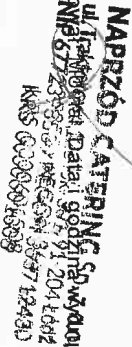


2023-11-30 czwartek									
OM- I Podstawowa zestaw I	OM- I Podstawowa zestaw II	OM- III b Do żywienia przez sondę	OM- IV Łatwo strawna dziecięca Zestaw I	OM- IV Łatwo strawna dziecięca Zestaw II	OM- VI Pooperacyjna Zestaw I	OM- VI Pooperacyjna Zestaw II	OM- VII Z ogr. sub. pobudz. wydz. soku żoład. Zestaw I	OM- VII Z ogr. sub. pobudz. wydz. soku żoład. Zestaw II	OM- VIII Z ograniczeniem tłuszczu Zestaw I
Śniadanie									
Plakki owsiane na mleku <u>(MLE, GLU OW.)</u> 400 ml Chleb razowy pszemno-żytni <u>(GLU PSZ, GLU ŻYT.)</u> 116 g Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g <u>(MLE.)</u> Ser żółty 25 g <u>(MLE.)</u> Poledwica wiśniowa wędzónka wieprzowa z dodatkowym wody wędzona parzona 25 g <u>(GLU PSZ, SOJ.)</u> Słupki z marchewki 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa na mleku b/c 300 ml <u>(MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)</u> Banan 1 szt. 1 szt		Sonda / płynna śn. 400 g <u>(GLU PSZ, MLE.)</u>	Plakki owsiane na mleku <u>(MLE, GLU OW.)</u> 400 ml Chleb mieszany pszemno-żytni 96 g <u>(GLU PSZ, GLU ŻYT.)</u> Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g <u>(MLE.)</u> Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 80 g <u>(MLE.)</u> Poledwica wiśniowa wędzónka wieprzowa z dodatkowym wody wędzona parzona 25 g <u>(GLU PSZ, SOJ.)</u> Słupki z marchewki gotowanej 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa na mleku b/c 300 ml <u>(MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)</u> Banan 1 szt. 1 szt	Plakki owsiane na mleku 400 ml <u>(MLE, GLU OW.)</u> Bułka pszenna długa krojona 76 g <u>(GLU PSZ.)</u> Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g <u>(MLE.)</u> Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 80 g <u>(MLE.)</u> Poledwica wiśniowa wędzónka wieprzowa z dodatkowym wody wędzona parzona 25 g <u>(GLU PSZ, SOJ.)</u> Słupki z marchewki gotowanej 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa na mleku b/c 300 ml <u>(MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)</u> Banan 1 szt. 1 szt	Plakki owsiane na mleku 400 ml <u>(MLE, GLU OW.)</u> Bułka pszenna długa krojona 90 g <u>(GLU PSZ.)</u> Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 80 g <u>(MLE.)</u> Poledwica wiśniowa wędzónka wieprzowa z dodatkowym wody wędzona parzona 25 g <u>(GLU PSZ, SOJ.)</u> Słupki z marchewki gotowanej 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa na mleku b/c 300 ml <u>(MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)</u> Banan 1 szt. 1 szt	Kanapka z szynką i sałata (bułka pszenna 32g, margaryna 5g, szynka 25g, sałata 5g) 1 szt <u>(GLU PSZ, SOJ.)</u>			
II ŚN		Sonda mleczna! 400 g <u>(GLU PSZ, JAJ, MLE.)</u>	Biskwopiy 30 g <u>(GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JECZ.)</u>						

2023-11-30 czwartek

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 żoład. Zestaw I	OM- VII Z ogr. sub. pobudz. wydz. soku żoład. Zestaw II	OM- VIII Z ograniczeniem tłuszczu Zestaw I
E: 2673,43 kcal; B: 120,82 g; T: 72,21 g; Kw. tł. nasy.: 24,71 g; W: 376,47 g; W tym cukry: 98,74 g; Bł.: 37,86 g; Sól: 8,95 g.	E: 2445,29 kcal; B: 113,36 g; T: 65,17 g; Kw. tł. nasy.: 23,75 g; W: 367,10 g; W tym cukry: 93,26 g; Bł.: 37,10 g; Sól: 8,42 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: 2556,86 kcal; B: 119,50 g; T: 67,94 g; Kw. tł. nasy.: 20,18 g; W: 388,98 g; W tym cukry: 109,09 g; Bł.: 36,41 g; Sól: 9,15 g.	E: 2483,48 kcal; B: 114,26 g; T: 61,02 g; Kw. tł. nasy.: 19,24 g; W: 391,73 g; W tym cukry: 105,38 g; Bł.: 36,18 g; Sól: 8,94 g.	E: 2567,18 kcal; B: 124,33 g; T: 73,88 g; Kw. tł. nasy.: 22,16 g; W: 365,39 g; W tym cukry: 102,65 g; Bł.: 33,46 g; Sól: 8,27 g.	E: 2441,44 kcal; B: 115,90 g; T: 66,70 g; Kw. tł. nasy.: 21,16 g; W: 358,17 g; W tym cukry: 97,77 g; Bł.: 32,57 g; Sól: 7,74 g.	E: 2567,18 kcal; B: 124,33 g; T: 73,88 g; Kw. tł. nasy.: 22,16 g; W: 365,39 g; W tym cukry: 102,65 g; Bł.: 33,46 g; Sól: 8,27 g.	E: 2248,24 kcal; B: 109,67 g; T: 65,65 g; Kw. tł. nasy.: 20,97 g; W: 317,78 g; W tym cukry: 96,93 g; Bł.: 31,31 g; Sól: 7,08 g.	E: 2486,36 kcal; B: 123,19 g; T: 66,15 g; Kw. tł. nasy.: 19,41 g; W: 364,78 g; W tym cukry: 102,76 g; Bł.: 30,82 g; Sól: 8,42 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 jatrostrawna Zestaw I	OM- XII Bogatobiałkowa jatrostrawna Zestaw II	OM- XIII Niskobiałkowa	OM- XV Bezmleczna Zestaw I	OM- XV Bezmleczna Zestaw II
Platki owsiane na mleku 400 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Bułka pszenna długa krojona 90 g (<u>GLU PSZ.</u>) Serrek homo o smaku naturalnym z ziołami 80 g (<u>MLE.</u>) Poledwica wiśniowa wędzónka wieprzowa z dodatkowym wodą wędzóna parzona 25 g (<u>GLU PSZ. SOL.</u>) Słupki z marchewki gotowanej 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa na mleku b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ZYT.</u>) (<u>GLU JECZ.</u>) Banan 1 szt. 1 szt	Platki owsiane na mleku (<u>GLU OW.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni (<u>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>) Poledwica wiśniowa wędzónka wieprzowa z dodatkowym wodą wędzóna parzona 25 g (<u>GLU PSZ. SOL.</u>) Słupki z marchewki gotowanej 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa na mleku b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ZYT.</u>) (<u>GLU JECZ.</u>) Banan 1 szt. 1 szt	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>) Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Poledwica wiśniowa wędzónka wieprzowa z dodatkowym wodą wędzóna parzona 25 g (<u>GLU PSZ. SOL.</u>) Ser żółty 25 g (<u>MLE.</u>) Słupki z marchewki gotowanej 80 g Sałata zielona 20 g Jabłko 1 szt. 1 szt	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>) Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Poledwica wiśniowa wędzónka wieprzowa z dodatkowym wodą wędzóna parzona 25 g (<u>GLU PSZ. SOL.</u>) Ser żółty 30 g (<u>MLE.</u>) Słupki z marchewki gotowanej 80 g Sałata zielona 20 g Jabłko 1 szt. 1 szt	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>) Poledwica wiśniowa wędzónka wieprzowa z dodatkowym wodą wędzóna parzona 25 g (<u>GLU PSZ. SOL.</u>) Słupki z marchewki gotowanej 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa na mleku b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ZYT.</u>) (<u>GLU JECZ.</u>) Banan 1 szt. 1 szt	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 Poledwica wiśniowa wędzónka wieprzowa z dodatkowym wodą wędzóna parzona 60 g (<u>GLU PSZ. SOL.</u>) Dżem 30 g Słupki z marchewki gotowanej 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Banan 1 szt. 1 szt	Kanapka z szynką i pomidorem (chleb razowy 50g, margaryna 5g, szynka 25g, pomidor 15g) 1 szt (<u>GLU PSZ. SOL.</u>) (<u>ZYT.</u>)	Kanapka z szynką i sałata (bułka pszenna 32g, margaryna 5g, szynka 25g, sałata 5g) 1 szt (<u>GLU PSZ. SOL.</u>)		
2023-11-30 czwartek									
Śniadanie									
II ŚN									

<p>OM- VIII Z ograniczeniem tłuszczy 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 łatwostrawna Zestaw I</p>	<p>OM- XII Bogatobiałkowa łatwostrawna Zestaw II</p>	<p>OM- XIII Niskobiałkowa</p>	<p>OM- XV Bezmleczna Zestaw I</p>	<p>OM- XV Bezmleczna Zestaw II</p>
<p>Jarzynowa z ziemniakami () 400 ml (<u>GLU</u> <u>PSZ</u>, <u>MLE</u>, <u>SEL</u>.) Zrazik wieprzowy pieczony mielony 100 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u>, <u>JAU</u>.) Sos pomidorowy 50 ml (<u>GLU</u> <u>PSZ</u>.) Kasza jęczmienna/sytko 150 g (<u>GLU</u> <u>JECZ</u>.) Brokuł gotowany z dodatkiem oleju* 200 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml</p>	<p>Barszcz czerniony z ziemniakami () 400 ml (<u>GLU</u> <u>PSZ</u>, <u>MLE</u>, <u>SEL</u>.) Bika wieprzowa z szynki duszona 100 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u>.) Sos pomidorowy 50 ml (<u>GLU</u> <u>PSZ</u>.) Kasza jęczmienna/sytko 150 g (<u>GLU</u> <u>JECZ</u>.) Fasolka szparagowa z olejem * 100 g Bukiet jarzyn oprószone z olejem* 100 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u>, <u>SEL</u>.) Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml</p>	<p>Jarzynowa z ziemniakami () 400 ml (<u>GLU</u> <u>PSZ</u>, <u>MLE</u>, <u>SEL</u>.) Zrazik wieprzowy pieczony mielony 100 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u>, <u>JAU</u>.) Sos pomidorowy 50 ml (<u>GLU</u> <u>PSZ</u>.) Kasza jęczmienna/sytko 150 g (<u>GLU</u> <u>JECZ</u>.) Fasolka szparagowa z olejem * 100 g Bukiet jarzyn oprószone z olejem* 100 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u>, <u>SEL</u>.) Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml</p>	<p>Barszcz czerniony z ziemniakami () 400 ml (<u>GLU</u> <u>PSZ</u>, <u>MLE</u>, <u>SEL</u>.) Bika wieprzowa z szynki duszona 100 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u>.) Sos pomidorowy 50 ml (<u>GLU</u> <u>PSZ</u>.) Kasza bulgur 150 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u>.) Surowka wielowarstwowa z olejem b/c () 100 g (<u>SEL</u>.) Fasolka szparagowa z olejem * 100 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml</p>	<p>Pieczarkowa z ziemniakami () 400 ml (<u>GLU</u> <u>PSZ</u>, <u>MLE</u>, <u>SEL</u>.) Zrazik wieprzowy pieczony mielony 100 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u>, <u>JAU</u>.) Sos pomidorowy 50 ml (<u>GLU</u> <u>PSZ</u>.) Kasza bulgur 150 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u>.) Surowka wielowarstwowa z olejem b/c () 100 g (<u>SEL</u>.) Fasolka szparagowa z olejem * 100 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml</p>	<p>Barszcz czerniony z ziemniakami () 400 ml (<u>GLU</u> <u>PSZ</u>, <u>MLE</u>, <u>SEL</u>.) Bika wieprzowa z szynki duszona 100 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u>.) Sos pomidorowy 50 ml (<u>GLU</u> <u>PSZ</u>.) Kasza jęczmienna/sytko 150 g (<u>GLU</u> <u>JECZ</u>.) Brokuł gotowany z dodatkiem oleju* 200 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml</p>	<p>Jarzynowa z ziemniakami () 400 ml (<u>GLU</u> <u>PSZ</u>, <u>MLE</u>, <u>SEL</u>.) Zrazik wieprzowy pieczony mielony 100 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u>, <u>JAU</u>.) Sos pomidorowy 50 ml (<u>GLU</u> <u>PSZ</u>.) Kasza jęczmienna/sytko 150 g (<u>GLU</u> <u>JECZ</u>.) Brokuł gotowany z dodatkiem oleju* 200 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml</p>	<p>Barszcz czerniony z ziemniakami (bez mleka) () 400 ml (<u>GLU</u> <u>PSZ</u>, <u>SEL</u>.) Kluski śląskie* 300 g (<u>JAU</u>.) Sos pomidorowy 50 ml (<u>GLU</u> <u>PSZ</u>.) Brokuł gotowany z dodatkiem oleju* 200 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml</p>	<p>Barszcz czerniony z ziemniakami (bez mleka) () 400 ml (<u>GLU</u> <u>PSZ</u>, <u>SEL</u>.) Bika wieprzowa z szynki duszona 100 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u>.) Sos pomidorowy 50 ml (<u>GLU</u> <u>PSZ</u>.) Kasza jęczmienna/sytko 150 g (<u>GLU</u> <u>JECZ</u>.) Brokuł gotowany z dodatkiem oleju* 200 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml</p>	<p>Jarzynowa z ziemniakami (bez mleka) () 400 ml (<u>GLU</u> <u>PSZ</u>, <u>SEL</u>.) Zrazik wieprzowy pieczony mielony 100 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u>, <u>JAU</u>.) Sos pomidorowy 50 ml (<u>GLU</u> <u>PSZ</u>.) Kasza jęczmienna/sytko 150 g (<u>GLU</u> <u>JECZ</u>.) Brokuł gotowany z dodatkiem oleju* 200 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml</p>
<p>PD</p>	<p>Chleb razowy pszemno-żytni 116 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u>, <u>GLU</u> <u>ZYT</u>.) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (<u>MLE</u>.) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rodz.wędz.f. arzo. z dodat.wody w osł.niejad 50 g Dżem 25 g 1 szt. Kalaflor gotowany* 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p>	<p>Chleb razowy pszemno-żytni 116 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u>, <u>GLU</u> <u>ZYT</u>.) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (<u>MLE</u>.) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rodz.wędz.parlo. z dodat. wody w osł.niejad 50 g Dżem 25 g 1 szt. Kalaflor gotowany* 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p>	<p>Chleb razowy pszemno-żytni 116 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u>, <u>GLU</u> <u>ZYT</u>.) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (<u>MLE</u>.) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rodz.wędz.parlo. z dodat. wody w osł.niejad 25 g Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 80 g (<u>MLE</u>.) Papryka świeża 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p>	<p>Chleb razowy pszemno-żytni 116 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u>, <u>GLU</u> <u>ZYT</u>.) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (<u>MLE</u>.) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rodz.wędz.parlo. z dodat. wody w osł.niejad 50 g Dżem 25 g 1 szt. Kalaflor gotowany* 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p>	<p>Jogurt naturalny 150g 1 szt. (<u>MLE</u>.)</p>	<p>Chleb bezglutenowy 116 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u>, <u>GLU</u> <u>ZYT</u>.) Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g (<u>MLE</u>.) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rodz.wędz.f. arzo. z dodat.wody w osł.niejad 50 g Dżem 25 g 1 szt. Kalaflor gotowany* 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p>	<p>Chleb pszemno-żytni 116 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u>, <u>GLU</u> <u>ZYT</u>.) Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g (<u>MLE</u>.) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rodz.wędz.f. arzo. z dodat.wody w osł.niejad 30 g Kalaflor gotowany* 80 g Miod (25g) 1 szt. Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p>	<p>Chleb mieszany pszemno-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 Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rodz.wędz.f. arzo. z dodat.wody w osł.niejad 60 g Miod (25g) 1 szt. Kalaflor gotowany* 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p>	<p>Chleb mieszany pszemno-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 Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rodz.wędz.f. arzo. z dodat.wody w osł.niejad 60 g Miod (25g) 1 szt. Kalaflor gotowany* 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p>
<p>PN</p>	<p>Kolacja Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p>	<p>Sok wielowarstwowy pasteryzowany 1 szt</p>	<p>Kanapka z szynką i sałatą (chleb razowy 50g, margaryna 5g, szynka 25g, sałata 5g) 1 szt. (<u>GLU</u> <u>PSZ</u>, <u>SOL</u>.)</p>	<p>Sok wielowarstwowy pasteryzowany 1 szt</p>	<p>Sok wielowarstwowy pasteryzowany 1 szt</p>	<p>Sok wielowarstwowy pasteryzowany 1 szt</p>	<p>Kanapka z szynką i sałatą (bukia pszenna 32g, margaryna 5g, szynka 25g, sałata 5g) 1 szt. (<u>GLU</u> <u>PSZ</u>, <u>SOL</u>.)</p>	<p>Kanapka z szynką i sałatą (bukia pszenna 32g, margaryna 5g, szynka 25g, sałata 5g) 1 szt. (<u>GLU</u> <u>PSZ</u>, <u>SOL</u>.)</p>	<p>Kanapka z szynką i sałatą (bukia pszenna 32g, margaryna 5g, szynka 25g, sałata 5g) 1 szt. (<u>GLU</u> <u>PSZ</u>, <u>SOL</u>.)</p>

Jadłospisy w dniu 2023-11-30 KUCHNIA OSTRÓW MAZOWIECKA

<nazwa jednostki> <ulica>, <kod>

2023-11-30 czwartek

OM- VIII Z ograniczeniem tuszczu 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	OM- XII Bogatobiałkowa łatwostrawna Zestaw II	OM- XIII Niskobiałkowa	OM- XV Beźmieczna Zestaw I	OM- XV Beźmieczna Zestaw II
E: 2315,12 kcal; B: 115,53 g; T: 51,12 g; Kw. tł. nasy.: 15,64 g; W: 363,21 g; W tym cukry: 97,91 g; Bł.: 30,11 g; Sól: 7,97 g;	E: 2554,74 kcal; B: 118,78 g; T: 67,37 g; Kw. tł. nasy.: 20,08 g; W: 384,42 g; W tym cukry: 102,60 g; Bł.: 37,73 g; Sól: 9,01 g;	E: 2429,00 kcal; B: 110,35 g; T: 60,19 g; Kw. tł. nasy.: 19,09 g; W: 377,19 g; W tym cukry: 97,72 g; Bł.: 36,84 g; Sól: 8,48 g;	E: 2746,87 kcal; B: 127,42 g; T: 84,38 g; Kw. tł. nasy.: 26,07 g; W: 385,74 g; W tym cukry: 60,45 g; Bł.: 36,98 g; Sól: 11,67 g;	E: 2637,54 kcal; B: 121,28 g; T: 78,83 g; Kw. tł. nasy.: 26,10 g; W: 376,54 g; W tym cukry: 54,98 g; Bł.: 36,23 g; Sól: 11,24 g;	E: 2781,54 kcal; B: 132,01 g; T: 77,36 g; Kw. tł. nasy.: 24,18 g; W: 405,07 g; W tym cukry: 108,28 g; Bł.: 37,72 g; Sól: 10,46 g;	E: 2655,80 kcal; B: 123,58 g; T: 70,18 g; Kw. tł. nasy.: 23,18 g; W: 397,84 g; W tym cukry: 103,41 g; Bł.: 36,83 g; Sól: 9,93 g;	E: 2506,55 kcal; B: 47,67 g; T: 65,09 g; Kw. tł. nasy.: 18,17 g; W: 444,64 g; W tym cukry: 84,76 g; Bł.: 35,20 g; Sól: 2,88 g;	E: 2455,97 kcal; B: 97,00 g; T: 68,22 g; Kw. tł. nasy.: 16,89 g; W: 380,94 g; W tym cukry: 72,51 g; Bł.: 36,61 g; Sól: 10,86 g;	E: 2340,28 kcal; B: 88,88 g; T: 61,07 g; Kw. tł. nasy.: 15,90 g; W: 375,81 g; W tym cukry: 67,63 g; Bł.: 35,69 g; Sól: 10,58 g;

OM- Dzieci 1-3 lat	OM- Pawkowata/ Przeclerana	OM- Płynna	OM- Bezglutenowa	OM- Poloznicza Zestaw I	OM- Poloznicza Zestaw II	OM- Kobieta Karmiąca Zestaw I	OM- Kobieta Karmiąca Zestaw II	OM- Bogatorzeszkowa
<p>Kasza manna na mleku 200 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Bułka pszenna długa krojona 32 g (<u>GLU PSZ</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 5 g (<u>MLE</u>) Ser żółty 25 g (<u>MLE</u>) Pomidor biskorki 45 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Banan 1 szt. 1 szt</p>	<p>Platki owsiane na mleku (<u>GLU OW</u>) 400 ml (<u>MLE</u>) Bułka pszenna długa krojona 76 g (<u>GLU PSZ</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (<u>MLE</u>) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 80 g (<u>MLE</u>) Poledwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkowym wody wędzona parzona 25 g (<u>GLU PSZ, SOL</u>) Słupki z marchewki gotowanej Kawa zbożowa na mleku b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>) Banan 1szt. 1 szt</p>	<p>Ryz na mleku 400 ml (<u>MLE</u>) Chleb bezglutenowy 100 g Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (<u>MLE</u>) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 80 g (<u>MLE</u>) Poledwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkowym wody wędzona parzona 25 g (<u>GLU PSZ, SOL</u>) Słupki z marchewki 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Banan 1szt. 1 szt</p>	<p>Kanapka z szynką i sałata (chleb bezglutenowy 45g, margaryna 5g, szynka 25g, sałata 5g) 1 szt (<u>SOL</u>)</p>	<p>Platki owsiane na mleku 400 ml (<u>MLE, GLU OW</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 96 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (<u>MLE</u>) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 80 g (<u>MLE</u>) Poledwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkowym wody wędzona parzona 25 g (<u>GLU PSZ, SOL</u>) Słupki z marchewki gotowanej 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa na mleku b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>) Banan 1szt. 1 szt</p>	<p>Biszkopty 30 g (<u>GLU PSZ, JAU, MLE, GLU JECZ</u>)</p>	<p>Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Poledwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkowym wody wędzona parzona 25 g (<u>GLU PSZ, SOL</u>) Ser żółty 25 g (<u>MLE</u>) Słupki z marchewki 80 g Sałata zielona 20 g Jablko 1 szt. 1 szt</p>		
2023-11-30 czwartek								
Śniadanie								
II ŚN	Biszkopty 30 g (<u>GLU PSZ, JAU, MLE, GLU JECZ</u>)							

PN	PD	Obiad	OM- Dzieci 1-3lat	OM- Pakowata/ Przecierana	OM- Płynna	OM- Bezglutenowa	OM- Pokoźnicza Zestaw I	OM- Pokoźnicza Zestaw II	OM- Kobieta Karniaca Zestaw I	OM- Kobieta Karniaca Zestaw II	OM- Bogatobreszkowa
			<p>Jarzynowa z ziemniakami () 200 ml (<u>GLU</u> <u>PSZ</u>, <u>MLE</u>, <u>SEL</u>) Zrazik wieprzowy pieczony mielony 50 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u>, <u>JAU</u>, <u>JECZ</u>) Sos pomidorowy 40 ml (<u>GLU</u> <u>PSZ</u>) Brokuł gotowany* 100 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* z/c 250 ml Kasza jęczmienna/sytko 90 g (<u>GLU</u> <u>JECZ</u>)</p>	<p>Barszcz czernony z ziemniakami () 400 ml (<u>GLU</u> <u>PSZ</u>, <u>MLE</u>, <u>SEL</u>) Zrazik wieprzowy pieczony mielony 100 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u>, <u>JAU</u>, <u>JECZ</u>) Sos pomidorowy 50 ml (<u>GLU</u> <u>PSZ</u>) Kasza jęczmienna/sytko 150 g (<u>GLU</u> <u>JECZ</u>) Brokuł gotowany z dodatkami oleju* 200 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml</p>	<p>Barszcz czernony z ziemniakami (bez glutenu) () 400 ml (<u>MLE</u>, <u>SEL</u>) Bitka wieprzowa z szynki duszona (bez glutenu) 90 g Sos pomidorowy (bez glutenu) 50 ml Ziemniaki z koperkiem () 180 g Brokuł gotowany z dodatkami oleju* 200 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml</p>	<p>Barszcz czernony z ziemniakami () 400 ml (<u>GLU</u> <u>PSZ</u>, <u>MLE</u>, <u>SEL</u>) Bitka wieprzowa z szynki duszona 100 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u>) Sos pomidorowy 50 ml (<u>GLU</u> <u>PSZ</u>) Kasza jęczmienna/sytko 150 g (<u>GLU</u> <u>JECZ</u>) Fasolka szparagowa z olejem * 100 g Bukiet jarzyn</p>	<p>Jarzynowa z ziemniakami () 400 ml (<u>GLU</u> <u>PSZ</u>, <u>MLE</u>, <u>SEL</u>) Zrazik wieprzowy pieczony mielony 100 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u>, <u>JAU</u>, <u>JECZ</u>) Sos pomidorowy 50 ml (<u>GLU</u> <u>PSZ</u>) Kasza jęczmienna/sytko 150 g (<u>GLU</u> <u>JECZ</u>) Fasolka szparagowa z olejem * 100 g Bukiet jarzyn</p>	<p>Barszcz czernony z ziemniakami () 400 ml (<u>GLU</u> <u>PSZ</u>, <u>MLE</u>, <u>SEL</u>) Bitka wieprzowa z szynki duszona 100 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u>) Sos pomidorowy 50 ml (<u>GLU</u> <u>PSZ</u>) Kasza jęczmienna/sytko 150 g (<u>GLU</u> <u>JECZ</u>) Fasolka szparagowa z olejem * 100 g Bukiet jarzyn</p>	<p>Jarzynowa z ziemniakami () 400 ml (<u>GLU</u> <u>PSZ</u>, <u>MLE</u>, <u>SEL</u>) Zrazik wieprzowy pieczony mielony 100 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u>, <u>JAU</u>, <u>JECZ</u>) Sos pomidorowy 50 ml (<u>GLU</u> <u>PSZ</u>) Kasza jęczmienna/sytko 150 g (<u>GLU</u> <u>JECZ</u>) Fasolka szparagowa z olejem * 100 g Bukiet jarzyn</p>	<p>Barszcz czernony z ziemniakami () 400 ml (<u>GLU</u> <u>PSZ</u>, <u>MLE</u>, <u>SEL</u>) Bitka wieprzowa z szynki duszona 100 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u>) Sos pomidorowy 50 ml (<u>GLU</u> <u>PSZ</u>) Kasza jęczmienna/sytko 150 g (<u>GLU</u> <u>JECZ</u>) Fasolka szparagowa z olejem * 100 g Bukiet jarzyn</p>	<p>Barszcz czernony z ziemniakami () 400 ml (<u>GLU</u> <u>PSZ</u>, <u>MLE</u>, <u>SEL</u>) Bitka wieprzowa z szynki duszona 100 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u>) Sos pomidorowy 50 ml (<u>GLU</u> <u>PSZ</u>) Kasza bulgur 150 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u>) Surowka wielowarzynna z olejem b/c () 100 g (<u>SEL</u>) Fasolka szparagowa z olejem * 100 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml</p>
			<p>Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml</p>								
			<p>Butka pszenna długa krojona 30 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u>) Szynkowa dębowa drobiowa klebasa grubo rozdrobniona 30 g Papryka świeża 40 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml</p>	<p>Butka 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: rozdz, wędz: f</p>	<p>Butka pszenna długa krojona 32 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (<u>MLE</u>) Szynkowa dębowa kiel: wp, gr: rozdz, wędz: f</p>	<p>Chleb bezglutenowy 100 g Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (<u>MLE</u>) Szynkowa dębowa kiel: wp, gr: rozdz, wędz: f</p>	<p>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>) Szynkowa dębowa kiel: wp, gr: rozdz, wędz: f</p>	<p>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: rozdz, wędz: f</p>	<p>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>) Szynkowa dębowa kiel: wp, gr: rozdz, wędz: f</p>	<p>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: rozdz, wędz: f</p>	<p>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: rozdz, wędz: f</p>
			<p>Sok wielowarzynny pasteryzowany 1 szt</p>								

2023-11-30 czwartek

OM- Dzieci 1-3 lat	OM- Papkowata/ Przecierana	OM- Płynna	OM- Bezglutenowa	OM- Półznicza Zestaw I	OM- Półznicza Zestaw II	OM- Kobieta Karmiąca Zestaw I	OM- Kobieta Karmiąca Zestaw II	OM- Bogatobreszkowa
E: 1442,93 kcal; B: 54,09 g; T: 28,83 g; Kw. tł. nasy.: 11,60 g; W: 256,51 g; W tym cukry: 109,97 g; Bł.: 18,69 g; Sól: 3,38 g.	E: 2355,59 kcal; B: 110,66 g; T: 62,62 g; Kw. tł. nasy.: 20,09 g; W: 351,43 g; W tym cukry: 103,27 g; Bł.: 33,36 g; Sól: 7,24 g.	E: 2357,95 kcal; B: 109,45 g; T: 62,28 g; Kw. tł. nasy.: 20,04 g; W: 354,46 g; W tym cukry: 103,87 g; Bł.: 34,31 g; Sól: 6,87 g.	E: 2514,53 kcal; B: 94,65 g; T: 74,16 g; Kw. tł. nasy.: 17,98 g; W: 376,41 g; W tym cukry: 86,27 g; Bł.: 29,29 g; Sól: 5,87 g.	E: 2736,58 kcal; B: 118,07 g; T: 68,94 g; Kw. tł. nasy.: 20,26 g; W: 433,72 g; W tym cukry: 135,62 g; Bł.: 37,11 g; Sól: 8,92 g.	E: 2663,20 kcal; B: 112,83 g; T: 62,02 g; Kw. tł. nasy.: 19,33 g; W: 436,47 g; W tym cukry: 131,90 g; Bł.: 36,88 g; Sól: 8,71 g.	E: 2736,58 kcal; B: 118,07 g; T: 68,94 g; Kw. tł. nasy.: 20,26 g; W: 433,72 g; W tym cukry: 135,62 g; Bł.: 37,11 g; Sól: 8,92 g.	E: 2663,20 kcal; B: 112,83 g; T: 62,02 g; Kw. tł. nasy.: 19,33 g; W: 436,47 g; W tym cukry: 131,90 g; Bł.: 36,88 g; Sól: 8,71 g.	E: 2536,52 kcal; B: 120,88 g; T: 76,20 g; Kw. tł. nasy.: 23,61 g; W: 357,12 g; W tym cukry: 59,53 g; Bł.: 35,15 g; Sól: 10,27 g.

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 błonika,
- W tym cukry - w tym cukry,
- MM - MM,