

	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- V Kleikowa	OM- VI Pooperacyjna Zestaw I	
2023-10-24 wtorek	Śniadanie	Makaron na mleku 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Chleb razowy pszenno-żytni 116 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (<u>MLE,</u>) Twarożek z koperkiem 100 g (<u>MLE,</u>) Pomidor 80 g Kawa zbożowa z makiem b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u>) Wskaźniki odżywcze: E: 1003.98 kcal;	Makaron na mleku 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 96 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (<u>MLE,</u>) Twarożek z koperkiem 100 g (<u>MLE,</u>) Pomidor b/skórki 80 g Kawa zbożowa z makiem b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u>) Wskaźniki odżywcze: E: 950.97 kcal;	Makaron na mleku 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Bułka pszenna długa krojona 76 g (<u>GLU PSZ,</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (<u>MLE,</u>) Twarożek z koperkiem 100 g (<u>MLE,</u>) Pomidor b/skórki 80 g Kawa zbożowa z makiem b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u>) Wskaźniki odżywcze: E: 914.97 kcal;	Makaron na mleku 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Kleik z kaszy manny na wodzie 250 ml (<u>GLU PSZ,</u>) Wskaźniki odżywcze: E: 176.00 kcal;	Makaron na mleku 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Bułka pszenna długa krojona 76 g (<u>GLU PSZ,</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (<u>MLE,</u>) Twarożek z koperkiem 100 g (<u>MLE,</u>) Pomidor b/skórki 80 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Wskaźniki odżywcze: E: 711.33 kcal;		
		II ŚN		Ciasto drożdżowe 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SO2,</u>) Wskaźniki odżywcze: E: 219.50 kcal;		Kanapka z szynką drobiową (bułka pszenna 50g, margaryna 5g, szynka 25g) 1 szt (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE,</u>) Wskaźniki odżywcze: E: 217.05 kcal;		
2023-10-24 wtorek	Obiad	Brokułowa z ziemniakami () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>) Sos meksykański 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Kasza jęczmienna/sypko 170 g (<u>GLU JECZ,</u>) Kasza jęczmienna/sypko 170 g (<u>GLU JECZ,</u>) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml Wskaźniki odżywcze: E: 952.97 kcal;	Selerowa z ziemniakami () 400 ml (<u>MLE, SEL,</u>) Szyńka wieprzowa duszona 90 g Sos meksykański 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Kasza jęczmienna/sypko 170 g (<u>GLU JECZ,</u>) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml Wskaźniki odżywcze: E: 917.58 kcal;	Brokułowa z ziemniakami () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Szyńka wieprzowa duszona 90 g Sos własny () 50 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Kasza jęczmienna/sypko 170 g (<u>GLU JECZ,</u>) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml Wskaźniki odżywcze: E: 900.39 kcal;	Brokułowa z ziemniakami () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>) Sos własny () 50 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Kasza jęczmienna/sypko 170 g (<u>GLU JECZ,</u>) Kasza jęczmienna/sypko 170 g (<u>GLU JECZ,</u>) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml Wskaźniki odżywcze: E: 938.60 kcal;	Selerowa z ziemniakami () 400 ml (<u>MLE, SEL,</u>) Szyńka wieprzowa duszona 90 g Sos własny () 50 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Kasza jęczmienna/sypko 170 g (<u>GLU JECZ,</u>) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml Wskaźniki odżywcze: E: 903.21 kcal;	Kleik z kaszy manny na wodzie 250 ml (<u>GLU PSZ,</u>) Wskaźniki odżywcze: E: 176.00 kcal;	Brokułowa z ziemniakami () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>) Sos własny () 50 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Kasza jęczmienna/sypko 170 g (<u>GLU JECZ,</u>) Kasza jęczmienna/sypko 170 g (<u>GLU JECZ,</u>) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml Wskaźniki odżywcze: E: 938.60 kcal;
		PD						

NAPRZÓD CATERING Sp. z o.o.
ul. Traktorowa 126 lok. 301, 91-204 Łódź
NIP 6772359589 REGON 363712430
KRS 0000601908

<nazwa jednostki> <ulica> <kod> pisy w dniu 2023-10-24 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- V Kleikowa	OM- VI Pooperacyjna Zestaw I
2023-10-24 wtorek	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 96 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (<u>MLE,</u>) Pasztet z soczewicy () 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>) Surówka z rzodkwi i czarnuszki 80 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Wskaźniki odżywcze: E: 686.87 kcal;	Chleb mieszany pszenno-żytni 96 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (<u>MLE,</u>) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.p arzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 80 g (<u>SEL,</u>) Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Wskaźniki odżywcze: E: 435.11 kcal;	Butka pszenna długa krojona 76 g (<u>GLU PSZ,</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (<u>MLE,</u>) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.p arzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 80 g (<u>SEL,</u>) Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Wskaźniki odżywcze: E: 399.11 kcal;			Kleik z kaszy manny na wodzie 250 ml (<u>GLU PSZ,</u>) Wskaźniki odżywcze: E: 176.00 kcal;	Butka pszenna długa krojona 76 g (<u>GLU PSZ,</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (<u>MLE,</u>) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.p arzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 80 g (<u>SEL,</u>) Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Wskaźniki odżywcze: E: 399.11 kcal;
	PN							
		E: 2643.81 kcal:	E: 2608.42 kcal:	E: 2286.47 kcal:	E: 2472.18 kcal:	E: 2436.79 kcal:	E: 528.00 kcal:	E: 2266.09 kcal:

Wydruk z MAPI Jadłospis 2.23.9.12
Jadłospis_Tygodniowy_posilki_w_wierszach.fr3

	OM- VI Pooperacyjna Zestaw II	OM- VII Z ogr.sub.pobudz.wydz. soku żoład. Zestaw I	OM- VII Z ogr.sub.pobudz.wydz. soku żoła. Zestaw II	OM- VIII Z ograniczeniem tłuszczu Zestaw I	OM- VIII Z ograniczeniem tłuszczu Zestaw II	OM- IX Łatwo strawna	OM- IX Łatwo strawna zestaw II
Śniadanie	Makaron na mleku 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Bułka pszenna długa krojona 76 g (<u>GLU PSZ,</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (<u>MLE,</u>) Twarożek z koperkiem 100 g (<u>MLE,</u>) Pomidor b/skórki 80 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Wskaźniki odżywcze: E: 711.33 kcal;	Makaron na mleku 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Bułka pszenna długa krojona 76 g (<u>GLU PSZ,</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (<u>MLE,</u>) Twarożek z koperkiem 100 g (<u>MLE,</u>) Pomidor b/skórki 80 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u>) Wskaźniki odżywcze: E: 914.97 kcal;	Makaron na mleku 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Bułka pszenna długa krojona 76 g (<u>GLU PSZ,</u>) Twarożek z koperkiem 100 g (<u>MLE,</u>) Pomidor b/skórki 80 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u>) Wskaźniki odżywcze: E: 842.87 kcal;	Makaron na mleku 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Twarożek z koperkiem 100 g (<u>MLE,</u>) Pomidor b/skórki 80 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u>) Wskaźniki odżywcze: E: 842.87 kcal;	Makaron na mleku 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 96 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (<u>MLE,</u>) Twarożek z koperkiem 100 g (<u>MLE,</u>) Pomidor b/skórki 80 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u>) Wskaźniki odżywcze: E: 950.97 kcal;		
	II ŚN	Knapka z szynką drobiową (bułka pszenna 50g, margaryna 5g, szynka 25g) 1 szt (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE,</u>) Wskaźniki odżywcze: E: 217.05 kcal;					
Obiad	Selerowa z ziemniakami () 400 ml (<u>MLE, SEL,</u>) Szynka wieprzowa duszona 90 g Sos własny () 50 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Kasza jęczmienna/sypko 170 g (<u>GLU JECZ,</u>) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml Wskaźniki odżywcze: E: 903.21 kcal;	Brokułowa z ziemniakami () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>) Sos własny () 50 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Kasza jęczmienna/sypko 170 g (<u>GLU JECZ,</u>) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml Wskaźniki odżywcze: E: 938.60 kcal;	Selerowa z ziemniakami () 400 ml (<u>MLE, SEL,</u>) Szynka wieprzowa duszona 90 g Sos własny () 50 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Kasza jęczmienna/sypko 170 g (<u>GLU JECZ,</u>) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml Wskaźniki odżywcze: E: 903.21 kcal;	Brokułowa z ziemniakami () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>) Sos własny () 50 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Kasza jęczmienna/sypko 170 g (<u>GLU JECZ,</u>) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml Wskaźniki odżywcze: E: 938.60 kcal;	Selerowa z ziemniakami () 400 ml (<u>MLE, SEL,</u>) Szynka wieprzowa duszona 90 g Sos własny () 50 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Kasza jęczmienna/sypko 170 g (<u>GLU JECZ,</u>) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml Wskaźniki odżywcze: E: 903.21 kcal;	Brokułowa z ziemniakami () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>) Sos własny () 50 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Kasza jęczmienna/sypko 170 g (<u>GLU JECZ,</u>) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml Wskaźniki odżywcze: E: 938.60 kcal;	Selerowa z ziemniakami () 400 ml (<u>MLE, SEL,</u>) Szynka wieprzowa duszona 90 g Sos własny () 50 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Kasza jęczmienna/sypko 170 g (<u>GLU JECZ,</u>) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml Wskaźniki odżywcze: E: 903.21 kcal;
	PD						

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	OM- IX Łatwo strawna	OM- IX Łatwo strawna zestaw II			
<div style="display: flex; justify-content: space-between;"> <div style="writing-mode: vertical-rl; transform: rotate(180deg);">2023-10-24 wtorek</div> <div style="writing-mode: vertical-rl; transform: rotate(180deg);">Kolacja</div> </div> <table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <tr> <td style="width: 25%; padding: 5px;"> Bułka pszenna długa krojona 76 g (GLU PSZ.) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE.) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 80 g (SEL.) Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Wskaźniki odżywcze: E: 399.11 kcal; </td> <td style="width: 25%; padding: 5px;"> Bułka pszenna długa krojona 76 g (GLU PSZ.) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 80 g (SEL.) Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Wskaźniki odżywcze: E: 327.01 kcal; </td> <td style="width: 25%; padding: 5px;"> Chleb razowy pszenno-żytni 116 g (GLU PSZ. GLU ŻYT.) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE.) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 80 g (SEL.) Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Wskaźniki odżywcze: E: 487.47 kcal; </td> </tr> </table>							Bułka pszenna długa krojona 76 g (GLU PSZ.) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE.) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 80 g (SEL.) Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Wskaźniki odżywcze: E: 399.11 kcal;	Bułka pszenna długa krojona 76 g (GLU PSZ.) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 80 g (SEL.) Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Wskaźniki odżywcze: E: 327.01 kcal;	Chleb razowy pszenno-żytni 116 g (GLU PSZ. GLU ŻYT.) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE.) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 80 g (SEL.) Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Wskaźniki odżywcze: E: 487.47 kcal;
Bułka pszenna długa krojona 76 g (GLU PSZ.) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE.) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 80 g (SEL.) Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Wskaźniki odżywcze: E: 399.11 kcal;	Bułka pszenna długa krojona 76 g (GLU PSZ.) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 80 g (SEL.) Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Wskaźniki odżywcze: E: 327.01 kcal;	Chleb razowy pszenno-żytni 116 g (GLU PSZ. GLU ŻYT.) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE.) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 80 g (SEL.) Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Wskaźniki odżywcze: E: 487.47 kcal;							
<div style="display: flex; justify-content: space-between;"> <div style="writing-mode: vertical-rl; transform: rotate(180deg);">2023-10-24 wtorek</div> <div style="writing-mode: vertical-rl; transform: rotate(180deg);">PN</div> </div>									
E: 2230.70 kcal:	E: 2469.73 kcal:	E: 2434.34 kcal:	E: 2108.48 kcal:	E: 2073.09 kcal:	E: 2377.04 kcal:	E: 2341.65 kcal:			



	OM- X Z ogr. łatwo przyswajalnych węgl. Zestaw I	OM- X Z ogr. łatwo przyswajalnych węgl. Zestaw II	OM- XI Ubogoenergetyczna	OM- XII Bogatobiałkowa łatwostrawna Zestaw I	OM- XII Bogatobiałkowa łatwostrawna Zestaw II	OM- XIII Niskobiałkowa	OM- XV Eliminacyjna Zestaw I
2023-10-24 wtorek	Śniadanie	<p>Chleb razowy pszenno-żytni 116 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, MLE, SEL, SOJ</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (<u>MLE, SOJ</u>) Twarożek z koperkiem na mleku 100 g (<u>MLE, SOJ</u>) Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, MLE, SOJ</u>) Makaron pełnoziarnisty na mleku 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SOJ</u>) Wskaźniki odżywcze: E: 998.31 kcal;</p>	<p>Makaron na mleku 200 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SOJ</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 96 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, MLE, SEL, SOJ</u>) Twarożek z koperkiem 100 g (<u>MLE, SOJ</u>) Pomidor b/skórki 80 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, MLE, SOJ</u>) Wskaźniki odżywcze: E: 732.53 kcal;</p>	<p>Makaron na mleku 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SOJ</u>) Bułka pszenna duża krojona 76 g (<u>GLU PSZ, MLE, SOJ</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (<u>MLE, SOJ</u>) Twarożek z koperkiem 100 g (<u>MLE, SOJ</u>) Pomidor b/skórki 80 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, MLE, SOJ</u>) Wskaźniki odżywcze: E: 914.97 kcal;</p>	<p>Chleb mieszany pszenno-żytni 96 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, MLE, SEL, SOJ</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (<u>MLE, SOJ</u>) Twarożek z koperkiem 20 g (<u>MLE, SOJ</u>) Pomidor b/skórki 80 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Makaron na mleku 200 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SOJ</u>) Wskaźniki odżywcze: E: 504.23 kcal;</p>	<p>Makaron na wywarze jarzynowym 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL, SOJ</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 96 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, MLE, SEL, SOJ</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Baton szynkowy z kurcząt 50 g Pomidor b/skórki 80 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Wskaźniki odżywcze: E: 551.92 kcal;</p>	
		<p>Kanapka z szynką drobiową i pomidorem (chleb razowy 50g, margaryna 5g, szynka 25g, pomidor 15g) 1 szt (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SOJ</u>) Wskaźniki odżywcze: E: 195.90 kcal;</p>	<p>Kanapka z szynką drobiową i pomidorem (bułka pszenna 50g, margaryna 5g, szynka 25g, pomidor 15g) 1 szt (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SOJ</u>) Wskaźniki odżywcze: E: 219.90 kcal;</p>				
		<p>Brokułowa z ziemniakami () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, SOJ</u>) Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SOJ</u>) Sos własny () 50 ml (<u>GLU PSZ, SEL, SOJ</u>) Kasza jęczmienna/sypko 170 g (<u>GLU JĘCZ, MLE, SOJ</u>) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml Wskaźniki odżywcze: E: 890.72 kcal;</p>	<p>Selerowa z ziemniakami () 400 ml (<u>MLE, SEL, SOJ</u>) Szynka wieprzowa duszona 90 g Sos własny () 50 ml (<u>GLU PSZ, SEL, SOJ</u>) Kasza jęczmienna/sypko 170 g (<u>GLU JĘCZ, MLE, SOJ</u>) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml Wskaźniki odżywcze: E: 855.33 kcal;</p>	<p>Brokułowa z ziemniakami () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, SOJ</u>) Szynka wieprzowa duszona 90 g Sos własny () 50 ml (<u>GLU PSZ, SEL, SOJ</u>) Kasza jęczmienna/sypko 170 g (<u>GLU JĘCZ, MLE, SOJ</u>) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml Wskaźniki odżywcze: E: 852.51 kcal;</p>	<p>Brokułowa z ziemniakami () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, SOJ</u>) Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SOJ</u>) Sos własny () 50 ml (<u>GLU PSZ, SEL, SOJ</u>) Kasza jęczmienna/sypko 170 g (<u>GLU JĘCZ, MLE, SOJ</u>) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml Wskaźniki odżywcze: E: 938.60 kcal;</p>	<p>Selerowa z ziemniakami () 400 ml (<u>MLE, SEL, SOJ</u>) Szynka wieprzowa duszona 90 g Sos własny () 50 ml (<u>GLU PSZ, SEL, SOJ</u>) Kasza jęczmienna/sypko 170 g (<u>GLU JĘCZ, MLE, SOJ</u>) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml Wskaźniki odżywcze: E: 903.21 kcal;</p>	<p>Brokułowa z ziemniakami () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, SOJ</u>) Pyzy ziemniaczane* 200 g Sos własny () 50 ml (<u>GLU PSZ, SEL, SOJ</u>) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml Wskaźniki odżywcze: E: 768.00 kcal;</p>
PD				<p>Maślanka 150 ml (<u>MLE, SOJ</u>) Wskaźniki odżywcze: E: 55.50 kcal;</p>			

NAPRZÓD CATERING Sp. z o.o.
 ul. Traktorowa 126 lok. 201, 91-204 Łódź
 NIP 6772398689 REGON 363712436
 KRS 000061008 strona 5 z 9

<nazwa jednostki> <ulica> **Jadłospis w dniu 2023-10-24 KUCHNIA OSTRÓW MAZOWIECKA**

		OM- X Z ogr. łatwo przyswajalnych węgl. Zestaw I	OM- X Z ogr. łatwo przyswajalnych węgl. Zestaw II	OM- XI Ubogoenergetyczna	OM- XII Bogatobiałkowa łatwostrawna Zestaw I	OM- XII Bogatobiałkowa łatwostrawna Zestaw II	OM- XIII Niskobiałkowa	OM- XV Eliminacyjna Zestaw I
2023-10-24 wtorek	Kolacja	Chleb razowy pszenno-żytni 116 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (<u>MLE.</u>) Paszтет z soczewicy () 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Surówka z rzodkwi i czarnuszki 80 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Wskaźniki odżywcze: E: 739.23 kcal;	Chleb mieszany pszenno-żytni 96 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.p arzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 80 g (<u>SEL.</u>) Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Wskaźniki odżywcze: E: 363.01 kcal;	Bułka pszenna długa krojona 76 g (<u>GLU PSZ.</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 80 g (<u>SEL.</u>) Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Wskaźniki odżywcze: E: 399.11 kcal;	Chleb mieszany pszenno-żytni 96 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (<u>MLE.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 80 g (<u>SEL.</u>) Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Wskaźniki odżywcze: E: 452.11 kcal;	Chleb mieszany pszenno-żytni 96 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.p arzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 80 g (<u>SEL.</u>) Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Wskaźniki odżywcze: E: 435.01 kcal;		
	PN	Kanapka z serem żółtym (chleb razowy 50g, margaryna 5g, ser żółty 25g) 1 szt (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Wskaźniki odżywcze: E: 235.55 kcal;		Kanapka z serem żółtym (bułka pszenna 50g, margaryna 5g, ser żółty 25g) 1 szt (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Wskaźniki odżywcze: E: 259.55 kcal;				
		E: 3059.71 kcal:	E: 3024.32 kcal:	E: 1948.06 kcal:	E: 2787.63 kcal:	E: 2752.24 kcal:	E: 1724.34 kcal:	E: 1908.53 kcal:

	OM- XV Eliminacyjna Zestaw II	OM- Dzieci 1-3 lat	OM- Papkowata	OM- Bezglutenowa	
2023-10-24 wtorek	Śniadanie	<p>Makaron na wywarze jarzynowym 400 ml (GLU PSZ, SEL, MLE, ŻYT.)</p> <p>Chleb mieszany pszenno-żytni 96 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.)</p> <p>Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g</p> <p>Baton szynkowy z kurcząt 50 g</p> <p>Pomidor b/skórki 80 g</p> <p>Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p> <p>Wskaźniki odżywcze: E: 551.92 kcal;</p>	<p>Makaron na mleku 200 ml (GLU PSZ, MLE, ŻYT.)</p> <p>Herbata czarna granulowana b/c 250 ml</p> <p>Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ, MLE, ŻYT.)</p> <p>Margaryna roślinna (80% tł.) 5 g (MLE, ŻYT.)</p> <p>Twarożek z koperkiem 30 g (MLE, ŻYT.)</p> <p>Pomidor b/skórki 40 g</p> <p>Wskaźniki odżywcze: E: 398.51 kcal;</p>	<p>Makaron na mleku 400 ml (GLU PSZ, MLE, ŻYT.)</p> <p>Bułka pszenna długa krojona 76 g (GLU PSZ, MLE, ŻYT.)</p> <p>Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE, ŻYT.)</p> <p>Twarożek z koperkiem 100 g (MLE, ŻYT.)</p> <p>Pomidor b/skórki 80 g</p> <p>Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, ŻYT.)</p> <p>Wskaźniki odżywcze: E: 914.97 kcal;</p>	<p>Płatki kukurydziane na mleku 400 ml (MLE, ŻYT.)</p> <p>Chleb bezglutenowy 100 g</p> <p>Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE, ŻYT.)</p> <p>Szynka Królewiecka-kiełbasa wieprzowo drobiowa, średnio rozdrobniona, parzona w osłonce niejadalnej 50 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, GLU OW, ŻYT.)</p> <p>Pomidor b/skórki 80 g</p> <p>Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p> <p>Wskaźniki odżywcze: E: 745.40 kcal;</p>
	II ŚN		<p>Jabłko pieczone 150 g</p> <p>Wskaźniki odżywcze: E: 75.00 kcal;</p>		<p>Kanapka z serem śniadaniowym i sałata (chleb bezglutenowy 60g, masło 5g, sałata 5g, serek śniadaniowy 25g) 1 szt (MLE, ŻYT.)</p> <p>Wskaźniki odżywcze: E: 237.51 kcal;</p>
	Obiad	<p>Pomidorowa z zacierką (bez mleka) 400 ml (GLU PSZ, JAJ, SEL, MLE, ŻYT.)</p> <p>Szynka wieprzowa duszona 90 g</p> <p>Sos własny 50 ml (GLU PSZ, SEL, MLE, ŻYT.)</p> <p>Kasza jęczmienna/sypko 170 g (GLU JĘCZ, ŻYT.)</p> <p>Salatka z buraczków i jabłka z olejem 200 g</p> <p>Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml</p> <p>Wskaźniki odżywcze: E: 853.46 kcal;</p>	<p>Brokułowa z ziemniakami 200 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, ŻYT.)</p> <p>Kasza jęczmienna/sypko 90 g (GLU JĘCZ, ŻYT.)</p> <p>Pieczeń rzymska wieprzowa 50 g (GLU PSZ, JAJ, ŻYT.)</p> <p>Sos własny 50 ml (GLU PSZ, SEL, MLE, ŻYT.)</p> <p>Buraczki gotowane 100 g</p> <p>Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 250 ml</p> <p>Wskaźniki odżywcze: E: 473.78 kcal;</p>	<p>Brokułowa z ziemniakami 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, ŻYT.)</p> <p>Szynka wieprzowa duszona 90 g</p> <p>Sos własny 50 ml (GLU PSZ, SEL, MLE, ŻYT.)</p> <p>Kasza jęczmienna/sypko 170 g (GLU JĘCZ, ŻYT.)</p> <p>Salatka z buraczków i jabłka z olejem 200 g</p> <p>Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml</p> <p>Wskaźniki odżywcze: E: 900.39 kcal;</p>	<p>Jarzynowa z ziemniakami 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, ŻYT.)</p> <p>Pulpet wieprzowy (bez glutenu) 100 g (JAJ, ŻYT.)</p> <p>Sos pietruszkowy (bez glutenu)* 50 ml (MLE, ŻYT.)</p> <p>Ryż na sypko 170 g</p> <p>Salatka z buraczków i jabłka z olejem 200 g</p> <p>Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml</p> <p>Wskaźniki odżywcze: E: 954.42 kcal;</p>
PD		<p>Herbatniki 30 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, ŻYT.)</p> <p>Wskaźniki odżywcze: E: 130.80 kcal;</p>			

NAPRZÓD CATERING Sp. z o.o.
 ul. Traktorowa 126 lok. 301, 91-204 Łódź
 NIP 6772398589 REGON 363712430
 KRS 0000501008

		OM- XV Eliminacyjna Zestaw II	OM- Dzieci 1-3 lat	OM- Papkowata	OM- Bezglutenowa
2023-10-24 wtorek	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 96 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.p arzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 80 g (SEL,) Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Wskaźniki odżywcze: E: 435.01 kcal;	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ,) Margaryna roślinna (80% tł.) 5 g (MLE,) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.p arzo.z dodat.wody w osł.niejad 30 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 40 g (SEL,) Wskaźniki odżywcze: E: 271.89 kcal;	Bułka pszenna długa krojona 76 g (GLU PSZ,) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE,) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.p arzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 80 g (SEL,) Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Wskaźniki odżywcze: E: 399.11 kcal;	Chleb bezglutenowy 100 g Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE,) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.p arzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 80 g (SEL,) Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Wskaźniki odżywcze: E: 441.35 kcal;
	PN				
		E: 1840.39 kcal:	E: 1349.99 kcal:	E: 2214.47 kcal:	E: 2378.68 kcal:

<nazwa jednostki>

<ulica>, <kod>

Oznaczenia wskaźników odż.:

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

B - Białko ogółem wg rozp. 1169/2011,

T - Tłuszcz,

W - Węglowodany ogółem,

Sól - 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,

WW - WW,

