

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 zola. Zestaw I	OM- VII Z ogr. sub. pobudz. wydz. soku zola. Zestaw II	OM- VIII Z ograniczeniem tłuszczu Zestaw I	OM- VIII Z ograniczeniem tłuszczu Zestaw II
Ryz na mleku 400 ml (MLE.) Chleb razowy pszemno-żytni 116 g (GLU PSZ, GLU ZYT, PSZ.) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE.) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.f.arzo.z.dodat.wody w osi.niejad 50 g Rzodkiew biała 80 g Kawa zbożowa na mleku 300 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.) Wskazniki odżywcze: E: 934,90 kcal; B: 41,37 g; T: 23,86 g; Kw. tł.nasy.: 11,16 g; W: 142,07 g; W tym cukry: 44,13 g; Bł.: 7,83 g; Sol: 4,25 g; WW: 13,53 Por; Ener. z B: 6,88 %; Ener. z W: 22,31 %; Ener. z T: 8,86 %; Ener. z Bł.: 0,65 %; K: 1371,24 mg;	Ryz na mleku 400 ml (MLE.) Chleb razowy pszemno-żytni 116 g (GLU PSZ, GLU ZYT, PSZ.) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE.) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.f.arzo.z.dodat.wody w osi.niejad 50 g Rzodkiew biała 80 g Kawa zbożowa na mleku 300 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.) Wskazniki odżywcze: E: 934,90 kcal; B: 41,37 g; T: 23,86 g; Kw. tł.nasy.: 11,16 g; W: 142,07 g; W tym cukry: 44,13 g; Bł.: 7,83 g; Sol: 4,25 g; WW: 13,53 Por; Ener. z B: 6,88 %; Ener. z W: 22,31 %; Ener. z T: 8,86 %; Ener. z Bł.: 0,65 %; K: 1371,24 mg;	Ryz na mleku 400 ml (MLE.) Bułka pszenna długa krojona 76 g (GLU PSZ.) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE.) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.f.arzo.z.dodat.wody w osi.niejad 50 g Pomidor 80 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Wskazniki odżywcze: E: 636,36 kcal; B: 28,93 g; T: 17,70 g; Kw. tł.nasy.: 7,61 g; W: 91,87 g; W tym cukry: 19,85 g; Bł.: 3,21 g; Sol: 2,78 g; WW: 8,93 Por; Ener. z B: 5,52 %; Ener. z W: 16,91 %; Ener. z T: 7,59 %; Ener. z Bł.: 0,31 %; K: 838,71 mg;	Ryz na mleku 400 ml (MLE.) Bułka pszenna długa krojona 76 g (GLU PSZ.) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE.) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.f.arzo.z.dodat.wody w osi.niejad 50 g Pomidor 80 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Wskazniki odżywcze: E: 636,36 kcal; B: 28,93 g; T: 17,70 g; Kw. tł.nasy.: 7,61 g; W: 91,87 g; W tym cukry: 19,85 g; Bł.: 3,21 g; Sol: 2,78 g; WW: 8,93 Por; Ener. z B: 5,31 %; Ener. z W: 16,26 %; Ener. z T: 7,30 %; Ener. z Bł.: 0,29 %; K: 838,71 mg;	Ryz na mleku 400 ml (MLE.) Bułka pszenna długa krojona 76 g (GLU PSZ.) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE.) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.f.arzo.z.dodat.wody w osi.niejad 50 g Seler z pietruszką gotowany z olejem () 80 g (GLU PSZ, SEL, JECZ.) Kawa zbożowa na mleku 300 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.) Wskazniki odżywcze: E: 884,82 kcal; B: 40,14 g; T: 25,27 g; Kw. tł.nasy.: 11,12 g; W: 126,99 g; W tym cukry: 45,65 g; Bł.: 6,85 g; Sol: 3,31 g; WW: 12,10 Por; Ener. z B: 6,90 %; Ener. z W: 20,64 %; Ener. z T: 9,77 %; Ener. z Bł.: 0,59 %; K: 1361,05 ma;	Ryz na mleku 400 ml (MLE.) Bułka pszenna długa krojona 76 g (GLU PSZ.) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE.) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.f.arzo.z.dodat.wody w osi.niejad 50 g Seler z pietruszką gotowany z olejem () 80 g (GLU PSZ, SEL, JECZ.) Kawa zbożowa na mleku 300 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.) Wskazniki odżywcze: E: 884,82 kcal; B: 40,14 g; T: 25,27 g; Kw. tł.nasy.: 11,12 g; W: 126,99 g; W tym cukry: 45,65 g; Bł.: 6,85 g; Sol: 3,31 g; WW: 12,10 Por; Ener. z B: 6,66 %; Ener. z W: 19,93 %; Ener. z T: 9,43 %; Ener. z Bł.: 0,57 %; K: 1361,05 ma;	Ryz na mleku 400 ml (MLE.) Bułka pszenna długa krojona 76 g (GLU PSZ.) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE.) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.f.arzo.z.dodat.wody w osi.niejad 50 g Seler z pietruszką gotowany z olejem () 80 g (GLU PSZ, SEL, JECZ.) Kawa zbożowa na mleku 300 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.) Wskazniki odżywcze: E: 884,82 kcal; B: 40,14 g; T: 25,27 g; Kw. tł.nasy.: 11,12 g; W: 126,99 g; W tym cukry: 45,65 g; Bł.: 6,85 g; Sol: 3,31 g; WW: 12,10 Por; Ener. z B: 6,90 %; Ener. z W: 20,64 %; Ener. z T: 9,77 %; Ener. z Bł.: 0,59 %; K: 1361,05 ma;	Ryz na mleku 400 ml (MLE.) Bułka pszenna długa krojona 76 g (GLU PSZ.) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE.) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.f.arzo.z.dodat.wody w osi.niejad 50 g Pomidor 80 g Kawa zbożowa na mleku 300 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.) Wskazniki odżywcze: E: 767,90 kcal; B: 38,47 g; T: 15,41 g; Kw. tł.nasy.: 8,20 g; W: 119,72 g; W tym cukry: 43,91 g; Bł.: 3,21 g; Sol: 3,08 g; WW: 11,75 Por; Ener. z B: 7,99 %; Ener. z W: 24,20 %; Ener. z T: 7,20 %; Ener. z Bł.: 0,33 %; K: 1239,96 mg;	Ryz na mleku 400 ml (MLE.) Bułka pszenna długa krojona 76 g (GLU PSZ.) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.f.arzo.z.dodat.wody w osi.niejad 50 g Pomidor 80 g Kawa zbożowa na mleku 300 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.) Wskazniki odżywcze: E: 767,90 kcal; B: 38,47 g; T: 15,41 g; Kw. tł.nasy.: 8,20 g; W: 119,72 g; W tym cukry: 43,91 g; Bł.: 3,21 g; Sol: 3,08 g; WW: 11,75 Por; Ener. z B: 7,66 %; Ener. z W: 23,19 %; Ener. z T: 6,90 %; Ener. z Bł.: 0,32 %; K: 1239,96 mg;	

2023-10-07 sobota

Śniadanie

NAPRZÓD CATERING Sp. z o.o.
ul. Traktorowa 12a/lok. 301, 91-204 Łódź
NIP 6772398589 REGON 363712430
KRS 0000601008

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. wydź. soku żołąd. Zestaw I	OM- VIII Z ogr. sub. pobudz. wydź. soku żołąd. Zestaw II	OM- VIII Z ograniczeniem tłuszczu Zestaw I	OM- VIII Z ograniczeniem tłuszczu Zestaw II		
<p>Kapsułek z kapsuły białej () 400 ml (GLU PSZ SEL, GOR)</p> <p>Schab gotowany 90 g</p> <p>Sos ziołowy* 50 ml (GLU PSZ SEL)</p> <p>Ziemniaki () 180 g</p> <p>Surówka z marchwi i jabłka z olejem () 150 g</p> <p>Kompot z aronii i czarnej porzeczki* z/c 300 ml</p> <p>Wskazniki odżywcze: E: 857,52 kcal; B: 45,41 g; T: 19,26 g; Kw. tł. nasy.: 4,78 g; W: 135,55 g; W tym cukry: 31,88 g; BI.: 18,53 g; Sól: 2,26 g; WW: 11,74 Por; Ener. z B: 7,49 %; Ener. z W: 19,30 %; Ener. z T: 7,15 %; Ener. z BI.: 1,53 %; K: 3426,05 mg;</p>	<p>Wielowarzynna z ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, MLE SEL)</p> <p>Pieczeń rzymska drobiowa 100 g (GLU PSZ, JAJ)</p> <p>Sos ziołowy* 50 ml (GLU PSZ SEL)</p> <p>Ziemniaki () 180 g</p> <p>Surówka z marchwi i jabłka z olejem () 150 g</p> <p>Kompot z aronii i czarnej porzeczki* z/c 300 ml</p> <p>Wskazniki odżywcze: E: 839,67 kcal; B: 35,56 g; T: 13,04 g; Kw. tł. nasy.: 11,23 g; W: 129,94 g; W tym cukry: 28,97 g; BI.: 16,64 g; Sól: 2,10 g; WW: 13,61 Por; Ener. z B: 8,15 %; Ener. z W: 5,91 %; Ener. z T: 4,82 %; Ener. z BI.: 1,59 %; K: 3213,78 mg;</p>	<p>Wafelki 50 g (GLU PSZ, SOL, MLE)</p> <p>Wskazniki odżywcze: E: 270,00 kcal; B: 2,60 g; T: 15,50 g; Kw. tł. nasy.: 9,50 g; W: 30,00 g; W tym cukry: 0,00 g; BI.: 0,00 g; Sól: 0,23 g; WW: 3,00 Por; Ener. z B: 0,50 %; Ener. z W: 5,72 %; Ener. z BI.: 6,65 %; Ener. z BI.: 0,00 %; K: 0,00 mg;</p>	<p>Wafelki 50 g (GLU PSZ, SOL, MLE)</p> <p>Wskazniki odżywcze: E: 270,00 kcal; B: 2,60 g; T: 15,50 g; Kw. tł. nasy.: 9,50 g; W: 30,00 g; W tym cukry: 0,00 g; BI.: 0,00 g; Sól: 0,23 g; WW: 3,00 Por; Ener. z B: 0,48 %; Ener. z W: 5,50 %; Ener. z T: 6,40 %; Ener. z BI.: 0,00 %; K: 0,00 mg;</p>	<p>Kanapka z twarogiem (bułka pszenna 50g, margaryna 5g, twarógek 30g) 1 szt (GLU PSZ, MLE)</p> <p>Wskazniki odżywcze: E: 213,05 kcal; B: 10,00 g; T: 6,10 g; Kw. tł. nasy.: 2,38 g; W: 30,02 g; W tym cukry: 1,61 g; BI.: 0,90 g; Sól: 0,49 g; WW: 2,93 Por; Ener. z B: 1,72 %; Ener. z W: 5,00 %; Ener. z T: 2,36 %; Ener. z BI.: 0,08 %; K: 90,65 mg;</p>	<p>Kanapka z twarogiem (bułka pszenna 50g, margaryna 5g, twarógek 30g) 1 szt (GLU PSZ, MLE)</p> <p>Wskazniki odżywcze: E: 213,05 kcal; B: 10,00 g; T: 6,10 g; Kw. tł. nasy.: 2,38 g; W: 30,02 g; W tym cukry: 1,61 g; BI.: 0,90 g; Sól: 0,49 g; WW: 2,93 Por; Ener. z B: 1,66 %; Ener. z W: 4,83 %; Ener. z T: 2,28 %; Ener. z BI.: 0,07 %; K: 90,65 mg;</p>	<p>Kanapka z twarogiem (bułka pszenna 50g, margaryna 5g, twarógek 30g) 1 szt (GLU PSZ, MLE)</p> <p>Wskazniki odżywcze: E: 213,05 kcal; B: 10,00 g; T: 6,10 g; Kw. tł. nasy.: 2,38 g; W: 30,02 g; W tym cukry: 1,61 g; BI.: 0,90 g; Sól: 0,49 g; WW: 2,93 Por; Ener. z B: 1,72 %; Ener. z W: 5,00 %; Ener. z T: 2,36 %; Ener. z BI.: 0,08 %; K: 90,65 mg;</p>	<p>Kanapka z twarogiem (bułka pszenna 50g, margaryna 5g, twarógek 30g) 1 szt (GLU PSZ, MLE)</p> <p>Wskazniki odżywcze: E: 213,05 kcal; B: 10,00 g; T: 6,10 g; Kw. tł. nasy.: 2,38 g; W: 30,02 g; W tym cukry: 1,61 g; BI.: 0,90 g; Sól: 0,49 g; WW: 2,93 Por; Ener. z B: 1,66 %; Ener. z W: 4,83 %; Ener. z T: 2,28 %; Ener. z BI.: 0,07 %; K: 90,65 mg;</p>	<p>Krupnik jęczmienny z ziemniakami () 400 ml (MLE SEL, GLU PSZ)</p> <p>Schab gotowany 90 g</p> <p>Sos ziołowy* 50 ml (GLU PSZ SEL)</p> <p>Ziemniaki () 180 g</p> <p>Marchew oprószana z olejem () 200 g</p> <p>Kompot z aronii i czarnej porzeczki* z/c 300 ml</p> <p>Wskazniki odżywcze: E: 795,29 kcal; B: 43,81 g; T: 14,30 g; Kw. tł. nasy.: 3,06 g; W: 132,54 g; W tym cukry: 27,83 g; BI.: 18,16 g; Sól: 2,11 g; WW: 11,46 Por; Ener. z B: 7,53 %; Ener. z W: 19,65 %; Ener. z T: 5,53 %; Ener. z BI.: 1,56 %; K: 3231,92 mg;</p>	<p>Wielowarzynna z ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, MLE SEL)</p> <p>Pieczeń rzymska drobiowa 100 g (GLU PSZ, JAJ)</p> <p>Sos ziołowy* 50 ml (GLU PSZ SEL)</p> <p>Ziemniaki () 180 g</p> <p>Marchew oprószana z olejem () 200 g</p> <p>Kompot z aronii i czarnej porzeczki* z/c 300 ml</p> <p>Wskazniki odżywcze: E: 878,67 kcal; B: 36,65 g; T: 16,11 g; Kw. tł. nasy.: 16,11 g; W: 156,80 g; W tym cukry: 28,74 g; BI.: 19,70 g; Sól: 2,34 g; WW: 13,72 Por; Ener. z B: 6,08 %; Ener. z W: 22,74 %; Ener. z T: 6,01 %; Ener. z BI.: 1,63 %; K: 3375,42 mg;</p>	<p>Krupnik jęczmienny z ziemniakami () 400 ml (MLE SEL, GLU PSZ)</p> <p>Schab gotowany 90 g</p> <p>Sos ziołowy* 50 ml (GLU PSZ SEL)</p> <p>Ziemniaki () 180 g</p> <p>Marchew oprószana z olejem () 200 g</p> <p>Kompot z aronii i czarnej porzeczki* z/c 300 ml</p> <p>Wskazniki odżywcze: E: 795,29 kcal; B: 43,81 g; T: 14,30 g; Kw. tł. nasy.: 3,06 g; W: 132,54 g; W tym cukry: 27,83 g; BI.: 18,16 g; Sól: 2,11 g; WW: 11,46 Por; Ener. z B: 7,53 %; Ener. z W: 19,65 %; Ener. z T: 5,53 %; Ener. z BI.: 1,56 %; K: 3231,92 mg;</p>	<p>Wielowarzynna z ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, MLE SEL)</p> <p>Pieczeń rzymska drobiowa 100 g (GLU PSZ, JAJ)</p> <p>Sos ziołowy* 50 ml (GLU PSZ SEL)</p> <p>Ziemniaki () 180 g</p> <p>Marchew oprószana z olejem () 200 g</p> <p>Kompot z aronii i czarnej porzeczki* z/c 300 ml</p> <p>Wskazniki odżywcze: E: 878,67 kcal; B: 36,65 g; T: 16,11 g; Kw. tł. nasy.: 16,11 g; W: 156,80 g; W tym cukry: 28,74 g; BI.: 19,70 g; Sól: 2,34 g; WW: 13,72 Por; Ener. z B: 6,08 %; Ener. z W: 22,74 %; Ener. z T: 6,01 %; Ener. z BI.: 1,63 %; K: 3375,42 mg;</p>

2023-10-07 sobota

II ŚN

Obiad

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 Poopracyna Zestaw I	OM- VI Poopracyna Zestaw II	OM- VII Z ogr. sub. pobudz. wydz. soku żołąd. Zestaw I	OM- VII Z ogr. sub. pobudz. wydz. soku żołąd. Zestaw II	OM- VIII Z ograniczeniem tłuszczu Zestaw I	OM- VIII Z ograniczeniem tłuszczu Zestaw II
Chleb mieszany pszemno-żytni 96 g (GLU PSZ, GLU ZYT)	Chleb mieszany pszemno-żytni 96 g (GLU PSZ, GLU ZYT)	Bulka pszenna długa krojona 76 g (GLU PSZ)	Bulka pszenna długa krojona 76 g (GLU PSZ)	Bulka pszenna długa krojona 76 g (GLU PSZ)	Bulka pszenna długa krojona 76 g (GLU PSZ)	Bulka pszenna długa krojona 76 g (GLU PSZ)	Bulka pszenna długa krojona 76 g (GLU PSZ)	Bulka pszenna długa krojona 76 g (GLU PSZ)	Bulka pszenna długa krojona 76 g (GLU PSZ)
Margaryna roślinna (80% t.) 10 g (MLE)	Margaryna roślinna (80% t.) 10 g (MLE)	Margaryna roślinna (80% t.) 10 g (MLE)	Margaryna roślinna (80% t.) 10 g (MLE)	Margaryna roślinna (80% t.) 10 g (MLE)	Margaryna roślinna (80% t.) 10 g (MLE)	Margaryna roślinna (80% t.) 10 g (MLE)	Margaryna roślinna (80% t.) 10 g (MLE)	Margaryna roślinna (80% t.) 10 g (MLE)	Margaryna roślinna (80% t.) 10 g (MLE)
Paszet z soczewicy () 80 g (GLU PSZ, JAU)	Paszet z soczewicy () 80 g (GLU PSZ, JAU)	Szynka Królewiecka-kiełbasa wieprzowo drobiowa, średnio rozdrobniona, parzona w osłonce niejadanej 50 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, GLU OW)	Szynka Królewiecka-kiełbasa wieprzowo drobiowa, średnio rozdrobniona, parzona w osłonce niejadanej 50 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, GLU OW)	Szynka Królewiecka-kiełbasa wieprzowo drobiowa, średnio rozdrobniona, parzona w osłonce niejadanej 50 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, GLU OW)	Szynka Królewiecka-kiełbasa wieprzowo drobiowa, średnio rozdrobniona, parzona w osłonce niejadanej 50 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, GLU OW)	Szynka Królewiecka-kiełbasa wieprzowo drobiowa, średnio rozdrobniona, parzona w osłonce niejadanej 50 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, GLU OW)	Szynka Królewiecka-kiełbasa wieprzowo drobiowa, średnio rozdrobniona, parzona w osłonce niejadanej 50 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, GLU OW)	Szynka Królewiecka-kiełbasa wieprzowo drobiowa, średnio rozdrobniona, parzona w osłonce niejadanej 50 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, GLU OW)	Szynka Królewiecka-kiełbasa wieprzowo drobiowa, średnio rozdrobniona, parzona w osłonce niejadanej 50 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, GLU OW)
Ogórek kiszony 80 g	Ogórek kiszony 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	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: 632,15 kcal; B: 19,98 g; T: 23,71 g; Kw. tł. nasy.: 4,60 g; W: 88,14 g; Wym. cukry: 2,32 g; BI.: 8,57 g; Sól: 3,27 g; WW: 7,93 Por. Ener. z B: 3,30 %; Ener. z W: 13,13 %; Ener. z T: 8,80 %; Ener. z BI.: 0,71 %; K: 527,54 mg	Wskazniki odżywcze: E: 632,15 kcal; B: 19,98 g; T: 23,71 g; Kw. tł. nasy.: 4,60 g; W: 88,14 g; Wym. cukry: 2,32 g; BI.: 8,57 g; Sól: 3,27 g; WW: 7,93 Por. Ener. z B: 3,32 %; Ener. z W: 13,22 %; Ener. z T: 8,86 %; Ener. z BI.: 0,71 %; K: 527,54 mg	Wskazniki odżywcze: E: 435,03 kcal; B: 14,60 g; T: 20,17 g; Kw. tł. nasy.: 6,35 g; W: 50,46 g; Wym. cukry: 3,06 g; BI.: 3,35 g; Sól: 1,88 g; WW: 4,75 Por. Ener. z B: 2,78 %; Ener. z W: 8,98 %; Ener. z T: 8,65 %; Ener. z BI.: 0,32 %; K: 271,15 mg	Wskazniki odżywcze: E: 435,03 kcal; B: 14,60 g; T: 20,17 g; Kw. tł. nasy.: 6,35 g; W: 50,46 g; Wym. cukry: 3,06 g; BI.: 3,35 g; Sól: 1,88 g; WW: 4,75 Por. Ener. z B: 2,68 %; Ener. z W: 8,64 %; Ener. z T: 8,32 %; Ener. z BI.: 0,31 %; K: 271,15 mg	Wskazniki odżywcze: E: 435,03 kcal; B: 14,60 g; T: 20,17 g; Kw. tł. nasy.: 6,35 g; W: 50,46 g; Wym. cukry: 3,06 g; BI.: 3,35 g; Sól: 1,88 g; WW: 4,75 Por. Ener. z B: 2,51 %; Ener. z W: 8,09 %; Ener. z T: 7,80 %; Ener. z BI.: 0,29 %; K: 271,15 mg	Wskazniki odżywcze: E: 435,03 kcal; B: 14,60 g; T: 20,17 g; Kw. tł. nasy.: 6,35 g; W: 50,46 g; Wym. cukry: 3,06 g; BI.: 3,35 g; Sól: 1,88 g; WW: 4,75 Por. Ener. z B: 2,42 %; Ener. z W: 7,81 %; Ener. z T: 7,53 %; Ener. z BI.: 0,28 %; K: 271,15 mg	Wskazniki odżywcze: E: 435,03 kcal; B: 14,60 g; T: 20,17 g; Kw. tł. nasy.: 6,35 g; W: 50,46 g; Wym. cukry: 3,06 g; BI.: 3,35 g; Sól: 1,88 g; WW: 4,75 Por. Ener. z B: 2,51 %; Ener. z W: 8,09 %; Ener. z T: 7,80 %; Ener. z BI.: 0,29 %; K: 271,15 mg	Wskazniki odżywcze: E: 435,03 kcal; B: 14,60 g; T: 20,17 g; Kw. tł. nasy.: 6,35 g; W: 50,46 g; Wym. cukry: 3,06 g; BI.: 3,35 g; Sól: 1,88 g; WW: 4,75 Por. Ener. z B: 2,42 %; Ener. z W: 7,81 %; Ener. z T: 7,53 %; Ener. z BI.: 0,28 %; K: 271,15 mg	Wskazniki odżywcze: E: 362,93 kcal; B: 14,49 g; T: 12,17 g; Kw. tł. nasy.: 3,55 g; W: 50,35 g; Wym. cukry: 2,96 g; BI.: 3,35 g; Sól: 1,86 g; WW: 4,74 Por. Ener. z B: 3,01 %; Ener. z W: 9,76 %; Ener. z T: 5,69 %; Ener. z BI.: 0,35 %; K: 269,65 mg	Wskazniki odżywcze: E: 362,93 kcal; B: 14,49 g; T: 12,17 g; Kw. tł. nasy.: 3,55 g; W: 50,35 g; Wym. cukry: 2,96 g; BI.: 3,35 g; Sól: 1,86 g; WW: 4,74 Por. Ener. z B: 2,88 %; Ener. z W: 9,36 %; Ener. z T: 5,45 %; Ener. z BI.: 0,33 %; K: 269,65 mg

2023-10-07 sobota		PN							
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 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
E: 2424,57 kcal; B: 106,75 g; T: 66,82 g; Kw. tł. nasy.: 20,54 g; W: 365,76 g; W tym cukry: 78,33 g; Bl.: 34,94 g; Sol: 9,77 g; WW: 33,20 Por; Ener. z B: 17,61 %; Ener. z W: 54,58 %; Ener. z T: 24,81 %; Ener. z Bl.: 2,88 %; K: 5324,83 mc.	E: 2406,72 kcal; B: 96,91 g; T: 60,61 g; Kw. tł. nasy.: 18,29 g; W: 384,47 g; W tym cukry: 75,42 g; Bl.: 34,59 g; Sol: 9,62 g; WW: 35,07 Por; Ener. z B: 16,11 %; Ener. z W: 58,14 %; Ener. z T: 22,67 %; Ener. z Bl.: 2,87 %; K: 5112,56 mc.	E: 2097,68 kcal; B: 88,85 g; T: 64,59 g; Kw. tł. nasy.: 26,39 g; W: 302,27 g; W tym cukry: 50,96 g; Bl.: 23,20 g; Sol: 6,75 g; WW: 28,02 Por; Ener. z B: 16,94 %; Ener. z W: 53,21 %; Ener. z T: 27,71 %; Ener. z Bl.: 2,21 %; K: 4180,14 mc.	E: 2181,06 kcal; B: 81,69 g; T: 66,41 g; Kw. tł. nasy.: 25,99 g; W: 326,53 g; W tym cukry: 51,87 g; Bl.: 24,74 g; Sol: 6,99 g; WW: 30,28 Por; Ener. z B: 14,98 %; Ener. z W: 55,35 %; Ener. z T: 27,40 %; Ener. z Bl.: 2,27 %; K: 4323,64 mc.	E: 2328,19 kcal; B: 108,55 g; T: 65,83 g; Kw. tł. nasy.: 22,91 g; W: 340,00 g; W tym cukry: 78,15 g; Bl.: 28,26 g; Sol: 7,78 g; WW: 31,24 Por; Ener. z B: 18,65 %; Ener. z W: 53,39 %; Ener. z T: 25,45 %; Ener. z Bl.: 2,51 %; K: 4954,77 mc.	E: 2411,57 kcal; B: 101,39 g; T: 67,65 g; Kw. tł. nasy.: 22,50 g; W: 364,27 g; W tym cukry: 79,06 g; Bl.: 30,80 g; Sol: 8,02 g; WW: 33,50 Por; Ener. z B: 16,82 %; Ener. z W: 55,31 %; Ener. z T: 25,25 %; Ener. z Bl.: 2,55 %; K: 5098,27 mc.	E: 2328,19 kcal; B: 108,55 g; T: 65,83 g; Kw. tł. nasy.: 22,91 g; W: 340,00 g; W tym cukry: 78,15 g; Bl.: 29,26 g; Sol: 7,78 g; WW: 31,24 Por; Ener. z B: 18,65 %; Ener. z W: 53,39 %; Ener. z T: 25,45 %; Ener. z Bl.: 2,51 %; K: 4954,77 mc.	E: 2411,57 kcal; B: 101,39 g; T: 67,65 g; Kw. tł. nasy.: 22,50 g; W: 364,27 g; W tym cukry: 79,06 g; Bl.: 30,80 g; Sol: 8,02 g; WW: 33,50 Por; Ener. z B: 16,82 %; Ener. z W: 55,31 %; Ener. z T: 25,25 %; Ener. z Bl.: 2,55 %; K: 5098,27 mc.	E: 1926,12 kcal; B: 96,77 g; T: 41,88 g; Kw. tł. nasy.: 14,81 g; W: 302,60 g; W tym cukry: 74,70 g; Bl.: 24,72 g; Sol: 7,04 g; WW: 27,95 Por; Ener. z B: 20,10 %; Ener. z W: 57,71 %; Ener. z T: 19,57 %; Ener. z Bl.: 2,57 %; K: 4741,52 mc.	E: 2009,50 kcal; B: 89,61 g; T: 43,69 g; Kw. tł. nasy.: 14,41 g; W: 326,87 g; W tym cukry: 75,61 g; Bl.: 26,26 g; Sol: 7,28 g; WW: 30,21 Por; Ener. z B: 17,84 %; Ener. z W: 59,84 %; Ener. z T: 19,57 %; Ener. z Bl.: 2,61 %; K: 4885,02 mc.

OM- IX Łatwo strawna	OM- IX Łatwo strawna Zestaw II	OM- X Z ogr. łatwo przyjmających węgl. Zestaw I	OM- X Z ogr. łatwo przyjmających węgl. Zestaw II	OM- XI Uboogoenergetyczna	OM- XII Bogatobiałkowa łatwostrawna Zestaw I	OM- XII Bogatobiałkowa łatwostrawna Zestaw II	OM- XIII Niskobiałkowa	OM- XIV Eliminacyjna Zestaw I	OM- XV Eliminacyjna Zestaw II
Ryż na mleku 400 ml (MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 96 g (GLU PSZ, GLU ZYT, GLU ŻYT, GLU ŻYT, MLE.) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE.) Szynekowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.f.arzo z dodat.wody w ost.niejad 50 g Pomidor 80 g Kawa zbożowa na mleku 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU ŻYCZ.)	Ryż na mleku 400 ml (MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 96 g (GLU PSZ, GLU ZYT, GLU ŻYT, GLU ŻYT, MLE.) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE.) Szynekowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.f.arzo z dodat.wody w ost.niejad 50 g Pomidor 80 g Kawa zbożowa na mleku 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU ŻYCZ.)	Chleb razowy pszenno-żytni 116 g (GLU PSZ, GLU ZYT, GLU ŻYT, MLE.) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE.) Szynekowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.f.arzo z dodat.wody w ost.niejad 50 g Rzodkiew biała 80 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Chleb razowy pszenno-żytni 116 g (GLU PSZ, GLU ZYT, GLU ŻYT, MLE.) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE.) Szynekowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.f.arzo z dodat.wody w ost.niejad 50 g Rzodkiew biała 80 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Ryż na mleku 300 ml (MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 96 g (GLU PSZ, GLU ZYT, GLU ŻYT, MLE.) Szynekowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.f.arzo z dodat.wody w ost.niejad 50 g Pomidor 80 g Kawa zbożowa na mleku 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU ŻYCZ.)	Ryż na mleku 400 ml (MLE.) Bulka pszenna długa krojona 76 g (GLU PSZ.) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE.) Szynekowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.f.arzo z dodat.wody w ost.niejad 100 g Pomidor 80 g Kawa zbożowa na mleku 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU ŻYCZ.)	Ryż na mleku 400 ml (MLE.) Bulka pszenna długa krojona 76 g (GLU PSZ.) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE.) Szynekowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.f.arzo z dodat.wody w ost.niejad 100 g Pomidor 80 g Kawa zbożowa na mleku 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU ŻYCZ.)	Ryż na wywarze jarzynowym 400 ml (SEL.) Chleb mieszany pszenno-żytni 96 g (GLU PSZ, GLU ZYT, GLU ŻYT, MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 96 g (GLU PSZ, GLU ZYT, GLU ŻYT, MLE.) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE.) Serrek homo. naturalny 20 g (MLE.) Seler z pietruszką gotowany z olejem 80 g (GLU PSZ, SEL, MLE.) Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 96 g (GLU PSZ, GLU ZYT, GLU ŻYT, MLE.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynekowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.f.arzo z dodat.wody w ost.niejad 50 g Pomidor 80 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 96 g (GLU PSZ, GLU ZYT, GLU ŻYT, MLE.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynekowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.f.arzo z dodat.wody w ost.niejad 50 g Pomidor 80 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml
2023-10-07 sobota									
Śniadanie									
Wskazniki odżywcze: E: 876,00 kcal; B: 37,67 g; T: 23,52 g; Kw. tł. nasy.: 11,09 g; W: 130,02 g; W tym cukry: 43,10 g; Bł.: 5,01 g; Sól: 3,92 g; WW: 12,59 Por. g; Ener. z B: 6,99 %; Ener. z W: 23,20 %; Ener. z T: 9,82 %; Ener. z Bł.: 0,46 %; K: 1156,34 mg;	Wskazniki odżywcze: E: 876,00 kcal; B: 37,67 g; T: 23,52 g; Kw. tł. nasy.: 11,09 g; W: 130,02 g; W tym cukry: 43,10 g; Bł.: 5,01 g; Sól: 3,92 g; WW: 12,59 Por. g; Ener. z B: 6,73 %; Ener. z W: 22,33 %; Ener. z T: 9,45 %; Ener. z Bł.: 0,45 %; K: 1156,34 mg;	Wskazniki odżywcze: E: 570,06 kcal; B: 21,09 g; T: 11,56 g; Kw. tł. nasy.: 3,81 g; W: 99,89 g; W tym cukry: 4,70 g; Bł.: 8,76 g; Sól: 3,59 g; WW: 9,14 Por. Ener. g; Ener. z B: 3,46 %; Ener. z W: 14,94 %; Ener. z T: 4,27 %; Ener. z Bł.: 0,72 %; K: 568,10 mg	Wskazniki odżywcze: E: 570,06 kcal; B: 21,09 g; T: 11,56 g; Kw. tł. nasy.: 3,81 g; W: 99,89 g; W tym cukry: 4,70 g; Bł.: 8,76 g; Sól: 3,59 g; WW: 9,14 Por. Ener. g; Ener. z B: 3,50 %; Ener. z W: 15,14 %; Ener. z T: 4,32 %; Ener. z Bł.: 0,73 %; K: 568,10 mg;	Wskazniki odżywcze: E: 732,65 kcal; B: 34,23 g; T: 13,79 g; Kw. tł. nasy.: 7,28 g; W: 119,25 g; W tym cukry: 38,90 g; Bł.: 4,81 g; Sól: 3,80 g; WW: 11,52 Por. g; Ener. z B: 7,25 %; Ener. z W: 24,25 %; Ener. z T: 6,57 %; Ener. z Bł.: 0,51 %; K: 1028,09 mg;	Wskazniki odżywcze: E: 893,00 kcal; B: 46,53 g; T: 24,89 g; Kw. tł. nasy.: 11,53 g; W: 121,53 g; W tym cukry: 44,01 g; Bł.: 3,21 g; Sól: 4,74 g; WW: 11,92 Por. g; Ener. z B: 6,73 %; Ener. z W: 17,10 %; Ener. z T: 8,10 %; Ener. z Bł.: 0,23 %; K: 1241,46 mg;	Wskazniki odżywcze: E: 893,00 kcal; B: 46,53 g; T: 24,89 g; Kw. tł. nasy.: 11,53 g; W: 121,53 g; W tym cukry: 44,01 g; Bł.: 3,21 g; Sól: 4,74 g; WW: 11,92 Por. g; Ener. z B: 6,53 %; Ener. z W: 16,60 %; Ener. z T: 7,86 %; Ener. z Bł.: 0,23 %; K: 1241,46 mg;	Wskazniki odżywcze: E: 521,18 kcal; B: 13,81 g; T: 12,09 g; Kw. tł. nasy.: 3,31 g; W: 93,90 g; W tym cukry: 5,31 g; Bł.: 5,94 g; Sól: 3,27 g; WW: 8,19 Por. Ener. g; Ener. z B: 3,86 %; Ener. z W: 18,26 %; Ener. z T: 5,63 %; Ener. z Bł.: 0,66 %; K: 351,69 mg;	Wskazniki odżywcze: E: 511,06 kcal; B: 17,29 g; T: 11,22 g; Kw. tł. nasy.: 3,23 g; W: 87,73 g; W tym cukry: 3,57 g; Bł.: 5,94 g; Sól: 3,27 g; WW: 8,19 Por. Ener. g; Ener. z B: 3,78 %; Ener. z W: 17,89 %; Ener. z T: 5,52 %; Ener. z Bł.: 0,65 %; K: 351,69 mg;	Wskazniki odżywcze: E: 511,06 kcal; B: 17,29 g; T: 11,22 g; Kw. tł. nasy.: 3,23 g; W: 87,73 g; W tym cukry: 3,57 g; Bł.: 5,94 g; Sól: 3,27 g; WW: 8,19 Por. Ener. g; Ener. z B: 3,78 %; Ener. z W: 17,89 %; Ener. z T: 5,52 %; Ener. z Bł.: 0,65 %; K: 351,69 mg;

OM- IX Łatwo strawna	OM- IX Łatwo strawna Zestaw II	OM- X Z ogr. łatwo przywajalnych węgl. Zestaw I	OM- X Z ogr. łatwo przywajalnych węgl. Zestaw II	OM- XI Ubogopenergetyczna	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	
II NS	Krupnik jęczmienny z ziemiakami () 400 ml (MILE SEL, GLU JECZ.) Schab gotowany 90 g Sos ziołowy* 50 ml (GLU PSZ SEL.) Ziemniaki () 180 g Surówka z marchwi i jabłka z olejem () 150 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* z/c 300 ml	Wielowarzywna z ziemiakami () 400 ml (GLU PSZ MILE SEL.) Pieczeń rzymska drobiowa 100 g (GLU PSZ JAJ.) Sos ziołowy* 50 ml (GLU PSZ SEL.) Ziemniaki () 180 g (GLU PSZ SEL.) Surówka z marchwi i jabłka z olejem () 150 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* z/c 300 ml	Kapusznak z kapusły białej () 400 ml (GLU PSZ SEL, GOR.) Schab gotowany 90 g Sos ziołowy* 50 ml (GLU PSZ SEL.) Ziemniaki () 180 g Surówka z marchwi i jabłka z olejem () 150 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml	Krupnik jęczmienny z ziemiakami () 400 ml (MILE SEL, GLU JECZ.) Pieczeń rzymska drobiowa 100 g (GLU PSZ JAJ.) Sos ziołowy* 50 ml (GLU PSZ SEL.) Ziemniaki () 180 g (GLU PSZ SEL.) Surówka z marchwi i jabłka z olejem () 150 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml	Krupnik jęczmienny z ziemiakami () 400 ml (MILE SEL, GLU JECZ.) Schab gotowany 90 g Sos ziołowy* 50 ml (GLU PSZ SEL.) Ziemniaki () 180 g Surówka z marchwi i jabłka z olejem () 150 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* z/c 300 ml	Krupnik jęczmienny z ziemiakami () 400 ml (MILE SEL, GLU JECZ.) Schab gotowany 90 g Sos ziołowy* 50 ml (GLU PSZ SEL.) Ziemniaki () 180 g Surówka z marchwi i jabłka z olejem () 150 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* z/c 300 ml	Wielowarzywna z ziemiakami () 400 ml (GLU PSZ MILE SEL.) Pieczeń rzymska drobiowa 100 g (GLU PSZ JAJ.) Sos ziołowy* 50 ml (GLU PSZ SEL.) Ziemniaki () 180 g (GLU PSZ SEL.) Surówka z marchwi i jabłka z olejem () 150 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* z/c 300 ml	Krupnik jęczmienny (bez mleka) () 400 ml (SEL, GLU JECZ.) Knedle ziemniaczane z jabłkiem () 250 g (MILE.) Marchew oprószana z olejem (bez soli) () 200 g (GLU PSZ.) Kompot z aronii i czarnej porzeczki* z/c 300 ml	Wielowarzywna z ziemiakami () 400 ml (GLU PSZ, MILE SEL.) Schab gotowany 90 g Sos ziołowy* 50 ml (GLU PSZ SEL.) Ziemniaki () 180 g Marchew oprószana z olejem () 200 g (GLU PSZ.) Kompot z aronii i czarnej porzeczki* z/c 300 ml	Krupnik jęczmienny z ziemiakami (bez mleka) () 400 ml (SEL, GLU JECZ.) Pieczeń rzymska drobiowa 100 g (GLU PSZ JAJ.) Sos ziołowy* 50 ml (GLU PSZ SEL.) Ziemniaki () 180 g Marchew oprószana z olejem () 200 g (GLU PSZ.) Kompot z aronii i czarnej porzeczki* z/c 300 ml
Obiad	Wskazniki odżywcze: E: 756,29 kcal; B: 42,72 g; T: 11,23 g; Kw. tł. nasy.: 2,93 g; W: 129,94 g; W tym cukry: 28,06 g; B: 16,64 g; Sól: 1,87 g; WW: 11,35 Por; Ener. z B: 7,93 %; Ener. z W: 21,02 %; Ener. z T: 4,69 %; Ener. z Bł.: 1,54 %; K: 3070,28 mg;	Wskazniki odżywcze: E: 839,67 kcal; B: 35,56 g; T: 13,04 g; Kw. tł. nasy.: 2,53 g; W: 154,20 g; W tym cukry: 28,97 g; B: 18,18 g; Sól: 2,10 g; WW: 13,61 Por; Ener. z B: 6,35 %; Ener. z W: 24,30 %; Ener. z T: 5,24 %; Ener. z Bł.: 1,62 %; K: 3213,78 mg;	Wskazniki odżywcze: E: 809,64 kcal; B: 45,41 g; T: 4,78 g; Kw. tł. nasy.: 4,78 g; W: 123,58 g; W tym cukry: 19,91 g; B: 18,53 g; Sól: 2,26 g; WW: 10,54 Por; Ener. z B: 7,44 %; Ener. z W: 17,22 %; Ener. z T: 7,10 %; Ener. z Bł.: 1,52 %; K: 3425,81 mg;	Wskazniki odżywcze: E: 777,01 kcal; B: 34,54 g; T: 11,23 g; Kw. tł. nasy.: 2,93 g; W: 138,88 g; W tym cukry: 16,27 g; B: 17,54 g; Sól: 2,08 g; WW: 12,15 Por; Ener. z B: 5,74 %; Ener. z W: 20,16 %; Ener. z T: 4,93 %; Ener. z Bł.: 1,46 %; K: 2930,49 mg;	Wskazniki odżywcze: E: 756,29 kcal; B: 42,72 g; T: 11,23 g; Kw. tł. nasy.: 2,93 g; W: 129,94 g; W tym cukry: 28,06 g; B: 16,64 g; Sól: 1,87 g; WW: 11,35 Por; Ener. z B: 9,05 %; Ener. z W: 24,01 %; Ener. z T: 5,35 %; Ener. z Bł.: 1,76 %; K: 3070,28 mg;	Wskazniki odżywcze: E: 756,29 kcal; B: 42,72 g; T: 11,23 g; Kw. tł. nasy.: 2,93 g; W: 129,94 g; W tym cukry: 28,06 g; B: 16,64 g; Sól: 1,87 g; WW: 11,35 Por; Ener. z B: 6,18 %; Ener. z W: 16,38 %; Ener. z T: 3,65 %; Ener. z Bł.: 1,20 %; K: 3070,28 mg;	Wskazniki odżywcze: E: 839,67 kcal; B: 35,56 g; T: 13,04 g; Kw. tł. nasy.: 2,53 g; W: 154,20 g; W tym cukry: 28,97 g; B: 18,18 g; Sól: 2,10 g; WW: 13,61 Por; Ener. z B: 4,99 %; Ener. z W: 19,09 %; Ener. z T: 4,12 %; Ener. z Bł.: 1,28 %; K: 3213,78 mg;	Wskazniki odżywcze: E: 689,44 kcal; B: 10,29 g; T: 9,95 g; Kw. tł. nasy.: 2,09 g; W: 148,99 g; W tym cukry: 33,00 g; B: 18,19 g; Sól: 1,38 g; WW: 13,10 Por; Ener. z B: 2,56 %; Ener. z W: 32,51 %; Ener. z T: 5,56 %; Ener. z Bł.: 2,26 %; K: 1904,38 mg;	Wskazniki odżywcze: E: 810,07 kcal; B: 44,83 g; T: 14,16 g; Kw. tł. nasy.: 3,03 g; W: 135,89 g; W tym cukry: 28,55 g; B: 18,80 g; Sól: 2,13 g; WW: 11,72 Por; Ener. z B: 10,01 %; Ener. z W: 26,13 %; Ener. z T: 7,11 %; Ener. z Bł.: 2,10 %; K: 3514,97 mg;	Wskazniki odżywcze: E: 846,89 kcal; B: 34,99 g; T: 15,05 g; Kw. tł. nasy.: 2,56 g; W: 152,54 g; W tym cukry: 27,53 g; B: 19,06 g; Sól: 1,91 g; WW: 13,37 Por; Ener. z B: 7,65 %; Ener. z W: 29,19 %; Ener. z T: 7,41 %; Ener. z Bł.: 2,08 %; K: 3078,27 mg;

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 Ubogocenergetyczna	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
Chleb razowy pszemno-żytni 116 g (GLU PSZ, GLU ZYT)	Chleb razowy pszemno-żytni 116 g (GLU PSZ, GLU ZYT)	Chleb razowy pszemno-żytni 116 g (GLU PSZ, GLU ZYT)	Chleb razowy pszemno-żytni 116 g (GLU PSZ, GLU ZYT)	Chleb mieszany pszemno-żytni 96 g (GLU PSZ, GLU ZYT)	Bułka pszenna długa krojona 76 g (GLU PSZ)	Bułka pszenna długa krojona 76 g (GLU PSZ)	Chleb mieszany pszemno-żytni 96 g (GLU PSZ, GLU ZYT)	Chleb mieszany pszemno-żytni 96 g (GLU PSZ, GLU ZYT)	Chleb mieszany pszemno-żytni 96 g (GLU PSZ, GLU ZYT)
Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE)	Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE)	Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE)	Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE)	Szynka Królewiecka-kiełbasa wieprzowo drobiowa, średnio rozdrobniona, parzona w osłonce niepalonej 50 g (GLU PSZ, SOL, MLE, GLU OW.)	Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE)	Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE)	Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE)	Margaryna roślinna bez mleczna o zaw. 80% tł 10 g	Margaryna roślinna bez mleczna o zaw. 80% tł 10 g
Szynka Królewiecka-kiełbasa wieprzowo drobiowa, średnio rozdrobniona, parzona w osłonce niepalonej 50 g (GLU PSZ, SOL, MLE, GLU OW.)	Szynka Królewiecka-kiełbasa wieprzowo drobiowa, średnio rozdrobniona, parzona w osłonce niepalonej 50 g (GLU PSZ, SOL, MLE, GLU OW.)	Paszlet z soczewicy () 80 g (GLU PSZ, JAL)	Paszlet z soczewicy () 80 g (GLU PSZ, JAL)	Szynka Królewiecka-kiełbasa wieprzowo drobiowa, średnio rozdrobniona, parzona w osłonce niepalonej 50 g (GLU PSZ, SOL, MLE, GLU OW.)	Szynka Królewiecka-kiełbasa wieprzowo drobiowa, średnio rozdrobniona, parzona w osłonce niepalonej 50 g (GLU PSZ, SOL, MLE, GLU OW.)	Szynka Królewiecka-kiełbasa wieprzowo drobiowa, średnio rozdrobniona, parzona w osłonce niepalonej 50 g (GLU PSZ, SOL, MLE, GLU OW.)	Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 20 g	Szynka Królewiecka-kiełbasa wieprzowo drobiowa, średnio rozdrobniona, parzona w osłonce niepalonej 50 g (GLU PSZ, SOL, MLE, GLU OW.)	Szynka Królewiecka-kiełbasa wieprzowo drobiowa, średnio rozdrobniona, parzona w osłonce niepalonej 50 g (GLU PSZ, SOL, MLE, GLU OW.)
Fasolka szparagowa z olejem * 80 g	Fasolka szparagowa z olejem * 80 g	Ogórek kiszony 80 g	Ogórek kiszony 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	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: 523,39 kcal; B: 15,88 g; T: 20,54 g; Kw. tł. nasy.: 6,49 g; W: 70,64 g; Wym cukry: 3,30 g; Bł.: 5,81 g; Sól: 3,01 g; WW: 6,52 Por; Ener. z B: 3,13 %; Ener. z W: 12,03 %; Ener. z T: 8,57 %; Ener. z Bł.: 0,54 %; K: 343,79 mg	Wskazniki odżywcze: E: 523,39 kcal; B: 15,88 g; T: 20,54 g; Kw. tł. nasy.: 6,49 g; W: 70,64 g; Wym cukry: 3,30 g; Bł.: 5,81 g; Sól: 3,01 g; WW: 6,52 Por; Ener. z B: 3,02 %; Ener. z W: 11,58 %; Ener. z T: 8,25 %; Ener. z Bł.: 0,52 %; K: 343,79 mg	Wskazniki odżywcze: E: 684,51 kcal; B: 23,17 g; T: 9,23 g; Kw. tł. nasy.: 23,97 g; W: 98,12 g; Wym cukry: 3,48 g; Bł.: 9,23 g; Sól: 3,59 g; WW: 8,88 Por; Ener. z B: 3,80 %; Ener. z W: 14,57 %; Ener. z T: 8,84 %; Ener. z Bł.: 0,76 %; K: 685,30 mg	Wskazniki odżywcze: E: 684,51 kcal; B: 23,17 g; T: 9,23 g; Kw. tł. nasy.: 23,97 g; W: 98,12 g; Wym cukry: 3,48 g; Bł.: 9,23 g; Sól: 3,59 g; WW: 8,88 Por; Ener. z B: 3,85 %; Ener. z W: 14,77 %; Ener. z T: 8,96 %; Ener. z Bł.: 0,77 %; K: 685,30 mg	Wskazniki odżywcze: E: 398,93 kcal; B: 13,58 g; T: 12,28 g; Kw. tł. nasy.: 3,63 g; W: 60,55 g; Wym cukry: 2,04 g; Bł.: 5,15 g; Sól: 2,51 g; WW: 5,57 Por; Ener. z B: 2,88 %; Ener. z W: 11,74 %; Ener. z T: 5,85 %; Ener. z Bł.: 0,55 %; K: 184,53 mg	Wskazniki odżywcze: E: 435,03 kcal; B: 14,60 g; T: 20,17 g; Kw. tł. nasy.: 6,35 g; W: 50,46 g; Wym cukry: 3,05 g; Bł.: 3,35 g; Sól: 1,88 g; WW: 4,75 Por; Ener. z B: 2,11 %; Ener. z W: 6,81 %; Ener. z T: 6,37 %; Ener. z Bł.: 0,24 %; K: 271,15 mg	Wskazniki odżywcze: E: 435,03 kcal; B: 14,60 g; T: 20,17 g; Kw. tł. nasy.: 6,35 g; W: 50,46 g; Wym cukry: 3,06 g; Bł.: 3,35 g; Sól: 1,88 g; WW: 4,75 Por; Ener. z B: 2,05 %; Ener. z W: 6,61 %; Ener. z T: 6,37 %; Ener. z Bł.: 0,24 %; K: 271,15 mg	Wskazniki odżywcze: E: 398,62 kcal; B: 12,95 g; T: 12,98 g; Kw. tł. nasy.: 3,68 g; W: 60,02 g; Wym cukry: 1,82 g; Bł.: 5,15 g; Sól: 1,70 g; WW: 5,53 Por; Ener. z B: 3,22 %; Ener. z W: 13,64 %; Ener. z T: 7,26 %; Ener. z Bł.: 0,64 %; K: 281,45 mg	Wskazniki odżywcze: E: 470,93 kcal; B: 13,58 g; T: 20,28 g; Kw. tł. nasy.: 5,93 g; W: 60,55 g; Wym cukry: 2,04 g; Bł.: 5,15 g; Sól: 2,70 g; WW: 5,57 Por; Ener. z B: 3,03 %; Ener. z W: 12,37 %; Ener. z T: 10,18 %; Ener. z Bł.: 0,57 %; K: 184,53 mg	Wskazniki odżywcze: E: 470,93 kcal; B: 13,58 g; T: 20,28 g; Kw. tł. nasy.: 5,93 g; W: 60,55 g; Wym cukry: 2,04 g; Bł.: 5,15 g; Sól: 2,70 g; WW: 5,57 Por; Ener. z B: 2,97 %; Ener. z W: 12,12 %; Ener. z T: 9,98 %; Ener. z Bł.: 0,56 %; K: 184,53 mg

2023-10-07 sobota		PN	
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
E: 2155,68 kcal; B: 97,27 g; T: 55,28 g; Kw. tł. nasy.: 20,51 g; W: 330,61 g; W tym cukry: 74,47 g; Bl.: 27,46 g; Sól: 8,79 g; WW: 30,46 Por; Ener. z B: 18,05 %; Ener. z W: 56,25 %; Ener. z T: 23,08 %; Ener. z Bl.: 2,55 %; K: 4570,40 mc.	E: 2239,06 kcal; B: 90,12 g; T: 57,10 g; Kw. tł. nasy.: 20,11 g; W: 354,87 g; W tym cukry: 75,37 g; Bl.: 29,00 g; Sól: 9,03 g; WW: 32,72 Por; Ener. z B: 16,10 %; Ener. z W: 58,22 %; Ener. z T: 22,95 %; Ener. z Bl.: 2,59 %; K: 4713,90 mc.	Kanapka z szynką (chleb razowy 50g, margaryna 5g, szynka 25g) 1 szt (GLU PSZ, SOJ, MLE.) Wskazniki odżywcze: E: 193,05 kcal; B: 6,96 g; T: 8,30 g; Kw. tł. nasy.: 2,70 g; W: 24,21 g; W tym cukry: 0,20 g; Bl.: 2,85 g; Sól: 1,19 g; WW: 2,16 Por; Ener. z B: 1,14 %; Ener. z W: 3,50 %; Ener. z T: 3,06 %; Ener. z Bl.: 0,23 %; K: 108,25 mg.	Kanapka z szynką (chleb razowy 50g, margaryna 5g, szynka 25g) 1 szt (GLU PSZ, SOJ, MLE.) Wskazniki odżywcze: E: 193,05 kcal; B: 6,96 g; T: 8,30 g; Kw. tł. nasy.: 2,70 g; W: 24,21 g; W tym cukry: 0,20 g; Bl.: 2,85 g; Sól: 1,19 g; WW: 2,16 Por; Ener. z B: 1,16 %; Ener. z W: 3,55 %; Ener. z T: 3,10 %; Ener. z Bl.: 0,24 %; K: 108,25 mg.
E: 2440,21 kcal; B: 106,64 g; T: 68,45 g; Kw. tł. nasy.: 18,63 g; W: 370,65 g; W tym cukry: 29,49 g; Bl.: 42,30 g; Sól: 11,23 g; WW: 32,95 Por; Ener. z B: 17,48 %; Ener. z W: 53,86 %; Ener. z T: 25,24 %; Ener. z Bl.: 3,47 %; K: 4936,21 mc.	E: 2407,58 kcal; B: 95,77 g; T: 62,37 g; Kw. tł. nasy.: 16,40 g; W: 386,15 g; W tym cukry: 25,86 g; Bl.: 41,31 g; Sól: 11,06 g; WW: 34,56 Por; Ener. z B: 15,91 %; Ener. z W: 57,29 %; Ener. z T: 23,32 %; Ener. z Bl.: 3,43 %; K: 4440,89 mc.	Kanapka z szynką (chleb razowy 50g, margaryna 5g, szynka 25g) 1 szt (GLU PSZ, SOJ, MLE.) Wskazniki odżywcze: E: 193,05 kcal; B: 6,96 g; T: 8,30 g; Kw. tł. nasy.: 2,70 g; W: 24,21 g; W tym cukry: 0,20 g; Bl.: 2,85 g; Sól: 1,19 g; WW: 2,16 Por; Ener. z B: 1,14 %; Ener. z W: 3,50 %; Ener. z T: 3,06 %; Ener. z Bl.: 0,23 %; K: 108,25 mg.	Kanapka z szynką (chleb razowy 50g, margaryna 5g, szynka 25g) 1 szt (GLU PSZ, SOJ, MLE.) Wskazniki odżywcze: E: 193,05 kcal; B: 6,96 g; T: 8,30 g; Kw. tł. nasy.: 2,70 g; W: 24,21 g; W tym cukry: 0,20 g; Bl.: 2,85 g; Sól: 1,19 g; WW: 2,16 Por; Ener. z B: 1,16 %; Ener. z W: 3,55 %; Ener. z T: 3,10 %; Ener. z Bl.: 0,24 %; K: 108,25 mg.
E: 1887,87 kcal; B: 90,53 g; T: 37,29 g; Kw. tł. nasy.: 13,85 g; W: 309,74 g; W tym cukry: 69,01 g; Bl.: 26,60 g; Sól: 8,34 g; WW: 28,44 Por; Ener. z B: 19,18 %; Ener. z W: 59,99 %; Ener. z T: 17,78 %; Ener. z Bl.: 2,82 %; K: 4282,89 mc.	E: 2766,97 kcal; B: 129,26 g; T: 75,68 g; Kw. tł. nasy.: 28,87 g; W: 404,61 g; W tym cukry: 108,69 g; Bl.: 25,12 g; Sól: 10,32 g; WW: 38,15 Por; Ener. z B: 18,69 %; Ener. z W: 54,86 %; Ener. z T: 24,62 %; Ener. z Bl.: 1,82 %; K: 5091,90 mc.	OM- XI Ubogenergetyczna	OM- XII Bogatobiałkowa łatwostrawna Zestaw I
E: 2850,36 kcal; B: 122,10 g; T: 77,49 g; Kw. tł. nasy.: 28,47 g; W: 428,87 g; W tym cukry: 109,60 g; Bl.: 26,66 g; Sól: 10,55 g; WW: 40,41 Por; Ener. z B: 17,14 %; Ener. z W: 56,44 %; Ener. z T: 24,47 %; Ener. z Bl.: 1,87 %; K: 5235,40 mc.	E: 1609,25 kcal; B: 37,05 g; T: 35,02 g; Kw. tł. nasy.: 9,08 g; W: 302,90 g; W tym cukry: 40,14 g; Bl.: 32,92 g; Sól: 4,91 g; WW: 27,06 Por; Ener. z B: 9,21 %; Ener. z W: 67,11 %; Ener. z T: 19,59 %; Ener. z Bl.: 4,09 %; K: 2658,52 mc.	OM- XII Bogatobiałkowa łatwostrawna Zestaw II	OM- XIII Niskobiałkowa
E: 1792,06 kcal; B: 75,70 g; T: 45,65 g; Kw. tł. nasy.: 12,19 g; W: 284,16 g; W tym cukry: 34,16 g; Bl.: 29,89 g; Sól: 8,10 g; WW: 25,48 Por; Ener. z B: 16,90 %; Ener. z W: 56,75 %; Ener. z T: 22,93 %; Ener. z Bl.: 3,34 %; K: 4051,19 mc.	E: 1828,88 kcal; B: 65,86 g; T: 46,55 g; Kw. tł. nasy.: 11,73 g; W: 300,81 g; W tym cukry: 33,14 g; Bl.: 30,15 g; Sól: 7,89 g; WW: 27,13 Por; Ener. z B: 14,40 %; Ener. z W: 59,20 %; Ener. z T: 22,91 %; Ener. z Bl.: 3,30 %; K: 3614,49 mc.	OM- XIV Eliminacyjna Zestaw I	OM- XV Eliminacyjna Zestaw II

<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,

