

2023-11-21 wtorek	
<p>OM- I Podstawowa zestaw I</p> <p>Makaron na mleku <u>400 ml (GLU,PSZ,MLE)</u> Chleb razowy pszenno-żytni <u>116 g (GLU,PSZ,GLU,ZYT)</u> Margaryna roślinna (80% tł.) <u>10 g (MLE)</u> Twarożek z koperkiem <u>80 g (MLE)</u> Szyunka zielonogórska- wp. parzona <u>25 g (SOL)</u> Pomidor <u>80 g</u> Sałata zielona <u>20 g</u> Kawa zbożowa na mleku b/c <u>300 ml (MLE, GLU,ZYT, GLU,JECZ)</u></p>	<p>OM- I Podstawowa zestaw II</p> <p>Sonda / płynna śn. <u>400 g (GLU,PSZ,MLE)</u></p>
<p>OM- III b Do żywienia przez sondę</p>	<p>OM- IV Łatwo strawna dziecięca Zestaw I</p> <p>Makaron na mleku <u>400 ml (GLU,PSZ,MLE)</u> Bułka pszenna długa krojona <u>76 g (GLU,PSZ)</u> Margaryna roślinna (80% tł.) <u>10 g (MLE)</u> Twarożek z koperkiem <u>80 g (MLE)</u> Szyunka zielonogórska- wp. parzona <u>25 g (SOL)</u> Pomidor <u>80 g</u> Sałata zielona <u>20 g</u> Kawa zbożowa na mleku b/c <u>300 ml (MLE, GLU,ZYT, GLU,JECZ)</u></p>
<p>OM- IV Łatwo strawna dziecięca Zestaw II</p> <p>Makaron na mleku <u>400 ml (GLU,PSZ,MLE)</u> Bułka pszenna długa krojona <u>76 g (GLU,PSZ)</u> Margaryna roślinna (80% tł.) <u>10 g (MLE)</u> Twarożek z koperkiem <u>80 g (MLE)</u> Szyunka zielonogórska- wp. parzona <u>25 g (SOL)</u> Pomidor <u>80 g</u> Sałata zielona <u>20 g</u> Kawa zbożowa na mleku b/c <u>300 ml (MLE, GLU,ZYT, GLU,JECZ)</u></p>	<p>OM- VI Pooperacyjna Zestaw I</p> <p>Makaron na mleku <u>400 ml (GLU,PSZ,MLE)</u> Bułka pszenna długa krojona <u>76 g (GLU,PSZ)</u> Margaryna roślinna (80% tł.) <u>10 g (MLE)</u> Twarożek z koperkiem <u>80 g (MLE)</u> Szyunka zielonogórska- wp. parzona <u>25 g (SOL)</u> Pomidor <u>80 g</u> Sałata zielona <u>20 g</u> Herbata czarna granulowana b/c <u>300 ml</u></p>
<p>OM- VI Pooperacyjna Zestaw II</p> <p>Makaron na mleku <u>400 ml (GLU,PSZ,MLE)</u> Bułka pszenna długa krojona <u>76 g (GLU,PSZ)</u> Margaryna roślinna (80% tł.) <u>10 g (MLE)</u> Twarożek z koperkiem <u>80 g (MLE)</u> Szyunka zielonogórska- wp. parzona <u>25 g (SOL)</u> Pomidor <u>80 g</u> Sałata zielona <u>20 g</u> Kawa zbożowa na mleku b/c <u>300 ml (MLE, GLU,ZYT, GLU,JECZ)</u></p>	<p>OM- VII Z ogr. sub. pobudz. wydz. soku żółt. Zestaw I</p> <p>Makaron na mleku <u>400 ml (GLU,PSZ,MLE)</u> Bułka pszenna długa krojona <u>76 g (GLU,PSZ)</u> Margaryna roślinna (80% tł.) <u>10 g (MLE)</u> Twarożek z koperkiem <u>80 g (MLE)</u> Szyunka zielonogórska- wp. parzona <u>25 g (SOL)</u> Pomidor <u>80 g</u> Sałata zielona <u>20 g</u> Kawa zbożowa na mleku b/c <u>300 ml (MLE, GLU,ZYT, GLU,JECZ)</u></p>
<p>OM- VII Z ogr. sub. pobudz. wydz. soku żółt. Zestaw II</p> <p>Makaron na mleku <u>400 ml (GLU,PSZ,MLE)</u> Bułka pszenna długa krojona <u>90 g (GLU,PSZ)</u> Twarożek z koperkiem <u>80 g (MLE)</u> Szyunka zielonogórska- wp. parzona <u>25 g (SOL)</u> Pomidor <u>80 g</u> Sałata zielona <u>20 g</u> Kawa zbożowa na mleku b/c <u>300 ml (MLE, GLU,ZYT, GLU,JECZ)</u></p>	<p>OM- VIII Z ograniczeniem tłuszczu Zestaw I</p> <p>Makaron na mleku <u>400 ml (GLU,PSZ,MLE)</u> Bułka pszenna długa krojona <u>90 g (GLU,PSZ)</u> Twarożek z koperkiem <u>80 g (MLE)</u> Szyunka zielonogórska- wp. parzona <u>25 g (SOL)</u> Pomidor <u>80 g</u> Sałata zielona <u>20 g</u> Kawa zbożowa na mleku b/c <u>300 ml (MLE, GLU,ZYT, GLU,JECZ)</u></p>
<p>II ŚN</p>	<p>Sonda mleczna <u>400 g (GLU,PSZ,JAJ,MLE)</u></p> <p>Ciasto drożdżowe <u>50 g (GLU,PSZ,JAJ,MLE,SOL)</u></p> <p>Kanapka z szynką i sałatką (bułka pszenna 45g, margaryna 5g, szynka 25g, sałata 5g) <u>1 szt. (GLU,PSZ,SOL)</u></p>

OM- I Podstawowa zestaw I	OM- I Podstawowa zestaw II	OM- III b Do żywienia przez sondę	OM- IV Łatwo strawna dziecięca Zestaw I	OM- IV Łatwo strawna dziecięca Zestaw II	OM- VI Pooperacyjna Zestaw I	OM- VI Pooperacyjna Zestaw II	OM- VII Z ogr.sub.pobudz.wydz. soku żóład. Zestaw I	OM- VII Z ogr.sub.pobudz.wydz. soku żóład. Zestaw II	OM- VIII Z ograniczeniem tłuszczu Zestaw I
<p>Brokułowa z ziemniakami () 400 ml (<u>GLUPSZ.MLE.SEL.</u>) Pieczeń ryżńska wieprzowa 100 g (<u>GLUPSZ.JAJ.</u>) Sos meksykański 50 g (<u>GLUPSZ.</u>) Kasza (<u>GLUPSZ.</u>) Ięzmiennasypko 150 g (<u>GLU.JECZ.</u>) Salatka z buraczków i jabłka z olejem () 100 g Surówka wykwiłtna z olejem b/c 100 g (<u>JAJ.GOR.</u>) Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml</p>	<p>Selerowa z ziemniakami () 400 ml (<u>MLE.SEL.</u>) Szyńka wieprzowa duszona 90 g Sos meksykański 50 g (<u>GLUPSZ.</u>) Kasza Ięzmiennasypko 150 g (<u>GLU.JECZ.</u>) Salatka z buraczków i jabłka z olejem () 100 g Surówka wykwiłtna z olejem b/c 100 g (<u>JAJ.GOR.</u>) Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml</p>	<p>Sonda / płynna ob. 400 g (<u>GLUPSZ.JAJ.SEL.</u>)</p>	<p>Brokułowa z ziemniakami () 400 ml (<u>GLUPSZ.MLE.SEL.</u>) Pieczeń ryżńska wieprzowa 100 g (<u>GLUPSZ.JAJ.</u>) Sos własny () 50 ml (<u>GLUPSZ.SEL.</u>) Kasza (<u>GLUPSZ.SEL.</u>) Ięzmiennasypko 150 g (<u>GLU.JECZ.</u>) Salatka z buraczków i jabłka z olejem () 100 g Fasolka szparagowa z olejem * 100 g (<u>GLUPSZ.</u>) Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml</p>	<p>Selerowa z ziemniakami () 400 ml (<u>MLE.SEL.</u>) Szyńka wieprzowa duszona 90 g Sos własny () 50 ml (<u>GLUPSZ.SEL.</u>) Kasza Ięzmiennasypko 150 g (<u>GLU.JECZ.</u>) Salatka z buraczków i jabłka z olejem () 100 g Fasolka szparagowa z olejem * 100 g (<u>GLUPSZ.</u>) Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml</p>	<p>Brokułowa z ziemniakami () 400 ml (<u>GLUPSZ.MLE.SEL.</u>) Pieczeń ryżńska wieprzowa 100 g (<u>GLUPSZ.JAJ.</u>) Sos własny () 50 ml (<u>GLUPSZ.SEL.</u>) Kasza (<u>GLUPSZ.SEL.</u>) Ięzmiennasypko 150 g (<u>GLU.JECZ.</u>) Salatka z buraczków i jabłka z olejem () 100 g Fasolka szparagowa z olejem * 100 g (<u>GLUPSZ.</u>) Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml</p>	<p>Selerowa z ziemniakami () 400 ml (<u>MLE.SEL.</u>) Szyńka wieprzowa duszona 90 g Sos własny () 50 ml (<u>GLUPSZ.SEL.</u>) Kasza Ięzmiennasypko 150 g (<u>GLU.JECZ.</u>) Salatka z buraczków i jabłka z olejem () 100 g Fasolka szparagowa z olejem * 100 g (<u>GLUPSZ.</u>) Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml</p>	<p>Brokułowa z ziemniakami () 400 ml (<u>GLUPSZ.MLE.SEL.</u>) Pieczeń ryżńska wieprzowa 100 g (<u>GLUPSZ.JAJ.</u>) Sos własny () 50 ml (<u>GLUPSZ.SEL.</u>) Kasza (<u>GLUPSZ.SEL.</u>) Ięzmiennasypko 150 g (<u>GLU.JECZ.</u>) Salatka z buraczków i jabłka z olejem () 100 g Fasolka szparagowa z olejem * 100 g (<u>GLUPSZ.</u>) Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml</p>	<p>Selerowa z ziemniakami () 400 ml (<u>MLE.SEL.</u>) Szyńka wieprzowa duszona 90 g Sos własny () 50 ml (<u>GLUPSZ.SEL.</u>) Kasza Ięzmiennasypko 150 g (<u>GLU.JECZ.</u>) Salatka z buraczków i jabłka z olejem () 100 g Fasolka szparagowa z olejem * 100 g (<u>GLUPSZ.</u>) Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml</p>	<p>Brokułowa z ziemniakami () 400 ml (<u>GLUPSZ.MLE.SEL.</u>) Pieczeń ryżńska wieprzowa 100 g (<u>GLUPSZ.JAJ.</u>) Sos własny () 50 ml (<u>GLUPSZ.SEL.</u>) Kasza (<u>GLUPSZ.SEL.</u>) Ięzmiennasypko 150 g (<u>GLU.JECZ.</u>) Salatka z buraczków i jabłka z olejem () 100 g Fasolka szparagowa z olejem * 100 g (<u>GLUPSZ.</u>) Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml</p>
<p>Obiad</p>									
<p>PD</p>									
<p>Kolacja</p>									
<p>Chleb mieszany pszenno-żytni 96 g (<u>GLUPSZ.GLU.ZYT.</u>) Margaryna roślinna (80% t.) 10 g (<u>MLE.</u>) Paszlet z soczewicy () 50 g (<u>GLUPSZ.JAJ.</u>) Szyńkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z.dodat.wody w osł.mlejad 25 g Surówka z rzodkwi i czarnuszki 80 g Mix salat 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p>									
<p>Sonda ziemniaczana 400 g (<u>JAJ.MLE.SEL.</u>)</p>									
<p>Brokułowa z ziemniakami () 400 ml (<u>GLUPSZ.MLE.SEL.</u>) Pieczeń ryżńska wieprzowa 100 g (<u>GLUPSZ.JAJ.</u>) Sos własny () 50 ml (<u>GLUPSZ.SEL.</u>) Kasza (<u>GLUPSZ.SEL.</u>) Ięzmiennasypko 150 g (<u>GLU.JECZ.</u>) Salatka z buraczków i jabłka z olejem () 100 g Fasolka szparagowa z olejem * 100 g (<u>GLUPSZ.</u>) Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml</p>									
<p>Selerowa z ziemniakami () 400 ml (<u>MLE.SEL.</u>) Szyńka wieprzowa duszona 90 g Sos własny () 50 ml (<u>GLUPSZ.SEL.</u>) Kasza Ięzmiennasypko 150 g (<u>GLU.JECZ.</u>) Salatka z buraczków i jabłka z olejem () 100 g Fasolka szparagowa z olejem * 100 g (<u>GLUPSZ.</u>) Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml</p>									
<p>Brokułowa z ziemniakami () 400 ml (<u>GLUPSZ.MLE.SEL.</u>) Pieczeń ryżńska wieprzowa 100 g (<u>GLUPSZ.JAJ.</u>) Sos własny () 50 ml (<u>GLUPSZ.SEL.</u>) Kasza (<u>GLUPSZ.SEL.</u>) Ięzmiennasypko 150 g (<u>GLU.JECZ.</u>) Salatka z buraczków i jabłka z olejem () 100 g Fasolka szparagowa z olejem * 100 g (<u>GLUPSZ.</u>) Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml</p>									
<p>Selerowa z ziemniakami () 400 ml (<u>MLE.SEL.</u>) Szyńka wieprzowa duszona 90 g Sos własny () 50 ml (<u>GLUPSZ.SEL.</u>) Kasza Ięzmiennasypko 150 g (<u>GLU.JECZ.</u>) Salatka z buraczków i jabłka z olejem () 100 g Fasolka szparagowa z olejem * 100 g (<u>GLUPSZ.</u>) Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml</p>									
<p>Brokułowa z ziemniakami () 400 ml (<u>GLUPSZ.MLE.SEL.</u>) Pieczeń ryżńska wieprzowa 100 g (<u>GLUPSZ.JAJ.</u>) Sos własny () 50 ml (<u>GLUPSZ.SEL.</u>) Kasza (<u>GLUPSZ.SEL.</u>) Ięzmiennasypko 150 g (<u>GLU.JECZ.</u>) Salatka z buraczków i jabłka z olejem () 100 g Fasolka szparagowa z olejem * 100 g (<u>GLUPSZ.</u>) Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml</p>									
<p>Selerowa z ziemniakami () 400 ml (<u>MLE.SEL.</u>) Szyńka wieprzowa duszona 90 g Sos własny () 50 ml (<u>GLUPSZ.SEL.</u>) Kasza Ięzmiennasypko 150 g (<u>GLU.JECZ.</u>) Salatka z buraczków i jabłka z olejem () 100 g Fasolka szparagowa z olejem * 100 g (<u>GLUPSZ.</u>) Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml</p>									
<p>Brokułowa z ziemniakami () 400 ml (<u>GLUPSZ.MLE.SEL.</u>) Pieczeń ryżńska wieprzowa 100 g (<u>GLUPSZ.JAJ.</u>) Sos własny () 50 ml (<u>GLUPSZ.SEL.</u>) Kasza (<u>GLUPSZ.SEL.</u>) Ięzmiennasypko 150 g (<u>GLU.JECZ.</u>) Salatka z buraczków i jabłka z olejem () 100 g Fasolka szparagowa z olejem * 100 g (<u>GLUPSZ.</u>) Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml</p>									
<p>Selerowa z ziemniakami () 400 ml (<u>MLE.SEL.</u>) Szyńka wieprzowa duszona 90 g Sos własny () 50 ml (<u>GLUPSZ.SEL.</u>) Kasza Ięzmiennasypko 150 g (<u>GLU.JECZ.</u>) Salatka z buraczków i jabłka z olejem () 100 g Fasolka szparagowa z olejem * 100 g (<u>GLUPSZ.</u>) Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml</p>									
<p>Brokułowa z ziemniakami () 400 ml (<u>GLUPSZ.MLE.SEL.</u>) Pieczeń ryżńska wieprzowa 100 g (<u>GLUPSZ.JAJ.</u>) Sos własny () 50 ml (<u>GLUPSZ.SEL.</u>) Kasza (<u>GLUPSZ.SEL.</u>) Ięzmiennasypko 150 g (<u>GLU.JECZ.</u>) Salatka z buraczków i jabłka z olejem () 100 g Fasolka szparagowa z olejem * 100 g (<u>GLUPSZ.</u>) Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml</p>									
<p>Butka pszenna długa krojona 76 g (<u>GLUPSZ.</u>) Margaryna roślinna (80% t.) 10 g (<u>MLE.</u>) Szyńkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z.dodat.wody w osł.mlejad 50 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 80 g (<u>SEL.</u>) Mix salat 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p>									
<p>Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt</p>									
<p>Sonda ziemniaczana 300 g (<u>JAJ.MLE.SEL.</u>)</p>									
<p>PN</p>									
<p>Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt</p>									
<p>Kanapka z szynką i sałatką (butka pszenna 45g; margaryna 5g, szynka 25g, sałata 5g) 1 szt (<u>GLUPSZ.SOL.</u>)</p>									

2023-11-21 wtorek

<nazwa jednostki> <ulica>, <kod>

Jadłospisy w dniu 2023-11-21 KUCHNIA OSTRÓW MAZOWIECKA

OM- I Podstawowa zestaw I	OM- I Podstawowa zestaw II	OM- III b Do żywienia przez sondę	OM- IV Łatwo strawna dziecięca Zestaw I	OM- IV Łatwo strawna dziecięca Zestaw II	OM- VI Pooperacyjna Zestaw I	OM- VII 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
E: 2510,34 kcal; B: 113,57 g; T: 75,66 g; Kw. tł. nasy.: 21,94 g; W: 356,84 g; W tym cukry: 58,51 g; Bł.: 33,77 g; Sól: 7,89 g.	E: 2474,95 kcal; B: 115,06 g; T: 80,01 g; Kw. tł. nasy.: 22,40 g; W: 338,12 g; W tym cukry: 59,46 g; Bł.: 35,73 g; Sól: 7,45 g.	E: 2196,79 kcal; B: 118,24 g; T: 97,32 g; Kw. tł. nasy.: 36,43 g; W: 222,76 g; W tym cukry: 89,12 g; Bł.: 21,35 g; Sól: 2,66 g.	E: 2378,79 kcal; B: 113,66 g; T: 66,32 g; Kw. tł. nasy.: 21,86 g; W: 341,30 g; W tym cukry: 56,29 g; Bł.: 27,57 g; Sól: 6,97 g.	E: 2343,40 kcal; B: 115,15 g; T: 70,67 g; Kw. tł. nasy.: 22,32 g; W: 322,58 g; W tym cukry: 57,24 g; Bł.: 29,53 g; Sól: 6,53 g.	E: 2194,80 kcal; B: 104,74 g; T: 61,61 g; Kw. tł. nasy.: 19,41 g; W: 316,42 g; W tym cukry: 42,32 g; Bł.: 27,26 g; Sól: 7,19 g.	E: 2159,41 kcal; B: 106,23 g; T: 65,96 g; Kw. tł. nasy.: 19,87 g; W: 297,70 g; W tym cukry: 43,27 g; Bł.: 29,22 g; Sól: 6,75 g.	E: 2400,07 kcal; B: 113,94 g; T: 70,18 g; Kw. tł. nasy.: 23,19 g; W: 338,87 g; W tym cukry: 61,52 g; Bł.: 27,45 g; Sól: 7,62 g.	E: 2364,68 kcal; B: 115,43 g; T: 74,54 g; Kw. tł. nasy.: 23,64 g; W: 320,14 g; W tym cukry: 62,47 g; Bł.: 29,41 g; Sól: 7,18 g.	E: 2249,72 kcal; B: 116,49 g; T: 51,93 g; Kw. tł. nasy.: 17,41 g; W: 340,61 g; W tym cukry: 56,91 g; Bł.: 26,07 g; Sól: 7,75 g.

2023-11-21 wtorek

<p>OM- VIII Z ograniczeniem tłuszczu Zestaw II</p>	<p>OM- IX Łatwo strawna zestaw I</p>	<p>OM- IX Łatwo strawna zestaw II</p>	<p>OM- X Z ogr. łatwo przyswajalnych węgl. Zestaw I</p>	<p>OM- X Z ogr. łatwo przyswajalnych węgl. Zestaw II</p>	<p>OM- XII Bogatobiałkowa Zestaw I</p>	<p>OM- XII Bogatobiałkowa Zestaw II</p>	<p>OM- XIII Niskobiałkowa</p>	<p>OM- XV Beźmleczna Zestaw I</p>	<p>OM- XV Beźmleczna Zestaw II</p>
2023-11-21 wtorek									
Śniadanie									
<p>Makaron na mleku 400 ml (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> <u>MLE</u>) Bulka pszenna długa krojona 76 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u>) Twarożek z kopekkiem 80 g (<u>MLE</u>) Szynka zielonogórska- wp. parzona 25 g (<u>SOL</u>) Pomidor biskórki 80 g Salata zielona 20 g Kawa zbożowa na mleku b/c 300 ml (<u>MLE</u> <u>GLU</u> <u>ZYT</u> <u>GLU</u> <u>JECZ</u>)</p>	<p>Makaron na mleku 400 ml (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> <u>MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 96 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> <u>GLU</u> <u>ZYT</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (<u>MLE</u>) Twarożek z kopekkiem 80 g (<u>MLE</u>) Szynka zielonogórska- wp. parzona 25 g (<u>SOL</u>) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Kawa zbożowa na mleku b/c 300 ml (<u>MLE</u> <u>GLU</u> <u>ZYT</u> <u>GLU</u> <u>JECZ</u>)</p>	<p>Makaron pełnoziarnisty na mleku 400 ml (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> <u>MLE</u>) Chleb razowy pszenno-żytni 78 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> <u>GLU</u> <u>ZYT</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (<u>MLE</u>) Twarożek z kopekkiem 80 g (<u>MLE</u>) Szynka zielonogórska- wp. parzona 25 g (<u>SOL</u>) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Kawa zbożowa na mleku b/c 300 ml (<u>MLE</u> <u>GLU</u> <u>ZYT</u> <u>GLU</u> <u>JECZ</u>)</p>	<p>Makaron pełnoziarnisty na mleku 400 ml (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> <u>MLE</u>) Chleb razowy pszenno-żytni 116 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> <u>GLU</u> <u>ZYT</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (<u>MLE</u>) Twarożek z kopekkiem 80 g (<u>MLE</u>) Szynka zielonogórska- wp. parzona 25 g (<u>SOL</u>) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Kawa zbożowa na mleku b/c 300 ml (<u>MLE</u> <u>GLU</u> <u>ZYT</u> <u>GLU</u> <u>JECZ</u>)</p>	<p>Makaron na mleku 400 ml (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> <u>MLE</u>) Bulka pszenna długa krojona 76 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (<u>MLE</u>) Twarożek z kopekkiem 80 g (<u>MLE</u>) Szynka zielonogórska- wp. parzona 25 g (<u>SOL</u>) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Kawa zbożowa na mleku b/c 300 ml (<u>MLE</u> <u>GLU</u> <u>ZYT</u> <u>GLU</u> <u>JECZ</u>)</p>	<p>Makaron na wywarze jarzynowym 300 ml (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> <u>SEL</u>) Chleb bezglutenowy 116 g Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g (<u>MLE</u>) Twarożek z kopekkiem 30 g (<u>MLE</u>) Dżem 50 g Pomidor 100 g Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p>	<p>Makaron na wywarze jarzynowym 400 ml (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> <u>SEL</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 116 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> <u>GLU</u> <u>ZYT</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw. 80% tł 15 g (<u>SOL</u>) Twarożek z kopekkiem 80 g Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p>	<p>Kanapka z szynką i sałatą (bulka pszenna 45g, margaryna 5g, szynka 25g, sałata 5g) 1 szt (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> <u>SOL</u>)</p>	<p>Kanapka z szynką i sałatą (bulka pszenna 45g, margaryna 5g, szynka 25g, sałata 5g) 1 szt (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> <u>SOL</u>)</p>	<p>Kanapka z szynką i sałatą (bulka pszenna 45g, margaryna 5g, szynka 25g, sałata 5g) 1 szt (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> <u>SOL</u>)</p>
II ŚN									

	OM- VIII Z ograniczeniem tłuszczu Zestaw II	OM- IX Łatwo strawna Zestaw I	OM- IX Łatwo strawna Zestaw II	OM- X Z ogr. łatwo przyswajalnych węgl. Zestaw I	OM- X Z ogr. łatwo przyswajalnych węgl. Zestaw II	OM- XII Bogatobiałkowa łatwostrawna Zestaw I	OM- XII Bogatobiałkowa łatwostrawna Zestaw II	OM- XIII Niskobiałkowa	OM- XV Beźmielczna Zestaw I	OM- XV Beźmielczna Zestaw II
	Selerowa z ziemniakami () 400 ml (<u>MLE SEL.</u>) Szynka wieprzowa duszona 90 g (<u>GLU PSZ SEL.</u>) Sos własny () 50 ml (<u>GLU PSZ SEL.</u>) Kasza (<u>GLU PSZ SEL.</u>) jęczmiennaspyko 150 g (<u>GLU JECZ.</u>) Salałka z buraczków i jabłka z olejem () 100 g Fasolka szparagowa z olejem * 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml	Brokułowa z ziemniakami () 400 ml (<u>GLU PSZ MLE SEL.</u>) Pieczeń ryżynska wieprzowa 100 g (<u>GLU PSZ JAJ.</u>) Sos własny () 50 ml (<u>GLU PSZ SEL.</u>) Sos własny () 50 ml (<u>GLU PSZ SEL.</u>) Kasza (<u>GLU PSZ SEL.</u>) jęczmiennaspyko 150 g (<u>GLU JECZ.</u>) Salałka z buraczków i jabłka z olejem () 100 g Fasolka szparagowa z olejem * 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml	Selerowa z ziemniakami () 400 ml (<u>MLE SEL.</u>) Szynka wieprzowa duszona 90 g (<u>GLU PSZ SEL.</u>) Sos własny () 50 ml (<u>GLU PSZ SEL.</u>) Kasza (<u>GLU PSZ SEL.</u>) jęczmiennaspyko 150 g (<u>GLU JECZ.</u>) Salałka z buraczków i jabłka z olejem () 100 g Fasolka szparagowa z olejem * 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml	Brokułowa z ziemniakami () 400 ml (<u>GLU PSZ MLE SEL.</u>) Pieczeń ryżynska wieprzowa 100 g (<u>GLU PSZ JAJ.</u>) Sos własny () 50 ml (<u>GLU PSZ SEL.</u>) Sos własny () 50 ml (<u>GLU PSZ SEL.</u>) Kasza (<u>GLU PSZ SEL.</u>) jęczmiennaspyko 150 g (<u>GLU JECZ.</u>) Salałka z buraczków i jabłka z olejem () 100 g Surowka wykwintrna z olejem b/c 100 g (<u>JAJ GOR.</u>) Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml	Selerowa z ziemniakami () 400 ml (<u>MLE SEL.</u>) Szynka wieprzowa duszona 90 g (<u>GLU PSZ SEL.</u>) Sos własny () 50 ml (<u>GLU PSZ SEL.</u>) Kasza (<u>GLU PSZ SEL.</u>) jęczmiennaspyko 150 g (<u>GLU JECZ.</u>) Salałka z buraczków i jabłka z olejem () 100 g Surowka wykwintrna z olejem b/c 100 g (<u>JAJ GOR.</u>) Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml	Brokułowa z ziemniakami () 400 ml (<u>GLU PSZ MLE SEL.</u>) Pieczeń ryżynska wieprzowa 100 g (<u>GLU PSZ JAJ.</u>) Sos własny () 50 ml (<u>GLU PSZ SEL.</u>) Sos własny () 50 ml (<u>GLU PSZ SEL.</u>) Kasza (<u>GLU PSZ SEL.</u>) jęczmiennaspyko 150 g (<u>GLU JECZ.</u>) Salałka z buraczków i jabłka z olejem () 100 g Fasolka szparagowa z olejem * 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml	Selerowa z ziemniakami () 400 ml (<u>MLE SEL.</u>) Szynka wieprzowa duszona 90 g (<u>GLU PSZ SEL.</u>) Sos własny () 50 ml (<u>GLU PSZ SEL.</u>) Kasza (<u>GLU PSZ SEL.</u>) jęczmiennaspyko 150 g (<u>GLU JECZ.</u>) Salałka z buraczków i jabłka z olejem () 100 g Fasolka szparagowa z olejem * 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml	Brokułowa z ziemniakami (bez mleka) () 400 ml (<u>GLU PSZ SEL.</u>) Pysz ziemniaczane * 200 g (<u>GLU PSZ SEL.</u>) Sos własny () 50 ml (<u>GLU PSZ SEL.</u>) Salałka z buraczków i jabłka z olejem () 100 g Fasolka szparagowa z olejem * 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml	Brokułowa z ziemniakami (bez mleka) () 400 ml (<u>GLU PSZ SEL.</u>) Pieczeń ryżynska wieprzowa 100 g (<u>GLU PSZ JAJ.</u>) Sos własny () 50 ml (<u>GLU PSZ SEL.</u>) Sos własny () 50 ml (<u>GLU PSZ SEL.</u>) Kasza (<u>GLU PSZ SEL.</u>) jęczmiennaspyko 150 g (<u>GLU JECZ.</u>) Salałka z buraczków i jabłka z olejem () 100 g Fasolka szparagowa z olejem * 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml	Pomidrowa z zacierką (bez mleka) () 400 ml (<u>GLU PSZ JAJ SEL.</u>) Szynka wieprzowa duszona 90 g (<u>GLU PSZ SEL.</u>) Sos własny () 50 ml (<u>GLU PSZ SEL.</u>) Kasza (<u>GLU PSZ SEL.</u>) jęczmiennaspyko 150 g (<u>GLU JECZ.</u>) Salałka z buraczków i jabłka z olejem () 100 g Fasolka szparagowa z olejem * 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml
PD	Obiad									
	Bułka pszenna długa krojona 76 g (<u>GLU PSZ.</u>) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.f.arzo.z.dodat.wody w osł.niejad 50 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 80 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 80 g (<u>SEL.</u>) Mix sałat 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 116 g (<u>GLU PSZ GLU ZYT.</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.f.arzo.z.dodat.wody w osł.niejad 50 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 80 g Mix sałat 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Chleb razowy pszenno-żytni 78 g (<u>GLU PSZ GLU ZYT.</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (<u>MLE.</u>) Pasztet z soczewicy () 50 g (<u>GLU PSZ JAJ.</u>) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.f.arzo.z.dodat.wody w osł.niejad 25 g Surowka z rzodkwi i czarnuszki 80 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Mix sałat 20 g	Chleb razowy pszenno-żytni 116 g (<u>GLU PSZ GLU ZYT.</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (<u>MLE.</u>) Pasztet z soczewicy () 50 g (<u>GLU PSZ JAJ.</u>) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.f.arzo.z.dodat.wody w osł.niejad 25 g Surowka z rzodkwi i czarnuszki 80 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Bułka 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.f.arzo.z.dodat.wody w osł.niejad 50 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 80 g Mix sałat 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Chleb bezglutenowy 116 g Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g (<u>MLE.</u>) Jajko gotowane ki M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Młód (25g) 1 szt Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (<u>SEL.</u>) Mix sałat 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 116 g (<u>GLU PSZ GLU ZYT.</u>) Margaryna roślinna bez mielczna o zaw.80% tł 15 g Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.f.arzo.z.dodat.wody w osł.niejad 60 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 80 g Mix sałat 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml			
PN	Kolacja									
	Kanapka z szynką i sałatką (bułka pszenna 45g, margaryna 5g, szynka 25g, sałata 5g) 1 szt (<u>GLU PSZ SOL.</u>)	Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt	Kanapka z serem żółtym (chleb razowy 50g, margaryna 5g, ser żółty 25g, sałata 5g) 1 szt (<u>GLU PSZ MLE.</u>)	Kanapka z szynką i sałatką (bułka pszenna 45g, margaryna 5g, szynka 25g, sałata 5g) 1 szt (<u>GLU PSZ SOL.</u>)	Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt	Kanapka z szynką i sałatką (bułka pszenna 45g, margaryna 5g, szynka 25g, sałata 5g) 1 szt (<u>GLU PSZ SOL.</u>)	Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt	Kanapka z szynką i sałatką (bułka pszenna 45g, margaryna 5g, szynka 25g, sałata 5g) 1 szt (<u>GLU PSZ SOL.</u>)	Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt	Kanapka z szynką i sałatką (bułka pszenna 45g, margaryna 5g, szynka 25g, sałata 5g) 1 szt (<u>GLU PSZ SOL.</u>)

<nazwa jednostki> <ulica>, <kod>

Jadłospisy w dniu 2023-11-21 KUCHNIA OSTRÓW MAZOWIECKA

OM- VIII Z ograniczeniem tłuszczu Zestaw II	OM- IX Łatwo strawna zestaw I	OM- IX Łatwo strawna zestaw II	OM- X Z ogr. łatwo przyswajalnych węgl. Zestaw I	OM- X Z ogr. łatwo przyswajalnych węgl. Zestaw II	OM- XII Bogatobiałkowa Bogastrawna Zestaw I	OM- XII Bogatobiałkowa Bogastrawna Zestaw II	OM- XIII Niskobiałkowa	OM- XV Beźmleczna Zestaw I	OM- XV Beźmleczna Zestaw II
E: 2137,05 kcal; B: 115,48 g; T: 55,86 g; Kw. tł. nasy.: 17,79 g; W: 305,73 g; W tym cukry: 57,53 g; Bt.: 27,52 g; Sól: 7,05 g	E: 2282,49 kcal; B: 107,56 g; T: 59,80 g; Kw. tł. nasy.: 20,74 g; W: 339,96 g; W tym cukry: 54,47 g; Bt.: 30,68 g; Sól: 8,45 g	E: 2247,10 kcal; B: 109,05 g; T: 64,15 g; Kw. tł. nasy.: 21,19 g; W: 321,23 g; W tym cukry: 55,42 g; Bt.: 32,64 g; Sól: 8,02 g	E: 2733,92 kcal; B: 125,82 g; T: 94,46 g; Kw. tł. nasy.: 30,41 g; W: 362,31 g; W tym cukry: 58,81 g; Bt.: 35,37 g; Sól: 9,17 g	E: 2893,85 kcal; B: 133,24 g; T: 99,80 g; Kw. tł. nasy.: 31,09 g; W: 385,54 g; W tym cukry: 60,52 g; Bt.: 39,84 g; Sól: 9,95 g	E: 2576,79 kcal; B: 125,77 g; T: 76,45 g; Kw. tł. nasy.: 25,86 g; W: 358,39 g; W tym cukry: 64,52 g; Bt.: 26,48 g; Sól: 8,80 g	E: 2541,40 kcal; B: 127,26 g; T: 80,80 g; Kw. tł. nasy.: 26,32 g; W: 339,67 g; W tym cukry: 65,47 g; Bt.: 28,44 g; Sól: 8,36 g	E: 2120,66 kcal; B: 39,24 g; T: 58,66 g; Kw. tł. nasy.: 12,17 g; W: 364,77 g; W tym cukry: 44,52 g; Bt.: 24,98 g; Sól: 3,54 g	E: 2164,78 kcal; B: 86,92 g; T: 60,55 g; Kw. tł. nasy.: 15,39 g; W: 331,92 g; W tym cukry: 21,90 g; Bt.: 31,38 g; Sól: 10,09 g	E: 2096,64 kcal; B: 89,34 g; T: 65,66 g; Kw. tł. nasy.: 16,04 g; W: 299,79 g; W tym cukry: 23,95 g; Bt.: 28,42 g; Sól: 9,89 g

2023-11-21 wtorek

OM- Dzieci 1-3 lat	OM- Papkowata/ Przecierana	OM- Płynna	OM- Bezglutenowa	OM- Położnicza Zestaw I	OM- Położnicza Zestaw II	OM- Kobieta Karmiąca Zestaw I	OM- Kobieta Karmiąca Zestaw II	OM- Bogatorzeszkowa
<p>Platki kukurydziane na mleku 150 ml (MILE.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Margaryna roślinna (80% tł.) 5 g (MILE.) Twarożek z koperkiem 25 g (MILE.) Pomidor biskorki 40 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml</p>	<p>Makaron na mleku 400 ml (GLU PSZ MILE.) Bułka pszenna długa krojona 76 g (GLU PSZ.) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MILE.) Twarożek z koperkiem 80 g (MILE.) Szynka zielonogórska- wp. parzona 25 g (SOL.) Pomidor biskorki 100 g Kawa zbożowa na mleku b/c 300 ml (MILE, GLU ZYT, GLU JECZ.)</p>	<p>Platki kukurydziane na mleku 400 ml (MILE.) Chleb bezglutenowy 100 g Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MILE.) Twarożek z koperkiem 80 g (MILE.) Szynka zielonogórska- wp. parzona 25 g (SOL.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p>	<p>Kanapka z szynką i sałata (chleb bezglutenowy 45g, margaryna 5g, szynka 25g, sałata 5g) 1 szt (SOL.)</p>	<p>Chleb mieszany pszenno-żytni 96 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MILE.) Twarożek z koperkiem 80 g (MILE.) Szynka zielonogórska- wp. parzona 25 g (SOL.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa na mleku b/c 300 ml (MILE, GLU ZYT, GLU JECZ.)</p>	<p>Makaron na mleku 400 ml (GLU PSZ, MILE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 96 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MILE.) Twarożek z koperkiem 80 g (MILE.) Szynka zielonogórska- wp. parzona 25 g (SOL.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa na mleku b/c 300 ml (MILE, GLU ZYT, GLU JECZ.)</p>	<p>Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MILE.) Twarożek z koperkiem 80 g (MILE.) Szynka zielonogórska- wp. parzona 25 g (SOL.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa na mleku b/c 300 ml (MILE, GLU ZYT, GLU JECZ.)</p>	<p>Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MILE.) Twarożek z koperkiem 80 g (MILE.) Szynka zielonogórska- wp. parzona 25 g (SOL.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa na mleku b/c 300 ml (MILE, GLU ZYT, GLU JECZ.)</p>	<p>Makaron pełnoziarnisty na mleku 400 ml (GLU PSZ, MILE.) Chleb razowy pszenno-żytni 116 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MILE.) Twarożek z koperkiem 80 g (MILE.) Szynka zielonogórska- wp. parzona 25 g (SOL.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa na mleku b/c 300 ml (MILE, GLU ZYT, GLU JECZ.)</p>
2023-11-21 wtorek								
Śniadanie								
II ŚN	Ciasno drożdżowe 30 g (GLU PSZ, JAJ, MILE, SOL.)							

OM- Dzieci 1-3 lat	OM- Papkowata/ Przeciera	OM- Płynna	OM- Bezglutenowa	OM- Południowa Zestaw I	OM- Południowa Zestaw II	OM- Kobieta Karmiąca Zestaw I	OM- Kobieta Karmiąca Zestaw II	OM- Bogatorzszkowa
Brokułowa z ziemniakami () 200 ml (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> <u>MLE</u> <u>SEL</u> .) Pieczeń ryńska wieprzowa 50 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> <u>JAU</u> .) Sos własny () 30 ml (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> <u>SEL</u> .) Kasza (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> <u>SEL</u> .) jeźmiennaspyko 70 g (<u>GLU</u> <u>JECZ</u> .) Buraczki gotowane () 100 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Brokułowa z ziemniakami () 400 ml (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> <u>MLE</u> <u>SEL</u> .) Szynka wieprzowa duszona 90 g Sos własny () 50 ml (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> <u>SEL</u> .) Kasza jeźmiennaspyko 150 g (<u>GLU</u> <u>JECZ</u> .) Salatka z buraczków i jabłka z olejem () 100 g Fasolka szparagowa z olejem * 100 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> .) Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml	Selerowa z ziemniakami () 400 ml (<u>MLE</u> <u>SEL</u> .) Szynka wieprzowa duszona 90 g Sos własny (bez glutenu) 50 ml Ryż na sypko 150 g Salatka z buraczków i jabłka z olejem () 100 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 200 g jeźmiennaspyko 150 g (<u>GLU</u> <u>JECZ</u> .) Salatka z buraczków i jabłka z olejem () 300 ml	Brokułowa z ziemniakami () 400 ml (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> <u>MLE</u> <u>SEL</u> .) Pieczeń ryńska wieprzowa 100 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> <u>JAU</u> .) Sos własny () 50 ml (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> <u>SEL</u> .) Kasza (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> <u>SEL</u> .) jeźmiennaspyko 150 g (<u>GLU</u> <u>JECZ</u> .) Salatka z buraczków i jabłka z olejem () 100 g Fasolka szparagowa z olejem * 100 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> .) Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml	Selerowa z ziemniakami () 400 ml (<u>MLE</u> <u>SEL</u> .) Szynka wieprzowa duszona 90 g Sos własny () 50 ml (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> <u>SEL</u> .) Kasza (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> <u>SEL</u> .) jeźmiennaspyko 150 g (<u>GLU</u> <u>JECZ</u> .) Salatka z buraczków i jabłka z olejem () 100 g Fasolka szparagowa z olejem * 100 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> .) Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml	Brokułowa z ziemniakami () 400 ml (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> <u>MLE</u> <u>SEL</u> .) Pieczeń ryńska wieprzowa 100 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> <u>JAU</u> .) Sos własny () 50 ml (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> <u>SEL</u> .) Kasza (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> <u>SEL</u> .) jeźmiennaspyko 150 g (<u>GLU</u> <u>JECZ</u> .) Salatka z buraczków i jabłka z olejem () 100 g Fasolka szparagowa z olejem * 100 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> .) Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml	Selerowa z ziemniakami () 400 ml (<u>MLE</u> <u>SEL</u> .) Szynka wieprzowa duszona 90 g Sos własny () 50 ml (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> <u>SEL</u> .) Kasza (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> <u>SEL</u> .) jeźmiennaspyko 150 g (<u>GLU</u> <u>JECZ</u> .) Salatka z buraczków i jabłka z olejem () 100 g Fasolka szparagowa z olejem * 100 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> .) Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml	Brokułowa z ziemniakami () 400 ml (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> <u>MLE</u> <u>SEL</u> .) Pieczeń ryńska wieprzowa 100 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> <u>JAU</u> .) Sos własny () 50 ml (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> <u>SEL</u> .) Kasza (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> <u>SEL</u> .) jeźmiennaspyko 150 g (<u>GLU</u> <u>JECZ</u> .) Salatka z buraczków i jabłka z olejem () 100 g Fasolka szparagowa z olejem * 100 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> .) Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml	Brokułowa z ziemniakami () 400 ml (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> <u>MLE</u> <u>SEL</u> .) Pieczeń ryńska wieprzowa 100 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> <u>JAU</u> .) Sos własny () 50 ml (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> <u>SEL</u> .) Kasza (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> <u>SEL</u> .) jeźmiennaspyko 150 g (<u>GLU</u> <u>JECZ</u> .) Salatka z buraczków i jabłka z olejem () 100 g Fasolka szparagowa z olejem * 100 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> .) Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml
Masłanka 150 ml (<u>MLE</u> .)				Masłanka 150 ml (<u>MLE</u> .)				
Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bulka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> .) Margaryna roślinna (80% tł.) 5 g (<u>MLE</u> .) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rodz.wędz.f. arzo.z.dodat.wody w osł.niejad 30 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 40 g (<u>SEL</u> .) Mix salat 20 g	Bulka pszenna długa krojona 76 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> .) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (<u>MLE</u> .) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rodz.wędz.parzo.z.dodat.wody w osł.niejad 50 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (<u>SEL</u> .) Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Chleb bezglutenowy 100 g Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (<u>MLE</u> .) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rodz.wędz.f. arzo.z.dodat.wody w osł.niejad 50 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 80 g (<u>SEL</u> .) Mix salat 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 116 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> <u>GLU</u> <u>ZYT</u> .) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (<u>MLE</u> .) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rodz.wędz.parzo.z.dodat.wody w osł.niejad 50 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 80 g (<u>SEL</u> .) Mix salat 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml					Chleb razowy pszenno-żytni 116 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> <u>GLU</u> <u>ZYT</u> .) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (<u>MLE</u> .) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rodz.wędz.f. arzo.z.dodat.wody w osł.niejad 25 g Surówka z rzodkwi i czarnuszki 80 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml
PN	Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt							Kanapka z serem żółtym (chleb razowy 50g, margaryna 5g, ser żółty 25g, salata 5g) 1 szt (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> <u>MLE</u> .)

2023-11-21 wtorek

OM- Dzieci 1-3 lat	OM- Pappkowa/Przeclerana	OM- Płynna	OM- Bezglutenowa	OM- Położnicza Zestaw I	OM- Położnicza Zestaw II	OM- Kobieta Karmiąca Zestaw I	OM- Kobieta Karmiąca Zestaw II	OM- Bogatorozzkowa
E: 1204,70 kcal; B: 53,76 g; T: 28,43 g; Kw. tł. nasy.: 9,25 g; W: 187,99 g; W tym cukry: 32,31 g; Bt.: 16,50 g; Sól: 3,89 g.	E: 2132,93 kcal; B: 109,55 g; T: 64,65 g; Kw. tł. nasy.: 21,04 g; W: 288,43 g; W tym cukry: 56,97 g; Bt.: 25,82 g; Sól: 6,35 g.	E: 2300,95 kcal; B: 88,07 g; T: 78,02 g; Kw. tł. nasy.: 19,63 g; W: 316,68 g; W tym cukry: 47,70 g; Bt.: 25,15 g; Sól: 5,17 g.	E: 2557,49 kcal; B: 118,01 g; T: 67,55 g; Kw. tł. nasy.: 22,60 g; W: 380,01 g; W tym cukry: 61,52 g; Bt.: 31,83 g; Sól: 9,14 g.	E: 2522,10 kcal; B: 119,50 g; T: 71,90 g; Kw. tł. nasy.: 23,05 g; W: 361,28 g; W tym cukry: 62,47 g; Bt.: 33,79 g; Sól: 8,71 g.	E: 2557,49 kcal; B: 118,01 g; T: 67,55 g; Kw. tł. nasy.: 22,60 g; W: 380,01 g; W tym cukry: 61,52 g; Bt.: 31,83 g; Sól: 9,14 g.	E: 2522,10 kcal; B: 119,50 g; T: 71,90 g; Kw. tł. nasy.: 23,05 g; W: 361,28 g; W tym cukry: 62,47 g; Bt.: 33,79 g; Sól: 8,71 g.	E: 2733,34 kcal; B: 124,65 g; T: 87,12 g; Kw. tł. nasy.: 27,93 g; W: 379,43 g; W tym cukry: 58,96 g; Bt.: 34,85 g; Sól: 9,20 g.	

2023-11-21 wtorek

<nazwa jednostki>
<ulica>, <kod>

Oznaczenia wskaźników odz.:

- E - Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal],
- B - Białko ogółemwg 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 - MM

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