

2023-11-23 czwartek											
PN	Kolacja										
	Chleb mieszaný pszemno-żytni (80% t.) 96 g (GLUPSZ, GLUZYT.) Margaryna roślinna (80% t.) 10 g (MLE.) Pasta z oleiciżcyż w ważzywami (i) 50 g (SEL.) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rodz.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.nieład 25 g Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Sonda miesna! 400 g (JAJ, SEL.)	Bułka pszenna długa krojona 76 g (GLUPSZ.) Margaryna roślinna (80% t.) 10 g (MLE.) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rodz.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.nieład 50 g Fasolka szparagowa z wody* 80 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Sałata zielona 20 g	OM-IV Łatwo strawna dziecżąca Zestaw I	OM-IV Łatwo strawna dziecżąca Zestaw II	OM-VI Poopercyjna Zestaw I	OM-VI Poopercyjna Zestaw II	OM-VII Z ogr.sub.pobudz.wydz.so.ku żoład. Zestaw I	OM-VIII Z ogr.sub.pobudz.wydz.so.ku żoład. Zestaw II	OM-VIII Z ograniczeniem tłuszczu Zestaw I	Bułka pszenna długa krojona 90 g (GLUPSZ.) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rodz.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.nieład 50 g Fasolka szparagowa z wody* 80 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml
	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt	Sonda ziemniaczana 300 g (JAJ, MLE, SEL.)	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt							Kanapka z szynką i sałatką (bułka pszenna 45g, margarina 5g, szynka 25g, sałata 5g) 1 szt (GLUPSZ, SOJ.)	
	E: 2298,55 kcal; B: 105,56 g; T: 74,80 g; Kw. t. nasy.: 24,34 g; W: 314,90 g; W tym cukry: 55,40 g; Bf.: 34,30 g; Soli: 9,47 g.	E: 2297,47 kcal; B: 101,42 g; T: 69,27 g; Kw. t. nasy.: 23,70 g; W: 331,70 g; W tym cukry: 61,15 g; Bf.: 35,31 g; Soli: 9,66 g.	E: 2196,79 kcal; B: 118,24 g; T: 97,32 g; Kw. t. nasy.: 36,43 g; W: 222,76 g; W tym cukry: 89,12 g; Bf.: 21,35 g; Soli: 2,66 g.	E: 2121,70 kcal; B: 103,53 g; T: 62,60 g; Kw. t. nasy.: 16,22 g; W: 301,14 g; W tym cukry: 54,81 g; Bf.: 29,80 g; Soli: 7,70 g.	E: 2120,02 kcal; B: 100,36 g; T: 57,16 g; Kw. t. nasy.: 15,60 g; W: 316,70 g; W tym cukry: 59,96 g; Bf.: 30,95 g; Soli: 7,89 g.	E: 2275,53 kcal; B: 115,99 g; T: 71,19 g; Kw. t. nasy.: 21,46 g; W: 307,51 g; W tym cukry: 53,11 g; Bf.: 30,03 g; Soli: 8,70 g.	E: 2273,85 kcal; B: 112,81 g; T: 65,75 g; Kw. t. nasy.: 20,84 g; W: 323,07 g; W tym cukry: 58,26 g; Bf.: 31,18 g; Soli: 8,89 g.	E: 2275,53 kcal; B: 115,99 g; T: 71,19 g; Kw. t. nasy.: 21,46 g; W: 307,51 g; W tym cukry: 53,11 g; Bf.: 30,03 g; Soli: 8,70 g.	E: 2273,85 kcal; B: 112,81 g; T: 65,75 g; Kw. t. nasy.: 20,84 g; W: 323,07 g; W tym cukry: 58,26 g; Bf.: 31,18 g; Soli: 8,89 g.	E: 2190,61 kcal; B: 117,46 g; T: 55,11 g; Kw. t. nasy.: 15,83 g; W: 320,74 g; W tym cukry: 53,25 g; Bf.: 30,54 g; Soli: 8,23 g.	

OM- VIII Z ograniczeniem tłuszczu Zestaw II	OM- IX Łatwo strawna Zestaw I	OM- IX Łatwo strawna Zestaw II	OM- X Z ogr. łatwo przyswajalnych węgl. Zestaw I	OM- X Z ogr. łatwo przyswajalnych węgl. Zestaw II	OM- XII Bogatobiałkowa łatwostrawna Zestaw I	OM- XII Bogatobiałkowa łatwostrawna Zestaw II	OM- XV Beźmięczna Zestaw I	OM- XV Beźmięczna Zestaw II	OM- Dzieci 1-3 lat	
<p>Platki owsiane na mleku 400 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Bułka pszenna duża krojona 90 g (<u>GLU PSZ.</u>) Serrek homo o smaku naturalnym z ziołami 80 g (<u>MLE.</u>) Szyńska z pierśią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona w osłonce niejadłatalej 25 g (<u>SOJ, SEL.</u>) Słupki z marchewki gotowanej 90 g Kawa zbożowa na mleku b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.</u>) Roszponka 10 g</p>	<p>Platki owsiane na mleku 400 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 96 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (<u>MLE.</u>) Serrek homo o smaku naturalnym z ziołami 80 g (<u>MLE.</u>) Szyńska z pierśią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona w osłonce niejadłatalej 25 g (<u>SOJ, SEL.</u>) Słupki z marchewki gotowanej 90 g Roszponka 10 g Kawa zbożowa na mleku b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.</u>)</p>	<p>400 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) 96 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u>) 10 g (<u>MLE.</u>) 80 g (<u>MLE.</u>) 25 g (<u>SOJ, SEL.</u>) 90 g 10 g 300 ml (<u>MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.</u>)</p>	<p>Platki owsiane na mleku 400 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Chleb razowy pszenno-żytni 116 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (<u>MLE.</u>) Serrek homo o smaku naturalnym z ziołami 80 g (<u>MLE.</u>) Szyńska z pierśią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona w osłonce niejadłatalej 25 g (<u>SOJ, SEL.</u>) Słupki z marchewki 90 g Roszponka 10 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p>	<p>Platki owsiane na mleku 400 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Chleb razowy pszenno-żytni 116 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (<u>MLE.</u>) Serrek homo o smaku naturalnym z ziołami 80 g (<u>MLE.</u>) Szyńska z pierśią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona w osłonce niejadłatalej 25 g (<u>SOJ, SEL.</u>) Słupki z marchewki 90 g Roszponka 10 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p>	<p>Platki owsiane na mleku 400 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 96 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (<u>MLE.</u>) Serrek homo o smaku naturalnym z ziołami 80 g (<u>MLE.</u>) Szyńska z pierśią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona w osłonce niejadłatalej 25 g (<u>SOJ, SEL.</u>) Słupki z marchewki gotowanej 90 g Roszponka 10 g Kawa zbożowa na mleku b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.</u>)</p>	<p>Platki owsiane na mleku 400 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 96 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (<u>MLE.</u>) Serrek homo o smaku naturalnym z ziołami 80 g (<u>MLE.</u>) Szyńska z pierśią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona w osłonce niejadłatalej 25 g (<u>SOJ, SEL.</u>) Słupki z marchewki gotowanej 90 g Roszponka 10 g Kawa zbożowa na mleku b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.</u>)</p>	<p>Platki owsiane na wywarze jarzynowym 400 ml (<u>SEL, GLU OW.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 116 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw. 80% tł 15 g Szyńska z pierśią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona w osłonce niejadłatalej 80 g (<u>SOJ, SEL.</u>) Dżem 30 g Słupki z marchewki gotowanej 90 g Roszponka 10 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p>	<p>Platki owsiane na wywarze jarzynowym 400 ml (<u>SEL, GLU OW.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 116 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw. 80% tł 15 g Baton szynkowy z kurczak 60 g Słupki z marchewki gotowanej 90 g Roszponka 10 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p>	<p>Platki kukurydziane na mleku 200 ml (<u>MLE.</u>) Bułka pszenna duża krojona 32 g (<u>GLU PSZ.</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 5 g (<u>MLE.</u>) Ser żółty 25 g (<u>MLE.</u>) Pomidor biskofki 40 g Roszponka 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml</p>	
<p>II ŚN</p>										
<p>Barszcz czerwony z ziemniakami () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Zrazik wieprzowy pieczony mielony 100 g (<u>GLU PSZ, JAU.</u>) Sos pomidorowy 50 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Kasza jęczmienna/syplik 150 g (<u>GLU JECZ.</u>) Brokuł z olejem* 100 g Seler z pietruszką gotowany z olejem () 100 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml</p>	<p>Jarzynowa z ziemniakami () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Bitka wieprzowa z szynki duszona 90 g (<u>GLU PSZ.</u>) Sos pomidorowy 50 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Kasza jęczmienna/syplik 150 g (<u>GLU JECZ.</u>) Brokuł z olejem* 100 g Seler z pietruszką gotowany z olejem () 100 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml</p>	<p>Barszcz czerwony z ziemniakami () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Zrazik wieprzowy pieczony mielony 100 g (<u>GLU PSZ, JAU.</u>) Sos pomidorowy 50 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Kasza jęczmienna/syplik 150 g (<u>GLU JECZ.</u>) Brokuł z olejem* 100 g Seler z pietruszką gotowany z olejem () 100 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml</p>	<p>Pieczarkowa z ziemniakami () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Bitka wieprzowa z szynki duszona 90 g (<u>GLU PSZ.</u>) Sos pomidorowy 50 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Kasza bulgur 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Surówka wielowarstwowa z olejem b/c () 100 g (<u>SEL.</u>) Brokuł z olejem* 100 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml</p>	<p>Jarzynowa z ziemniakami () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Zrazik wieprzowy pieczony mielony 100 g (<u>GLU PSZ, JAU.</u>) Sos pomidorowy 50 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Kasza bulgur 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Surówka wielowarstwowa z olejem b/c () 100 g (<u>SEL.</u>) Brokuł z olejem* 100 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml</p>	<p>Kanapka z szynką drobiową i sałata (bułka pszenna 50g, margaryna 5g, szynka 25g, sałata 5g) 1 szt (<u>GLU PSZ, SOJ, GLU ZYT.</u>)</p>	<p>Kanapka z szynką i sałata (bułka pszenna 45g, margaryna 5g, szynka 25g, sałata 5g) 1 szt (<u>GLU PSZ, SOJ.</u>)</p>	<p>Jarzynowa z ziemniakami (bez mleka) () 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Zrazik wieprzowy pieczony mielony 100 g (<u>GLU PSZ, JAU.</u>) Sos pomidorowy 50 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Kasza jęczmienna/syplik 150 g (<u>GLU JECZ.</u>) Brokuł z olejem* 100 g Seler z pietruszką gotowany z olejem () 100 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml</p>	<p>Jarzynowa z ziemniakami () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Zrazik wieprzowy pieczony mielony 100 g (<u>GLU PSZ, JAU.</u>) Sos pomidorowy 50 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Kasza jęczmienna/syplik 150 g (<u>GLU JECZ.</u>) Brokuł z olejem* 100 g Seler z pietruszką gotowany z olejem () 100 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml</p>	<p>Jarzynowa z ziemniakami (bez mleka) () 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Zrazik wieprzowy pieczony mielony 100 g (<u>GLU PSZ, JAU.</u>) Sos pomidorowy 50 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Kasza jęczmienna/syplik 150 g (<u>GLU JECZ.</u>) Brokuł z olejem* 100 g Seler z pietruszką gotowany z olejem () 100 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml</p>	<p>Barszcz czerwony z ziemniakami (bez mleka) () 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Zrazik wieprzowy pieczony mielony 100 g (<u>GLU PSZ, JAU.</u>) Sos pomidorowy 30 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Kasza jęczmienna/syplik 90 g (<u>GLU JECZ.</u>) Brokuł z olejem* 50 g Seler z pietruszką gotowany z olejem () 50 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 250 ml</p>
PD	Obiad									
	Masłanka 150 ml (<u>MLE.</u>)									
	Banan 150 g									

OM- VIII Z ograniczeniem tłuszczu Zestaw II	OM- IX Łatwo strawna Zestaw I	OM- IX Łatwo strawna Zestaw II	OM- X Z ogr. łatwo przyswajalnych węgl. Zestaw I	OM- X Z ogr. łatwo przyswajalnych węgl. Zestaw II	OM- XII Bogatobiałkowa łatwostrawna Zestaw I	OM- XII Bogatobiałkowa łatwostrawna Zestaw II	OM- XV Beźmieczna Zestaw I	OM- XV Beźmieczna Zestaw II	OM- Dzieci 1-3 lat	
Bułka pszenna duża krojona 90 g (<u>GLU PSZ</u>) Szynkowa dębowa Kiel:wp.gr:rozd:wędz:parzo:z: dodati:wody w osi:niejad 50 g Fasolka szparagowa z wody* 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni (<u>PSZ, GLU,ZYT, I</u>) 10 g (<u>MLE</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) Szynkowa dębowa Kiel:wp.gr:rozd:wędz:parzo:z: dodati:wody w osi:niejad 50 g Fasolka szparagowa z olejem Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 116 g (<u>GLU PSZ, GLU,ZYT, I</u>) 10 g (<u>MLE</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) Szynkowa dębowa Kiel:wp.gr:rozd:wędz:parzo:z: dodati:wody w osi:niejad 50 g Fasolka szparagowa z olejem Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Chleb razowy pszenno-żytni 116 g (<u>GLU PSZ, GLU,ZYT, I</u>) 10 g (<u>MLE</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) Szynkowa dębowa Kiel:wp.gr:rozd:wędz:parzo:z: dodati:wody w osi:niejad 25 g Pasta z cieterczy z warzywami* 50 g (<u>SEL</u>) Papryka świeża 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 96 g (<u>GLU PSZ, GLU,ZYT, I</u>) 10 g (<u>MLE</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) Szynkowa dębowa Kiel:wp.gr:rozd:wędz:parzo:z: dodati:wody w osi:niejad 100 g Fasolka szparagowa z olejem * 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 116 g (<u>GLU PSZ, GLU,ZYT, I</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) Szynkowa dębowa Kiel:wp.gr:rozd:wędz:parzo:z: dodati:wody w osi:niejad 100 g Fasolka szparagowa z olejem * 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 116 g (<u>GLU PSZ, GLU,ZYT, I</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) Szynkowa dębowa Kiel:wp.gr:rozd:wędz:parzo:z: dodati:wody w osi:niejad 100 g Fasolka szparagowa z olejem * 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 116 g (<u>GLU PSZ, GLU,ZYT, I</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) Szynkowa dębowa Kiel:wp.gr:rozd:wędz:parzo:z: dodati:wody w osi:niejad 100 g Fasolka szparagowa z olejem * 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 116 g (<u>GLU PSZ, GLU,ZYT, I</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) Szynkowa dębowa Kiel:wp.gr:rozd:wędz:parzo:z: dodati:wody w osi:niejad 100 g Fasolka szparagowa z olejem * 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna duża krojona 32 g (<u>GLU PSZ</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 5 g (<u>MLE</u>) Szynkowa dębowa Kiel:wp.gr:rozd:wędz:parzo:z: dodati:wody w osi:niejad 30 g Fasolka szparagowa z olejem * 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	
PN Kanapka z szynką i sałatą (bułka pszenna 45g, margarina 5g, szynka 25g, sałata 5g) 1 szt (<u>GLU,PSZ, SOL</u>)	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt	E: 2210,74 kcal; B: 108,77 g; T: 65,32 g; Kw. tł. nasy.: 19,38 g; W: 312,51 g; W tym cukry: 50,66 g; Bł.: 33,36 g; Sól: 9,52 g.	E: 2209,06 kcal; B: 105,59 g; T: 59,88 g; Kw. tł. nasy.: 18,76 g; W: 328,07 g; W tym cukry: 55,81 g; Bł.: 34,51 g; Sól: 9,71 g.	E: 2643,91 kcal; B: 122,05 g; T: 83,96 g; Kw. tł. nasy.: 24,15 g; W: 361,89 g; W tym cukry: 41,12 g; Bł.: 34,85 g; Sól: 10,97 g.	E: 2568,38 kcal; B: 112,65 g; T: 77,65 g; Kw. tł. nasy.: 23,50 g; W: 366,66 g; W tym cukry: 41,86 g; Bł.: 34,85 g; Sól: 10,82 g.	E: 2658,04 kcal; B: 132,81 g; T: 83,17 g; Kw. tł. nasy.: 25,10 g; W: 360,34 g; W tym cukry: 58,89 g; Bł.: 34,46 g; Sól: 12,43 g.	E: 2656,36 kcal; B: 129,63 g; T: 77,73 g; Kw. tł. nasy.: 24,48 g; W: 375,90 g; W tym cukry: 64,04 g; Bł.: 35,61 g; Sól: 12,62 g.	E: 2269,80 kcal; B: 88,95 g; T: 66,94 g; Kw. tł. nasy.: 15,95 g; W: 344,97 g; W tym cukry: 32,43 g; Bł.: 36,08 g; Sól: 10,62 g.	E: 2180,66 kcal; B: 87,04 g; T: 66,55 g; Kw. tł. nasy.: 14,68 g; W: 325,96 g; W tym cukry: 25,98 g; Bł.: 37,00 g; Sól: 10,53 g.	E: 1287,18 kcal; B: 50,56 g; T: 37,17 g; Kw. tł. nasy.: 13,52 g; W: 196,17 g; W tym cukry: 61,04 g; Bł.: 17,16 g; Sól: 4,73 g.

2023-11-23 czwartek

<nazwa_jednostki> <jilca>, <kod>

Jadłospisy w dniu 2023-11-23 KUCHNIA OSTRÓW MAZOWIECKA

OM- Papkowata/ Przeclerana	OM- Pymna	OM- Poloznicza Zestaw I	OM- Poloznicza Zestaw II	OM- Kobieta Karmiacza Zestaw I	OM- Kobieta Karmiacza Zestaw II	OM- Specjalna
2023-11-23 czwartek						
Kolacja						
Bulka pszenna dluga krojona 76 g (GLUPSZ.) Margaryna rosilna (80% t.) 10 g (MLE.) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr:rozdz.wędz.panzo.z dodat.wody w osł.miejad 50 g Fasolka szparagowa z wody* 100 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 116 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Margaryna rosilna (80% t.) 10 g (MLE.) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr:rozdz.wędz.panzo.z dodat.wody w osł.miejad 50 g Fasolka szparagowa z olejem* 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml		Chleb bezglutenowy 116 g Margaryna rosilna (80% t.) 15 g (MLE.) Pasta jarzynowa () (march, pietr, seler ziem, j ab) 100 g (MLE, SEL,) Miod (25g) 2 szt Fasolka szparagowa z olejem* 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Ryzowa (bez mleka) () 400 ml (SEL,)		Mils owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt	
Sok pomidorowy 0,3l 1 szt						
PN	E: 2106,49 kcal; B: 105,50 g; T: 61,46 g; Kw. t. nasy: 19,74 g; W: 297,84 g; W tym cukry: 58,24 g; Bt.: 30,66 g; Sol: 7,94 g;	E: 2487,04 kcal; B: 112,73 g; T: 69,07 g; Kw. t. nasy: 19,97 g; W: 370,80 g; W tym cukry: 89,51 g; Bt.: 36,30 g; Sol: 9,74 g;	E: 2485,36 kcal; B: 109,55 g; T: 63,63 g; Kw. t. nasy: 19,36 g; W: 386,36 g; W tym cukry: 94,66 g; Bt.: 37,45 g; Sol: 9,93 g;	E: 2487,04 kcal; B: 112,73 g; T: 69,07 g; Kw. t. nasy: 19,97 g; W: 370,80 g; W tym cukry: 89,51 g; Bt.: 36,30 g; Sol: 9,74 g;	E: 2485,36 kcal; B: 109,55 g; T: 63,63 g; Kw. t. nasy: 19,36 g; W: 386,36 g; W tym cukry: 94,66 g; Bt.: 37,45 g; Sol: 9,93 g;	E: 2013,09 kcal; B: 45,25 g; T: 48,65 g; Kw. t. nasy: 10,82 g; W: 359,13 g; W tym cukry: 55,44 g; Bt.: 30,66 g; Sol: 2,89 g;

NAPRZÓD CATERING Sp. z o.o.
ul. Traktorowa 126 lok. 301, 91-204 Łódź
NIP 6772398589 REGON 363712480
KRS 0000601008

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,
- WM - WM,

<nazwa jednostki>
<ulica>, <kod>

