g (<u>GLU PSZ.</u>) Sos jarzynowy * 80 ml (<u>GLU PSZ. SEL.</u>) Kasza Ieczenienna/sytko 170 g (<u>GLU JECZ.</u>) Szpinak gotowany z olejem* 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot z aronii i czarnej porzeczki* z/c 300 ml
<p>Wskazniki odżywcze: E: 731,90 kcal; B: 34,23 g; T: 19,61 g; Kw. tł. nasy.: 2,92 g; W: 110,67 g; W tym cukry: 18,33 g; Bł.: 12,22 g; WW: 9,88 Por;</p>									
<p>Wskazniki odżywcze: E: 804,15 kcal; B: 42,91 g; T: 19,38 g; Kw. tł. nasy.: 1,84 g; W: 120,54 g; W tym cukry: 17,16 g; Bł.: 12,36 g; WW: 10,87 Por;</p>									
<p>Wskazniki odżywcze: E: 729,00 kcal; B: 31,19 g; T: 18,33 g; Kw. tł. nasy.: 2,97 g; W: 117,79 g; W tym cukry: 25,26 g; Bł.: 15,59 g; WW: 10,20 Por;</p>									
<p>Wskazniki odżywcze: E: 801,25 kcal; B: 39,87 g; T: 18,10 g; Kw. tł. nasy.: 1,89 g; W: 127,66 g; W tym cukry: 24,09 g; Bł.: 15,73 g; WW: 11,19 Por;</p>									
<p>Wskazniki odżywcze: E: 764,79 kcal; B: 34,37 g; T: 19,55 g; Kw. tł. nasy.: 2,90 g; W: 118,82 g; W tym cukry: 17,21 g; Bł.: 12,01 g; WW: 10,73 Por;</p>									
<p>Wskazniki odżywcze: E: 731,90 kcal; B: 34,23 g; T: 19,61 g; Kw. tł. nasy.: 2,92 g; W: 110,67 g; W tym cukry: 18,33 g; Bł.: 12,22 g; WW: 9,88 Por;</p>									
<p>Wskazniki odżywcze: E: 804,15 kcal; B: 42,91 g; T: 19,38 g; Kw. tł. nasy.: 1,84 g; W: 120,54 g; W tym cukry: 17,16 g; Bł.: 12,36 g; WW: 10,87 Por;</p>									
<p>Wskazniki odżywcze: E: 624,26 kcal; B: 13,86 g; T: 8,95 g; Kw. tł. nasy.: 0,69 g; W: 123,82 g; W tym cukry: 16,73 g; Bł.: 7,77 g; WW: 11,64 Por;</p>									
<p>Wskazniki odżywcze: E: 731,90 kcal; B: 34,23 g; T: 19,61 g; Kw. tł. nasy.: 2,92 g; W: 110,67 g; W tym cukry: 18,33 g; Bł.: 12,22 g; WW: 9,88 Por;</p>									
<p>Wskazniki odżywcze: E: 778,05 kcal; B: 42,34 g; T: 19,35 g; Kw. tł. nasy.: 1,84 g; W: 114,39 g; W tym cukry: 17,07 g; Bł.: 11,88 g; WW: 10,30 Por;</p>									
PD	<p>Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) Wskazniki odżywcze: E: 90,00 kcal; B: 6,30 g; T: 3,00 g; Kw. tł. nasy.: 1,79 g; W: 9,30 g; W tym cukry: 6,30 g; Bł.: 0,00 g; WW: 0,90 Por;</p>								

2023-10-18 środa

Obiad

NAPRZÓD CATERING Sp. z o.o.
 ul. Traktorowa 126 lok. 301, 91-204 Łódź
 NIP 6772398580 REGON 363712430
 KRS 0000001008

OM- IX Łatwo strawna	OM- IX Łatwo strawna Zestaw II	OM- X Z ogr. łatwo przywzajalnych węgl. Zestaw I	OM- X Z ogr. łatwo przywzajalnych węgl. Zestaw II	OM- XI Ubogenergetyczna	OM- XII Bogatobiałkowa Jatwostrawna Zestaw I	OM- XII Bogatobiałkowa Jatwostrawna Zestaw II	OM- XIII Niskobiałkowa	OM- XV Elminacyjna Zestaw I	OM- XV Elminacyjna Zestaw II
Chleb razowy pszemno-żytni 116 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> <u>GLU</u> <u>ZYT</u>)	Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.f arzo.z.dodat.wody w osi.niejad 50 g Chleb razowy pszemno-żytni 116 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> <u>GLU</u> <u>ZYT</u>)	Chleb razowy pszemno-żytni 116 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> <u>GLU</u> <u>ZYT</u>)	Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.f arzo.z.dodat.wody w osi.niejad 50 g Chleb razowy pszemno-żytni 116 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> <u>GLU</u> <u>ZYT</u>)	Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.f arzo.z.dodat.wody w osi.niejad 50 g Chleb mieszany pszemno-żytni 96 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> <u>GLU</u> <u>ZYT</u>)	Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.p arzo.z.dodat.wody w osi.niejad 50 g Bulka pszenna długa krojona (<u>PSZ</u>)	Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.p arzo.z.dodat.wody w osi.niejad 50 g Bulka pszenna długa krojona (<u>PSZ</u>)	Chleb mieszany pszemno-żytni 96 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> <u>GLU</u> <u>ZYT</u>)	Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.p arzo.z.dodat.wody w osi.niejad 50 g Chleb mieszany pszemno-żytni (<u>PSZ</u> <u>GLU</u> <u>ZYT</u>)	Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.p arzo.z.dodat.wody w osi.niejad 50 g
Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (<u>MLE</u>)	Chleb razowy pszemno-żytni 116 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> <u>GLU</u> <u>ZYT</u>)	Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (<u>MLE</u>)	Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (<u>MLE</u>)	Chleb mieszany pszemno-żytni 96 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> <u>GLU</u> <u>ZYT</u>)	Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (<u>MLE</u>)	Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (<u>MLE</u>)	Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (<u>MLE</u>)	Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g	Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g
Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.f arzo.z.dodat.wody w osi.niejad 50 g	Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (<u>MLE</u>)	Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (<u>MLE</u>)	Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (<u>MLE</u>)	Fasolka szparagowa z olejem * 80 g	Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (<u>MLE</u>)	Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (<u>MLE</u>)	Dżem 50 g Jabłko pieczone 1szt. 1 szt.	Fasolka szparagowa z olejem * 80 g	Fasolka szparagowa z olejem * 80 g
Fasolka szparagowa z olejem * 80 g	Fasolka szparagowa z olejem * 80 g	Fasolka szparagowa z olejem * 80 g	Fasolka szparagowa z olejem * 80 g	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	Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Wskazniki odżywcze: E: 343,81 kcal; B: 15,70 g; T: 4,75 g; Kw. tł. nasy.: 0,98 g; W: 61,61 g; W: tym cukry: 1,72 g; Bl.: 5,15 g; WW: 5,68 Por;	Wskazniki odżywcze: E: 379,91 kcal; B: 16,72 g; T: 12,64 g; Kw. tł. nasy.: 3,70 g; W: tym cukry: 2,74 g; Bl.: 3,35 g; WW: 4,86 Por;	Wskazniki odżywcze: E: 469,36 kcal; B: 6,72 g; T: 9,95 g; Kw. tł. nasy.: 3,15 g; W: 91,21 g; W tym cukry: 33,15 g; Bl.: 6,57 g; WW: 8,45 Por;	Wskazniki odżywcze: E: 415,81 kcal; B: 15,70 g; T: 12,75 g; Kw. tł. nasy.: 3,28 g; W: tym cukry: 1,72 g; Bl.: 5,15 g; WW: 5,68 Por;	Wskazniki odżywcze: E: 415,81 kcal; B: 15,70 g; T: 12,75 g; Kw. tł. nasy.: 3,28 g; W: tym cukry: 1,72 g; Bl.: 5,15 g; WW: 5,68 Por;	Wskazniki odżywcze: E: 415,81 kcal; B: 15,70 g; T: 12,75 g; Kw. tł. nasy.: 3,28 g; W: tym cukry: 1,72 g; Bl.: 5,15 g; WW: 5,68 Por;
Wskazniki odżywcze: E: 468,27 kcal; B: 19,00 g; T: 13,01 g; Kw. tł. nasy.: 3,84 g; W: 71,70 g; W: tym cukry: 2,98 g; Bl.: 5,81 g; WW: 6,63 Por;	Wskazniki odżywcze: E: 468,27 kcal; B: 19,00 g; T: 13,01 g; Kw. tł. nasy.: 3,84 g; W: 71,70 g; W: tym cukry: 2,98 g; Bl.: 5,81 g; WW: 6,63 Por;	Wskazniki odżywcze: E: 468,27 kcal; B: 19,00 g; T: 13,01 g; Kw. tł. nasy.: 3,84 g; W: 71,70 g; W: tym cukry: 2,98 g; Bl.: 5,81 g; WW: 6,63 Por;	Wskazniki odżywcze: E: 468,27 kcal; B: 19,00 g; T: 13,01 g; Kw. tł. nasy.: 3,84 g; W: 71,70 g; W: tym cukry: 2,98 g; Bl.: 5,81 g; WW: 6,63 Por;	Wskazniki odżywcze: E: 468,27 kcal; B: 19,00 g; T: 13,01 g; Kw. tł. nasy.: 3,84 g; W: 71,70 g; W: tym cukry: 2,98 g; Bl.: 5,81 g; WW: 6,63 Por;	Wskazniki odżywcze: E: 193,80 kcal; B: 7,01 g; T: 5,20 g; Kw. tł. nasy.: 1,72 g; W: tym cukry: 0,65 g; Bl.: 0,90 g; WW: 2,96 Por;	Wskazniki odżywcze: E: 193,80 kcal; B: 7,01 g; T: 5,20 g; Kw. tł. nasy.: 1,72 g; W: tym cukry: 0,65 g; Bl.: 0,90 g; WW: 2,96 Por;	Wskazniki odżywcze: E: 469,36 kcal; B: 6,72 g; T: 9,95 g; Kw. tł. nasy.: 3,15 g; W: 91,21 g; W tym cukry: 33,15 g; Bl.: 6,57 g; WW: 8,45 Por;	Wskazniki odżywcze: E: 415,81 kcal; B: 15,70 g; T: 12,75 g; Kw. tł. nasy.: 3,28 g; W: tym cukry: 1,72 g; Bl.: 5,15 g; WW: 5,68 Por;	Wskazniki odżywcze: E: 415,81 kcal; B: 15,70 g; T: 12,75 g; Kw. tł. nasy.: 3,28 g; W: tym cukry: 1,72 g; Bl.: 5,15 g; WW: 5,68 Por;
Kanapka z szynką drobiową i pomidorem (chleb razowy 50g, margaryna 5g, szynka 25g, pomidor 15g) 1 szt (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> <u>SOJ</u> , <u>MLE</u>)	Kanapka z szynką drobiową i pomidorem (chleb razowy 50g, margaryna 5g, szynka 25g, pomidor 15g) 1 szt (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> <u>SOJ</u> , <u>MLE</u>)	Kanapka z szynką drobiową i pomidorem (chleb razowy 50g, margaryna 5g, szynka 25g, pomidor 15g) 1 szt (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> <u>SOJ</u> , <u>MLE</u>)	Kanapka z szynką drobiową i pomidorem (chleb razowy 50g, margaryna 5g, szynka 25g, pomidor 15g) 1 szt (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> <u>SOJ</u> , <u>MLE</u>)	Kanapka z szynką drobiową i pomidorem (chleb razowy 50g, margaryna 5g, szynka 25g, pomidor 15g) 1 szt (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> <u>SOJ</u> , <u>MLE</u>)	Kanapka z szynką drobiową (bulka pszenna 45g, margaryna 5g, szynka 25g) 1 szt (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> <u>SOJ</u> <u>MLE</u>)	Kanapka z szynką drobiową (bulka pszenna 45g, margaryna 5g, szynka 25g) 1 szt (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> <u>SOJ</u> <u>MLE</u>)	Kanapka z szynką drobiową i pomidorem (chleb razowy 50g, margaryna 5g, szynka 25g, pomidor 15g) 1 szt (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> <u>SOJ</u> , <u>MLE</u>)	Kanapka z szynką drobiową i pomidorem (chleb razowy 50g, margaryna 5g, szynka 25g, pomidor 15g) 1 szt (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> <u>SOJ</u> , <u>MLE</u>)	Kanapka z szynką drobiową i pomidorem (chleb razowy 50g, margaryna 5g, szynka 25g, pomidor 15g) 1 szt (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> <u>SOJ</u> , <u>MLE</u>)
E: 2115,40 kcal; B: 98,55 g; T: 59,13 g; Kw. tł. nasy.: 17,66 g; W: 308,64 g; W tym cukry: 64,62 g; Bl.: 24,36 g; WW: 28,58 Por;	E: 2187,65 kcal; B: 107,22 g; T: 58,89 g; Kw. tł. nasy.: 16,58 g; W: 318,51 g; W tym cukry: 63,46 g; Bl.: 24,50 g; WW: 29,57 Por;	E: 2419,07 kcal; B: 109,46 g; T: 69,41 g; Kw. tł. nasy.: 21,94 g; W: 357,26 g; W tym cukry: 55,70 g; Bl.: 34,34 g; WW: 32,39 Por;	E: 2764,32 kcal; B: 160,13 g; T: 76,38 g; Kw. tł. nasy.: 20,86 g; W: 376,13 g; W tym cukry: 54,53 g; Bl.: 34,48 g; WW: 34,28 Por;	E: 1808,62 kcal; B: 87,82 g; T: 38,37 g; Kw. tł. nasy.: 9,80 g; W: 287,80 g; W tym cukry: 53,84 g; Bl.: 22,43 g; WW: 26,67 Por;	E: 2494,04 kcal; B: 117,54 g; T: 75,24 g; Kw. tł. nasy.: 24,97 g; W: 347,32 g; W tym cukry: 72,92 g; Bl.: 21,97 g; WW: 32,70 Por;	E: 2566,29 kcal; B: 126,21 g; T: 75,01 g; Kw. tł. nasy.: 23,89 g; W: 357,19 g; W tym cukry: 71,75 g; Bl.: 22,11 g; WW: 33,69 Por;	E: 1677,76 kcal; B: 41,36 g; T: 39,50 g; Kw. tł. nasy.: 10,78 g; W: 297,92 g; W tym cukry: 63,83 g; Bl.: 22,56 g; WW: 27,52 Por;	E: 1660,00 kcal; B: 68,81 g; T: 45,55 g; Kw. tł. nasy.: 9,77 g; W: 254,95 g; W tym cukry: 23,83 g; Bl.: 24,63 g; WW: 23,08 Por;	E: 1706,15 kcal; B: 76,91 g; T: 45,29 g; Kw. tł. nasy.: 8,69 g; W: 258,67 g; W tym cukry: 22,57 g; Bl.: 24,29 g; WW: 23,50 Por;

2023-10-18 środa

PN

<nazwa_jednostki>
<ulica>, <kod>

Oznaczenia alergenów:

GLU PSZ - Zboża zawierające gluten pszenny,

SKO - Skorupiak 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 laktazą,

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,

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 JECZ - Zboża zawierające gluten jęczmienny,

Oznaczenia wskaźników odz.:

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

B - Białko ogółemwg rozp. 1169/2011,

T - Tłuszcz,

W - Węglowodany ogółem,

S01 - Sól,

K - Potas,

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

Bł. - Błonnik pokarmowy,

Ener. z B - % energii z białka,

Ener. z T - % energii z tłuszczu,

Ener. z W - % energii z węglowodanów,

Ener. z Bł. - % energii z błonnika,

W tym cukry - w tym cukry,

MM - MM,

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

